Aide à la régulation téléphonique pour chirurgiens-dentistes

Protocole-conseils en Phyto-aromathérapie des urgences dentaires

Dr Cyril Bordin, chirurgien-dentiste, étudiant DU Phytothérapie et aromathérapie, Faculté de Pharmacie - Univ. de Lorraine
Dr Florine Boukhobza, chirurgien-dentiste, phytothérapeute et homéopathe - **Dr Paul Goetz**, médecin phytothérapeute¹

Références Dr Baudoux Dominique, 2008, *L'aromathérapie se soigner par les huiles essentielles*, Edition Amyris
Dr Boukhobza Florine et Dr Goetz Paul, 2018, *Phytothérapie en odontologie*, Guide clinique, 2^{ème} Ed, Edition CDP
Dr Fleurentin Jacques, 2013, *Du bon usage des plantes qui soignent*, Edition Ouest France
Dr Morel Jean-Michel, 2008, *Traité pratique de phytothérapie clinique*, Edition Grancher

Abréviations	HE : huile essentielle	HV : huile végétale	TM : teinture mère (alcoolatures)
	<i>Le nom de plante est suivi en italique par son identification latine / risque de confusion</i>		

Pour les abcès et cellulites, l'allopathie semble de rigueur, chaque praticien appréciera, aucune rubrique réalisée.
L'anamnèse sur l'état de santé du patient, allergies, ses médicaments, sa capacité de compréhension a été faite.
Les conseils répertoriés, sont disponibles en pharmacie, prêt à l'emploi ou en préparation.

Protocole antiseptique et immunostimulant associé

Spray buccal à la Propolis

**1 pulvérisation buccale 4 fois / jour pendant 10 jours*

Echinacée 4 DH buvable - 1 Flacon 125 ml

**50 gouttes dans un demi-verre d'eau à boire pendant 10 jours*

Indication aisée en urgence

Antiseptique
immunostimulant
Anti-inflammatoire

Précautions chez l'enfant
car contient un peu d'alcool

LA PULPITE – LA DENT CARIÉE OUVERTE

Les recommandations sur les AINS, durant une pandémie virale à Corona, semblent déconseiller par prudence l'utilisation du **saule**, *Salix alba* et de la **reine des prés**, *Filipendula ulmaria* contenant des **salicylates et/ou dérivés** mais l'huile essentielle de **girofler**, le bouton floral appelé **clou de girofle**, *Syzygium aromaticum* est indiquée.

Protocole anti-inflammatoire et antalgique

Prescription : huile essentielle de girofler (HE) : HE de choix

3 possibilités **en application locale avec HE girofler dans HV :**

- *sur un coton tige en application locale, **zone muqueuse périphérique** de la dent atteinte,
- *sur une boulette de coton, dans une **cavité dentaire ouverte**,
- *sur une brosette interdentaire, quand **zone proximale atteinte, ouverte**.

- 1) Le patient **possède** de **HE de girofler**, il la dilue dans une HV :
4 gouttes d'HE dans 1 cuillère à soupe d'HV (type pépin de raisin, huile d'olive ou Labrafil de maïs)

Ne pas utiliser HE pure car caustique

- 2) Le patient **n'a pas ou ne peut pas se procurer** de HE de Girofler.
Prendre des clous de girofle qu'il faut pilonner (réduire en poudre), diluer cette poudre dans une HV. Normalement, l'extraction huileuse de l'eugénol dure 14 jours suivi d'un filtrage. En situation d'urgence face à la douleur, on ne filtre pas et cela permet d'avoir des résidus de poudre contenant de l'eugénol et on mélange avec un peu d'HV pour une préparation.

L'avantage de cette technique est multiple :

- Economique, le patient le fait seul,
- Non caustique, très bonne diffusion grâce à la viscosité de l'huile.

Indications

anti-inflammatoire et antidouleur dans les douleurs carieuses en phase de pulpite réversible et irréversible.

Contre-indications

Femme enceinte et allaitante par voie orale

Le patient doit localiser la dent à l'origine du mal et avoir un moyen d'accès au site dentaire
Si inter-proximal sans atteinte occlusale pour soulager la douleur, **imbiber alors la brosette interdentaire de l'association HV et HE de girofler**

¹ Florine Boukhobza et Paul Goetz enseignants DU phytothérapie-aromathérapie, faculté de pharmacie de Nancy, Université de Lorraine et Paris XIII.
Mise en page : Sylvie Grand'Eury-Buron, ethnolinguiste, Dépt. Info-Com, IUT Nancy-Charlemagne, Université de Lorraine, auditrice libre dans le DU.

LES APHTES et BLESSURES PROTHETIQUES

Prêt à l'emploi en pharmacie

Gel d'Aloe vera à 98 % minimum en tube de gel :
1 application autant que nécessaire (environ 5 fois par jour) adulte et enfant

Ou

La matricaire, *Matricaria recutita* L., *Matricaria chamomilla* L. (sous forme galénique d'Hydrolat ou TM)
Antalgique locale, anti-inflammatoire et antiseptique

Posologie : Application locale sur la blessure prothétique 4 fois par jour en cas de douleur, pendant 5 à 10 jours

HE de giroflier, *Syzygium aromaticum*

Ou

HE de sauge sclarée, *Salvia sclarea* L.

Posologie HE 1 goutte sur un coton tige et appliquer sur l'aphte 3 fois par jour sur 3 jours

Ou mieux

une cuillère à café d'HV et 1 goutte d'HE pour éviter le côté un peu « caustique »

Contre-indications : l'HE de sauge sclarée est à éviter en cas d'antécédents de cancers gynécologiques

OU Préparation

HE lavande vraie, *Lavandula angustifolia*, 3 gouttes

HE cannelle, *Cinnamomum verum*, 2 gouttes

HE menthe poivrée, *Mentha piperita*, 1 goutte

TM pimprenelle, *Sanguisorba officinalis*, 5ml

TM souci *Calendula officinalis*, 2,5ml

Mélanger le tout dans un flacon,
Mettre 25 gouttes du mélange dans un verre d'eau et utiliser en bain de bouche

Et/Ou

1 goutte pure du mélange directement sur la lésion plusieurs fois par jour.

MAL de GORGE - Symptomatologie d'accompagnement

INFUSION – GARGARISME ou SIROP

Ronces, *Rubus fruticosus*, feuille

Mauve, *Malva sylvestris*, plante entière

Plantain, *Plantago lanceolata*, feuille

Vous pouvez ajouter du miel

Une préparation toute prête est disponible en pharmacie :

Phytoxyl (Sanofi)

REALISATION D'UN SPRAY GORGE

2 à 3 cuillères de feuilles de sauge sclarée, *Salvia sclarea*

1 à 2 cuillères d'échinacée 4DH buvable, *Echinacea angustifolia*

1 à 2 gouttes HE de menthe poivrée, *Mentha piperita*

1 cuillère à soupe de miel

Protocole

25 cl eau bouillante sur les feuilles de sauge sclarée

Faire infusion 30 minutes et filtrer

Boire ¼ de la préparation et mettre HE, solution buvable, miel

A mettre dans vaporisateur pour s'en servir en spray.

Plusieurs fois par jour

Précautions : pour les femmes enceintes, interdire dans la formule l'utilisation de menthe poivrée

Attention - Allergie au Menthol

(à demander dans le questionnaire d'anamnèse)

ou / ET

Protocole antiseptique et immunostimulant sphère ORL

Spray buccal à la propolis

1 pulvérisation buccale 4 fois par jour pendant 10 jours

Ou

Gommes à sucer à la propolis

1 gomme à sucer 4 fois par jour pendant 10 jours

OU

Echinacée 4 DH - 1 Flacon 125 ml

50 gouttes dans un demi-verre d'eau à boire pendant 10 jours

Indications :

Antiseptique,

Immunostimulant

Anti-inflammatoire

Précautions

chez l'enfant car contient un peu d'alcool

HEMOSTATIQUES et ANTI INFECTIEUX d'appoint

1) La pimprenelle

Sanguisorba officinalis

Plante des pâturages humides des montagnes.

Ses tanins et oxalate de calcium permettent une activité hémostatique et cicatrisante

Blessures prothétiques

Mode emploi :

infusion ou gargarisme

2) Le souci

Calendula officinalis

Les parties utilisées sont les fleurs :

- anti-inflammatoire, antihémorragique, cicatrisant ;
- antibactérien par immuno-stimulation des granulocytes ;
- diminue la phase d'épithélialisation des plaies ;
- augmente la synthèse de collagène.

**Attention ne pas utiliser per os,
à préconiser sous forme de Baume**

Mode emploi : *infusion ou gargarisme*

3) La ronce

Rubus fruticosus

Facile à trouver, le feuillage est persistant, appelé communément **la mûre sauvage ou petite mûre**

Les feuilles séchées ont des propriétés antibactériennes

Mode d'emploi :

En infusion pour faire en bain de bouche (aphtes, gingivites)

POUSSÉES DENTAIRES

Racine de guimauve, *Althaea officinalis*

A mordre par l'enfant mais surveillance adulte obligatoire

Eau florale de Fleur d'oranger *Citrus aurantium*

OU

Eau florale de lavande fine *Lavandula angustifolia*

Appliquer l'eau florale apaisante sur une compresse et sur la zone gingivale de poussée dentaire, 2 à 3 fois par jour durant quelques jours

Avant le « dodo » sur les gencives enflammées

HE camomille romaine, *Chamaemelum nobile*, 1 goutte

Ajouter 10 ml d'HV huile de pépin de raisin ou d'olive

Souvent, présence d'érythèmes fessiers, envisager alors une crème à base de souci, *Calendula officinalis* ou de camomille vraie, *Matricaria recutita*.

BOUTON de FIÈVRE

HE de

ravinstara, *Cinnamomum camphora* CT 1,8 cinéole

ou

niaouli, *Melaleuca quinquenervia*

ou

tea tree, *Melaleuca alternifolia*

pure (avec précaution sur un coton tige)

OU

diluer dans HV en rapport 1 à 2 gouttes d'HE pour une cuillère à café d'HV

HE de saro, *Cinnamosma fragans*, peut être indiquée avec ses propriétés antivirales

DENTIFRICE MAISON

en usage unique et ponctuel

30 gr d'argile blanche

1 cuillère à café de bicarbonate de soude

1 cuillère à café de sel fin de mer

Quelques gouttes HE de menthe poivrée, *Mentha piperita*

Protocole

Mélanger le tout et laisser sécher à l'air pour avoir une bonne texture, une fois séchée, ajouter un peu de glycérine végétale.

ATTENTION

Menthe est plutôt non compatible avec homéopathie (2 heures d'intervalle)

Ne pas utiliser au quotidien car bicarbonate potentiellement abrasif de l'émail soit 1 à 2 fois/sem

Fiche information : bien comprendre les termes et les usages pour tout praticien sur les HE et/ou informations pratiques pour le patient

Des repères contenantants /mesures/quantités : environ

Contenants	Grammages	Millilitre (ml)
1 tasse à café	100 g	100 ml
1 verre à eau	200 à 225 g	200 à 225 ml
1 verre à vin	90 à 100 g	90 à 100 ml
1 cuillère à soupe	15 g	15 ml
1 cuillère à entremet	10 g	10 ml
1 cuillère à café	5 g	5 ml

Voici une liste des principaux ingrédients à avoir sous la main et le rôle qu'ils jouent :

- 1. Les antibactériens** réduisent le risque de développement de la plaque dentaire et contrôlent la mauvaise haleine. Ils donnent aussi du goût à votre dentifrice. Parmi eux, on trouve le **jus de citron**, les huiles essentielles de **girofler**, de **tea tree**, de **menthe poivrée**, de **thym à thymol**, de **citron** ou encore de sauge sclarée, *Salvia sclarea* [**contre-indications de sauge officinale, *Salvia officinalis* en HE**].
- 2. L'agent moussant** pour que votre dentifrice mousse (mais ce n'est pas obligatoire), c'est simple : il faut prévoir un peu de savon de Marseille naturel en copeaux ou en poudre.
- 3. Les décapants** : nous vous conseillons l'**argile** qui est reconnu pour nettoyer mécaniquement l'émail ou encore pour son rôle antibactérien. Le **bicarbonate de soude** est bien sûr utilisé pour son côté « blanchissant » et son rôle dans la participation à neutraliser l'acidité. Mais attention à ne pas trop l'utiliser et à ne pas trop en mettre (cf encadré ci-dessous).
- 4. Le sel de mer fin non raffiné** va être utilisé pour aider à décongestionner les gencives, à stimuler la production salivaire et pour protéger les dents contre la plaque dentaire.
- 5. Les huiles essentielles** ont chacune leur rôle. Celle de **girofler**, *Syzygium aromaticum* est spécifique aux affections dentaires, celle de **tea-tree**, *Melaleuca alternifolia* est un antibactérien à spectre large, la **menthe poivrée**, *Mentha piperita* pour ses actions rafraîchissantes et antibactérienne et la **myrrhe**, *Commiphora myrrha* pour son côté cicatrisant.
- 6. L'hydrolat de laurier noble**, *Laurus nobilis* aux effets antibactériens et anti-inflammatoires peut être utilisé en bain de bouche.

Précautions / bicarbonate de soude

Utilisé quotidiennement, le bicarbonate agit comme un décapant sur les dents.
Son effet abrasif peut ainsi fragiliser l'émail

Ici, comme souvent, **tout est une question de fréquence** : utilisé une à deux fois par semaine, il offre un effet « blancheur » satisfaisant, sans compromettre l'émail des dents.

Enfin, à titre de précaution, l'utilisation du bicarbonate de sodium sur les dents est **déconseillée**

aux femmes enceintes et aux enfants de moins de 5 ans.