

Aide à la régulation téléphonique chez les dentistes

Protocole de phytothérapie pour permettre à vos patients de se soulager
avant de vous revoir frais et en bonne santé dans vos cabinets.

Dr Cyril Bordin, chirurgien-dentiste, Étudiant au DU de Phytothérapie et Aromathérapie ¹

Dr Florine Boukhobza, Dr Paul Goetz enseignants DU Phytothérapie et Aromathérapie, Faculté Pharmacie de Nancy

La plupart des produits sont disponibles en pharmacie

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 noms de plante est suivi en italique par son identification latine / risque de confusion</i>		

La partie notamment utile en urgence : pulpite, la notion de douleur et d'inflammation.

Pour les abcès et cellulites, l'allopathie me semble de rigueur, chaque praticien appréciera, aucune rubrique réalisée.

Bien prendre en compte l'état de santé du patient, sa capacité de compréhension, ses allergies, ses médicaments en cours.

LA PULPITE – LA DENT CARIÉE OUVERTE

Saule, *Salix alba* et Reines des prés, *Filipendula ulmaria* contiennent des **salicylates**

Etant donné les recommandations concernant les AINS, je déconseille par prudence l'utilisation durant cette pandémie

L'Huile Essentielle de Giroflier, le bouton floral appelé **clou de girofle**, *Syzygium aromaticum*

Protocole anti-inflammatoire et antalgique :

L'**Huile Essentielle de Giroflier** (HE) contient une grande quantité
d'**Eugénol de manière suffisante : HE de choix**

2 possibilités : **en application locale**

*Sur un coton tige en application locale, zone muqueuse périphérique de la dent atteinte

*Sur une boulette de coton, dans une cavité ouverte

*Sur une brossette interdentaire : quand zone proximale atteinte, ouverte :

1) Le patient possède de **HE de Giroflier, il la dilue dans HV** type huile olive :
4 gouttes d'HE dans 1 cuillère à soupe d'HV (Pépin de raisin ou 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.

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, un peu d'HE dans la 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.

Protocole antiseptique et immunostimulant associé :

Spray buccal à la Propolis

*1 pulvérisation 4 fois par jour pendant 10 jours

Echinaceae 4 DH- 1 Falcon 125 ml

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

(contient un peu d'alcool)

Contre-indications :

Femme enceinte et allaitante par voie orale

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

Nécessite que le patient puisse localiser la dent à l'origine et avoir un moyen d'accès (si interproximale sans atteinte occlusale cela me paraît plus compliqué : imbiber alors la brossette interdentaire de l'association HV et HE de Giroflier)

Utilisation aisée en urgence :

Antiseptique, Immunostimulant et Antiinflammatoire

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

¹ Avec le soutien de Sylvie Grand Eury Buron, Ethnolinguiste, Dépt. Info-com IUT charlemagne, Nancy, pour la mise en page

LES APHTES et BLESSURES PROTHETIQUES

<p>Prêt à l'emploi : en pharmacie Gel d'Aole vera à 98 % minimum en tube de gel</p> <p>Ou</p> <p>HE de Saugé sclarée, <i>Salvia sclarea</i> L.</p> <p>Ou</p> <p>HE de Giroflier, <i>Syzygium aromaticum</i></p> <p>Ou</p> <p>La Matricaire, <i>Matricaria recutita</i> (L.), <i>Matricaria chamomilla</i> L. (sous forme galénique d'Hydrolat ou TM) Antalgique locale, anti-inflammatoire et antiseptique</p> <p>Ou</p> <p>Préparation : HE lavande vraie, <i>Lavandula angustifolia</i>, 3 gouttes HE cannelle, <i>Cinnamomum verum</i>, 2 gouttes HE menthe poivrée, <i>Mentha piperita</i>, 1 goutte TM pimprenelle, <i>Sanguisorba officinalis</i>, 5ml TM souci Calendula officinalis, 2,5ml</p>	<p>Gel d'Aloe vera : 1 application, autant que nécessaire (environ 5 fois par jour) adulte et enfant</p> <p>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 Saugé sclarée est à éviter en cas d'antécédents de cancers gynécologiques</p> <p>Application locale sur la blessure prothétique 4fois/jour en cas de douleur, pendant 5 à 10 jours</p> <p>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 = très efficace.</p>
---	---

HEMOSTATIQUES et ANTI INFECTIEUX d'appoint

<p>1) Pimprenelle, <i>Sanguisorba officinale</i>, plante des pâturages humides des montagnes. Ses tanins et oxalate de calcium permettent une activité hémostatique et cicatrisante (blessures prothétiques)</p> <p>Mode emploi : infusion ou gargarisme</p>	<p>2) Souci, <i>Calendula officinalis</i>, 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, soit en Baume,</p> <p>Mode emploi : infusion ou gargarisme</p>	<p>3) La Ronce, <i>Rubus fruticosus</i>, Facile à trouver, le feuillage est persistant, Appelé communément la mure sauvage ou petite mure</p> <p>Mode d'emploi : En infusion pour faire bain de bouche (aphtes, gingivites)</p>
--	---	--

MAL de GORGE (symptomatologie d'accompagnement)

INFUSION :

- Ronces, *Rubus fruticosus*, feuille
 - Mauve, *Malva sylvestris*, plante entière
 - Plantain, *Plantago lanceolata*, feuille
- Vous pouvez ajouter du miel

Mode emploi :

infusion, gargarisme, ou sirop

Une préparation toute prête est disponible en pharmacie : **Phytoxyl (Sanofi)**

Ou /ET

Protocole antiseptique et immunostimulant sphère ORL :

Spray buccal à la Propolis

*1 pulvérisation 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

Echinaceae 4 DH- 1 Falcon 125 ml

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

Réalisation d'un spray gorge :

- 2 à 3 cuillères de feuilles de sauges sclarée, *Salvia sclarea*
- 1 à 2 cuillères de TM échinacée, *Echinacea angustifolia*
- 1 à 2 gouttes HE de menthe poivrée, *Mentha piperita*
- 1 cuillère à soupe de miel

Protocole

25 cl eau bouillante sur la sauge

Faire infusion 30 minutes et filtrer

Boire ¼ de la préparation et mettre HE, TM, miel

A mettre dans vaporisateur pour s'en servir en Spray. Plusieurs fois par jour

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

Attention à l'allergie au Menthol (à demander dans le questionnaire d'amanèse)

Utilisation facile :

Antiseptique, Immunostimulant et Antiinflammatoire

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

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

Avant dodos sur les gencives enflammées

HE camomille romaine, *Chamaemelum nobile*, 1 goutte
Ajouter 10ml d'HV Huile olive, ou HV de Pèpin de raisin

PS : souvent il y a des érythèmes fessiers : crème à base de souci, *Calendula officinalis* ou 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

PS : HE de Saro, *Cinnamosma fragans*, est très intéressante à utiliser pour les mycoses buccales

DENTIFRICE MAISON (en usage unique)

30gr 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 non compatible avec homéopathie

Attention : pas tous les jours (abrasion de email :1 à 2x/sem)

Bien comprendre les termes et les usages pour praticien non usager des HE et si fiche éventuellement transmise au patient

Ses repères contenant /mesures/quantités

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 :

- **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 clou de girofle, de tea tree, de menthe poivrée, de thym, de citron ou encore de sauge sclarée (*Salvia sclarée*) (surtout pas sauge officinale (*Salvia officinalis*) en HE).
- **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.
- **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 pouvoir blanchissant mais également pour son pouvoir neutralisant de l'acidité. Mais attention à ne pas trop l'utiliser et à ne pas trop en mettre.
- **Le sel de mer fin non raffiné** : il va être utilisé '[pour cicatriser les gencives](#)', pour stimuler la salivation et pour minéraliser les dents.
- **Les huiles essentielles** : elles ont chacune leur rôle. Celle de clou de girofle est spécifique aux affections dentaires, celle de tea-tree est un antibactérien efficace (d'autres HE sont aussi efficaces), celle de ciste est utilisée pour les affections buccales, la menthe poivrée pour son action rafraîchissante et la myrrhe pour son côté cicatrisant et antiseptique...
- **L'huile de coco** : aux effets antibactériens et blanchissant, peut être utilisée à part en guise en bain de bouche, tout comme l'hydrolat de laurier.

Précautions

Utilisé quotidiennement en effet, le bicarbonate agit comme un décapant sur les dents. Son effet abrasif peut ainsi fragiliser l'émail et créer des dégâts irréparables. Toutefois, le bicarbonate est loin d'être un produit dangereux. Si on le compare à d'autres produits comme le [peroxyde d'hydrogène utilisé notamment dans les bars à sourire](#), il est beaucoup moins nocif. Ici, comme souvent, **tout est une question de fréquence** : utilisé une fois par semaine, il offre un effet blancheur satisfaisant, sans compromettre l'émail des dents.

D'autre part, à titre de précaution, l'utilisation du bicarbonate de sodium sur les dents est **déconseillé aux femmes enceintes et aux enfants de moins de 5 ans**.