

Doris Zehren

# MELALEUCA

L'or vert du cinquième continent

Petit manuel à l'usage de l'huile  
essentielle de l'arbre à thé

Blattlaus Verlag

© Saarbrücken, 1999  
Doris Zehren. Melaleuca, L'or vert du cinquième continent  
Blattlaus Verlag  
Tous droits réservés  
Impression par la maison d'édition Blattlaus, Saarbrücken  
Traduction de l'allemand par Nicoline Thiele  
Couverture par Birgit Bysiak  
ISBN: 3-930771-06-3

## **GRANDE EFFICACITÉ - PETIT PRIX !**

### **10 BONNES RAISONS**

#### **d'avoir toujours de la Melaleuca chez soi :**

1. La Melaleuca est la substance naturelle d'une seule espèce: l'arbre à thé australien *Melaleuca alternifolia*.
2. La Melaleuca est antimycosique.
3. La Melaleuca est bactéricide.
4. La Melaleuca est antivirale .
5. La Melaleuca est non-toxique et très bien tolérée par la peau.
6. La Melaleuca ne provoque pas d'effets secondaires.
7. Correctement stockée, la Melaleuca se conserve pendant des années.
8. Grâce à sa polyvalence, la Melaleuca fait gagner de la place, par exemple en voyage dans la trousse de pharmacie.
9. La Melaleuca est bon marché et en même temps économique en application.
10. La Melaleuca est en vente dans beaucoup d'endroits. La plupart des pharmacies, des magasins de santé et bio la distribuent déjà. Vous pouvez également la commander par correspondance.

# Table des matières

Introduction .....	8
--------------------	---

## Première partie

REMARQUES GENERALES A PROPOS DE L'ARBRE À THÉ

### Aperçu botanique

LES MYRTACEES-LA GRANDE FAMILLE DE L'ARBRE À THÉ	
Les Myrtacées. ....	12
Les arbres à thé en particulier. ....	17
L'arbre à thé, le Melaleuca alternifolia .....	19

### Sur les sentiers historiques

L'HISTOIRE DE L'ARBRE À THÉ EN AUSTRALIE	
La tradition des Aborigènes .....	21
James Cook découvre l'Australie et l'arbre à thé .....	22
La marche victorieuse de la Melaleuca au siècle des antibiotiques .....	23

### Production de la Melaleuca

CULTURE ET RECOLTE DE L'ARBRE À THÉ	
Recolte sauvage .....	25
Culture en plantation .....	26
La culture écologique .....	29
Classification qualitative .....	30
L'extraction de l'huile essentielle de la Melaleuca alternifolia ....	32
Distillation par vaporisation en caisson .....	32

## Deuxième partie

COMPOSITION ET PROPRIETES DE LA MELALEUCA.  
PLUS QUE LA SOMME DE SES COMPOSANTS

Plus de 90 composants créent une essence aussi harmonieuse qu'efficace .....	36
L'importance de la composition de la composition naturelle .....	39
L'originalité de la Melaleuca .....	40

### La Melaleuca en aromathérapie

Un mot au sujet de la qualité .....	42
Petite histoire de l'aromathérapie .....	43
Méthode d'application .....	44
Application directe. ....	44
Inhalation. ....	44
Compresses et pansements. ....	44
Massages. ....	44
Bains. ....	45
Parfums. ....	45

### Conseils pour l'utilisation de la Melaleuca. .

### Conseils pour le stockage. ....

## Troisième partie

COMMENT UTILISER LA MELALEUCA  
PETIT REMÈDE UNIVERSEL

<b>La Melaleuca dans les soins du corps</b> .....	50
Soins des cheveux .....	51
Soins dentaires .....	52
Soins de la peau .....	54
<b>Parasites et insectes</b> .....	59
Moustiques .....	59
Morsures ou piqûres ou d'insectes .....	60
Poux .....	60
Gale .....	60

Tiques .....	61
<b>Blessures</b> .....	62
Hématomes, contusions et meurtrissures .....	62
Foulures .....	62
Intertrigo .....	62
Escarre .....	63
Coupures, éraflures et écorchures .....	63
Echarde .....	63
<b>Inflammations purulentes de la peau</b> .....	64
Orgelet .....	64
Boutons .....	64
Impetigo .....	64
Plaies infectées et purulentes .....	65
Abcès .....	65
Furoncle .....	66
Panaris .....	66
<b>Autres affections de la peau</b> .....	67
Brûlures, coups de soleil .....	67
Phlyctène de brûlures .....	67
Engelures .....	68
<b>Verrues</b> .....	69
<b>Allergies cutanées</b> .....	70
Urticatoire de contact - allergies de contact aux plantes .....	70
Urticatoire .....	71
Dermatite - eczéma .....	72
Dermatite des couches .....	72
Gourme .....	72
Neurodermatite .....	72
Psoriasis .....	74
<b>Douleurs musculaires et rhumatismales</b> .....	75
Douleurs musculaires et courbatures .....	75
Rhumatisme .....	75
Arthrite .....	76
<b>Mycoses</b> .....	77
Tinea/mycoses cutanées .....	77
Tinea barbis .....	78
Eczéma marginé .....	78
Mycose du pied/Tinea pedis/Pied d'athlète .....	78
Stomatite crémeuse/candidoses .....	80

Candidose des muqueuses buccales .....	80
Vaginite .....	80
Balanite .....	82
Pertes blanches/leucorrhées .....	82
Nettoyage du système intestinal .....	83
<b>Inflammations intérieures</b> .....	84
OREILLES .....	84
NEZ .....	84
BOUCHE .....	85
GORGE .....	85
ANUS .....	86
VESSIE .....	86
JAMBES .....	87
<b>Infection virales</b> .....	88
Refroidissements .....	88
Maux de gorge .....	88
Toux (bronchite) .....	89
Fièvre .....	89
Grippe .....	90
Les virus de l'herpès .....	91
Herpès labial .....	91
Herpès génital .....	92
Varicelle .....	93
Le zona .....	93
<b>Renforcer le système immunitaire</b> .....	94
<b>Application de la Melaleuca chez les animaux</b> .....	95
Chiens/Chats/Lapins .....	95
Chevaux .....	96
Poules .....	97
Poissons .....	97
<b>Conseils pratiques pour la maison</b> .....	98
<b>Conseils pour un voyage en Australie</b> .....	100
<b>A la place d'une conclusion</b> .....	103
<b>Bibliographie</b> .....	104
<b>Index</b> .....	106

# Introduction

L'arbre à thé *Melaleuca alternifolia* est une des plantes les plus intéressantes de la terre. Ce sont ses feuilles qui fournissent l'huile essentielle aux propriétés curatives si efficaces. Connue au départ uniquement du milieu des médecines douces, elle est devenue un antiseptique universellement apprécié.

L'arbre à thé est originaire d'Australie. C'est ici son espace vital naturel où il pousse à l'état sauvage. Dans les années 20 déjà, la science australienne s'est penchée sur l'étude approfondie de l'essence obtenue de ses feuilles. Entretemps de nombreuses études sur son efficacité curative ainsi que sur ses nombreuses applications sont disponibles. Ce qui rend l'essence si originale, c'est sa polyvalence : elle est antimycosique, antimicrobienne en combattant aussi bien les bactéries que les virus. Le nombre de maladies où un traitement avec l'essence du *Melaleuca alternifolia*, se montre efficace, augmente sans cesse. De plus en plus de médecins et de naturopathes s'en servent et la recommandent comme remède qui ne devrait manquer dans aucune trousse de pharmacie.

Ce qui a contribué à la marche victorieuse de l'élixir baptisé *l'Or vert du cinquième continent*, c'est la polarité holistique de son pouvoir curatif: des propriétés antiseptiques fortes pour un champ d'applications multiples, combinées à la capacité merveilleuse de distinguer et de localiser les parties malades du corps et de leur apporter son secours.

Au contraire des antiseptiques synthétiques qui attaquent souvent les tissus sains ou à l'inverse des antibiotiques qui peuvent avoir une influence négative sur les résistances du corps, la Melaleuca est très bien tolérée, en particulier par la peau et les muqueuses. Elle fortifie l'organisme et soutient activement les processus de régénération.

Ce livre veut procurer les connaissances de base sur sa manière d'agir et donner des indications pour une utilisation efficace.

Enfin, l'intéressé doit savoir qu'il y a différentes qualités d'essences commercialisées: derrière une étiquette libellée *huile essentielle de l'arbre à thé* peuvent se cacher toutes sortes de mélanges. Le produit proposé ne provient pas toujours uniquement de l'arbre à thé *Melaleuca alternifolia*: car les arbres à thé ne sont pas tous pareils....lisez, vous en saurez plus.

# **Première partie**

## **QU'EST-CE QUE MELALEUCA ALTERNIFOLIA**

### **REMARQUES GENERALES A PROPOS DE L'ARBRE À THÉ**

# Aperçu botanique

## LES MYRTACÉES - LA GRANDE FAMILLE DE L'ARBRE À THÉ

### n Les Myrtacées

Les botanistes classent l'arbre à thé *Melaleuca alternifolia* dans la famille des myrtacées. Plus de 2700 espèces sont répertoriées sous ce terme. La propriété commune de toutes les espèces de cette famille est d'avoir des réservoirs d'huile dans leurs feuilles ou dans des parties de leurs fleurs. Ces réservoirs sont remplis d'huiles essentielles. C'est cette particularité qui a donné à un nombre considérable de membres de la famille leur importance comme plantes aromatiques et officinales.

La plupart des myrtacées sont à feuilles persistantes. Leur apparition naturelle est limitée aux régions tropicales ou subtropicales. Les centres de leur propagation se trouvent en Amérique du Sud et centrale, en Australie ainsi qu'en Inde et en Malaisie.

En Europe on ne connaît de la famille des myrtacées que le myrte (*Myrtus communis*) qui pousse à l'état sauvage en région méditerranéenne. On la trouve déjà mentionnée comme plante officinale dans le célèbre papyrus égyptien "Ebers". Les Grecs et les Romains l'appréciaient entre autre comme essence aromatique dans leurs bains. Tout le monde connaît sans doute la *couronne de myrte*, jadis symbole du mariage, que la mariée tressait et portait pendant les noces. Entre-temps le myrte s'est également bien répandu chez nous, surtout dans nos jardins ou comme plante d'appartement.

### FOURNISSEURS D'ALIMENTS, D'ÉPICES ET DE THÉ

Nombreuses sont les myrtacées qui produisent des fruits comestibles comme le genre sud-américain d'*Abbevillea* ou les diverses espèces de *Psidium* qui poussent au Pakistan et dans la région de l'Orenoque. La

variété du goyavier *Psidium goyava* est largement cultivée en Égypte du fait de la grande taille de ses fruits à la forme entre pomme et poire.

La plante aromatique la plus célèbre de la famille est certainement le giroflier (*Syzygium aromaticum*). On ramasse les bourgeons à fleurs encore fermés. En Allemagne, surtout autour de Noël, on ne peut plus s'en passer pour la préparation des pâtisseries traditionnelles. Le poivre de la Jamaïque qui vient du piment (*Pimenta officinalis*) s'utilisait en Europe déjà au début du 17ème siècle comme condiment. Une espèce du genre des *Eugenia*, l'*Eugenia tabasco* a donné son nom à une sauce bien connue et fortement épicée.

Les feuilles de quelques myrtacées fournissent une boisson stimulante, bon succédané de vrai thé. Ainsi celles du *Pimenta acris* sont souvent mélangées au maté, le thé du Paraguay. Le *Leptospermum flavescens* est également utilisé à cette fin. Le thé fabriqué à partir des feuilles de l'espèce néo-zélandaise *Leptospermum scoparium* s'est même vu attribué un effet antiscorbutique (on suppose la présence de vitamine C dans ses feuilles).

### PLANTES OFFICINALES DANS LES MÉDECINES POPULAIRES, EN AROMATHÉRAPIE ET EN HOMÉOPATHIE

Partout dans le monde, feuilles et fruits de nombreuses myrtacées sont traditionnellement utilisés à des fins médicales, notamment pour guérir les maladies intestinales, pour les soins dentaires, comme expectorant ou pour soigner les plaies. L'utilisation des myrtacées est très variée. On notera surtout:

Les clous de girofles qui depuis toujours sont appréciés contre les douleurs dentaires comme un léger anesthésiant local dont on se sert également en aromathérapie. En Chine on les utilise depuis 2000 ans déjà sous le nom de Ding Xiang. La célèbre abbesse Hildegard de Bingen, grande botaniste, recommandait les "Gariofiles-Nelchin" contre le hoquet, les douleurs des règles et les débuts de l'hydropisie. Le nom de clou de girofle vient d'ailleurs de l'aspect des fleurs en forme de petits clous (en moyen haut allemand *Nelchin* : le petit clou). En homéopathie on utilise l'essence de girofle, l'*Oleum caryophylli* contre l'acné qui s'aggrave pendant les règles.

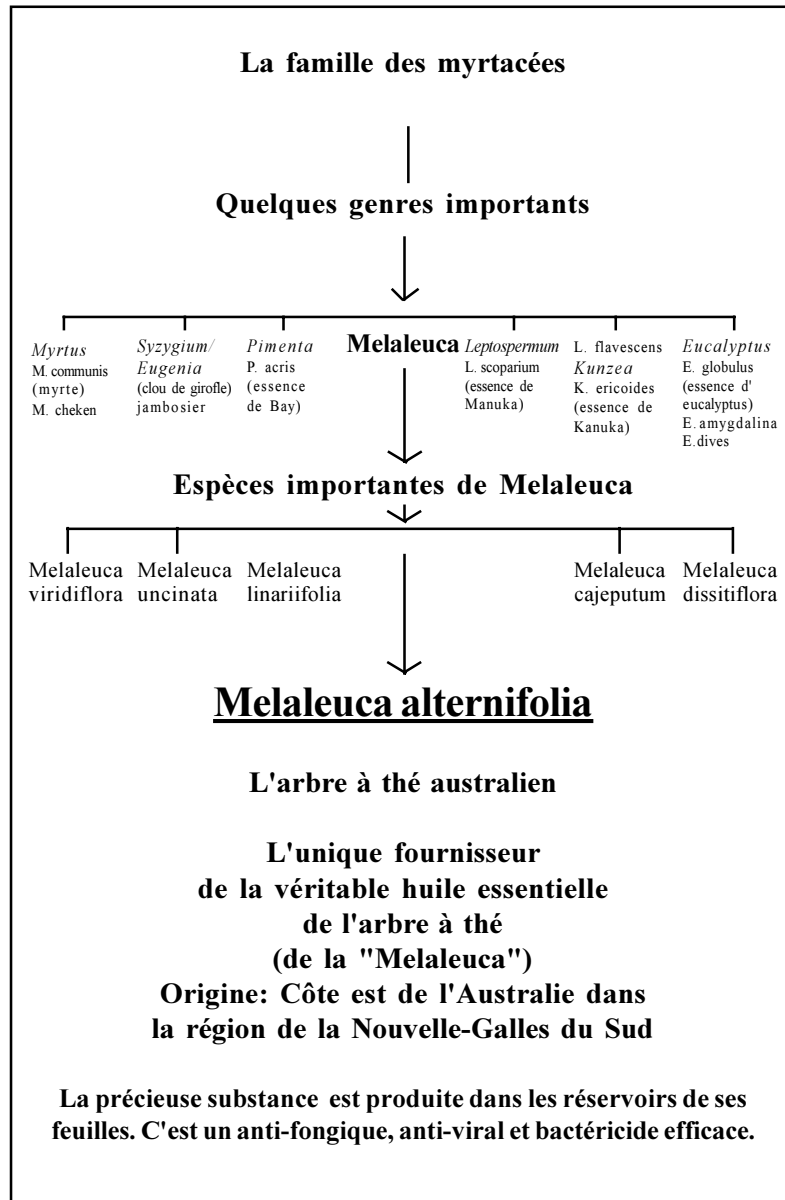


Tableau 1: Classement botanique des myrtacées

En homéopathie on utilise encore d'autres myrtacées, par exemples le myrte européen (*Myrtus communis*), le myrte américain (*Myrtus cheken*) ou le jambosier (*Syzygium jambolanum*) dont l'écorce s'est montrée efficace dans le traitement du diabète de l'âge mur. L'huile du cajepulier (*Melaleuca cajeputum/leucadendron*) trouve son application en homéopathie pour soigner les sensations de gonflement de certaines parties du corps, surtout de la tête et de la langue. Enfin l'*Eucalyptus globulus* est prescrit avec succès en homéopathie pour lutter contre certaines formes de refroidissements fiévreux et même contre le typhus.

Les eucalyptus représentent une branche également très intéressante de myrtacées. Avec plus de 450 espèces les eucalyptus sont le plus grand membre des myrtacées australiennes. Ils jouent sur terre un rôle véritablement dominant. Les arbres les plus hauts du monde ne sont pas les séquoia nord-américains comme on le pensait depuis toujours mais les eucalyptus australiens (*Eucalyptus amygdalina*) qui culminent à 150 mètres.

Il y a 170 espèces différentes qui fournissent une huile essentielle dont l'utilisation varie fortement selon la composition et la provenance. Dans les années soixante, 80 % de l'huile eucalyptolée produite en Australie servait à des buts techniques. Dans les mines on s'en servait pour la dissociation des sulfates de plomb et de zinc. Pour ce faire, on utilisait les huiles à forte contenance en phellandrène comme c'est le cas pour l'*Eucalyptus divesa*. L'huile d'eucalyptus fut même employée comme additif au carburant pour véhicules.

Beaucoup d'eucalyptus produisent des liquides caoutchouteux; raison pour laquelle ils ont souvent été gemmés dans le passé.

L'agent principal de l'huile d'eucalyptus utilisée en application médicale est le *cineol* dont elle est composée à 70 %, substance également appelée *eucalyptol*. L'huile de l'*Eucalyptus probractea* peut même compter jusqu'à 95 % de *cineol*. La variété européenne communément appelée eucalyptus est fort souvent l'*Eucalyptus globulus* dont la culture a entretemps largement dépassée les limites du continent australien.





A côté des huiles essentielles tirées des myrtacées à des fins médicales, telles que les essences de girofle et d'eucalyptus, il ne faut pas oublier de mentionner une autre essence qui trouve une application thérapeutique et dont la plante fait partie de l'illustre famille des myrtacées : il s'agit du *Pimenta acris*, un parent proche du piment que nous avons déjà rencontré comme plante fournissant des épices. Cette plante, surtout originaire de l'Amérique du Sud, fournit le Bay-Oil connu comme calmant du système végétatif ainsi que comme antiseptique dans la médecine populaire.

## n Les arbres à thé en particulier

Le terme de "l'arbre à thé" n'est pas systématique. Il s'agit d'une appellation qui englobe de nombreuses espèces de différents genres de myrtacées ce qui porte à de fréquentes confusions. Il est vrai que d'une part on utilise les arbres à thé pour la préparation d'infusions (et c'est de là que vient leur nom), d'autre part leur espace vital et leur constitution peuvent se ressembler de telle façon que leur classification botanique devient difficile.

En Australie de surcroît, tous les arbres à thé prennent cette appellation dès qu'ils ressemblent au genre *Melaleuca*. Un peu comme nous appelons tout arbre qui ressemble et qui pousse près de l'eau un saule alors qu'il peut très bien s'agir d'une variété de peuplier.

Un représentant bien connu des arbres à thé de la variété des *Leptospermum* est le *Leptospermum scoparium*, surtout répandu en Nouvelle Zélande. Il ne fournit pas seulement un très bon succédané de thé mais également l'essence de Manuka qui est surtout utilisée dans le soin des blessures et pour les maladies de la peau, une application très proche de la véritable *Melaleuca*.

Le *Kunzea ericoides* fournit également un distillat aux propriétés curatives très fortes, la Kanuka.

Enfin, il ne faut pas oublier les espèces du genre *Melaleuca*, des véritables arbres à thé. Avec plus de 60 espèces différentes l'Australie en connaît une très grande richesse. Quelques-unes parmi elles

produisent également des huiles essentielles qui peuvent trouver une application médicale comme l'essence de *Cajeput* et ou celle de *Niauli* provenant du *Melaleuca viridiflora*, qui sont efficaces contre les refroidissements ou les infections de la vessie. D'autres espèces comme le *Melaleuca linariifolia*, *Melaleuca uncinata* ou le *Melaleuca dissitiflora* sont en cours d'étude pour leurs propriétés curatives potentielles.

Toutes ces plantes telles que le *Melaleuca leptosperum*, le *Melaleuca kunzea*, etc. portent le nom d'arbre à thé. Comment alors identifier le véritable **ARBRE À THÉ** ?

C'est par l'effet des propriétés curatives de son essence qu'il se fera reconnaître ! Parmi tous les membres de la grande famille des myrtacées mondialement répandue, l'arbre à thé *Melaleuca alternifolia* est la seule espèce capable de synthétiser cette huile essentielle si unique dans ses propriétés curatives.

Il n'y a que son essence qui possède ce pouvoir curatif original, un pouvoir qui lui a également procuré son nom de "l'or vert du cinquième continent". Pour être sûr de quoi il s'agit, l'indication du terme complet est très important. Seule l'essence du *Melaleuca alternifolia* peut porter le nom commercial de "**l'huile essentielle de l'arbre à thé**". Cependant pour les besoins de notre petit texte nous utiliserons par la suite l'appellation *Melaleuca* pour désigner cette essence spécifique.

Tout au début de son utilisation, les feuilles de diverses espèces d'arbres à thé ont été mélangées dans la distillation ; il arrivait fréquemment de mélanger des feuilles du *Melaleuca alternifolia* avec celles du *Melaleuca linariifolia*, parent très proche qui pousse dans la même région mais qui peut atteindre le double de la taille de celui-ci.

Ces mélanges n'ont jamais atteint ni la qualité ni les propriétés curatives de l'éllixir du *Melaleuca alternifolia* concernant leur pouvoir antiseptique. Il y a peu de temps on commercialisait encore des huiles essentielles sous le terme de "l'huile essentielle de l'arbre à thé" mais qui n'avaient rien en commun avec **la Melaleuca** .

## L'ARBRE A THE - LE MELALEUCA ALTERNIFOLIA

*Melaleuca alternifolia* est le terme botanique qui désigne l'arbre dont la Melaleuca est tirée. Une certaine confusion n'a pas seulement accompagné ce nom mais aussi sa classification.

Le terme botanique pour le genre *Melaleuca* a été créé par les premiers botanistes australiens qui découvrirent des arbres ayant un tronc noir à la base et une écorce claire semblable à du papier dans sa partie supérieure. Ils les appelèrent *Melaleuca*, du grec melus : noir et leuca : blanc. On a su plus tard que l'observation était erronée : les troncs avaient noirci à la suite des feux de brousse très fréquents en Australie et il ne s'agissait pas du tout d'une propriété de la plante même.

La deuxième erreur facile à faire, serait de supposer que l'arbre à thé a quelque chose en commun avec la plante à thé bien connue *Thea sinensis*. Il s'agit de deux plantes bien distinctes sur le plan botanique. En fait, ce sont les explorateurs anglais qui utilisaient les feuilles de l'arbre à thé pour préparer leur infusion qui ont ouvert la voie à la création de ce nom.

Troisièmement l'homonymie du nom anglais "tea tree" a souvent mené à identifier l'arbre à thé avec une plante appelée "Ti Tree" par les Aborigènes. Ici aussi, il s'agit d'une toute autre espèce. Par contre, on ne connaît pas de nom spécifique donné par les aborigènes pour désigner l'arbre à thé.

Malgré tous ces erreurs et malentendus il s'agit bien d'un petit arbre qui culmine à environ six mètres. L'arbre à thé *Melaleuca alternifolia* pousse à l'état sauvage seulement sur la côte est de l'Australie ; ici, son expansion se limite même à la côte nord-est de la région de la Nouvelle-Galles du Sud.

Son espace vital se trouve dans les marécages autour des rivières Clarence et Richmond avec la rivière Bungawalbyn Creek au centre de son expansion actuelle. Dans cette région les arbres à thé poussent en grand nombre sur des sols argileux et sablonneux dans un climat d'abondantes pluies annuelles.

Ses feuilles persistantes sont aciculaires, coriaces et d'un vert brillant. L'inflorescence s'habille d'un joli jaune pâle et a l'aspect d'un petit goupillon. La pollinisation se fait principalement par de petits marsupiaux qui se repaissent du nectar des fleurs.

Ses fruits produisent d'innombrables graines minuscules dont un gramme compte environ 40000. A l'état sauvage l'arbre se reproduit également par bouture. Il pousse à une grande vitesse. Si la graine germe et que le rejeton survit, la plante peut atteindre une hauteur de deux mètres en un an et après quinze mois elle est prête pour la première récolte.

Le tronc de l'arbre est étiré et son écorce lisse et claire se détache souvent du tronc en fine lamelles. Les plantes sont bien enracinées dans la terre marécageuse par une large et profonde ramification. Les premiers colons australiens avaient bien du mal quand ils essayaient d'enlever les racines des arbres pour défricher la terre. S'il restait des racines, les plantes repoussaient de nouveau de la terre comme de mauvaises herbes.

L'huile de l'arbre se trouve dans ses feuilles. Les réservoirs sont visibles à l'oeil nu par de petites taches foncées sur la surface et le dessous des feuilles. Le pourcentage d'huile en est d'environ 2%. Au frottement elles libèrent leur essence et son parfum si particulier se répand.

Les jeunes plantes sont très sensibles, puis elles deviennent de plus en plus endurantes avec l'âge. Les plus vieilles ont une très grande résistance aux maladies et survivent facilement aux plus dures épreuves comme les feux de brousse ou les inondations. Au moment de la récolte, la taille annuelle ne leur pose aucun problème. Au contraire, les arbres qui ont subi des récoltes régulières depuis des dizaines d'années continuent à se réjouir d'une forte et solide santé.

## Sur les sentiers historiques

### L'HISTOIRE DE L'ARBRE À THÉ EN AUSTRALIE

#### n La tradition des Aborigènes

Les Aborigènes qui peuplaient le sud-est du continent australien connaissaient l'arbre à thé depuis toujours comme plante aux propriétés curatives. Ils l'utilisaient en écrasant les branches avec les feuilles et en les réduisant en une pâte qu'ils appliquaient sur les parties malades du corps ou dont ils inspiraient la vapeur qui s'en dégageait. Les indications pour lesquelles ils l'utilisaient ressemblaient fort bien à celles d'aujourd'hui : les soins des plaies, les piqûres d'insectes, tout comme les démangeaisons et les douleurs.

Malheureusement, une grande partie des connaissances si précieuses sur les propriétés curatives de la flore australienne s'est perdue avec l'extermination de nombreuses tribus ou par l'acculturation forcée des Aborigènes survivants.

Le savoir des propriétés curatives du *Melaleuca alternifolia* a toutefois pu être préservé car les premiers colons européens de cette région ont tout de suite reconnu ses qualités.

## n James Cook découvre l'Australie et l'arbre à thé

L'historiographie de l'arbre à thé commence à la découverte de l'Australie. James Cook découvrit la côte est de l'Australie en 1770 lors d'un de ses grands voyages. Il longea la côte pendant quatre mois du sud au nord, la quitta en septembre pour se diriger vers l'île de Java. Lors de cette expédition il débarqua à divers endroits de la côte pour prendre contact avec les indigènes et explorer la région.

Rapidement son attention fut attirée par les arbres à thé typiques de la végétation de ce paysage. Cook eut un premier contact avec l'essence contenue dans les feuilles - mais il s'en servit d'une tout autre manière que les Aborigènes : tout anglais qu'il était, il lui fallait son thé habituel. Cook et son équipage utilisaient donc les feuilles aromatiques pour se faire une infusion bien rafraîchissante et savoureuse. Ainsi le nom Tea Tree est né, à l'origine des malentendus mentionnés plus haut.

Lors de cette première expédition Cook perdit un tiers de son équipage à la maladie du scorbut, alors encore très redoutée qui semble survenir par carence du corps en vitamine C. Cook a fait boire l'infusion de l'arbre à thé à son équipage pour combattre la maladie. L'absorption de l'infusion de feuilles de l'arbre à thé ne s'est certainement pas montrée efficace dans la prévention contre le scorbut, on peut supposer qu'il s'agissait plutôt d'un acte de désespoir.

C'est lors de sa deuxième expédition en 1777 que le terme de l'arbre à thé est mentionné pour la première fois dans les notes du capitaine Cook. Dans son journal il écrit que les feuilles sont utilisées comme additif dans la bière brassée sur place, ce qui devait lui enlever son goût amer.

## n La marche victorieuse de la Melaleuca au siècle des antibiotiques

Le scientifique A.R. Penford fut le premier à apporter les preuves sur les qualités merveilleuses de la Melaleuca, connues déjà depuis longtemps sur le continent australien. Il soumit l'essence à un examen scientifique systématique concernant ses propriétés antiseptiques et en publia les résultats en 1925 qui déclenchèrent un véritable tollé. Il avait constaté que la Melaleuca pouvait atteindre treize fois l'effet antiseptique du *Phénol* ou *Acide phénique* alors utilisé. De plus l'essence s'avérait non toxique et sans danger pour les tissus.

Par la suite les revues médicales australiennes publièrent à plusieurs reprises des articles sur son utilité en tant qu'antiseptique dermatologique. Les dartres, l'arthrite : presque tout se soignait alors à la Melaleuca. Un article paru en 1930 dans le *Medical Journal of Australia* mentionnait que quelques gouttes dans l'eau suffisait pour faire un gargarisme efficace et rapide contre les maux et infections de la gorge.

Trois ans plus tard une revue spécialisée renommée loua son effet fortement désinfectant, très utile contre les maladies de la gorge, de la cavité buccale et même en gynécologie.

En 1937 les médecins constatèrent que ses qualités bactéricides et fongicides augmentait de 10 à 12 % en contact avec le sang, de la matière purulente ou pathologique. Son utilisation comme antiseptique naturel fut alors bien reconnue dans la médecine australienne et gagna de plus en plus en importance.

La Melaleuca était devenue si importante que, pendant la Seconde guerre mondiale, les forces armées australiennes libéraient les travailleurs de leurs obligations militaires pour assurer le bon déroulement de la récolte et de la production alors considérée comme une industrie de guerre indispensable. On se servait de la Melaleuca comme additif dans le graissage des machines de l'industrie métallurgique. On pensait ainsi pouvoir baisser le risque d'infections par les battitures.

Après la guerre une suite de facteurs provoqua une stagnation durable de la croissance de l'industrie de la Melaleuca encore jeune.

D'une part, Alexander Fleming réussit à la fin des années vingt à isoler le premier antibiotique, la pénicilline ; en 1945, il obtint le prix Nobel pour ses travaux. L'ère des antibiotiques et des désinfectants était amorcée. Ces nouvelles substances pharmaceutiques étaient considérées comme des remèdes miracles de l'avenir. La Melaleuca sombra dans l'oubli.

D'autre part, la stagnation qui freinait l'essor de la Melaleuca dans les années 50 était due à sa méthode de production même. A l'époque, l'arbre à thé n'était pas encore cultivé en plantation, la totalité des feuilles provenait de la récolte sauvage. Souvent la demande dépassait l'offre et les livraisons n'étaient pas prêtes à temps.

C'est seulement dans les années 80 que le changement s'opéra. On commença à mettre en place des plantations d'arbres à thé, et on modernisa les méthodes de distillation. Un marketing plus professionnel lança le retour mondial de "l'or vert". Il est sûr que sans la baisse de la confiance de l'humanité dans les désinfectants synthétiques (prise de conscience des effets secondaires, résistance des agents pathogènes), la Melaleuca n'aurait pas eu un tel essor. De plus en plus de personnes étaient à la recherche d'alternatives holistiques, naturelles et plus douces pour l'organisme.

Aujourd'hui, l'Australie est en mesure de produire en quantité suffisante une huile essentielle du *Melaleuca alternifolia* naturelle ayant les qualités médicales requises. La Melaleuca est un trésor naturel et un des remèdes les plus merveilleux que la nature puisse fournir. On ne doute plus de ses effets bactéricides, antimycosiques et antiviraux. Elle n'est pas irritante pour la peau, sans danger pour les tissus et non toxique. Elle peut être appliquée directement sur les parties malades ou les plaies ouvertes. Même fortement diluée elle est encore efficace contre les germes pathogènes.

# Production de la Melaleuca

## CULTURE ET RECOLTE

### DE L'ARBRE À THÉ

#### n Recolte sauvage

Jusque dans les années 80 la majorité des récoltes se faisaient encore sur des arbres qui poussaient à l'état sauvage dans leur espace vital naturel le long des cours d'eau et dans les marais du New South Wales. Les récoltes demandaient beaucoup d'efforts et étaient très fastidieuses.

A l'époque la quantité de Melaleuca obtenue n'atteignait même pas vingt tonnes par an. Le "coupeur", appelé "cutter" en Australie, devait pénétrer à pied dans les marécages, seulement muni de couteaux et de sacs. La difficulté n'était pas de trouver les bons arbres ou d'en couper les branches, mais il fallait savoir râper les feuilles des branches au couteau avec précaution pour ne pas les déchirer et provoquer une ouverture précoce des réservoirs d'huile contenus dans les feuilles. Ce travail exigeait expérience et précision. Néanmoins, un "cutter" expérimenté arrivait à en couper pas moins d'une tonne par jour. Une quantité énorme, -soit- mais qui ne fournissait que douze kilos d'essence une fois distillée.

## n Culture en plantation

Face à la demande croissante de "l'or vert du cinquième continent" il était clair qu'à la longue une réduction de temps et de personnel allait s'imposer. Les producteurs australiens durent s'adapter. La mise en place de la culture de l'arbre à thé en plantation permit une récolte effectuée par le passage de machines et l'extraction immédiatement après dans une distillerie adjacente, bien équipée. Une bonne infrastructure pouvait assurer, si nécessaire, le transport de la récolte dans des distilleries plus grandes. De nos jours on voit parfois des plantations à plus de 4.300 ha de surface.

On ne pourra nier que les débuts de la culture de l'arbre à thé relevait de l'expérimentation pure. On ne savait rien de sa culture et on craignait que l'arbre ne puisse survivre en dehors de son espace vital naturel de marécages argileux, sablonneux, pauvres en éléments nutritifs et en permanence humides. Le contraire eut lieu et l'arbre à thé vint très bien sur l'ancienne terre des plantations de canne à sucre et de tabac dans ses sols riches, bien irrigués et à l'abri du vent.

Et pourtant, il ne s'avérait pas si simple "d'appriivoiser" l'arbre à thé. L'agriculture moderne attend de ses cultures entre autres des récoltes constantes. Afin d'atteindre ce but on sélectionna les arbres à thé qui donnaient le plus grand rendement et on utilisa leur semence pour en tirer des exemplaires toujours plus productifs.

Généralement ce procédé s'avérait satisfaisant, il restait cependant surprenant de voir à quel point non seulement la quantité d'essence mais aussi la qualité des descendants d'un seul arbre à thé pouvait varier. On suppose que les conditions locales étaient en partie responsables de telles variations, à savoir les abondances de pluies, la qualité nutritive du sol ainsi que le mois de la récolte. Même les arbres de voisinage très proche, qui subissent tous les mêmes conditions, peuvent se distinguer fortement dans leur degré de maturité qui marque le moment où les feuilles présentent la teneur la plus forte en huile.

Un autre problème survient dans la culture. L'extrême fragilité de la

très jeune plante est son point le plus faible. La semence de l'arbre à thé est si minuscule qu'elle ressemble à du poivre moulu. La culture difficile de ces graines minuscules s'est développée en une branche à part de l'industrie de la Melaleuca.

L'arbre à thé aime la compagnie. On s'est rendu compte que la récolte était d'autant plus abondante que les plantations étaient denses. Les distances idéales, et pour la croissance des plantes et pour le passage des machines sont de 0,50 m entre les arbres et de deux mètres entre les rangées. On peut trouver jusqu'à plus de 20.000 arbres à thé sur un hectare.

*Melaleuca alternifolia* est un arbre qui grandit très vite. Selon les conditions du sol et du climat il est déjà prêt pour la première récolte à l'âge de quinze mois. Les machines coupent les troncs à ras et ramassent les feuilles et les branches. A la suite de la récolte on procède immédiatement à une distillation par vapeur d'eau. Le tronc ainsi coupé produit de nombreuses pousses, si bien qu'après, la plante ressemble plutôt à un arbuste.

Les cultivateurs expérimentés savent que la saison de la récolte décide de la qualité et de la quantité d'essence tirée. On s'est très vite rendu compte que la quantité de l'huile est au plus fort en novembre, au début de l'été australien pour être à son plus bas niveau en juin quand l'hiver commence au New South Wales. La récolte commence en décembre et se termine en mai/juin. Si vous décidez un jour de visiter une plantation, planifiez votre voyage pour l'été ou l'automne australien. Ce sera la saison la plus intéressante.

Sectionné, l'arbre à thé met au moins un an pour se régénérer. Chaque année la récolte d'un arbre sera donc un peu plus repoussée. C'est la raison pour laquelle la durée de la récolte est relativement longue. Les agriculteurs essaient de trouver le moment idéal entre la régénération nécessaire des plantes et la teneur maximale en huile dans les feuilles. Des études à ce sujet sont en cours.

Enfin, en marge de ce chapitre, une petite histoire pour illustrer le sujet de la culture d'une espèce en dehors de son espace vital naturel:

*Melaleuca leucadendron*, un parent proche du véritable arbre à

thé fut exporté en Floride au début du siècle. Comme les plantes enlèvent fortement l'humidité au sol on espérait assécher les sols des marais des Everglades à l'aide de la plantation du cajepulier. La mission ne réussit que trop bien. En effet, le contraire se produisit comme souvent quand l'homme par ses actions s'ingère dans le système écologique de la nature. Les arbres se multiplièrent si bien qu'entre-temps ils représentent une véritable plaie formant des forêts qui s'étendent sur environ 6 % de la surface de la Floride. On n'a pas encore trouvé de moyens pour contrôler l'expansion de l'espèce surtout à cause de sa grande robustesse et de son pouvoir extraordinaire d'adaptation. La petite histoire se voudrait un conseil pour que les hommes usent de la prudence quand ils songent à transplanter l'arbre à thé dans les endroits humides de la terre en dehors de l'Australie sans se préoccuper des suites. Une telle action peut mettre en danger la flore du pays. Le *Melaleuca alternifolia* est un arbre australien spécialement adapté au système écologique de son continent. Pendant ces dernières années on a procédé de plus en plus à la culture des arbres à thé dans d'autres endroits de la terre. A la longue un risque peut être encouru comme nous le montre l'exemple des Everglades.

## n La culture écologique

La culture en plantation se fait souvent en monoculture ce qui soulève naturellement les questions fortement discutées sur les engrais et les pesticides. De nombreuses plantations d'arbres à thé ont été créées sur les terrains d'anciennes plantations de tabac et de canne à sucre. Des dizaines d'années de monoculture ont fortement fatigué les sols. De même, les plantations de canne à sucre et de tabac avaient également connu pour la plupart l'utilisation de pesticides. Des résidus de ces substances peuvent apparaître dans les essences obtenues. C'est pour cela qu'on pratique des contrôles sur les résidus chimiques contenus dans la Melaleuca dans presque toutes les plantations avant la livraison.

Pour être totalement sûr de sa pureté il faut utiliser une Melaleuca qui provient de l'agriculture biologique contrôlée. Un agriculteur désirant entrer dans l'association des "Agriculteurs biologiques d'Australie" (*Biological Farmers of Australia*) doit prouver qu'il pratique l'agriculture biologique depuis trois ans et qu'il n'a plus traité ses sols avec des produits chimiques depuis quatre ans au moins. Ensuite les arbres et les sols sont soumis à un examen de résidus de pesticides. En fonction du résultat on décide si le droit de porter l'appellation "Biological Farmer of Australia" peut lui être conféré.

Par endroit on pratique encore la distillation des feuilles coupées directement dans la brousse. La récolte sauvage présente beaucoup d'avantages écologiques et qualitatifs. L'essence ainsi obtenue est de la meilleure qualité et sans résidus chimiques. Son parfum est fort et épicé car il s'agit surtout de vieux arbres sectionnés régulièrement. La coupe manuelle ainsi pratiquée respecte bien la nature. Alors que la coupe de feuilles pratiquée sur de nombreuses plantes officinales qui poussent à l'état sauvage les fait souffrir, la récolte en brousse sur le *Melaleuca alternifolia* ne nuit absolument pas à sa santé. Si la coupe est faite professionnellement, elle conserve bien la plante et en stimule même la pousse des feuilles. Les essences ainsi obtenues contiennent en règle générale tous les composants importants. Cependant, la récolte "sauvage" ne suffit plus pour répondre aux besoins croissants. Certains distributeurs proposent des essences à provenance mélangée, récolte "sauvage" et culture biologique contrôlée pour garantir une qualité constante.

## **n Classification qualitative**

Selon les méthodes de cultures et d'extractions, les catégories de Melaleuca diffèrent en qualité, comme montré ci-dessous :

### **Melaleuca alternifolia de récolte sauvage**

- Pousse naturelle dans la brousse australienne, coupe des feuilles sans toucher au tronc.
- Bénéfique pour la plante, parfum très fort à cause de la vieillesse des arbres.
- Chromatographie en phase gazeuse des principaux composants, analyse de résidus chimiques.
- Application en aromathérapie et pour la fabrication de produits cosmétiques de qualité supérieure.
- Récolte sauvage certifiée.

### **Melaleuca alternifolia de culture biologique contrôlée**

- Chromatographie en phase gazeuse des principaux composants, analyse de résidus chimiques.
- Application en aromathérapie et pour la fabrication de produits cosmétiques de qualité supérieure.
- Culture biologique certifiée.

### **Melaleuca alternifolia sans produits chimiques**

- Catégorie des essences provenant de plantations en phase de transition entre culture conventionnelle et culture biologique contrôlée.
- Chromatographie en phase gazeuse des principaux composants, analyse de résidus chimiques.
- Adaptée pour la fabrication de produits cosmétiques, produits de soins de santé, trousse de pharmacie, hygiène féminine.

### **Melaleuca alternifolia pharmaceutique**

- Culture conventionnelle, graines obtenues de plantes sauvages.
- Chromatographie en phase gazeuse des principaux composants, analyse de résidus chimiques.
- Adaptée pour la fabrication de produits cosmétiques, produits de soins de santé, trousse de pharmacie, hygiène féminine.

### **Melaleuca alternifolia cosmétique**

- Culture conventionnelle.
- Sans analyse.
- Pour articles cosmétiques comme shampooing, soins de la peau.

### **Melaleuca alternifolia technique**

- Sans analyse.
- Utilisée dans les savons, produits de soins pour animaux domestiques et produits de nettoyage, désinfectant pour climatisations.



## **n L'extraction de l'huile essentielle de *Melaleuca alternifolia* (de la Melaleuca)**

La Melaleuca s'obtient par distillation traditionnelle par vaporisation. La charge moyenne de la distillerie est de deux tonnes de feuilles. La température de travail est atteinte en une demi-heure environ et la procédure s'étend sur environ 3-4 heures.

La production annuelle en 1985 ayant été d'environ dix tonnes, elle a déjà atteint 145 tonnes en 1993. Les chiffres les plus récents sont de plus de 700 tonnes ce qui reflète bien la forte croissance de cette industrie.

Sur une quantité donnée de feuilles on obtient environ 1% d'huile essentielle. 100 kilos de feuilles donneraient donc environ 1,5 kilos d'huile essentielle. Ceci représente un gain relativement élevé en comparaison par exemple avec l'essence de rose pour laquelle on a besoin de 100 kilo de feuilles pour en tirer à peine huit grammes d'essence.

La Melaleuca fraîchement tirée se caractérise par sa grande liquidité et sa transparence colorée d'un léger jaune clair. Son parfum est épicé et rappelle la muscade et l'eucalyptus. Le parfum des essences obtenues des arbres de la brousse est bien souvent plus fort que celui des arbres des plantations.

### **Distillation par vaporisation en caisson**

La chaleur requise pour la distillation par vaporisation est produite par un feu de bois. Les parties des plantes comprimées se trouvent dans une chambre à vapeur. Selon la taille le caisson peut contenir de 1500 à 5000 litres. Quand l'eau atteint une certaine température, il y a formation de vapeur qui est menée dans la chambre à vapeur par en-dessous. Elle monte entre les feuilles et pénètre celles-ci. Les réservoirs dans les feuilles s'ouvrent et l'huile essentielle est libérée. La vapeur sort par le haut et emporte l'essence avec elle. L'essence refroidit avec la vapeur et se dépose dans une cuve. Les huiles essentielles étant en règle générale plus légères que l'eau, le distillat apparaît à la surface. L'élixir ainsi obtenu sera recueilli, filtré, puis conditionné pour l'envoi dans des récipients en acier inox.



# **Deuxième partie**

**COMPOSITION ET  
PROPRIETES DE LA  
MELALEUCA**

**PLUS QUE LA SOMME  
DE SES COMPOSANTS**

## n Plus de 90 composants créent une essence aussi harmonieuse qu'efficace

La Melaleuca est une substance très complexe qui contient plus de 90 composants organiques à présent décelés dont les principaux sont le *terpinène*, le *pinène*, le *cymène*, le *terpinol*, le *cinéol*, le *pinène sesquiter*, l'*alcool de pinène sesquiter*.

Le tableau 2 montre une liste des principaux composants et de leur proportion dans la Melaleuca. L'analyse indique les valeurs moyennes correspondant à une essence à faible teneur en *cinéol*.

Tableau 2 : Proportion des principaux composants de Melaleuca .

<u>Substance</u>	<u>Valeur typique d'analyse</u>
terpinène-4-ol *	36,7%
x- terpinène	20,2%
y- terpinène	9,4%
1,8 cinéol *	3,9%
terpinol	3,4%
P-cymène	3,1%
X-terpinol	2,4%
aromadendron	2,4%
viridiflore	2,0%
x-cadinène	1,6%
x-pinène	1,3%
sabinène	1,3%
limonène	1,1%
myrcène	0,8%
x-phellandrène	0,7%
viridiflorol	0,2%
globulol	0,1%
linalol	0,1%

\* composants définissant la qualité médicale de l'essence.

La Melaleuca étant un produit naturel, les proportions de ses composants sont légèrement variables - un phénomène tout à fait normal pour de nombreuses essences extraites de plantes officinales.

Il arrive qu'on obtient des extraits dont la composition diffère plus fortement des valeurs typiques. On appelle ces extraits "exotiques". Ainsi la proportion en *cinéol* peut varier de 2 à 65 %. Ces variations énormes peuvent influencer sur les propriétés curatives de la Melaleuca, et elles rendent indispensables des contrôles de qualité réguliers. Comme il est impossible de procéder à une analyse sur tous ses composants, les producteurs ne contrôlent que le taux des deux substances les plus importantes sur le plan médical, le *terpinène-4-ol* et le *1,8 cinéol*.

Les qualités anti-infectieuses et antiseptiques de la Melaleuca dépendent surtout de sa teneur en *terpinène-4-ol*. La Melaleuca est d'autant plus efficace que son taux en est élevé. Avec 30 à 40 % cette substance représente son composant principal.

Le *1,8 cinéol* a également des qualités médicales, notamment en tant qu'antispasmodique et expectorant pour les maladies des voies respiratoires. Etant le composant principal de l'huile essentielle de l'eucalyptus, il porte aussi le nom d'eucalyptol. La résorption du *cinéol* se fait en partie par les poumons (ce qui donne l'haleine si

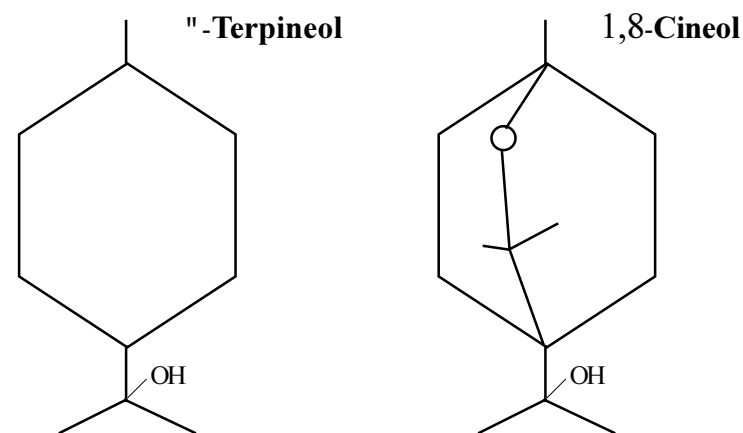


Tableau 3: structure chimique des principaux composants

caractéristique) et en partie par le foie pour être éliminée par les reins. On a longtemps considéré que le *cinéol* était la substance responsable d'irritations cutanées: de nouvelles études ont démontré que il ne pouvait en être tenu responsable. En 1994 les chercheurs Knight et Hansen identifiaient principalement trois autres substances capables de provoquer des irritations de la peau.: le *d-limonène*, le *x-terpinène* et l'*aromadendron*. Ceci n'est pas surprenant vu que l'essence eucalyptolée n'est pas particulièrement irritante alors que son composant principal en est le *cinéol* (> 70 %). La tendance de la Melaleuca d'être d'autant plus irritante que son taux en *cinéol* augmente n'a pas encore été expliquée. D'une part on pourrait penser qu'un taux croissant en *cinéol* fait également augmenter les substances irritantes ou que les substances en mesure de les affaiblir sont affaiblis de leur côté. Vu la complexité de la Melaleuca avec ses presque 100 composants il est difficile de détecter avec précision la causalité entre ses parties.

Cependant, si le taux en *cinéol* augmente, c'est aux dépens du composant précieux de *terpinène-4-ol* qui en est l'élément antiseptique principal. On a trouvé des essences avec plus de 60 % de *cinéol* et moins de 2 % de *terpinène-4-ol*. Une telle essence n'a pratiquement plus de propriété antiseptique.

## n L'importance de la composition naturelle

Chaque élément de Melaleuca pris tout seul n'a pas d'effet médical particulier en soi. Seulement leur combinaison en une seule substance fait naître son originalité curative. De nombreuses huiles essentielles n'atteignent leur particularité que par l'harmonie de leurs composants. Cela explique également pourquoi les produits synthétiques ne peuvent jamais concourir avec les qualités des huiles naturelles.

Les nombreuses études faites à ce sujet mettent souvent l'accent sur l'importance de la faible contenance en *cinéol* pour garantir l'efficacité de la Melaleuca ; ainsi les études de Penfold et Morrison (1946), de Günther (1950) et de Lassak et McCarthy (1983). Basé sur ces études la Tea Tree Association of Australia a mis en place une réglementation pour la normalisation de la composition de la Melaleuca. La norme australienne de 1985 prescrit que le taux du *terpinène-4-ol* doit être au-dessus de 30 % et que celui du *cinéol* ne doit pas dépasser 15 %. Une Melaleuca vraiment supérieure, par contre, devrait présenter au plus 5 % de *cinéol* et au moins plus de 30 % de *terpinène-4-ol*. La normalisation internationale se réfère à la norme ISO 4730.

Les besoins ayant fortement augmenté, la Melaleuca se voit de plus en plus victime de "contrefaçons", en général en ajoutant du *cinéol* qui lui donne un parfum propre au camphre. Une autre falsification se fait en augmentant artificiellement le taux du *terpinène-4-ol*. Les études en laboratoire ont découvert que le *terpinène-4-ol* se révèle normalement par deux variantes optiques (+ et -) et leur relation est de 2 à 1. Un taux artificiellement manipulé en ajoutant du *terpinène-4-ol* détruit cet équilibre considérablement et, de plus, d'autres composants inattendus apparaissent dans le spectre optique de l'ensemble.

Ainsi, pour garantir la production d'une qualité supérieure et pure de Melaleuca chaque charge est contrôlée en sortant de la distillerie sur son pourcentage en *1,8 cinéol* et *terpinène-4-ol*.

## n L'originalité de la Melaleuca

Grâce à sa composition originale la Melaleuca possède diverses qualités curatives remarquables pour un large champ d'applications. A la différence d'autres remèdes, elle se distingue par sa polyvalence : elle est efficace dans la lutte contre les parasites, les champignons, les bactéries et les virus. Ses effets sont brièvement listés ci-dessous :

### n Antiparasitaire

Elle est efficace contre les parasites et les insectes, elle est utile dans la lutte contre moustiques, mites, poux, puces et tiques.

### n Antifongique

Elle est efficace contre de nombreux champignons tels que : *le Trichophyton mentagrophytes*, *le Trichophyton rubrum*, *l'Aspergillus niger*, *l'Aspergillus flavus*, *le Candida albicans*, *le Microsporum canis*, *le Microsporum gypseum* ou *le Thermoactinomyces vulgaris*. Par conséquent, elle combat avec succès les maladies déclenchées par ceux-ci : mycoses de toutes sortes et stomatites en font partie.

### n Bactéricide

La Melaleuca est très efficace dans la lutte contre les agents pathogènes des infections et des abcès ainsi que contre les bactéries suivantes: *Staphylococcus aureus*, *Staphylococcus epidermidis*, *Staphylococcus pneumoniae*, *Staphylococcus faecalis*, *Staphylococcus pyrogenes*, *Staphylococcus agalactiae*, *Propionibacterium acnes*, *Streptococcus β-hémolytiques*, *Escherichia coli*, *Mycobacterium phlei*, *Klebsiella pneumoniae*, *Citrobacter*, *Shigella sonnei*, *Proteus mirabilis*, *Legionella pneumophila*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Eberthella lyphosa*, *Bacillus negatherium*. Cette liste s'allongera certainement avec les études à venir. Ainsi, toutes les plaies, blessures et inflammations de la peau se soignent à la Melaleuca. C'est également

un très bon désinfectant de tout l'appareil respiratoire et des parties des organes uro-génitaux (vessie, vagin, verge).

### n Anti-viral

Elle est très efficace contre de nombreuses maladies virales, telles que la varicelle, l'herpès ou les verrues.

### La Melaleuca est absolument sans danger pour la peau

Outre ces quatre qualités de base décrites ci-dessus la Melaleuca en possède encore d'autres qui complètent l'ensemble de ses propriétés curatives.

n Dans le milieu médical on a toujours apprécié qu'elle puisse s'appliquer directement et non-diluée sur la peau et sur les plaies. Ses composants curatifs parviennent ainsi sans obstacle à l'endroit affecté et peuvent apporter le secours demandé. A l'inverse de nombreux désinfectants synthétiques la Melaleuca n'endommage pas les tissus fragiles, mais aide activement à leur régénération.

n Elle apaise les irritations et les douleurs - qualité non sans intérêt en cas d'urticaire, de piqûre d'insectes ou de varicelle.

n Sa grande solubilité semblable à celle de l'alcool est utile pour le nettoyage des plaies : elle enlève impuretés et autres particules étrangères.

# La Melaleuca en aromathérapie

## n Un mot au sujet de la qualité

La réglementation australienne fixe les taux en *1,8 cinéol* et *terpinène-4-ol* comme nous l'avons décrit plus haut, mais elle n'interdit pas expressément le mélange de la Melaleuca avec d'autres essences. Par conséquent il existe une grande diversité d'essences sur le marché et il faut donc faire très attention si on veut acheter une essence naturelle et pure à 100 %.

L'ATTIA, l'association australienne des producteurs de Melaleuca, a défini des directives pour ses membres. Elle les oblige entre autres à fabriquer leurs produits uniquement à partir de l'extraction de feuilles de l'arbre à thé *Melaleuca alternifolia*.

Sur l'étiquette d'une bonne huile essentielle figure toujours sa provenance, son nom botanique, sa méthode de fabrication ainsi que les parties de la plante utilisées.

Les huiles essentielles obtenues par culture biologique garantissent l'absence de pesticides et de minéraux indésirables. Elles sont soumises à des contrôles fréquents. La provenance de culture biologique contrôlée est clairement mentionnée sur l'étiquette. On les trouvera en vente dans les magasins de produits biologiques et les pharmacies.

## n Petite histoire de l'aromathérapie

L'aromathérapie est aussi ancienne que l'humanité. Des fouilles archéologiques confirment que l'homme de l'Âge de la pierre s'entourait déjà de plantes aromatiques, à des fins soit médicales soit religieuses, sans qu'il y ait eu une séparation nette entre les deux. Par la suite on procédait à l'extraction de liquides, résines et baumes de plantes. En Égypte les plantes aromatiques jouaient un rôle très important. Les Égyptiens croyaient se lier à la force et à la pureté divine par un filet de senteur et de parfums délicieux montant aux sphères éthérées. Comme aucune civilisation avant eux ils aspiraient à l'immortalité. À l'aide du pouvoir conservateur des essences ils espéraient vaincre la décomposition de la mort. Dans leurs tombeaux se trouvent encore aujourd'hui des restes de résines, baumes et herbes qui se sont conservés durant des milliers d'années dans le climat chaud et sec.

L'Europe prit connaissance des essences pures au 11ème siècle par le retour des croisés. Les médecins arabes tels que le célèbre Avicenne détenaient déjà une grande connaissance sur les élixirs des plantes et leur extraction. En Europe, les alchimistes furent stimulés par ces contacts dans leur recherche de la Quintessence. Mais à part cela, les nouvelles connaissances furent plutôt réprimées dans un Moyen Âge dominé par le pouvoir clérical et il ne restait que l'utilisation des parfums ou de l'encens dans les églises. Les propriétés médicales des huiles essentielles ont été redécouvertes par l'aromathérapie moderne. Elle ne guérit pas comme la médecine des plantes à l'aide de toutes les parties de la plante mais par son distillat, son essence.

## **n Méthodes d'application**

### ***Application directe***

La Melaleuca est une des rares huiles essentielles qui peut être en contact direct avec la peau sans être diluée. Les plaies, les brûlures et inflammations peuvent être ainsi soignées.

### ***Inhalation***

L'inhalation est un remède qui a fait ses preuves pour soigner la sinusite ou les rhumes ou simplement pour améliorer l'air ambiant. Si vous êtes en route, faites une inhalation de Melaleuca en mettant quelques gouttes sur un mouchoir. Le soir, vous mettez quelques gouttes sur votre oreiller. Un bain de vapeur se prépare avec quelques gouttes dans un bol d'eau chaude. Une manière plus douce encore d'inhalation sera obtenue par humidification de l'air ambiant en mettant quelques gouttes dans votre diffuseur à parfum ou saturateur.

### ***Compresses et pansements***

Ils peuvent se faire froid ou chaud, avec un gant de toilette ou un tissu en coton ou en lin. Humidifiez d'abord le tissu et appliquez ensuite quelques gouttes de Melaleuca. Les compresses agissent surtout par échange thermique. Une compresse ou un pansement froid doit être remplacé quand il se réchauffe et *vice versa*.

### ***Massages***

Une huile essentielle est absorbée par la peau. L'aroma-massage se sert de cette propriété. Selon le lieu et le but du massage on utilisera une huile grasse (olive, amande, germe de blé) et on y ajoutera quelques gouttes de Melaleuca. Il est préférable d'utiliser des huiles grasses d'une qualité supérieure (magasin bio, magasin de santé ou pharmacie).

### ***Bains***

La Melaleuca peut s'ajouter dans le bain dont la température sera au mieux un peu au-dessus de la température du corps autour 40°C et la durée du bain devrait être au moins de dix minutes. Les portes et les fenêtres fermées vous obtiendrez de plus un bon effet d'inhalation.

### ***Parfums***

Les parfums d'huiles essentielles influent par l'odorat directement sur notre cerveau et ainsi sur une multitude de mécanismes physiques, émotionnels et psychiques qui dirigent notre conscience. Ces qualités subtiles des huiles essentielles ne peuvent prendre tout leur effet que s'il s'agit d'essences purement naturelles sans additif synthétique et sans falsification par des huiles de qualités inférieure.

L'effet de la Melaleuca est surtout désinfectant pour l'air ambiant et s'apprête pour les pièces très peuplées ou les chambres d'hôpital. Quelques gouttes sur une pierre ou un diffuseur à parfum font répandre son parfum frais, fort et épicé qui rappelle la noix de muscade avec une note de camphre. Cette senteur fait partie des notes de base légère. Son effet sur le psychisme est généralement connu comme vitalisant, régénérant, harmonisant et aidant à la concentration (selon Wolf, 1995).

## Conseils pour l'utilisation de la Melaleuca

Les recommandations et conseils donnés dans ce texte ne veulent pas être entendus dans un strict sens médical de diagnostique ou de thérapeutique. Nous les avons mentionnés pour les personnes désireuses de plus amples informations. Elles ne remplacent pas le secours médical et thérapeutique.

n La Melaleuca ne doit pas être en contact avec les yeux, elle irrite le tissu conjonctival.

n Avant la première utilisation un test sur la peau est recommandé. La Melaleuca est une des essences les plus douces pour la peau et sans danger pour celle-ci, cependant, il peut y avoir des peaux extrêmement sensibles, par exemple en cas de neurodermatite atopique ou en cas d'allergies contre les huiles essentielles. Mettez quelques gouttes de Melaleuca sur la partie intérieure de l'avant-bras et laissez agir quelques heures. Si une réaction forte survient (rougeurs, brûlures et irritations), rincez abondamment à l'eau froide, et n'utilisez jamais l'essence pure non diluée.

On sait désormais que principalement trois substances contenues dans la Melaleuca peuvent provoquer des irritations cutanées (*d-limonène*, *x-terpinène*, et *aromadendron*). Le *cinéol* n'en fait pas partie vu que l'huile essentielle eucalyptolée en contient plus de 70 % et que celle-ci, correctement appliquée, n'est pas irritante.

n Des empoisonnements peuvent survenir suite à des surdosages. Cependant, on ne connaît pas de suites graves: il est arrivé que des enfants en aient bu (voir indications pour le stockage). Une légère diarrhée et une fatigue avaient été notées dans un cas où deux enfants en ont bu chacun 25 ml. Ces symptômes avaient disparu le lendemain. Chez un enfant de deux ans qui en avait absorbé environ 10ml, des

étourdissements ont suivi l'absorption. Pour pallier cet effet on a donné du charbon actif et les symptômes disparurent le lendemain. Un cas extrême avec perte de connaissance pendant plusieurs heures a été rapporté d'un homme après l'absorption de la moitié d'une tasse contenant de la Melaleuca.

La Melaleuca non diluée ne doit pas être prise à doses importantes pendant longtemps sans surveillance médicale.

n Pendant la grossesse et l'allaitement elle peut être prise dans les quantités recommandées. Les nourrissons et les jeunes enfants ne doivent pas l'absorber non diluée.

A part ces cas de réactions rapportées dues à un surdosage ou à une allergie, d'autres contre-indications ou effets secondaires ne sont pas connus.



## Conseils pour le stockage

n La Melaleuca à l'état pur peut altérer la matière plastique. Conservez l'essence uniquement dans des récipients en verre et évitez son contact direct avec les plastiques, les vernis etc.

n Comme toutes les huiles essentielles, la Melaleuca doit être stockée bien fermée, dans un endroit frais et à l'abri de la lumière. Bien stockée elle se conserve trois à quatre ans avant l'ouverture. Après l'ouverture elle devrait être utilisée en un an.

n Conservez-la en dehors de la portée des enfants. Assistez-les toujours et ne les laissez jamais seuls quand ils doivent en prendre (p.ex. en inhalation).

n La Melaleuca est inflammable à environ 140 °C. Evitez donc tout contact avec le feu.

---

## Troisième partie

### COMMENT UTILISER LA MELALEUCA

### PETIT REMÈDE UNIVERSEL

## Petit remède universel

Dans ce chapitre il s'agira d'en venir concrètement à l'application de la Melaleuca chez l'homme. Le champ de son utilisation est devenu si large qu'il n'est pas si simple d'en faire une bonne présentation. Pour la clarté de celle-ci, nous nous sommes efforcés de procéder par sections. Le large champ thérapeutique de ses applications nous a fait procéder de la description de l'usage externe vers l'usage interne du corps.

Au début il sera donc question des soins cosmétiques et des soins du corps, puis des affections de la peau avant d'arriver à l'intérieur pour finir avec les maladies infectieuses.

Enfin, à l'intérieur de chaque section nous essayerons de parcourir le corps de la tête aux pieds.

### A MELALEUCA DANS LES SOINS DU CORPS

Grâce à son effet particulièrement antiseptique et grâce à sa grande tolérance par la peau, la Melaleuca est surtout adaptée pour soigner la peau à problème, à tendance grasse, qui présente des impuretés.

L'essence pénètre profondément dans les couches épidermiques, accélère le détachement des cellules mortes et stimule la régénération cellulaire. Elle est très douce et ne dessèche pas l'épiderme. En terme de vocabulaire cosmétique on la classifierait comme hydratante.

L'industrie cosmétique a reconnu à juste titre ses précieuses qualités naturelles et propose déjà une large gamme de produits adaptés aux soins du corps.

### n SOINS DES CHEVEUX

#### Lavage

Les problèmes les plus fréquents sont les cheveux trop gras ou trop secs. L'effet de la Melaleuca sera équilibrant. Ses qualités hydratantes sont adaptées aux soins des cheveux secs. Par son effet antiseptique elle aide à déboucher les glandes sébacées obstruées à la racine du cheveu et contribue à rééquilibrer au fur et à mesure la production sébacée.

Application: Il existe divers shampoings en vente à base de Melaleuca pour différents types de cheveux, mais on peut aussi se fabriquer son propre shampoing en ajoutant environ 20 gouttes à 100 ml de shampoing de votre choix.

#### Pellicules

C'est un problème très embêtant venant du cuir chevelu, souvent accompagnés de démangeaisons. Les cellules des couches épidermiques supérieures meurent trop vite, tombent et se déposent sur les vêtements, donnant un aspect mal soigné et gênant.

Application: L'utilisation régulière d'un shampoing à base de Melaleuca en combinaison avec des frictions à l'essence de Melaleuca ou à l'huile de bouleaux rééquilibrera au fur et à mesure la production des cellules et réduira ainsi les pellicules.

## n SOINS DENTAIRES

De plus en plus de dentistes utilisent la Melaleuca. Tout le monde connaît l'importance des antiseptiques pour les soins de la bouche. Ils ne doivent pas irriter ou endommager les muqueuses. Ici la Melaleuca rend un service presque idéal. Les cabinets dentaires dans lesquels on s'en sert pour couvrir le besoin quotidien en antiseptique ordinaire pour l'hygiène buccale s'accroît considérablement.

### Plaque

Les publicités télévisées pour les dentifrices n'arrêtent pas de nous montrer comment les restes alimentaires sont un bouillon de culture pour les microbes qui se déposent sur les dents et de préférences sur les gencives. Si on n'agit pas, la plaque ainsi produite est la base idéale pour la formation des caries dentaires.

Les causes de la grande fréquence de caries dans la société actuelle, à savoir la consommation exagérée de sucre- ne sont pas le sujet de ce petit manuel. Mais la plupart des gens savent sans doute que le sucre raffiné en est le premier responsable.

Que faire pour éviter la formation de caries ? Le brossage régulier des dents, plusieurs fois par jour, en reste la meilleure prévention.

Application: Le brossage avec un dentifrice à la Melaleuca ou avec une goutte de l'essence sur la brosse à dents fait peu à peu disparaître la plaque. Il existe déjà du fil dentaire à la Melaleuca, également utile pour lutter contre la plaque.

### Saignement des gencives (Gingivorrhagie)

Le brossage des dents s'accompagne fréquemment de saignements des gencives. Ceci peut indiquer une gingivite avec le déchaussement des dents si redouté. Il faut en chercher les causes dans l'alimentation et en partie dans le dépôt de microbes (tartre).

Application: L'usage régulier de la Melaleuca pour les soins dentaires peut prévenir les saignements dus aux gingivites.

### Mauvaise haleine

Elle peut avoir différentes causes, par exemple ce que nous venons de manger ou de boire (l'ail, de la bière, ou du poisson). La Melaleuca utilisée comme gargarisme rafraîchit l'haleine et aide à la régénération de la flore buccale.

Application: Mettre 5 - 10 gouttes dans un verre d'eau chaude. Gargariser et rincer la gorge. Vous pouvez créer un agréable gargarisme en ajoutant quelques gouttes d'huile essentielle de sauge ou de thym de bonne qualité (voir le chapitre sur l'aromathérapie).

Si la mauvaise haleine persiste c'est qu'elle provient d'endroits dans le corps qui sont en putréfaction. L'origine peut être une mauvaise hygiène dentaire, des abcès dans la bouche, par exemple dans une dent. Quelquefois la source peut en être plus profonde, dans la gorge ou dans l'estomac. Dans ce cas, il faut faire une recherche poussée de l'origine précise.

## n SOINS DE LA PEAU

Des études récentes ont trouvé de nouvelles applications pour la Melaleuca. L'industrie des produits cosmétiques naturels, toujours en quête de conservateurs naturels pour protéger les composants fragiles et périssables de ses produits, semble avoir trouvé dans la Melaleuca un produit adapté à cette fin. En ajoutant seulement 0,5 % la propriété de conservation nécessaire est atteinte. Pris dans cette concentration son parfum parfois incommodant devient imperceptible c'est-à-dire qu'il peut être facilement superposé par le parfum des autres composants. Cette information est évidemment valable et utile pour tous ceux qui fabriquent eux-mêmes leur produits cosmétiques.

Par contre, de nombreux produits cosmétiques (nettoyage et soins) contiennent de la Melaleuca comme agent actif principal. Son effet pour la peau est très bénéfique.

A Sydney on a testé la Melaleuca pour savoir si elle était appropriée pour le soin de la peau de personnes âgées. Ce type de peau souvent très sèche et sensible réagissait très bien. Après trois semaines de traitement la peau était nettement plus douce et de petites gerçures avaient disparu sans cicatrices.

## BOUTONS ET ACNÉ

Ils apparaissent surtout à un moment très inopportun de la vie, c'est-à-dire dans la jeunesse, et rendent la vie bien désagréable aux jeunes gens qui en sont victimes. Ils peuvent se manifester sur le visage, le cou, le décolleté ou le dos.

Dû au changement hormonal la production des glandes sébacées est stimulée. Les follicules pilo-sébacés à la surface de la peau peuvent s'obstruer et des pustules enflammées peuvent apparaître. Normalement, les boutons disparaissent avec l'âge, mais parfois les problèmes persistent.

Même à l'âge adulte, de nombreuses personnes connaissent l'apparition plus ou moins fréquente de boutons, souvent aux moments de stress, due à une mauvaise alimentation ou à un changement hormonal (chez les femmes avant les règles ou pendant la ménopause). La tendance à avoir une peau grasse qui présente des impuretés peut également être due à une transmission congénitale.

Les raisons pour l'apparition de l'acné sont multiples et le degré de gravité de l'état de la peau varie également. Dans certains cas un seul remède peut être insuffisant.

Ceux qui en sont victimes doivent faire leur propre investigation pour trouver ce qui leur réussit le mieux. Ce texte ne peut qu'insister sur un mode de vie équilibré et sur une bonne alimentation sans en faire l'explication exhaustive. En tout cas, il est important de bien soigner ces peaux à problème. Ici, la Melaleuca peut rendre le meilleur service grâce à son effet désinfectant et antiseptique tout en étant très bien tolérée par la peau.

Application: Laver la peau avec le savon à la Melaleuca (2 %) ; pour les boutons enflammés apposer un coton-tige ou coton imbibé de Melaleuca pure sur les parties enflammées deux fois par jour. En crème du jour, utiliser une crème antiseptique à la Melaleuca (5 %), non grasse et hydratante, proposée dans la gamme de certains fabricants. Il y a aussi les crayons à boutons à la Melaleuca, très pratiques pour le sac à mains.

### ETUDES SUR L'ACNE

Pour connaître l'effet de la Melaleuca sur l'acné, diverses études indépendantes sont sorties récemment : la plus connue est celle de Bassett (1990) qui comparait la Melaleuca à une lotion de Peroxyde de benzoyle, une substance habituellement prescrite dans le traitement de l'acné.

Les deux produits ont été utilisés à une concentration de 5 %. 58 sujets ont été traités à la Melaleuca, 61 autres à la lotion de Peroxyde de benzoyle, tous pendant trois mois. Les deux traitements ont montré une nette amélioration de la peau. On a pu observer un meilleur résultat dans le groupe qui utilisait le Peroxyde de benzoyle. Dans ce groupe 79 % des sujets se sont plaints d'effets secondaires (peau qui tire et qui brûle), alors que dans le groupe "Melaleuca" ces effets n'ont été observés qu'à 44 % .

Il est à noter qu'une lotion à 5 % de Melaleuca représente une concentration faible, que l'on avait choisi pour satisfaire aux buts de l'étude (comparaison directe des deux substances). En effet la Melaleuca possède l'avantage de pouvoir s'utiliser à une concentration bien plus élevée ce qui renforce son efficacité sans pour autant forcément augmenter les effets secondaires.

### Dessèchement/gerçures

Dans nos latitudes l'hiver nous fait autant souffrir de sécheresse que de froid. Beaucoup de plantes dessèchent plus facilement en hiver qu'elles ne meurent de froid. A l'intérieur c'est en premier lieu le chauffage des pièces qui rend l'air très sec, mais à l'extérieur nous sommes aussi confrontés à l'air très froid et sec. Notre corps en souffre, particulièrement les lèvres et les mains. Quelquefois apparaissent même de petites crevasses douloureuses ou des gerçures aux coins des lèvres.

Application: Pour le soin des lèvres il y a des sticks gras à la Melaleuca en vente. Pour le reste du corps on recommande un mélange de 5 gouttes de Melaleuca à une cuillerée à thé d'une base d'huile grasse (germe de blé, fruit de l'églantier ou rosier (*rosa mosqueta*)) ; à ce mélange vous pouvez encore ajouter 5 gouttes d'huile de lavande.

### Callosités

Application: Profitez de la capacité de la Melaleuca de pénétrer profondément dans la peau : après un bain des pieds, enduisez les parties qui présentent des callosités avec l'essence pure et laissez pénétrer. Appliquez régulièrement une crème à la Melaleuca.

### Cor

Ce petit tumeur dur siégeant en général au dos des orteils est fréquent chez les danseuses ou due à la pression de chaussures trop serrées.

Application: Fréquents bains des pieds en ajoutant de la Melaleuca, massez le cor avec un mélange de trois gouttes de Melaleuca avec une cuillerée à thé d'huile d'arnica.

**Pieds transpirants**

Les chaussettes et les chaussures synthétiques telles que les bottes en caoutchouc ou les tennis bien isolés favorisent la transpiration des pieds.

A l'origine de ce phénomène peuvent être des problèmes du métabolisme du corps, qui ne disparaîtront pas en soignant les symptômes. Le corps se libère des toxines par la transpiration. Les anti-transpirants sont un mauvais moyen d'empêcher la sueur de sortir du corps car l'organisme réagira par d'autres effets désagréables à des endroits inattendus. Seul une examen approfondi permettra de trouver la cause de la transpiration des pieds.

La Melaleuca, par contre, combat efficacement la mauvaise odeur due à des microbes qui se développent très bien dans ce milieu chaud et humide.

Application: Faire un bain des pieds à la Melaleuca (5 à 10 gouttes) puis masser les pieds avec une crème antiseptique à la Melaleuca. Eventuellement appliquer l'essence pure sur la plante des pieds : l'effet désodorisant de la Melaleuca est vraiment convaincant.

**PARASITES ET INSECTES****n Moustiques**

L'hiver nous apporte les problèmes de sécheresse de l'air, par contre, l'été avec son climat humide nous inonde de myriades d'insectes avides de se nourrir de notre sang. En effet, il n'est peut-être pas étonnant que l'arbre à thé, originaire des marécages d'Australie connaît un effet spécifique contre les insectes.

Application à la maison: Il y a différentes possibilités pour lutter contre les moustiques. Souvent, il est suffisant de mettre quelques gouttes d'essence dans son diffuseur de parfum et d'en parfumer les pièces pour chasser les moustiques.

Cette utilisation ne suffit plus à l'extérieur, surtout à la proximité d'étangs ou de lacs ou lors de randonnées dans des régions infestées de moustiques telle que la Finlande qui semble être un bon pays exemple pour faire ses expériences à ce sujet comme une collègue m'a raconté récemment.

Application à l'extérieur: Il n'y a qu'à bien se couvrir et à enduire les parties du corps non-vêtues à la Melaleuca pure sans laisser d'endroits libres. Il existe déjà des insecticides à la Melaleuca dans le commerce.

### Morsures ou piqûres ou d'insectes

Application: Appliquer la Melaleuca pure sur la piqûre. Elle apaise l'irritation et rafraîchit.

#### n Poux

Ces insectes de 3 mm de taille, gris et sans ailes (*pediculus captis*) infestent régulièrement les maternelles et les écoles élémentaires, surtout pendant les saisons chaudes. Ils se transmettent par le contact direct et peuvent constituer une gêne durable.

Chaque femelle pond environ 200 oeufs, appelés *lentes*, qu'elle fixe bien aux cheveux pour leur garantir la température idéale à leur croissance. Souvent les oeufs restent accrochés dans les brosses et les peignes ce qui en facilite la transmission.

Application: Désinfecter chaque objet en contact avec les cheveux à la Melaleuca pure. Laver les cheveux avec un shampoing à la Melaleuca, laisser pénétrer au moins dix minutes. Apaise également les démangeaisons.

#### n Gale

La gale vient des sarcoptes (*acarus scabies*). Ils pénètrent dans la peau où les femelles creusent des galeries sous-cutanées souvent visibles à l'oeil nu pour pondre leurs oeufs ce qui provoque de fortes irritations et inflammations. Ces parasites sont facilement transmissibles par le contact avec les personnes ou les vêtements infectés.

Les endroits les plus fortement touchés sont les espaces interdigitaux : les doigts, les mains, mais aussi les aisselles, la poitrine et la verge. Pour lutter contre ces parasites, il faut changer souvent le linge et les draps et les laver à l'eau bouillante.

Application: Se laver avec un savon à base de Melaleuca. Appliquer l'essence pure sur les parties enflammées. Après la toilette appliquer une crème antiseptique.

### n Tiques

Les *ixodes* (*ixodes ricinus*) sont le genre de tiques le plus fréquent en Europe. Ces animaux traversent un long cycle de développement pendant lequel ils se fixent à plusieurs reprises sur des animaux à sang chaud dont ils sucent le sang. Une tique attend sa proie en restant immobilisée pendant des mois sur une plante jusqu'à ce que l'odeur de l'acide butyrique lui annonce la proximité d'un animal ou d'un être humain - puis le bon moment venu, elle se laisse tomber.

Souvent on ne découvre ces bêtes que lorsque, plantées dans la peau, la partie postérieure devient visible une fois gonflée de sang. Les tiques sont dangereuses parce qu'elles peuvent transmettre des maladies infectieuses graves telles que la méningite ou la maladie de lyme.

Application: Il est très important d'enlever la tique complètement et de désinfecter soigneusement la morsure. Après l'application de Melaleuca pure directement sur la tique et autour de celle-ci, elle tombera toute seule après un quart d'heure ou alors on peut l'enlever à la main. Agir prudemment et ne pas arracher. Appliquer l'essence pendant quelques jours encore pour éviter une inflammation.

## BLESSURES

### **n Hématomes, contusions et meurtrissures**

Il arrive souvent que l'on se cogne et que l'on se retrouve avec des bleus. En appliquant sur les parties heurtées une huile qui stimule la circulation, comme par exemple l'arnica bien connue de la médecine des plantes traditionnelle et en le mélangeant à la Melaleuca, on profite de la capacité de celle-ci de pénétrer profondément l'épiderme et de stimuler la régénération des tissus.

Application: Un mélange d'huile d'arnica que l'on trouve dans le commerce en macération (extrait d'huile) avec la Melaleuca en proportion de 10 à 1 rafraîchit et apaise les parties douloureuses et stimule la circulation du sang. Mêmes les meurtrissures légères peuvent se traiter de la sorte.

### **n Foulures**

Les foulures se produisent souvent suite à un accident de sport. On tombe sur la main, on déplace l'articulation ou on se foule la cheville. L'hyperextension des ligaments cause des douleurs et enflures de l'articulation.

Application: Les conséquences de la foulures peuvent s'apaiser en massant l'articulation régulièrement avec le mélange d'arnica et de Melaleuca comme indiqué ci-dessus.

### **n Intertrigo**

La Melaleuca rend de bons services partout là où la peau est éraflée le plus souvent par le frottement de vêtements ou chez des personnes corpulentes (sous les seins, dans le pli interfessier). L'application de la Melaleuca sur les parties touchées évite que celles-ci deviennent vite un bouillon de culture pour les microbes ou champignons.

Application: En cas de démangeaisons ou de brûlures appliquer un coton imbibé sur la zone concernée. Sinon en prévention appliquer la crème antiseptique une fois par semaine.

### **n Escarre**

Ce phénomène apparaît lorsque les tissus sont comprimés pendant un certain temps et que le sang y circule mal. C'est le cas chez les personnes malades couchées en permanence mais aussi lorsqu'on porte un plâtre. Selon la gravité de l'état, cela peut aller de la simple rougeur à des plaies profondes. La Melaleuca peut rendre de précieux services en protégeant la plaie de s'infecter et en stimulant la guérison.

En prévention de ce phénomène il est important de faire régulièrement changer de position la personne couchée et veiller à une bonne circulation du sang au niveau des zones d'appui.

Application: Massage régulier à l'huile du rosier (*rosa mosqueta*) à laquelle on ajoutera 2 à 3 gouttes de Melaleuca.

### **n Coupures, éraflures et écorchures**

Pour soigner ces petites blessures on devrait toujours avoir un flacon de Melaleuca à portée de mains.

Application: Appliquer l'essence pure. C'est non seulement un désinfectant extraordinaire mais un parfait nettoyeur des impuretés et cicatrisant. Et - enfin on a un désinfectant qui ne "pique" pas !

### **n Echarde**

Souvent, il est difficile d'extraire le corps étranger en totalité. Il y a en plus un risque d'inflammation dû à d'autres impuretés dans la blessure. Application: Appliquer l'essence pure, elle est antimicrobienne et anti-inflammatoire.

S'il y a déjà de la matière purulente, c'est parce que le corps essaie d'éliminer l'élément étranger par ce moyen. Nettoyer à la Melaleuca et examiner soigneusement s'il ne reste rien dans la plaie.



## INFLAMMATIONS PURULENTES DE LA PEAU

C'est la composition originale de la Melaleuca qui est responsable pour son large champ d'applications possibles. Voici quelques exemples de bactéries qui montrent ses multiples propriétés anti-inflammatoires : elle est efficace dans la lutte contre les *Staphylococcus*, *Streptococcus*, *Pseudomonas*, *Proteus*, *Escherichia* et *Klebsiella*. La Melaleuca est également efficace contre les mycoses à tendances inflammatoires.

### n Orgelet

Les orgelets sont de petites inflammations purulentes annexées à un oeil sur le bord de la paupière. Les agents pathogènes sont le plus souvent les staphylocoques contre lesquels la Melaleuca lutte avec efficacité. Malgré sa tolérance générale de toutes les parties du corps, la Melaleuca ne doit jamais être en contact direct avec les yeux où elle provoquerait des irritations de la cornée.

Application: Mettre 5 gouttes dans un bol d'eau bouillante et faire un bain de vapeur. Mettre une serviette sur la tête et rester 10 minutes avec les yeux fermés. L'essence libère sa vapeur à propriété curative. Répéter plusieurs fois pendant quelques jours.

### n Boutons

voir acné section soins du corps et de la peau

Application: Se laver avec un savon à la Melaleuca. Nettoyer au moins deux fois par jour le bouton et son pourtour avec un coton-tige imbibé de Melaleuca pure.

### n Impetigo

Des bactéries du genre *Staphylococcus* et *Streptococcus* sont à l'origine de l'*Impetigo contagiosa*. Cette maladie est très contagieuse et affecte surtout les enfants. Sur le visage et la tête apparaissent de nombreuses

vésicules purulentes qui se transforment ensuite en une croûte brune jaunâtre.

La Melaleuca combat les agents pathogènes et aide à la cicatrisation.

Application: Ajouter 10 gouttes de Melaleuca dans le bain pour ramollir les croûtes et les enlever par la suite. Appliquer l'huile matin et soir sur les parties concernées. Agir prudemment. Eventuellement appliquer une crème non grasse antiseptique à la Melaleuca .

### n Plaies infectées et purulentes

Les écorchures et autres blessures mécaniques sont l'endroit idéal pour la formation d'un bouillon de culture pour microbes. Si la plaie est insuffisamment nettoyée, elle s'infecte facilement et devient purulente. Les agents pathogènes sont des bactéries du genre *Staphylococcus* et *Streptococcus*. Une bonne utilisation de Melaleuca apporte un secours rapide.

Application: Lavez la plaie à l'eau chaude avec un gant de toilette sur lequel vous aurez versé 10 gouttes de Melaleuca. Appliquez ensuite une crème antiseptique à la Melaleuca. S'il s'agit de larges surfaces, couvrez-les pendant une à deux heures avec des bandes de gaze enduites de Melaleuca.

Les tissus guériront rapidement grâce aux propriétés désinfectantes et régénérantes de la Melaleuca. Quelques jours suffiront normalement, sinon consultez un médecin.

### n Abscess

Les abcès peuvent survenir à la suite de blessures. Ils peuvent s'étendre sur tous les endroits de la peau et se caractérisent par un amas de pus formant une poche au sein d'un tissu. C'est pourquoi l'incision devient souvent nécessaire. Cette intervention peut éventuellement être évitée par l'application de la Melaleuca.

Application: Si vous le sentez "venir", appliquez l'essence plusieurs fois par jour et mettez-en 10 gouttes dans votre bain. Couvrez l'endroit pendant la nuit d'une gaze enduite de la crème Melaleuca antiseptique, non-grasse.

**n Furoncle**

C'est une infection de la peau très douloureuse, circonscrite à un follicule pilo-sébacé, causée par un staphylocoque (*Staphylococcus aureus*) se présentant sous la forme d'une gouttelette de pus et de tissu nécrosé à son centre, - le bourbillon. Ils se forment de préférence dans le cou et aux épaules. Plusieurs furoncles peuvent se former les uns à côté des autres et se rejoindre. Dans ces cas on parle d'anthrax. C'est une aggravation de l'état et il faut consulter le médecin.

Application: comme pour les abcès. Vous pouvez accélérer le développement d'un furoncle en fixant deux fois par jour un petit coton imbibé de 5 gouttes de Melaleuca sous un pansement. Ne jamais presser un furoncle !

Petit conseil : Réfléchissez à votre mode de vie (stress ?) et à votre mode d'alimentation si vous avez tendance à former des furoncles.

**n Panaris**

Il s'agit d'une inflammation aiguë phlegmoneuse d'un doigt ou d'un orteil. Les agents pathogènes sont le plus souvent un mélange de bactéries et de champignons et on est confronté à une inflammation mixte. La Melaleuca sait lutter contre ce genre d'infections. On peut ainsi souvent éviter la perte d'un ongle ou le drainage de la partie infectée.

Application: comme pour les abcès. Cependant, le traitement peut durer bien plus longtemps car il peut s'agir d'une problème chronique.

**AUTRES AFFECTIONS DE LA PEAU****n Brûlures, coups de soleil**

On ne peut que recommander la Melaleuca en cas de premier secours pour les brûlures légères. Elle est rafraîchissante, enlève les rougeurs, évite la formation de vésicules et les inflammations.

Application: Laisser couler de l'eau froide pendant quelques minutes sur la partie brûlée, puis appliquer l'essence pure. Continuer l'application pendant quelques jours jusqu'à guérison complète.

Les coups de soleil sont une forme spécifique de brûlure dus à l'exposition exagérée au soleil ou à une lampe de bronzage sans protection contre les rayons ultra-violets. La couche d'ozone autour de la planète ne nous protège plus autant des rayons solaires comme c'était le cas dans le passé car sa concentration a diminué. Il faut faire plus attention à la bonne protection de notre peau exposée.

En Australie où ce problème est plus grand qu'en Europe le marché a déjà réagi avec la commercialisation de crème solaire à la Melaleuca, facteur de protection 15. En tout cas il vaut mieux prévenir et bien préparer la peau que d'être obligé à réparer les dégâts.

**n Phlyctène de brûlures**

La formation de phlyctènes de brûlures, ou cloques, représentent le deuxième degré de brûlure. Même dans ces cas la Melaleuca rend des services utiles. On a fait l'expérience que son application favorise la disparition rapide de cloques.

En cas de brûlures et formation de phlyctènes sur une grande partie du corps, par exemple sur le dos entier ou sur toute la jambe, l'automédication n'est plus suffisante et il faut consulter un médecin. Mais, à la suite, jusqu'à la guérison et disparition complète, un traitement à la Melaleuca est bien indiqué.

**n Engelures**

Ces lésions dues au froid caractérisées par une enflure douloureuse, rouge violacée à peu près de la taille d'une pièce d'un franc provoquent une sensation de brûlure et d'irritation quand elles se réchauffent. Il est important de stimuler la circulation du sang à ces endroits.

Application: Masser régulièrement les parties concernées avec un mélange de 5 gouttes de Melaleuca et une cuillerée d'huile de germe de blé. Vous pouvez encore ajouter 2 gouttes d'huile de camphre. Ce cocktail est un bon tonique pour la circulation.

**VERRUES**

Les verrues sont une infection d'origine virale, elles sont contagieuse si elles se sont ouvertes et si on est en contact avec la plaie. La Melaleuca n'agit pas uniquement contre les bactéries, les champignons, mais aussi contre les virus. Faire disparaître les verrues n'est pas une simple affaire.

Application: Mettre un peu de l'essence tous les soirs avant de se coucher sur l'endroit concerné. Observer l'évolution pendant un mois.

**TEST**

Mettez quelques gouttes de Melaleuca sur la partie intérieure de l'avant-bras, posez un pansement et laissez agir 24 heures. Il n'y a guère d'intolérances connues (voir le chapitre sur les conseils pour l'utilisation de la Melaleuca). Si vous faites une réaction allergique, n'utilisez jamais l'essence pure !

A l'achat veillez à sélectionner une essence pure de qualité supérieure, de préférence obtenue par culture biologique.

## ALLERGIES CUTANÉES

Les personnes allergiques ont tendance à réagir avec hypersensibilité aux influences et substances extérieures. Il est recommandé de faire un test de tolérance sur une petite partie de la peau !

### **n Urticaire de contact - allergies de contact aux plantes**

Le contact avec certaines plantes peut avoir des conséquences assez désagréables. Il ne s'agit pas d'allergies au sens propre, mais les réactions sont très semblables. Tout le monde connaît la réaction de la peau aux orties et sait ce qui arrive quand on s'assoit dans un champs d'orties. Ces réactions sont presque analogues à celles de l'urticaire.

D'autres plantes enlèvent à la peau sa protection naturelle contre les rayons U.V. et l'on attrape très facilement des coups de soleil à ces endroits. Le *Heracleum* en est un exemple bien connu. On connaît le cas d'enfants ayant joué avec les feuilles de cette plante qui ont attrapé ensuite d'énormes coups de soleil sur de grandes parties de leur corps si graves qu'il fallait les hospitaliser. Si les brûlures sont moins graves, la Melaleuca est indiquée à cause de ses qualités apaisantes.

Application: Mélanger 5 gouttes de Melaleuca avec un peu d'huile d'olive achetée en pharmacie et appliquer un coton imbibé sur la rougeur ou l'enflure, puis faire des applications répétées de la crème antiseptique à la Melaleuca.

### **n Urticaire**

Cette réaction allergique est très semblable à celle des orties, d'où elle tire également son nom. Les origines en sont multiples et il est souvent difficile d'en trouver la cause exacte d'autant plus que la réaction peut être tardive.

Application: comme pour l'urticaire de contact. La Melaleuca a un bon effet apaisant et durable.

Si l'urticaire s'est répandu sur tout le corps et est accompagné de fièvre, consulter le médecin.

### **n Dermatite - eczéma**

La dermatites et l'eczéma sont les affections les plus fréquentes de la peau. Ils sont caractérisés par des démangeaisons, rougeurs et sensations de brûlures le plus souvent sur des parties de la peau bien délimitées. Il y a ensuite formation de croûtes et de squames. Les facteurs déclencheurs sont aussi diverses que les endroits affectés et les expressions des symptômes.

Face à cette diversité, la Melaleuca rend des services très utiles.

Je peux rapporter le cas d'une collègue qui, lors de son voyage en Australie, avait utilisé une crème solaire à la Melaleuca. Elle avait de l'eczéma depuis des années. Après deux semaines d'utilisation de la crème solaire son eczéma s'est considérablement amélioré, mieux qu'avec tous les traitements antérieurs. Après son retour en Allemagne, elle poursuivit le traitement pendant quelque temps. L'eczéma n'a depuis jamais réapparu. Sa disparition était donc l'effet secondaire de sa protection solaire.

Application: Appliquer la crème antiseptique à la Melaleuca une fois par jour sur les parties concernées.

### **n Dermatite des couches**

Cette affection est courante chez les bébés. Les fesses et les cuisses présentent des rougeurs, souvent des enflures, quelquefois des papules. La cause principale en sont les couches en plastique qui réchauffent trop la peau et l'empêchent de respirer. A cela s'ajoute souvent une réaction à certaines substances alcalines contenues dans l'urine ou dans les selles liquides.

L'utilisation de couches en coton est recommandée. Laissez la peau du bébé à l'air le plus possible. La Melaleuca est bien adaptée pour soigner cette affection parce qu'elle est bien tolérée par des peaux très sensibles. Il faudra naturellement adapter le dosage à la sensibilité du bébé.

Application: Ajoutez une seule goutte de Melaleuca à la crème de soins, mais faites-le à chaque changement de couches. Pour le bain, versez le mélange d'une goutte de Melaleuca et d'une cuillerée à thé d'huile d'amande douce dans l'eau du bain.

### **n Gourme**

C'est une dermatose des nouveau-nés. Les croûtes qui provoquent des démangeaisons apparaissent sur les joues et le cuir chevelu. Il s'agit ici d'un premier stade de neurodermatite qui peut prendre une forme chronique.

Application: Pour traiter la gourme chez le nourrisson à la Melaleuca, il faut d'abord ramollir les croûtes. Mélanger 5 gouttes de Melaleuca à une cuillerée à thé d'huile de jojoba ou d'amande douce. Masser doucement les parties concernées. Laisser pénétrer environ 10 minutes, puis laver avec un shampoing à la Melaleuca. Répéter ce traitement tous les jours jusqu'à disparition des croûtes.

### **n Neurodermatite**

La *Neurodermatite atopique* est une dermatose qui commence le plus souvent à l'enfance. Elle se manifeste d'abord aux niveau des articulations, puis elle peut s'étendre sur tout le corps. Il y a formation de rougeurs et de croûtes accompagnées de terribles démangeaisons.

La médecine traditionnelle a beaucoup de mal à vaincre cette maladie. Les médicaments à la *cortisone* apaisent momentanément les phénomènes et les démangeaisons mais ils peuvent quelquefois être à l'origine de suites éloignées graves comme ils ont tendance à refouler la maladie plus profondément dans le corps. L'asthme intriqué peut être une telle suite causalement liée à un traitement à la cortisone.

La Melaleuca ne peut pas provoquer de telles suites. Elle guérit la peau en la libérant d'influences néfastes par ses propriétés antimicrobienne et antifongique, l'apaise et stimule sa régénération saine - et enfin la rend plus résistante grâce aux effets de sa composition originale.

Il serait cependant illusoire de croire que la Melaleuca puisse guérir une neurodermatite déclarée depuis des années. L'essence est efficace et douce en même temps, mais elle n'agit que sur la peau. Les origines de la neurodermatite sont plus profondes, en rapport avec l'alimentation, les allergies et l'état psychique. Ces relations ne sont pas encore bien expliquées. J'ai fait moi-même de bonnes expériences avec l'homéopathie classique et la médecine chinoise traditionnelle, deux "médecines douces" dont les approches s'orientent à l'être humain dans son entier pour trouver leur démarche thérapeutique.

Ici, la Melaleuca se veut être un soutien accompagnant le traitement surtout lorsqu'un un secours rapide est demandé.

Application: Appliquer la crème ou pommade à la Melaleuca sur les parties concernées surtout le soir.

Nous devons encore insister sur le fait que justement les personnes souffrant de la neurodermatite peuvent éventuellement faire des réactions allergiques à la Melaleuca. Il est donc nécessaire de faire un test de tolérance sur une petite partie de la peau avant l'utilisation (voir chapitre conseil pour l'utilisation de la Melaleuca).

## n Psoriasis

1 à 2 % de la population d'Europe souffrent de cette affection cutanée relativement fréquente. Normalement elle ne se déclare pas avant la puberté. Elle est caractérisée par des taches rouges recouvertes de squames abondantes, blanchâtres, sèches et friables, localisées surtout aux coudes, aux genoux et au cuir chevelu ou même aux ongles.

Application: Causes et traitement comme pour la neurodermatite.

### Démangeaisons - prurit

N'oublions pas que les démangeaisons ne représentent pas une maladie en soi, mais en sont un symptôme. La peau est un organe complexe et elle a des fonctions multiples. C'est l'organe par lequel nous sommes en contact avec l'extérieur. Constamment confrontée et livrée aux influences extérieures, elle transmet les informations qu'elle reçoit vers l'intérieur du corps avec lequel elle est reliée par une multitude de canaux. Les voies nerveuses transmettent les informations sensorielles, le sang transporte les éléments nutritifs, les toxines et bien d'autres substances dans toutes les régions. L'organisme utilise la peau dans l'autre sens pour l'élimination de toxines, à travers la sueur par exemple. La peau peut devenir un plateau de communication pour signaler des dérangements plus profonds. Il s'agit donc de guérir la maladie que la démangeaison signale.

Quelquefois le corps entier est tourmenté par des démangeaisons sans qu'il y ait d'eczéma ou d'autres phénomènes. Ceci peut être le signe d'une maladie profondément enracinée, quelquefois on n'arrive pas à en détecter la cause, quelquefois c'est très simple : une peau sèche et sensible peut répondre par des irritations si elle est trop souvent lavée !

## DOULEURS MUSCULAIRES ET RHUMATISMALES

### n Douleurs musculaires et courbatures

Nos muscles nous font mal lorsqu'ils travaillent trop et/ou longtemps. La reprise d'une activité sportive après une phase d'inactivité nous montrent très précisément pendant deux jours à peu près quelles muscles avaient été mis à contribution. La Melaleuca est un très bon moyen pour calmer les courbatures car elle a également des propriétés analgésiques.

Application: Massage des parties douloureuses : la meilleure base pour fabriquer son huile de massage est sans doute l'huile d'arnica à laquelle on ajoutera 10 gouttes de Melaleuca. 5 gouttes d'huile de genièvre et de romarin compléteront le mélange.

Ce traitement est aussi indiqué si les douleurs musculaires viennent d'une tension permanente, comme souvent dans le haut du dos, aux épaules et dans la nuque.

### n Rhumatisme

Des douleurs déchirantes et lancinantes dans les os, de la raideur dans les articulations selon le climat et la saison caractérisent ce que l'on appelle couramment rhumatisme. En effet, médicalement ce terme résume une grande famille de maladies musculaires et des os.

La Melaleuca est indiquée grâce à ses propriétés analgésiques et comme stimulant de la circulation du sang.

Application: Prenez un bain dans lequel vous ajouterez 10 gouttes de Melaleuca ou fabriquez une huile de massage comme indiqué ci-dessus pour les courbatures et douleurs musculaires.

**n Arthrite**

Egalement classée dans la famille des maladies rhumatismales, c'est le nom générique des affections articulaires d'origine inflammatoire. Elle peut passer à l'état chronique. Les parties concernées présentent une enflure douloureuse avec sensation de chaleur et la mobilité de l'articulation est affectée.

Application: La Melaleuca calmera les douleurs, apaisera la sensation de chaleur et aidera à réduire l'enflure. Rafraîchir l'articulation à l'aide d'une gaze en coton trempée dans l'eau froide sur laquelle on aura versé 10 gouttes de Melaleuca.

**MYCOSES**

Les propriétés curatives de la Melaleuca sont très intéressantes pour lutter contre les mycoses.

Biologiquement on classe les champignons avec les plantes alors qu'il s'agit exclusivement de formes de vie hétérotrophes qui se nourrissent de substances qu'elles soustraient à d'autres organismes à l'inverse des plantes qui constituent leurs éléments nutritifs elles-mêmes à l'aide de la lumière.

Parfois, comme chez les champignons de la forêt, il peut y avoir des symbioses entre champignon et arbre tout à fait profitables pour les deux. En échange des éléments nutritifs qu'il retire à l'arbre, le champignon lui donne d'autres substances dont celui-ci a besoin pour son métabolisme. Ce genre de symbiose constitue par exemple la base de vie pour des systèmes écologiques des forêts tropicales. Les orchidées ont également besoin de symbiose avec les champignons, au moins en phase de germination.

Les champignons qui vivent sur l'homme sont exclusivement des parasites. Normalement ils sont sans importance et passent inaperçus tant que le corps ne leur offre pas de terrain d'attaque c'est-à-dire tant que le système immunitaire est intact. Lorsqu'ils apparaissent en grande quantité ou rencontrent un corps affaibli ils deviennent alors capables de déclencher des infections locales ou des maladies organiques.

La Melaleuca est un excellent antifongique, et ses applications contre mycoses diverses valent la peine d'être mentionnées.

**n Tinea/ mycoses cutanées**

Les mycoses qui affectent les couches supérieures de la peau sont généralement classées sous le terme de *Tinea* bien que les agents pathogènes viennent quelquefois d'autres familles de champignons. Les mycoses se développent de préférence dans un milieu humide. Des animaux domestiques peuvent en être les transmetteurs.

**Tinea barbis**

C'est une mycose du visage et du cou, caractérisée par des rougeurs et des boutons qui s'enflamment facilement. *Barbis* est le mot latin pour barbe ce qui indique que cette forme de mycose est surtout désagréable pour les hommes, et particulièrement au rasage.

Application: Au lieu de votre produit d'après-rasage utilisez une crème antiseptique à la Melaleuca, et appliquez l'essence pure, matin et soir, sur les parties concernées.

**Eczéma marginé**

C'est une mycose qui affecte l'intérieur des jambes. Une multitude de nodules se forment, qui par le frottement des vêtements et la chaleur, provoquent de fortes démangeaisons.

Application: Éviter des vêtements trop serrés. Appliquer tous les jours la Melaleuca pure sur les parties concernées.

**Mycose du pied / Tinea pedis / Pied d'athlète**

C'est un souvenir bien embêtant et fâcheux mais qui s'attrape facilement dans les salles de bains d'hôtel ou à la piscine. Une fois contracté il est difficile de s'en défaire. La peau entre les orteils devient suintante, squameuse, rougeâtre et procure de désagréables démangeaisons. Il peut y avoir une progression vers la plante des pieds ou les mains.

Application: Le traitement exige patience et assiduité. Laver les pieds le matin, sécher de préférence au séchoir, puis appliquer la Melaleuca pure. Prendre un bain des pieds quotidien dans lequel vous aurez versé 10 gouttes de Melaleuca. Puis sécher les pieds de nouveau au séchoir et appliquer l'essence pure. Poursuivre le traitement jusqu'à amélioration considérable des symptômes puis encore quelques semaines pour être sûr d'être complètement débarrassé.

Les résultats obtenus par la Melaleuca dans le traitement de cette mycose sont surprenants:

**ETUDES SUR L'EFFET DE LA MELALEUCA CONTRE L'ONYCHOMYCOSE ET LE PIED D'ATHLETE**

Dans les dernières décennies quelques études ont été faites pour examiner l'effet de la Melaleuca contre ces deux mycoses. Les résultats obtenus peuvent tout à fait se mesurer à ceux obtenus par les antifongiques synthétiques. L'étude de Walker (1972) sur le tinea pedis et l'onychomycose aux orteils avait examiné en clinique au total 60 personnes :

- 40 personnes ont été traitées avec une émulsion à 40 % de Melaleuca et 60 % d'isopropanol (premier groupe);
- 12 personnes avec une crème à base de lanoline dans laquelle on avait incorporé un extrait de Melaleuca à 8 % (deuxième groupe);
- 8 personnes enfin avec l'essence pure (troisième groupe).

Dans le deuxième groupe huit des douze personnes ont été complètement débarrassées du tinea pedis. Dans le troisième groupe les symptômes se sont améliorés, mais l'examen microbiologique a pu encore détecter les agents pathogènes.

L'étude plus récente de Buck (1994) a examiné l'efficacité de la Melaleuca pure (groupe 1) par rapport à la lotion de *clotrimazole* (groupe 2) dans le traitement de l'onychomycose des orteils sur 117 personnes. Après six mois, 18 % du groupe 1 et 11 % du groupe 2 étaient complètement guéris, c'est-à-dire libérés de symptômes et d'agents pathogènes détectables. Une disparition effective des symptômes était observée chez 61 % des patients du groupe 1 et 60 % du groupe 2.



### **n Stomatite crémeuse / candidoses**

Il y a toutes sortes de levures du genre *Candida*. Certains peuvent constituer des agents pathogènes pour l'homme. La plus connue et la plus importante est le *Candida albicans*. Ce champignon vit pratiquement dans chaque être humain surtout dans la flore intestinale. Normalement il est contrôlé par les bactéries intestinales qui participent à la digestion. Si la flore intestinale est endommagée ou sa défense naturelle affaiblie (par les antibiotiques, les allergies alimentaires ou d'autres maladies telles que le *diabète mellitus*), la levure du genre *Candida* peut s'installer dans d'autres régions du corps et devenir pathogène.

La médecine traditionnelle a recours aux antifongiques synthétiques, qui ont souvent de forts effets secondaires et finissent par affaiblir encore plus les défenses du corps. On ne connaît pas d'effets secondaires de la Melaleuca. En plus, très bien tolérée par les muqueuses, elle peut être appliquée directement sur celles-ci.

### **Candidose des muqueuses buccales**

C'est une candidose connue comme suite aux traitements aux antibiotiques et comme suite post-opératoire. Les victimes peuvent également en être les nourrissons mais aussi les vieux édentés ou les porteurs de dentiers. Elle se déclare par un enduit blanchâtre surtout à l'intérieur des joues.

Application: pour les adultes : rincer la bouche et faire des gargarismes 2 à 3 fois par jour avec cinq gouttes de Melaleuca dans un verre d'eau tiède. Pour traiter les enduits directement, diluer la Melaleuca avec un peu d'eau, en proportion égale, et appliquer un coton-tige imbibé du mélange sur les taches. A faire quotidiennement jusqu'à leur disparition.

### **Vaginite**

Les vaginites à *Candida* sont fréquentes. Elles sont surtout dues au *Candida albicans* mais aussi à d'autres types de *Candida* tels que le *Candida glabrata* et le *Candida tropicalis*. Il faut également mentionner le *Trichomonas vaginalis*. Les affections se déclarent par de fortes inflammations accompagnées de démangeaisons et brûlures.

L'efficacité de la Melaleuca face aux infections vaginales a été examinée par plusieurs études.

### **ETUDES SUR L'EFFICACITE DE LA MELALEUCA CONTRE LES MYCOSES VAGINALES**

L'étude de Belaiche (1985) a examiné 28 patientes atteintes de mycose vaginale à *Candida albicans*. La Melaleuca sous forme de gélules vaginales avait été prescrite incorporée à un mélange de gélatine et de glycérine à raison de 20 mg par gélule, une gélule à introduire par jour pendant trois mois. Une seule femme avait arrêté le traitement après une semaine à cause de brûlures locales, d'autres effets secondaires n'avaient pas été signalés. Après le traitement 23 des 27 patientes étaient libérées des symptômes et le *Candida albicans* ne pouvait plus être détecté.

Application: Pour obtenir un résultat efficace et durable, il faut que le partenaire suive également un traitement.

Prendre quotidiennement un bain de siège dans lequel on ajoutera 10 gouttes de Melaleuca. A l'intérieur du vagin utilisez un tampon périodique que vous aurez trempé dans un mélange de yaourt nature et de Melaleuca (5 gouttes d'essence mélangées à une cuillerée à soupe de yaourt). Introduisez le tampon dans le vagin et gardez-le pendant 12 heures. Répétez l'opération toutes les 12 heures. Le yaourt nature aide à créer le bouillon de culture idéal pour reconstituer la flore naturelle du vagin et combiné à la Melaleuca, la régénération et la reconstitution des défenses naturelles progresseront encore mieux. Faire cette cure au moins pendant une semaine.

Vous pouvez faire le même genre de cure avec un mélange d'eau déminéralisée (20 ml) et de Melaleuca (5 gouttes).

**Balanite**

C'est une inflammation infectieuse du gland et du prépuce de la verge, également provoquée par le *Candida albicans*, sexuellement transmissible. Il est donc important de traiter les deux partenaires pour éviter une nouvelle infection.

Application: Traiter l'endroit plusieurs fois par jour avec un mélange d'eau déminéralisée (une cuillerée à soupe) et de Melaleuca (1-2 gouttes). De plus, vous pouvez appliquer la crème antiseptique à la Melaleuca sur le gland.

**Pertes blanches/leucorrhées**

C'est un symptôme qui accompagne les vaginites. Il s'agit d'un écoulement non-sanglant, blanc ou jaunâtre. Il peut y avoir leucorrhée sans inflammation. Dans ce cas, consulter le médecin pour en trouver l'origine. Si les écoulements sont causés par le *Candida albicans*, la Melaleuca est indiquée.

Application: comme pour les vaginites

**Nettoyage du système intestinal**

Si le *Candida albicans* réussit à s'établir de façon pathogène dans les intestins, les symptômes peuvent être si diffus qu'un diagnostic devient difficile. Les symptômes peuvent être entre autres refroidissements répétés, baisse d'énergie, fatigue permanente, aérophagie, alternance de diarrhée et de constipation ou états dépressifs. Lorsque d'autres origines pour ces symptômes ont été exclues, une mycose intestinale détectée par l'examen des selles peut en être la réponse.

Le thérapeutique peut être un nettoyage à fond du système intestinal. Le but de ce traitement est la reconstitution renforcée de la flore intestinale naturelle en créant un terrain défavorable aux parasites. Le *Candida albicans* est une levure qui se nourrit essentiellement de sucre. Les habitudes alimentaires basées sur les produits qui contiennent du sucre raffiné favorise le développement d'une mycose intestinale. Il est essentiel de s'abstenir de tout produit contenant du sucre sous n'importe quelle forme pendant deux mois au moins.

Il y a des produits qui renforcent la production des bactéries de la flore intestinale naturelle que votre médecin ou naturopathe peut vous indiquer.

La Melaleuca est de plus en plus utilisée à cette fin. Il ne faut pas absorber l'essence pure et éviter son utilisation interne trop longtemps, mais elle est indiquée en forte dilution.

Application: en soutien d'une thérapeutique : faire des gargarismes matin et soir avec 5 gouttes de Melaleuca dans un verre d'eau tiède. Boire un verre d'eau avec 5 gouttes de Melaleuca une fois par jour.

Quelques pharmacies commercialisent des gélules de Melaleuca qui passent l'estomac et développent leur efficacité dans les intestins. Les concentrations sont de 10 à 20 milligrammes pour une gélule. Pour une meilleure résorption on ajoute souvent de la vitamine E. Les naturopathes remplacent de plus en plus les médicaments du genre *Nystatine* par la Melaleuca.

## INFLAMMATIONS INTERIEURES

### n OREILLES

C'est surtout chez les jeunes enfants que l'otite se manifeste car l'agent pathogène peut atteindre plus facilement les oreilles à partir du pharynx par le biais du canal encore élargi qui les relie (trompe d'Eustache). La Melaleuca peut calmer les douleurs de l'otite et en apaiser l'inflammation.

Application: Préparer un mélange de 4-5 gouttes d'essence avec une cuillerée à soupe d'huile d'amande douce tiède. Mettre 2-3 gouttes de ce mélange dans les oreilles plusieurs fois par jour à l'aide d'une pipette. Si l'inflammation est aiguë et accompagnée de fièvre, consulter d'abord le médecin pour analyser la gravité de l'affection car si le tympan est perforé il ne faut surtout pas mettre de gouttes dans les oreilles.

### n NEZ

Les refroidissements sont souvent accompagnés de sinusite. Selon les cas elles peuvent passer à l'état chronique. On souffre surtout de maux de tête et la respiration par le nez est gênée. L'essence de Melaleuca peut atteindre les sinus par la respiration.

Application:

1. Prendre ses bains en ajoutant 10 gouttes dans l'eau du bain.
2. Bain de vapeur. 5 gouttes dans un bol d'eau bouillante. Mettre une serviette sur la tête et faire une inhalation pendant 10 minutes. Si la vapeur est trop chaude, attendez un peu. Répéter l'opération pendant plusieurs jours.
3. Parfumer l'air ambiante de la pièce avec de la Melaleuca versée dans votre diffuseur de parfum ou dans le saturateur pendant l'hiver.
4. En route, ayez un mouchoir sur vous dans lequel vous pourrez mettre un peu de Melaleuca et faites une inhalation en cas de besoin.
5. S'exposer à une source de chaleur sous la forme d'infrarouge ou d'un bain de soleil pour chasser l'inflammation.

### n BOUCHE

#### Aphtes

Les petites vésicules rouge couvertes d'un enduit blanchâtre, douloureuses et sensibles au toucher se forment notamment sous la langue et dans l'espace entre la mâchoire et les muqueuses des joues.

Application: Appliquer la Melaleuca à l'aide d'un coton-tige sur les parties enflammées. Calme la douleur et stimule la guérison.

#### Maux de dents/ dentalgie

Application: Appliquer la Melaleuca directement sur la partie douloureuse. Gargarisme avec 5 gouttes de Melaleuca dans un verre d'eau tiède.

Si les douleurs persistent, allez voir votre dentiste.

#### Ulite / gingivite

Le tartre ou le port du dentier sont souvent à l'origine des saignements ou des inflammations des gencives.

Application: Utiliser un dentifrice à la Melaleuca ou ajouter une goutte de Melaleuca sur votre dentifrice habituelle. Faire des gargarismes comme indiqués ci-dessus et faire des massages quotidiens à l'essence pure.

### n GORGE

#### Laryngite

Quelquefois les refroidissements sont également accompagnés de laryngites causant des enrouements et des maux de gorge.

Application: Faire une inhalation à la vapeur de Melaleuca comme indiqué pour les sinusites. Faire une compresse humide et froide autour du cou dans laquelle vous aurez versé 5 gouttes de Melaleuca. Entourez d'une écharpe en laine. Répéter l'opération lorsque la compresse s'est réchauffée. Faire des gargarismes trois fois par jour avec 5 gouttes de Melaleuca dans un verre d'eau froide.

## n ANUS

**Hémorroïdes**

Ce sont des dilatations des veines de la région ano-rectale. Elles provoquent des démangeaisons, des sensations de brûlures et parfois des saignements. Pour éviter des inflammations, il faut avoir une hygiène méticuleuse de la partie anale.

Application: La Melaleuca apaise les démangeaisons et évite les inflammations. Faire des bains de siège de 10 minutes. Mélanger 5-10 gouttes dans de l'eau tiède. En cas de besoin appliquer la Melaleuca pure sur les parties concernées.

## n VESSIE

**Cystites**

Elles surviennent en période de froid et sont dues à la pénétration de bactéries dans l'urètre et la vessie. Les femmes en sont plus souvent victimes leur urètre étant plus court et les bactéries pénétrant plus rapidement. On souffre de petites "envies" fréquentes, il est douloureux d'uriner et il y a des sensations de brûlures.

Application: Après avoir uriné appliquer un mélange d'eau déminéralisée et de Melaleuca (10 gouttes sur 1/2 litre d'eau) à la sortie de l'urètre. Très bien aussi peut être le bain de siège quotidien dans lequel on aura dilué dix gouttes de Melaleuca. Efforcez-vous de boire plusieurs litres de tisanes par jour pour "rincer" la vessie. Les tisanes adaptées sont la busserole (*Folia uvae ursi*), la prêle des prés (*Herba equiseti*) et la verge d'or (*Solidago virgaurea*).

## n JAMBES

**Ulcères variqueux**

Ces affections touchent les personnes ayant des varices. Les ulcères variqueux peuvent se manifester ponctuellement pendant des mois et des années. Ils se forment surtout sur la jambe et guérissent très lentement. La thérapeutique se fait localement par des compresses et la désinfection des parties concernées. Depuis longtemps on connaît les excellents résultats de la Melaleuca concernant la guérison des ulcères variqueux. En 1960 déjà, une étude américaine a rapporté le succès obtenu d'un traitement à la Melaleuca : les jambes affectées ont été baignées tous les jours dans de l'eau tiède dans laquelle quelques gouttes de Melaleuca avaient été ajoutées, puis couvertes avec des compresses préparées avec une lotion d'huile d'olive et d'essence de Melaleuca en proportion 3:1. Les ulcères ont guéris rapidement.

Application: variation du traitement : baigner comme indiquer ci-dessus dix à vingt minutes, nettoyer l'endroit, puis placer une compresse stérile préparée à la Melaleuca pure (3-5 gouttes).

**ETUDES SUR L'EFFICACITE DE LA MELALEUCA FACE AUX CYSTITES ET INFLAMMATIONS DE LA VESSIE**

Belaiche (1985) a examiné la propriété antiseptique de la Melaleuca sur 26 patientes atteintes de cystite provoquée par *escherichia coli*. 13 patientes ont absorbé une gélule à 24 mg de Melaleuca, les autres un placebo à l'aspect identique pendant 6 mois. 7 femmes du premier groupe ont été guéries, libérées des symptômes, l'infection bactérienne avait disparu. Chez quatre femmes *l'escherichia coli* était encore détectable mais les symptômes avaient disparu. Dans le deuxième groupe (placebo) seulement deux femmes pouvaient rapporter une amélioration des symptômes.

## INFECTIONS VIRALES

En général, on ne peut traiter que les symptômes des maladies virales. Les virus avec leur nature et cycle de vie spécifique ne réagissent pas aux antibiotiques. Les médicaments antiviraux qui existent à présent ne sont utilisés que pour des cas très spécifiques. L'originalité de la Melaleuca consiste à combattre tout aussi efficacement les virus que les bactéries tout en étant une substance naturelle, non toxique et facile à obtenir.

### n Refroidissements

Ce sont les voies respiratoires qui sont affectés: toux, rhumes, enrrouement, douleurs dans les articulations et fièvre légère en sont les symptômes connus. Il y a plus d'une vingtaine de virus responsables des refroidissements. Ils profitent d'une baisse du système immunitaire du corps. Des influences climatiques, cheveux mouillés ou courants d'air peuvent également jouer un rôle.

La Melaleuca peut aider à réduire la gravité et la durée de l'affection et à éviter les surinfections telles que les sinusites ou les otites. Pris dès les premiers symptômes elle évitera l'aggravation de l'infection.

Application: Un bain chaud enrichi de 5-10 gouttes de Melaleuca calme les douleurs des articulations et libère les voies respiratoires. Dormir ensuite au moins deux heures. Quelques gouttes sur l'oreiller crée une ambiance agréable pour la personne souffrante.

### Maux de gorge

Application: Faire des gargarismes avec 5-10 gouttes dans un verre d'eau tiède deux à trois fois par jour. Récemment, des pastilles à sucer à la Melaleuca ont été commercialisées. Mentholées et combinées à d'autres herbes aromatiques elles sont rafraîchissantes et humidifient la gorge enrrouée et irritée particulièrement au début d'une infection. Apaise l'envie de tousser.

### Toux / bronchite

Application: Appliquer l'essence sur le dos et la poitrine, mélanger une cuillerée à soupe d'huile de germe de blé à 10 gouttes de Melaleuca. Un bain de vapeur sera désinfectant et calmant pour les poumons. 5-10 gouttes dans un bol d'eau chaude, faire des inhalations, une serviette sur la tête, pendant 10 minutes.

### Fièvre

C'est en principe une réaction saine du corps pour lutter contre les agents pathogènes de l'infection. Laisser la fièvre agir quelque temps. Consulter le médecin si elle persiste ou dépasse 40°C.

Application: Faire des compresses autour des mollets. C'est un vieux remède traditionnel. Ajouter quelques gouttes sur les compresses pour renforcer l'effet rafraîchissant.

## n Grippe

Elle prend des manifestations diverses et apparaît surtout en hiver. Tous les 1-3 ans il y a une vague de grippe, tous les dix ans on assiste à une épidémie avec une expansion intercontinentale. L'agent pathogène est le virus *influença* qui affecte les voies respiratoires supérieures. Nous utilisons le plus souvent les termes de refroidissements et de grippe en synonyme. La différence entre les deux consiste dans la gravité de l'affection. La grippe provoque une fièvre élevée, avec frissons. Elle est accompagnée de fortes douleurs des articulations, du dos et de maux de tête. Particulièrement la gorge et les bronches sont affectées. Normalement l'état s'améliore passé 4-6 jours, puis on reste quelque temps dans un état fébrile. Un danger consiste dans la possibilité de surinfections bactériennes lorsque le virus *influença* a ouvert la voie aux muqueuses du nez et des bronches pour les sinusites, otites, bronchites ou même pneumonies.

La Melaleuca peut empêcher ces complications. Il est important de traiter l'affection le plus tôt possible.

Application: Si vous avez l'impression de couvrir une grippe, parfumez votre pièce à l'aide du diffuseur de parfum. Mettez quelques gouttes sur votre oreiller. Prenez un bain chaud avant le coucher avec 10 gouttes de Melaleuca (3-5 gouttes chez les très jeunes enfants). Ceci peut être suffisant pour éviter l'éruption de la maladie.

Si vous êtes déjà au lit avec une grippe, suivez le traitement indiqué pour les refroidissements. Les massages des articulations et particulièrement du bas du dos avec une macération d'Arnica et de Melaleuca (1 cuillerée à soupe sur 5 gouttes) sont très agréables.

## n Les virus de l'herpès

90 % des adultes ont eu une première infection avec le virus de l'herpès. Normalement, un état physique équilibré empêche l'éruption de la maladie. Les membres de la famille des herpès provoquent diverses manifestations telles que formations de vésicules sur les lèvres, sur les organes génitaux, la varicelle et le zona. Tous provoquent la formation de vésicules avec de fortes démangeaisons. Le virus ne réagit pas à l'antibiotique. En général, la médecine se limite aux traitements des douleurs et à la prévention d'une plus grande expansion du virus par des antiseptiques très forts. On a noté de très bons résultats de la Melaleuca dans la lutte contre l'herpès. L'essence dessèche le foyer de la maladie sans irriter ou endommager la peau et empêche également son expansion.

### Herpès labial

Les situations de stress physique telles que les infections fiévreuses, l'exposition exagérée au soleil, la fatigue ou les règles comme le stress émotionnel sont déclencheurs de l'éruption des vésicules très infectieuses et contagieuses. La tendance à développer des herpès cependant varie selon la constitution des personnes.

Si la Melaleuca est appliquée tout au début de la formation de vésicules, son efficacité contre l'herpès labial est remarquable.

Application: Aux premiers signes de la formation de vésicules appliquer l'essence pure plusieurs fois par jour sur les parties concernées. Répéter pendant plusieurs jours jusqu'à disparition de l'herpès.

### Herpès génital

Si le virus est transmis lors des rapports sexuels, les vésicules peuvent apparaître aux organes génitaux chez l'homme et la femme. La première infection est très douloureuse et peut durer jusqu'à trois semaines. Les attaques peuvent être répétitives et être provoquées par les rapports sexuels ou, similaire à l'herpès labial suite à d'autres infections ou situations de stress. Les répétitions seront moins longues, moins fortes, mais tout aussi désagréables.

Application: Grâce à la bonne tolérance de la Melaleuca celle-ci peut s'appliquer en essence pure presque toujours directement sur les vésicules. Si toutefois des sensations de chaleur durables se manifestent, arrêtez ce traitement ! Vous pourrez faire des bains de siège quotidiens en ajoutant jusqu'à 30 gouttes dans le bain. Répétez le traitement jusqu'à disparition de l'herpès.

#### **ETUDES SUR L'EFFICACITE DE LA MELALEUCA CONTRE A L'HERPES LABIAL**

L'étude de Shemesh et Mayo (1991) avait pour l'objet l'efficacité de la Melaleuca entre autres face à l'herpès labial. Six patients ont été traités pendant six mois avec l'essence. Tous ont vu une nette amélioration des symptômes au moment de l'éruption des vésicules.

### Varicelle

C'est une maladie très contagieuse. La plupart des personnes ont eu la varicelle dans l'enfance, puis restent immunisés. La Melaleuca est indiquée grâce à ses propriétés antivirales, apaisantes et comme stimulant du système immunitaire. Elle calme les démangeaisons, favorise la disparition des nodules, vésicules et taches et elle évite la formation de cicatrices (parce qu'on se gratte moins).

Application: Un bain quotidien sera utile. Pour les enfants, observez la règle suivante: mettez autant de gouttes de Melaleuca dans le bain que l'âge de l'enfant, par exemple deux gouttes pour un enfant de deux ans et ainsi de suite, mais ne dépassez pas 10 gouttes. Appliquez la crème antiseptique directement sur les pustules.

### Le zona

Cette affection est causée par le même virus que celui de la varicelle. Dans le cas du zona les régions affectées sont celles qui sont alimentées par les nerfs de la moelle épinière, dans lesquels le virus s'active. Comme ces nerfs partant des vertèbres n'alimentent que certains segments, cette affection prend la forme d'une ceinture autour du corps. Le zona est très douloureux une fois déclaré. Le traitement doit commencer le plus tôt possible.

Application: N'appliquez pas l'essence pure sur ces régions extrêmement sensibles. Mélangez 10 gouttes de Melaleuca à une cuillerée à soupe d'huile de millepertuis et masser doucement les régions concernées. La crème antiseptique aura également un effet calmant. Évitez le contact direct avec les yeux.

## RENFORCER LE SYSTEME IMMUNITAIRE

Un mode de vie détendu, une alimentation équilibrée et une activité physique régulière en plein air sont les meilleures conditions pour un bon système immunitaire. Lorsque des infections ont baissé les immunités propres du corps la Melaleuca peut être d'un bon secours. D'une part elle combat directement les agents pathogènes, d'autre part elle peut accélérer les rétablissements, particulièrement de la peau et des muqueuses. De plus, elle a la spécificité de soutenir et de renforcer l'ensemble du système immunitaire.

Déjà bien indiquée dans la prévention comme soutien du corps dans sa lutte contre les infections, elle prend toute sa valeur pour les personnes déjà affaiblies par le stress, la maladie ou la par la prise de médicaments ayant réduit les résistances naturelles.

Elle renforce les gens affaiblis suite à une opération chirurgicale ou souffrant d'une longue maladie chronique telle que par exemple l'hépatite.

## Application de la Melaleuca chez les animaux

L'usage de Melaleuca chez les animaux domestiques est déjà très courant. Les petites blessures, des inflammations légères et les attaques par les parasites se soignent bien avec la Melaleuca. Un grand nombre de cabinets vétérinaires font usage de la Melaleuca comme désinfectant de petites plaies et blessures.

Les très jeunes animaux ne doivent pas être soignés à l'essence pure. Faire toujours une dilution avec l'huile de germe de blé ou utiliser une crème antiseptique à la Melaleuca.

### n CHIENS / CHATS/ LAPINS

#### Les parasites des animaux domestiques

##### Puces

Elle se manifestent surtout pendant les saisons chaudes. Il existe déjà des shampooings à la Melaleuca pour animaux qui contiennent une concentration efficace de l'essence.

Application: En cas d'attaque faire un shampooing quotidien de la fourrure et laisser pénétrer 3-5 minutes, puis rincer soigneusement à l'eau. Eviter le contact avec les yeux. Pour chasser les puces des tapis et moquettes faire une vaporisation avec un mélange d'eau et de Melaleuca (10 gouttes sur 1/2 litre d'eau).

##### Poux

Application: Procéder à des brossages réguliers et soigneux de la fourrure avec un peigne à lentes. Mettre au moins 10 gouttes de Melaleuca sur le peigne ou la brosse.



## Tiques

### Si vous en avez trouvé agissez sans tarder

Application: Il est très important d'enlever la tique complètement et de désinfecter soigneusement la morsure. Après l'application de Melaleuca pure autour et sur la tique (3-5 gouttes), laisser pénétrer 15 minutes ; celle-ci tombera toute seule ou l'on peut la retirer à la main. Agir prudemment et ne pas arracher. Mettre une goutte de l'essence sur la morsure plusieurs fois par jour pendant quelques jours encore jusqu'à la guérison visible.

## Blessures

Application: Les petites blessures mécaniques telles que les égratignures, les coupures, les contusions etc. se soignent à la Melaleuca pure dont on aura imbibé un coton-tige. Ainsi les inflammations seront évitées et le rétablissement sera accéléré.

## Inflammations

S'il y a déjà des inflammations dans les plaies ouvertes, des abcès etc., voir les indications dans les paragraphes respectifs chez l'homme.

Application: En plus de l'essence pure, la crème antiseptique est indiquée car l'odeur est moins inconfortable pour les animaux.

## n CHEVAUX

Les blessures aux sabots sont assez fréquentes chez les chevaux. Les cailloux ou d'autres objets qui se calent dans les petites interstices sont souvent à l'origine d'inflammations locales. Chez le cheval il est très important de bien protéger cet endroit toujours en contact avec le sol.

Application: Appliquer quotidiennement de la Melaleuca, soit l'essence pure soit incorporée dans une pommade sur les parties concernées.

La position debout sur un sol humide durant longtemps provoque fréquemment des plaies ouvertes et enflammées aux paturons, par lesquelles s'écoule la lymphe en quantité considérable.

Application: Enlever les croûtes sèches et essuyer avec un torchon imbibé de Melaleuca, ou tremper le sabot dans un seau d'eau enrichie de 10 gouttes de Melaleuca.

**Les marques dues à la pression de la selle** sont très douloureuses pour le cheval. Appliquer la crème antiseptique à la Melaleuca.

## n POULES

Mêmes les oiseaux peuvent être soignés à la Melaleuca. En Australie, dans les années 30, on s'en servait déjà avec succès pour soigner les plaies des poules. Il s'agissait surtout de blessures que les animaux avaient reçu lors de leurs combats. D'une part l'essence stimulait une guérison rapide, d'autre part l'odeur de l'essence sur les animaux soignés éloignait les adversaires et favorisait ainsi un rétablissement en tranquillité.

## n POISSONS

Les mycoses entre les nageoires sont assez fréquentes chez les poissons en aquarium. Il n'est pas facile d'attraper l'animal affecté. Le plus facile c'est d'ajouter l'essence directement à l'eau et laisser faire sa propriété désinfectante.

Application: Mettre quelques gouttes dans l'eau mais pas trop ! En règle générale mettez 1 goutte sur 15 litres d'eau.

## Conseils pratiques pour la maison

La Melaleuca peut contribuer à une atmosphère saine de votre intérieur grâce à ses propriétés désinfectantes et son parfum agréable et rafraîchissant, qui chasse également les insectes.

Substance naturelle, elle est non-toxique pour l'environnement et pour l'homme, bien tolérée de la peau, et en même temps tout à fait efficace pour une hygiène parfaite.

### CLIMATISATION

En Australie on l'utilise souvent dans les grands systèmes de climatisation pour lutter contre microbes et champignons.

Application: A la maison vous pouvez assainir l'air des pièces en mettant 5 gouttes de l'essence dans l'eau de votre diffuseur de parfum ou dans le saturateur.

### PRODUITS DE NETTOYAGE

Application: Une cuillerée à soupe dans un seau d'eau pour laver les sols.

Très bon pour le nettoyage des salles de bain et cuisines. Mettre quelques gouttes sur le torchon. Je m'en sers également pour le nettoyage dans mon cabinet, surtout des surfaces fréquemment utilisées.

### DILUANTS ET DETACHANTS

Les propriétés de la Melaleuca comme diluant sont connues ; c'est pourquoi il ne faut pas la stocker dans les flacons ou bouteilles en plastique qu'elle peut attaquer (voir le chapitre sur le stockage). Cet inconvénient peut avoir ses côtés positifs : lors d'un séjour en Breta-

gne on avait rapporté un morceau de bois d'une promenade sur la plage. Une grosse tache d'huile ou de graisse s'était déposée sur le sol en dalles à l'endroit où on avait placé le morceau de bois. Il n'y avait rien dans la maison de vacances pour enlever la tache. Nous avons eu l'idée de faire un essai avec la Melaleuca - la tache partit en quelques secondes - le sol était comme neuf. Depuis je n'hésite plus à expérimenter. Normalement on aurait utilisé un diluant toxique pour détacher le sol, une entrave de plus pour l'environnement.

### ADDITIF A LA LESSIVE

Ajouter de la Melaleuca à votre lessive pour désinfecter le linge, particulièrement en cas d'allergie contre les acariens.

Application: A chaque lavage mettre 10 gouttes de l'essence dans le compartiment de l'adoucissant. La Melaleuca se répand dans le linge et diffusera ensuite un léger parfum agréable. Pour le lavage à main ajouter une cuillerée à soupe de Melaleuca.

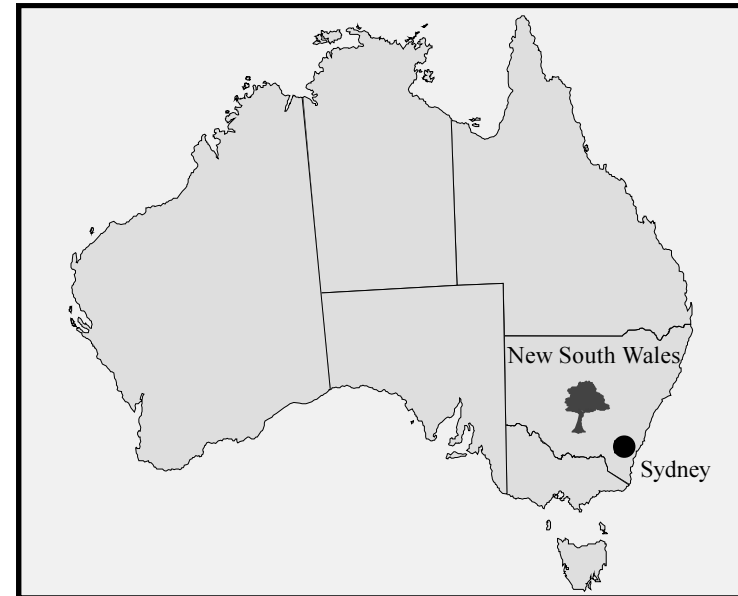
# Conseils pour un voyage en Australie

## VISITEZ L'ARBRE À THÉ *DOWN UNDER* DANS LES *NORTHERN RIVERS*

L'Australie, le continent *down under* se situe pour nous à l'autre bout du monde. C'est le pays le plus éloigné de nous. Est-ce là une des raisons qui fait de l'Australie une destination de plus en plus recherchée par le voyageur européen ? La fascination de son histoire et de son peuple, sa flore et sa faune uniques, ses paysages incomparables exercent un pouvoir magnétique sur les aventuriers du Vieux monde. Le voyageur qui inclut la côte est dans son projet de voyage en Australie devrait profiter de l'occasion pour visiter la patrie de l'arbre à thé *Melaleuca alternifolia*.

Comme décrit plus haut le *Melaleuca alternifolia* ne pousse à l'état sauvage que sur la côte est de l'Australie. Ici, son expansion est limitée aux régions côtières de la Nouvelle-Galles du Sud. Dans cette contrée, cependant, le *Melaleuca alternifolia* pousse en abondance. On situe le centre de sa propagation entre les deux grandes rivières *Clarence* et *Richmond*. Les Australiens appellent la région simplement *Northern Rivers*: en effet, nombreux sont les cours d'eau qui traversent cette région, proche de la frontière administrative vers le *Queensland* au nord. La région se délimite au nord par la ville de *Tweed Head* et *Grafton* au sud, ainsi que les villes de *Casino*, *Lismore*, *Ballina* et *Byron Bay* en son centre.

Deux attractions naturelles se présentent aux visiteurs : vers l'est s'ouvre l'immensité de l'Océan pacifique; avec le *Cape Byrne* à son extrémité. Selon la saison on peut y observer des troupeaux de baleines en migration. C'est un paradis pour les amateurs du surf avec ses plages de sable fin qui s'étendent sur 300 km de longueur. Par endroit, comme par exemple au *Broken Head National Park*, la forêt subtropicale s'avance jusqu'à la côte.



La deuxième attraction naturelle sont les nombreux parcs naturels des *Northern Rivers*. A l'arrivée des premiers colons la totalité de la surface était couverte par une forêt subtropicale qui était une des plus anciennes de la terre : le légendaire *Big Scrub*. Onze morceaux ont pu en être préservés et ils sont en partie sous protection comme patrimoine naturel de la terre. Avec une randonnée à travers la jungle, l'Européen peut faire connaissance avec une végétation exotique, luxuriante, totalement inconnue à ses yeux.

On peut trouver des arbres à thé qui poussent à l'état sauvage dans les marécages des plaines à proximités des cours d'eau, par exemple dans la vaste région autour de *Evans Head* du *Bundjalung National Park* et du *Broadwater National Park*. Ici, on trouve à côté des biotopes d'arbres à thé, d'eucalyptus et de mangroves également des paysages austères de dunes et de landes qui ont fait naître une flore et faune très originale. Dans pratiquement tous ces parcs on vous proposera des randonnées guidées à pieds, à cheval ou en canoë.

Si vous êtes intéressé par la culture de l'arbre à thé, visitez une des nombreuses plantations du district des *Northern Rivers*. Les plus grandes plantations proposent des visites guidées. L'adresse la plus connue est celle de la *Thursday Plantation* près de *Bellina*. Ici, on a pensé à tout: il y a une animation pour les enfants dans un labyrinthe d'arbres à thé, un café avec une terrasse ravissante en plein air et bien sûr la visite des plantations et des laboratoires.

**Quelques adresses de plantations d'arbres à thé dans la Nouvelle-Galles du Sud.**

Main Camp Plantation  
Main Camp Rd  
Rappville, NSW 2459  
Tel: +61 (+66) 61 7951  
Fax: +61 (+66) 61 7950  
email: [maincamp@nrg.com.au](mailto:maincamp@nrg.com.au)  
Internet: [//main.nrg.com.au](http://main.nrg.com.au)

Thursday Plantation  
Pacific Highway, Ballina NSW 2478  
Tel: +61(+66) 86 72 73  
Fax: +61(+66) 86 74 85  
Internet:  
[//www.om.com.au/thursday\\_plantation](http://www.om.com.au/thursday_plantation)  
email: [teatree@om.com.au](mailto:teatree@om.com.au)

## A LA PLACE D'UNE CONCLUSION

Le *Melaleuca alternifolia*, ce petit arbre simple et sans allure caché dans la végétation australienne à laquelle il est étroitement lié, abrite dans ses feuilles un trésor merveilleux pour l'humanité que nous connaissons grâce aux Aborigènes, les indigènes d'Australie, qui étaient les premiers à découvrir et reconnaître sa valeur. C'est eux qui ont ouvert la voie à la fabrication d'un élixir hautement efficace qui convaincra, comme nous l'espérons, les lecteurs de ce livre.

## Bibliographie

- Basset, I.B. et al.: A comparative study of tea-tree oil versus benzoylperoxide in the treatment of acne. *Med. J. Austr.* (1990) 153, 455-458.
- Belaiche, P.: Germicidal properties of the essential oil of *Melaleuca alternifolia* related to urinary infections and chronic ideopathic *Colibacillus*. *Phytotherapy* (1985) 15, 9-11.
- Belaiche, P.: Treatment of Vaginal Infections of *Candida albicans* with the essential oil of *Melaleuca alternifolia* (cheel). *Phytotherapy* 15 (1985), 13-14.
- Brophy, J.J., Davies, N.W., et al.: Gas chromatographic quality control for oil of *Melaleuca terpinen-4-ol* type (Australian tea tree). *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, (1989) 37, 1330-1335.
- Buck, D.S. et al.: Comparison of two topical preparations for the treatment of onychomycosis: *Melaleuca alternifolia* (Tea Tree) Oil and Clotrimazole. *J. Fam. Pract.* (1994) 38, 601-605.
- Carson, C.F. et al.: Broth micro-dilution for determining the susceptibility of *Escherichia choli* an *Staphylococcus aureus* to the essential oil of *Melaleuca alternifolia* (tea tree oil). *Microbios* (1995) 82, 181-185
- Carson, C.F. et al.: Toxicity of the essential oil of *Melaleuca alternifolia* or Tea Tree oil. *Clin. Toxicol.* (1995) 33(2), 193-194.
- De Groot, A.C. und Weyland, J.W.: Systemic contact dermatitis from tea tree oil. *Contact Derm.* (1992) 27, 279-280.
- Dragendorff, G.: *Die Heilpflanzen der verschiedenen Völker und Zeiten*, Reprint Werner Fritsch Vlg. München 1967.
- Drury, Susan: *Die Geheimnisse des Teebaums*. Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Aitrang 1991
- Grunert, P.: *Teebaumöl - Das neue Wundermittel*. Econ Taschenbuch Vlg, Düsseldorf 1996.
- Hoppe, H.A.: *Drogenkunde*, Bd. 1 Angiospermen. Walter de Gruyter 1975.
- Jacobs, M.R. et al.: *Melaleuca* oil Poisoning. *Clin. Toxicol.* (1994) 32, 461-464.
- Knight, M.J. et al.: Toxicity oft *Melaleuca* oil and related essential oils appied topically on dogs and cats. *Vet. Human Toxicol.* (4/1994) 36, 139-142.
- Knight, T.E. und Hausen, B.M.: *Melaleuca* oil (tea tree oil) dermatitis. *J. Am. Cad. Dermatol.* (1994) 30, 423-327.
- Lawless, Julia: *Das Tea-Tree-Öl*. Wilhelm Goldmann Verlag, München 1996
- Mosic, Dr. A.: *Kurze Systematik der Arzneipflanzen*. Vlg. Theodor Steinhoff 1936.
- Olsen, Cynthia B.: *Die Teebaumöl Hausapotheke*. Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Aitrang 1994
- Pena, E.F.: *Melaleuca alternifolia* oil - its use for Trichomonal Vaginitis an other Vaginal Infections. *Obst. Gynacol.* (1962) 19, 793-795.
- Pschyrembel, *Klinisches Wörterbuch*: Walter de Gruyter Verlag, 257. A., Berlin 1996.
- Ramann, A. et al.: Antimicrobial effects of tea-tree oil and its major components on *Staphylococcus aureus*, *Staphylococcus epidermis* und *Propionibacterium acnes*. *Letters in App. Microbiol.* (1995) 21, 242-245
- Ryman, D.: *Heilen mit Aroma-Ölen*. Knauer Vlg, 1991.
- Rhys, E. (ed.): *Captain cook's voyages of discovery*. Everyman's Library - Travel & Topography, London 1944 (reprint).
- Saller, R. und Reichling, J.: Teebaumöl - ein natürliches Universalheilmittel?. *DAZ* (1995) 135, Nr. 35, S. 40-48
- Selvaag, E. et al.: Contact allergy due to tea tree oil an cross-sensitization to colophony. *Contact Derm.* (1994) 31, 124-125.
- Shemesh, A., Mayo W.L.: Tea tree oil - Natural Antiseptic and Fungicide. *Int. J. of Alternativ and Complementary Medizinisch.*, 12/1991.
- Walker, M.: Clinical Investigation of australian *Melaleuca alternifolia* oil for a variety of common foot problems. *Current Podiatry* (April 1972).
- Williams, L.R. et al.: The composition and bactericidal activity of oil of *Melaleuca alternifolia* (Tea Tree Oil). *Int. J. Aromather.* (1988), Vol. I, No. 9, 15-17.
- Williams, L. R. und Home, V.N., Asre S.: Selection and breeding of superior strains of *Melaleuca* species to produce low cost, high quality tea tree oil. *Proceedings Modern Phytotherapy - The clinical significance of tea tree oil and other essential oils*. Macquarie University (1990), 2, 73-91.
- Wolf, Dr. Peter, Anja Budde: *Die kleinste Hausapotheke der Welt Teebaum-Öl*, Taoasis Verlag, Lemgo 1995

## Index

### A

Abcès 65  
Abcès 40, 53, 66, 96  
Aborigènes 19ff, 103  
Acarions 99  
Acné 13, 55f, 64  
Amande 44, 72, 84  
Anthrax 66  
Antimycosique 24  
Antiparasitaire 40  
Antiviral 93  
Apthes 85  
Arnica 57, 62, 75, 90  
Aaroma-massage 44  
Arthrite 6, 23, 76

### B

Bactéricide 23, 24, 40  
Bactéries 40, 64, 65, 66, 69, 83, 86,  
Balanite 82  
Bay-Oil 17  
Bébés 72  
Boutons 55, 64, 78  
Bronchite 89, 90  
Brûlures 67, 80, 81,

### C

Cajeput 15, 18, 28  
Callosités 57  
Camphre 39, 45, 68  
Candida albicans 40, 80ff, 82, 83  
Candidose 80  
Carie 52  
Champignons 40, 62, 66, 77, 98  
Chats 95  
Chevaux 96  
Chiens 95  
Cineol 15, 42  
Climatisation 31, 98  
Cloques 67  
Conservateurs 54  
Contusions 62, 96  
Cor 57  
Cortisone 73  
Coups de soleil 67, 70

Coupures 63, 96  
Courbatures 75  
Crevasses 57  
Culture biologique 29, 30, 42, 69  
Cystites 86, 87

### D

Démangeaisons 21, 51, 60, 62, 71, 72, 74, 78, 80, 86  
Dentalgie 85  
Dermatite 46, 71, 74  
Dermatite des couches 72  
Diffuseur de parfum 59, 84, 90, 98  
Diluant 98f  
Distillation par vaporisation 32

### E

Echarde 63  
Eczéma 71, 74  
Eczéma marginé 78  
Enfants 46ff, 65, 102  
Engelures 68  
Escarre 63  
Escherichia 40  
Escherichia 87  
Eucalyptus 15, 17, 32, 37, 101  
Eucalyptus amygdalina 15  
Eucalyptus globulus 15

### F

Facteur de protection 67  
Fièvre 71, 84, 88ff,  
Fil dentaire 52  
Flore intestinale 80, 83  
Foulures 62  
Furoncle 66

### G

Gale 60  
Gélules 81, 83  
Genièvre 75  
Gerçures 54, 57  
Gingivite 53, 85  
Gingivorragie 53  
Giroflier 13  
Gourme 72  
Grippe 90

### H

Hématomes 62  
Herpès 41, 91  
Herpès génital 92  
Herpès labial 91 92  
Homéopathie 13, 73  
Huiles essentielles 12, 17, 18, 32, 39, 42, 43, 44, 45, 46, 48  
Huiles grasses 44

### I

Impetigo 64f, 65  
Insectes 41, 59f, 98  
Intertrigo 62  
Irritation 38, 41, 46, 60, 64, 68, 74  
Ixodes ricinus 61

### J

Jambosier 15  
Jojoba 72

### K

Kanuka 14, 17  
Klebsiella 40, 64  
Kunzea ericoides 17

### L

La Nouvelle-Galles du Sud 19, 100, 102  
Lapin 95  
Laryngite 85  
Lentes 60, 95  
Leptospermum 17  
Leptospermum flavescens 13  
Leptospermum scoparium 13, 17  
Leucorrhée 82

### M

Macération 62, 90  
Maladie de lyme 61  
Manuka 14, 17  
Massage 44, 63, 75, 85, 90  
Mauvaise haleine 53  
Maux de dents 85  
Maux de gorge 85, 88  
Melaleuca cajeputum 15  
Melaleuca dissitiflora 18  
Melaleuca leucadendron 27

Melaleuca linariifolia 18  
Melaleuca uncinata 18  
Melaleuca viridiflora 18  
Méningite 61  
Meurtrissures 62  
Moustique 40, 59  
Muqueuses buccales 80  
Mycose intestinale 83  
Myrtacées 12ff  
Myrte 12, 15  
Myrtus cheken 15  
Myrtus communis 12, 15

### N

Nettoyage du système intestinal 83  
Neurodermatite 46, 72, 73, 74  
Niauli 18  
Northern Rivers 100, 102  
Nourrissons 47, 80

### O

Onychomycose 79  
Onychomycose 79  
Orgelet 64  
Otite 84, 88, 90

### P

Panaris 66  
Parasite 59f, 83, 95  
Pellicules 51  
Penfold 39  
Perte 47, 66  
Pertes blanches 82  
Phlyctène de brûlures 67  
Pieds transpirants 58  
Piment 13, 17  
Pimenta acris 13, 17  
Pimenta officinalis 13  
Piqûes d'insectes 60  
Plaqué 52  
Plâtre 63  
Poissons 97  
Poules 97  
Poux 40, 60, 95  
Proteus 40, 64  
Prurit 74  
Pseudomonas 40, 64  
Psoriasis 74

**Q**

Qualité 36f, 42

**R**

Recolte sauvage 25  
Refroidissement 84, 85, 88, 90  
Rhumatisme 75  
Romarin 75

**S**

Saignement des gencives 53  
Sauge 53  
Savon 31, 55, 60, 64  
Scabies 60  
Sinusite 44, 84f, 88, 90  
Soins de la peau 31, 54  
Soins dentaires 52f, 53  
Staphylocoque 64, 66  
Stockage 46, 48, 98  
Stomatite crémeuse 80  
Streptocoque 40  
Surdosage 46f,  
Système immunitaire 77, 88, 93, 94  
Syzygium 13, 14, 15  
Syzygium aromaticum 13  
Syzygium jambolanum 15

**T**

Terpinène-4-ol 36ff, 37, 38, 39, 42  
Test de tolérance 70, 73  
Tinea 77ff  
Tinea barbis 78  
Tiques 61, 95  
Tolérance 50, 69, 73,  
Toux 88, 89  
Trichomonas 80

**U**

Ulcères variqueux 87  
Urticair 41, 71  
Urticair de contact 70

**V**

Vaginite 80, 82  
Varicelle 41, 91, 93  
varices 87  
Verrues 41, 69

Vésicules 65, 67, 85, 91, 92, 93  
Virus 40, 69, 88, 90ff, 91, 92, 93  
Virus de l'herpes 91

**Z**

zona 91, 93

L'auteur, Doris Zehren, née en 1964, diplômée en biologie, exerce sa profession de naturopathe à Sarrebruck en pratiquant surtout l'homéopathie et la médecine traditionnelle chinoise. Au cours des dernières années elle a rassemblé de nombreuses expériences thérapeutiques avec l'huile essentielle de l'arbre à thé australien qu'elle utilise fréquemment et avec succès pour guérir ses patients.

