

# Maryline Hourlier: «Il n'y a que les huiles essentielles pour guérir rapidement et de façon 100 % naturelle»

---



Par Marie-Annick Savripène

(<https://www.lexpress.mu/profile/marie-annick-savripene>)



Maryline Hourlier, Française diplômée en aromathérapie et phytothérapie

Maryline Hourlier, Française diplômée en aromathérapie et phytothérapie, a animé lundi dernier une conférence sur les bénéfices des huiles essentielles à l'intention des pharmaciens. Elle en parle.

## **En quelle capacité avez-vous animé cette conférence à Maurice ?**

Je suis venue à Maurice en tant que conférencière et formatrice indépendante mais invitée par la Pharmaceutical Association of Mauritius. Il faut savoir que je suis diplômée de la faculté de médecine française en aromathérapie et phytothérapie. J'ai deux autres diplômes de la même faculté, un en nutrition et vieillissement et l'autre en éducation thérapeutique sur les pathologies chroniques comme le diabète. Je suis basée à Paris et à Cannes et j'ai créé MH Conseils, et je suis dirigeante d'un organisme de formation. Cela me permet de former des professionnels de santé et le public. J'anime aussi des

formations pour les professionnels de la santé en éducation thérapeutique sur les pathologies chroniques afin d'aider les soignants à accompagner le mieux possible leurs patients pour qu'ils adhèrent avec plus de conscience à leurs traitements.

J'ai aussi créé une société à Londres, l'Arma British Consulting, après une étude de marché et là également, je forme des pharmaciens de Grande-Bretagne sur les bienfaits et l'usage des huiles essentielles. Je collabore avec plusieurs médias en France comme Top Santé et Doctissimo et je remarque que les patients sont plus informés sur les huiles essentielles que les médecins et les pharmaciens. Je prends donc contact avec ces derniers pour des formations payées par l'État pour qu'ils soient plus avisés lorsqu'ils recommandent les huiles essentielles et plus précautionneux vis-à-vis du patient.

### **Les huiles essentielles sont en vogue depuis une quinzaine d'années. N'est-ce pas là un simple phénomène de mode ?**

Pas du tout. Elles ne datent pas d'hier. Cela fait 40 000 ans qu'elles existent. Par exemple, les Aborigènes d'Australie utilisaient l'huile essentielle de l'arbre à thé pour se soigner. Ce qui a changé, c'est qu'aujourd'hui, on reconnaît l'efficacité des huiles essentielles. De plus, on entend dire dans le monde entier que les médicaments ne sont pas si bons pour la santé et on veut se soigner de façon naturelle. L'aromathérapie est justement la réponse pour les personnes qui veulent guérir maintenant et de façon naturelle.

### **Quelle est la différence entre le traitement par aromathérapie et celui par allopathie ?**

Les médicaments sont des molécules chimiques industrielles et, de ce fait, ils ont des effets secondaires. Les huiles essentielles sont des molécules chimiques naturelles et c'est pour cela qu'elles n'ont pas d'effets secondaires mais des contre-indications. Celles-ci concernent uniquement les femmes enceintes, les mères allaitantes et les épileptiques.

### **Comment juger de la pureté des huiles essentielles qui proviennent de partout dans le monde ?**

Un bon laboratoire est celui qui va sélectionner des plantes et plus exactement une partie de la plante selon un cahier des charges très précis et de qualité. Ensuite, sur le flacon de l'huile essentielle, la composition chimique, le nom latin, la partie de la plante utilisée, le numéro de lot et la certification d'agriculture biologique doivent être notifiés. Et ces huiles essentielles devraient être conseillées par des professionnels de santé. Si en France, il y a plusieurs laboratoires d'huiles essentielles qui se conforment à un cahier

des charges de qualité et strict, je travaille avec des laboratoires qui me correspondent. Puresentiel est un laboratoire qui me convient car il a non seulement des critères de qualité stricts dans sa sélection de plantes, ses huiles essentielles sont issues de l'agriculture biologique et c'est un laboratoire qui prouve que ses huiles apportent des résultats car Puresentiel fait des études cliniques régulières.

### **Vous êtes convaincue des bienfaits des huiles essentielles ?**

Absolument. Tout d'abord parce qu'à l'université, j'ai reçu un enseignement de haut niveau par des médecins dont certains présidaient la fédération internationale en phytothérapie. Ensuite parce que depuis 15 ans, je me soigne avec elles dès les premiers symptômes. L'aromathérapie est puissante et rapide et a plusieurs méthodes d'utilisation. Il y a des huiles essentielles qui peuvent être absorbées par voie orale sur des comprimés neutres ou mélangées à des huiles végétales, d'autres utilisées en bains ou encore par petite application cutanée. Si vous ne vous trompez pas dans le choix des huiles essentielles et dans leur posologie, vous ressentirez une amélioration des symptômes dans le quart d'heure qui suit et particulièrement par le mode d'administration locale. Guérir de nombreuses pathologies est courant avec l'aromathérapie.

### **Quelles pathologies peuvent être guéries par les huiles essentielles et lesquelles ne le peuvent pas ?**

Les pathologies infectieuses, hivernales, respiratoires comme les gripes et bronchites, les cystites (infections urinaires), les gastro-entérites, le stress, les angoisses, l'insomnie, les sciatiques et les douleurs rhumatismales peuvent être guéries par les huiles essentielles. Si vous voulez guérir de façon quasi-immédiate et de façon 100 % naturelle, choisissez les huiles essentielles. L'arthrose et l'arthrite peuvent être apaisées par elles mais pas guéries. On ne guérit pas les cancers, les maladies auto-immunes et les maladies chroniques comme le diabète ou les maladies cardiovasculaires avec des huiles essentielles. C'est sûr que cela peut être compliqué à manipuler car quand on dit deux gouttes, ce n'est pas trois mais c'est une question d'habitude. Et puis si par mégarde, une huile essentielle entre dans l'œil ou a contact avec les muqueuses, il ne faut pas utiliser de l'eau mais de l'huile végétale. Allez-y à 100 % avec les huiles essentielles mais en étant initié, précautionneux et responsable car c'est un médicament délivré sans ordonnance. Utilisées comme il le faut, les huiles essentielles sont efficaces et sans danger pour les patients. Assurez-vous de suivre des formations sérieuses et de qualité avec des personnes diplômées pour vous soigner rapidement et pour longtemps.