

PODCAST 88

Date d'envoi : mercredi 18 à 5 :00

Titre : Huiles essentielles au cabinet dentaire

Pour écouter

« Huiles essentielles au cabinet dentaire »

[clique ici](#)

L'échec n'existe pas, dans la vie, soit tu gagnes, soit tu apprends.

Docteur apprends et souviens-toi pourquoi tu as choisi ce beau métier !

Bienvenu dans le quatre-vingt-huitième audio du défi des 365 jours, que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : Apprendre à sortir grandi(e) de tes challenges.

Je voudrais te parler aujourd'hui des huiles essentielles au cabinet dentaire.

Les huiles essentielles sont des extraits aromatiques de plantes médicinales. Elles entrent dans le cadre des médecines douces mais elles ne sont pas sans contre-indication : jeune enfant, femme enceinte, épileptique.... Attention, renseigne-toi bien avant de prescrire.

On peut diffuser des huiles essentielles en salle d'attente par période de 10mn, 3 à 4 fois par jour, un mélange à parties égales d'huile essentielle de Néroli, de Camomille, de Bergamote, de Lavande, de Ylang Ylang, dans le but de détendre les patients en salle d'attente et ça détend également une équipe stressée.

Une fois assis sur le fauteuil dentaire, on peut faire respirer de l'huile essentielle de Camomille Romaine au patient anxieux. L'huile essentielle de Mandarine est également très efficace, dans ce même objectif.

Sur le plan clinique également, les huiles essentielles ont des actions antibactériennes, antifongiques, antivirales mais aussi anti-inflammatoires, antalgiques, hémostatiques, et cicatrisantes. Par exemple, l'huile essentielle de Clou de Girofle, (qui n'a rien à voir avec l'eugénol que l'on achète chez

nos distributeurs), est à la fois antalgique, anesthésiante et anti bactérienne. L'huile essentielle l'Origan Compact est également anti bactérienne. L'huile essentielle de Laurier Noble est antalgique.

Je vais te donner la recette d'un soin buccal anti inflammatoire que je prescris si nécessaire, 15 jours avant un détartrage ou soin de gencive pour calmer des saignements. Je le prescris également en accompagnement d'un traitement parodontal.

Prendre une cuillère à café huile d'huile de noix de coco dans laquelle tu ajoutes une pincée de Gencix qui est de la feuille de Papayer aux vertus anti inflammatoire et tu ajoutes également, 1 goutte d'huile essentielle de saro, 1 goutte d'HE de Lavande Officinale, 1 goutte d'HE de Tea Tree, 1 goutte d'HE de Clou de Girofle et une goutte d'HE de Laurier Noble. Le tout se met dans la bouche et on fait ce qu'on appelle en Médecine Ayurvédique un « Oil Pulling », ça veut dire que ce mélange est gardé en bouche et qu'il est pulsé entre les dents jusqu'à émulsion pendant au moins 10mn. Ensuite le mélange est recraché dans un mouchoir en papier qui ira à la poubelle pour ne pas boucher les canalisations et surtout il ne faut pas se rincer la bouche. Ce traitement est à prescrire tous les soirs après le passage du fil dentaire et le brossage, pendant 2 à 3 semaines.

Je te souhaite une belle journée et je te dis à demain, naturellement !