

Staphylocoque doré, plaies récidivantes et aromatherapie

Cécile Ellert, Ph.D,CA



Une autre façon d'aborder les infections cutanées

Le message central de cet atelier est simple :

Vous n'avez pas besoin de savoir exactement quel micro-organisme est impliqué pour commencer à agir intelligemment. Lorsqu'une rougeur apparaît, qu'une petite plaie devient douloureuse, qu'un bouton semble s'infecter ou qu'une cicatrice refuse d'évoluer normalement, il existe une période intermédiaire pendant laquelle il est possible d'intervenir rapidement, de façon raisonnable et sans agressivité.

Cette approche n'oppose pas les huiles essentielles aux antibiotiques.

Elle s'intéresse à cette fenêtre de temps où :

- les antibiotiques ne sont pas encore disponibles ;
- les antibiotiques ne sont pas forcément indiqués ;
- les symptômes méritent néanmoins une attention immédiate.

L'objectif est d'accompagner le terrain tout en surveillant attentivement l'évolution.

Comment suivre l'évolution d'une lésion

Afin d'objectiver les résultats, il est recommandé de :

- photographier la zone concernée avec une règle visible ;
- renouveler la photographie toutes les 4 à 6 heures ;
- surveiller la température corporelle ;
- noter l'évolution de la douleur ;
- observer l'extension éventuelle de la rougeur.

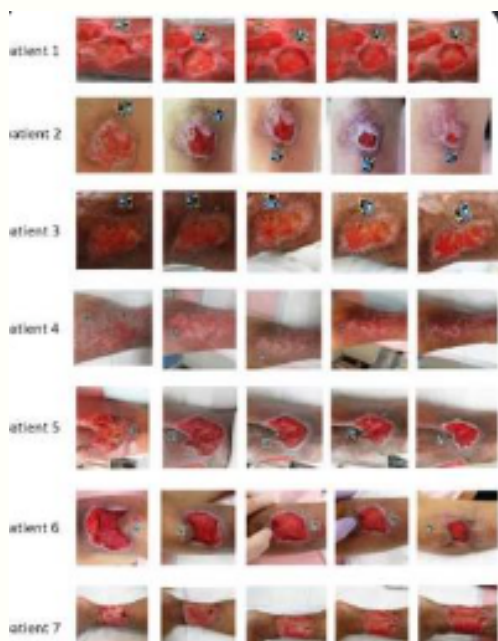
Ces informations permettent de déterminer rapidement si la situation évolue favorablement ou nécessite une prise en charge médicale

Les plaies provoquées par le staphylocoque doré



Images de progression de plaies résistantes sur 28 jours

Ces images montrent l'évolution clinique d'ulcères cutanés chroniques (MRSA) chez sept patients différents sur une période de 28 jours, en suivant les modifications de la surface de la plaie et du tissu de granulation.



Reconnaître les principaux stades d'une infection cutanée

La folliculite à SARM est une infection bactérienne des follicules pileux causée par **Staphylococcus aureus résistant à de nombreux antibiotiques courants.**

Stade précoce de folliculite

- petite papule rouge autour d'un poil ;
- légère démangeaison.

Stade intermédiaire

- pustule jaunâtre ;
- sensibilité locale.

Stade avancé

- extension à plusieurs follicules ;
 - douleur importante ;
 - chaleur locale marquée.
-

Un furoncle causé par le SARM (*Staphylococcus aureus* résistant à la méticilline) est une tuméfaction douloureuse et remplie de pus située sous la peau, provenant d'un follicule pileux infecté. Il ressemble souvent à un gros bouton ou à une piqûre d'araignée et peut rapidement grossir, devenir chaud et laisser s'écouler du liquide.

Stade précoce

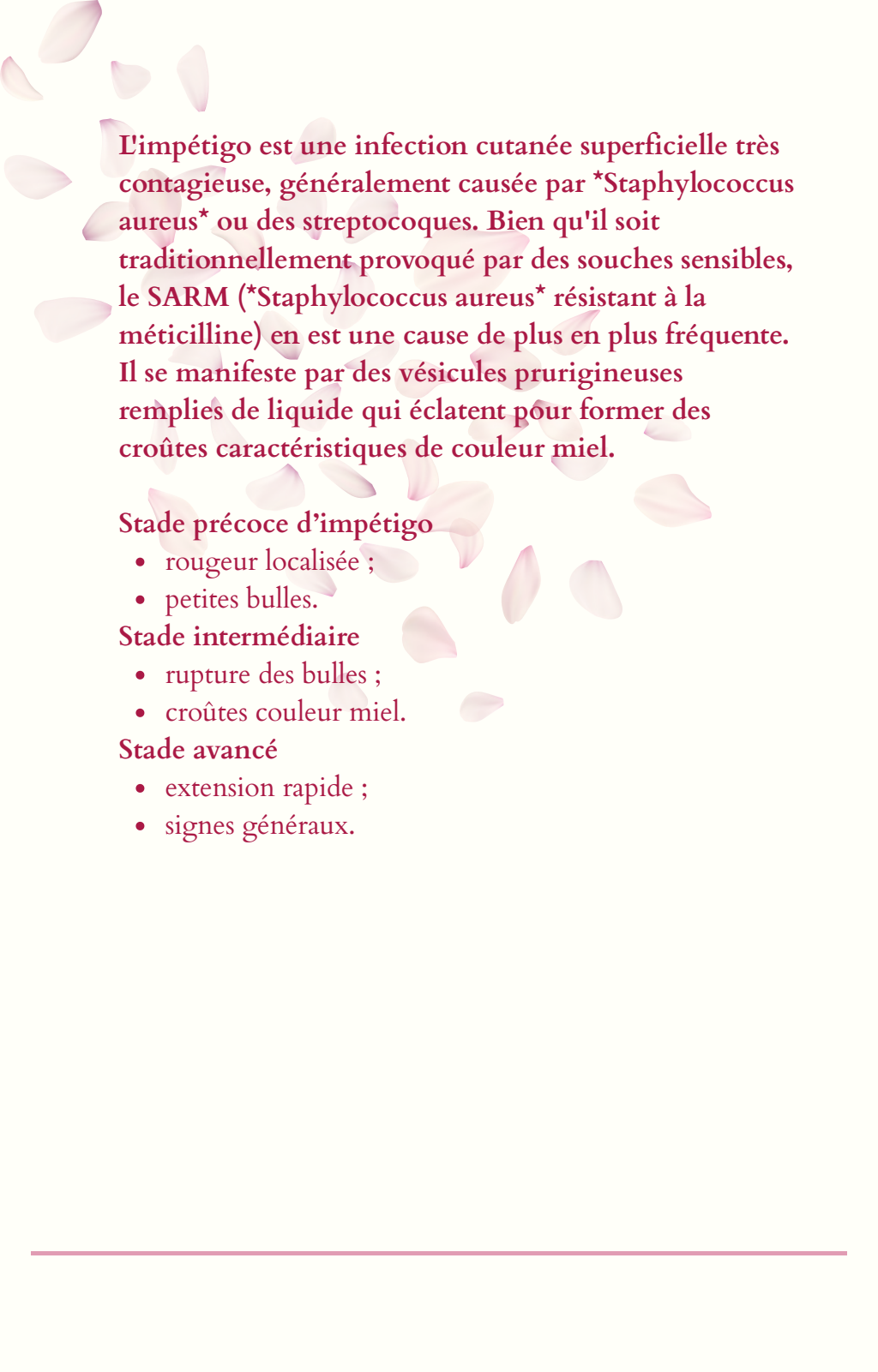
- nodule rouge ;
- douleur locale ;
- chaleur.

Stade intermédiaire

- apparition d'une poche de pus.

Stade avancé

- fièvre ;
 - ganglions ;
 - fusion possible de plusieurs furoncles.
-

The background of the slide is a light pink color with numerous soft, pink petals of various sizes scattered across it, creating a delicate, floral effect.

L'impétigo est une infection cutanée superficielle très contagieuse, généralement causée par *Staphylococcus aureus* ou des streptocoques. Bien qu'il soit traditionnellement provoqué par des souches sensibles, le SARM (*Staphylococcus aureus* résistant à la méticilline) en est une cause de plus en plus fréquente. Il se manifeste par des vésicules prurigineuses remplies de liquide qui éclatent pour former des croûtes caractéristiques de couleur miel.

Stade précoce d'impétigo

- rougeur localisée ;
- petites bulles.

Stade intermédiaire

- rupture des bulles ;
- croûtes couleur miel.

Stade avancé

- extension rapide ;
 - signes généraux.
-

La cellulite à SARM est une infection cutanée profonde et grave causée par des bactéries **Staphylococcus aureus** résistantes à de nombreux antibiotiques courants. Elle survient lorsque les bactéries pénètrent par une coupure ou une éraflure, provoquant une rougeur, un gonflement et une douleur de la peau, qui devient également chaude au toucher.

La différence avec l'érysipèle est la bactérie : le streptocoque.



Stade précoce

- rougeur diffuse ;
- chaleur ;
- douleur ;
- œdème.

Stade intermédiaire

- progression de la rougeur ;
- fièvre modérée.

Stade avancé

- forte fièvre ;
 - lymphangite ;
 - risque de complications systémiques.
-

Le panaris est un abcès profond et purulent situé dans la pulpe charnue de l'extrémité du doigt. Lorsqu'il est causé par le SARM (Staphylococcus aureus résistant à la méticilline), il nécessite une prise en charge médicale rapide. En l'absence de traitement, l'infection enkystée peut engendrer une forte pression, interrompre l'irrigation sanguine ou se propager à l'os.



Stade précoce

- douleur autour de l'ongle ;
- rougeur.

Stade intermédiaire

- gonflement ;
- pus.

Stade avancé

- douleur pulsatile ;
 - fièvre ;
 - risque d'atteinte osseuse.
-

Les signes précoces à ne jamais négliger

- chaleur locale inhabituelle ;
- rougeur qui s'étend ;
- douleur disproportionnée ;
- gonflement ;
- sensation que la lésion "n'évolue pas normalement".

C'est généralement à ce stade que l'intervention est la plus intéressante.

Une stratégie d'approche différente

Les mélanges anti-infectieux classiques reposent souvent sur :

- l'origan ;
- la cannelle ;
- la sarriette ;
- le thym à thymol.

Ces huiles peuvent être très efficaces mais également :

- irritantes ;
- agressives pour les tissus ;
- difficiles à utiliser sur de longues périodes ;
- peu adaptées à une stratégie précoce et répétée.

Ici l'objectif est différent.

Nous recherchons simultanément :

- une activité antibactérienne à large spectre ;
 - une bonne tolérance ;
 - une réduction du stress ;
 - un soutien immunitaire ;
 - une amélioration de la réparation tissulaire.
-

Les quatre piliers du mélange anti-bactérie multi-résistante

Tea tree (*Melaleuca alternifolia*)

L'antibactérien doux fondamental.

Principaux composés :

- terpinen-4-ol ;
- gamma-terpinène ;
- alpha-terpinène.

Intérêt :

- activité reconnue contre *Staphylococcus aureus* ;
- large spectre ;
- bonne tolérance.

Lavande aspic (*Lavandula latifolia*)

L'huile des tissus agressés.

Principaux composés :

- linalol ;
- 1,8-cinéole ;
- camphre.

Intérêt :

- plaies ;
 - brûlures ;
 - infections cutanées ;
 - soutien de la réparation.
-

Les quatre piliers du mélange anti-bactérien (suite)

Lavande vraie (*Lavandula angustifolia*)

La régulatrice neurovégétative.

Principaux composés :

- linalol ;
- acétate de linalyle.

Intérêt :

- réduction du stress ;
- amélioration du sommeil ;
- soutien de l'équilibre neuro-immunitaire.

Camomille allemande (*Matricaria chamomilla*)

La protectrice tissulaire.

Principaux composés :

- chamazulène ;
- alpha-bisabolol.

Intérêt :

- modulation de l'inflammation ;
 - soutien de la cicatrisation ;
 - protection des tissus.
-

Formule pour suppositoires

Adultes

Pour 100 ml d'huile de coco :

- 50 gouttes tea tree ;
- 20 gouttes lavande aspic ;
- 15 gouttes lavande vraie ;
- 15 gouttes camomille allemande.

Enfants à partir de 3 ans

Pour 100 ml d'huile de coco :

- 25 gouttes tea tree ;
- 5 gouttes lavande aspic ;
- 10 gouttes lavande vraie ;
- 10 gouttes camomille allemande.

Pour les enfants de moins de 3 ans, demandez moi un accompagnement personnalisé.

Formule cutanée

Préparer une émulsion composée de :

- 50 % gel d'aloé vera ;
- 50 % huile de coco.

Mélanger à l'aide d'un petit fouet jusqu'à obtention d'une texture légère.

Cette association offre :

- hydratation ;
- protection ;
- stabilité ;
- confort d'application.

Formule adulte

Pour 50 ml d'émulsion :

- 10 gouttes tea tree ;
- 20 gouttes lavande aspic ;
- 10 gouttes lavande vraie ;
- 10 gouttes camomille allemande.

Formule enfant

Pour 50 ml d'émulsion :

- 5 gouttes tea tree ;
 - 10 gouttes lavande aspic ;
 - 5 gouttes lavande vraie ;
 - 5 gouttes camomille allemande.
-

Conseils d'application

- Appliquer en couche épaisse ;
- ne pas masser ;
- ne pas frotter ;
- renouveler aussi souvent que nécessaire ;
- avec ou sans pansement selon la situation.

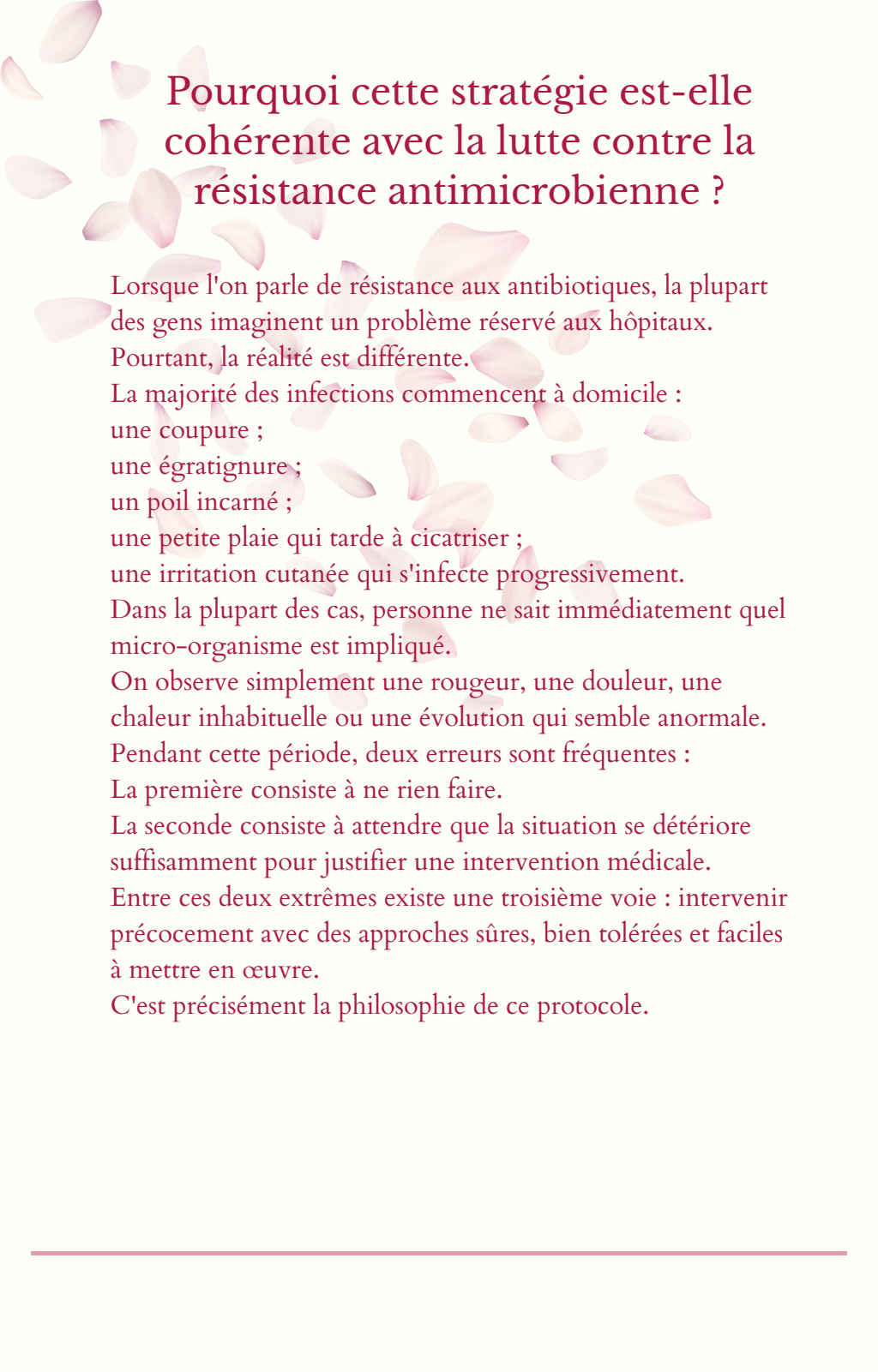
L'objectif n'est pas de faire pénétrer le mélange mais de maintenir un environnement favorable à la réparation des tissus.

Quand consulter sans attendre?

Une évaluation médicale est nécessaire en présence de :

- fièvre ;
- extension rapide de la rougeur ;
- douleur importante ;
- traînées rouges remontant le membre ;
- ganglions ;
- aggravation malgré les soins ;
- altération de l'état général.

L'aromathérapie trouve toute sa place dans l'accompagnement précoce et le soutien du terrain, mais certaines situations nécessitent une prise en charge médicale rapide.



Pourquoi cette stratégie est-elle cohérente avec la lutte contre la résistance antimicrobienne ?

Lorsque l'on parle de résistance aux antibiotiques, la plupart des gens imaginent un problème réservé aux hôpitaux.

Pourtant, la réalité est différente.

La majorité des infections commencent à domicile :

une coupure ;

une égratignure ;

un poil incarné ;

une petite plaie qui tarde à cicatriser ;

une irritation cutanée qui s'infecte progressivement.

Dans la plupart des cas, personne ne sait immédiatement quel micro-organisme est impliqué.

On observe simplement une rougeur, une douleur, une chaleur inhabituelle ou une évolution qui semble anormale.

Pendant cette période, deux erreurs sont fréquentes :

La première consiste à ne rien faire.

La seconde consiste à attendre que la situation se détériore suffisamment pour justifier une intervention médicale.

Entre ces deux extrêmes existe une troisième voie : intervenir précocement avec des approches sûres, bien tolérées et faciles à mettre en œuvre.

C'est précisément la philosophie de ce protocole.

Notre objectif est :

- d'agir dès les premiers signes ;
- de soutenir les mécanismes naturels de défense ;
- de limiter la progression des lésions ;
- d'améliorer la qualité de la réparation tissulaire ;
- de réduire les facteurs qui favorisent les récives.

Cette approche est particulièrement pertinente dans un contexte où :

- les bactéries deviennent de plus en plus résistantes ;
- le développement de nouveaux antibiotiques ralentit ;
- le stress chronique affaiblit les défenses immunitaires ;
- les troubles du microbiome deviennent de plus en plus fréquents.

C'est également la raison pour laquelle notre mélange ne repose pas uniquement sur l'activité antibactérienne.

Nous avons volontairement associé :

- ✓ une action antimicrobienne à large spectre ;
- ✓ un soutien de la réparation tissulaire ;
- ✓ une modulation de l'inflammation ;
- ✓ un accompagnement du stress et du système nerveux ;
- ✓ une excellente tolérance permettant une utilisation répétée.

Autrement dit, nous ne cherchons pas uniquement à combattre une bactérie mais plutôt à aider l'organisme à retrouver les conditions nécessaires à la guérison. C'est cette vision globale qui constitue, selon nous, l'une des pistes les plus prometteuses pour préserver l'efficacité des antibiotiques tout en redonnant à chacun un rôle actif dans sa propre santé.

Reconnaissez la détox VS l'infection

L'utilisation d'huiles essentielles stimule les voies d'élimination naturelles de l'organisme (émonctoires – intestins, poumons, peau, reins). Cela peut provoquer des symptômes de détoxification qui peuvent ressembler à une infection, et il est important de bien comprendre la différence.

Les symptômes courants de détoxification peuvent inclure :

Fièvre légère ou frissons passagers

Augmentation de la production de mucus ou de glaires

Selles molles ou diarrhée légère

Fatigue passagère

Maux de tête ou éruptions cutanées (boutons, éruptions cutanées légères)

Il ne s'agit pas de signes d'une aggravation de l'infection, mais plutôt de la mobilisation et de l'élimination des toxines par l'organisme.

Un lavement intestinal est un moyen sûr de favoriser la détoxification : plus les toxines sont éliminées rapidement « par le bas », moins le corps a besoin de déclencher des réactions plus fortes comme la fièvre, la toux ou la diarrhée.

Utiliser le lavement « en cas de doute » permet d'éviter un soulagement médicamenteux inutile et est sans risque.

<https://www.clubequilibrenaturel.com/tout-tout-tout-sur-le-lavement>

Quelques mots sur les biofilms

Un biofilm, c'est une communauté de microbes (bactéries, champignons, etc.) qui s'organise comme une colonie protégée, souvent à la surface d'un tissu (muqueuse, peau, intestin, poumon, etc.) ou d'un objet (cathéter, prothèse...).

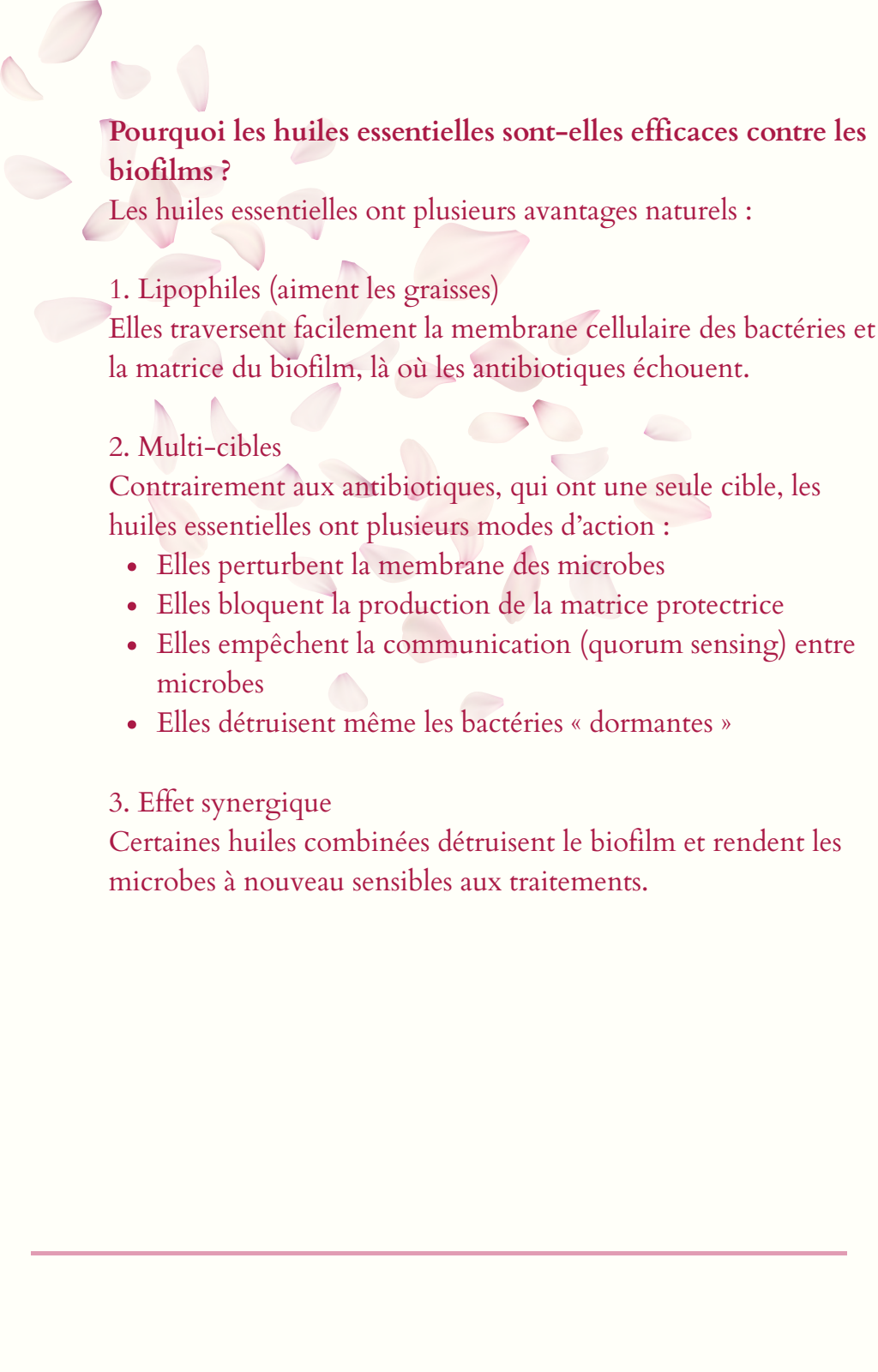
Imaginez une plaque dentaire : c'est un biofilm bactérien bien connu.

Les microbes se collent entre eux grâce à une substance gluante qu'ils fabriquent : une matrice extracellulaire composée de sucres, protéines et ADN.

🛡 Pourquoi les biofilms résistent aux antibiotiques ?

1. La matrice agit comme un bouclier : elle bloque la pénétration des antibiotiques.
2. Les bactéries à l'intérieur vivent au ralenti : les antibiotiques ciblent souvent les bactéries en croissance rapide ; ici, elles « dorment » donc ils sont inefficaces.
3. Communication entre bactéries (quorum sensing) : elles adaptent leur comportement, échangent des gènes de résistance...

Résultat : les antibiotiques ne peuvent pas bien entrer, et même quand ils y arrivent, les bactéries sont peu sensibles.



Pourquoi les huiles essentielles sont-elles efficaces contre les biofilms ?

Les huiles essentielles ont plusieurs avantages naturels :

1. Lipophiles (aiment les graisses)

Elles traversent facilement la membrane cellulaire des bactéries et la matrice du biofilm, là où les antibiotiques échouent.

2. Multi-cibles

Contrairement aux antibiotiques, qui ont une seule cible, les huiles essentielles ont plusieurs modes d'action :

- Elles perturbent la membrane des microbes
- Elles bloquent la production de la matrice protectrice
- Elles empêchent la communication (quorum sensing) entre microbes
- Elles détruisent même les bactéries « dormantes »

3. Effet synergique

Certaines huiles combinées détruisent le biofilm et rendent les microbes à nouveau sensibles aux traitements.

Quelques données comparatives

Les huiles de base comparées

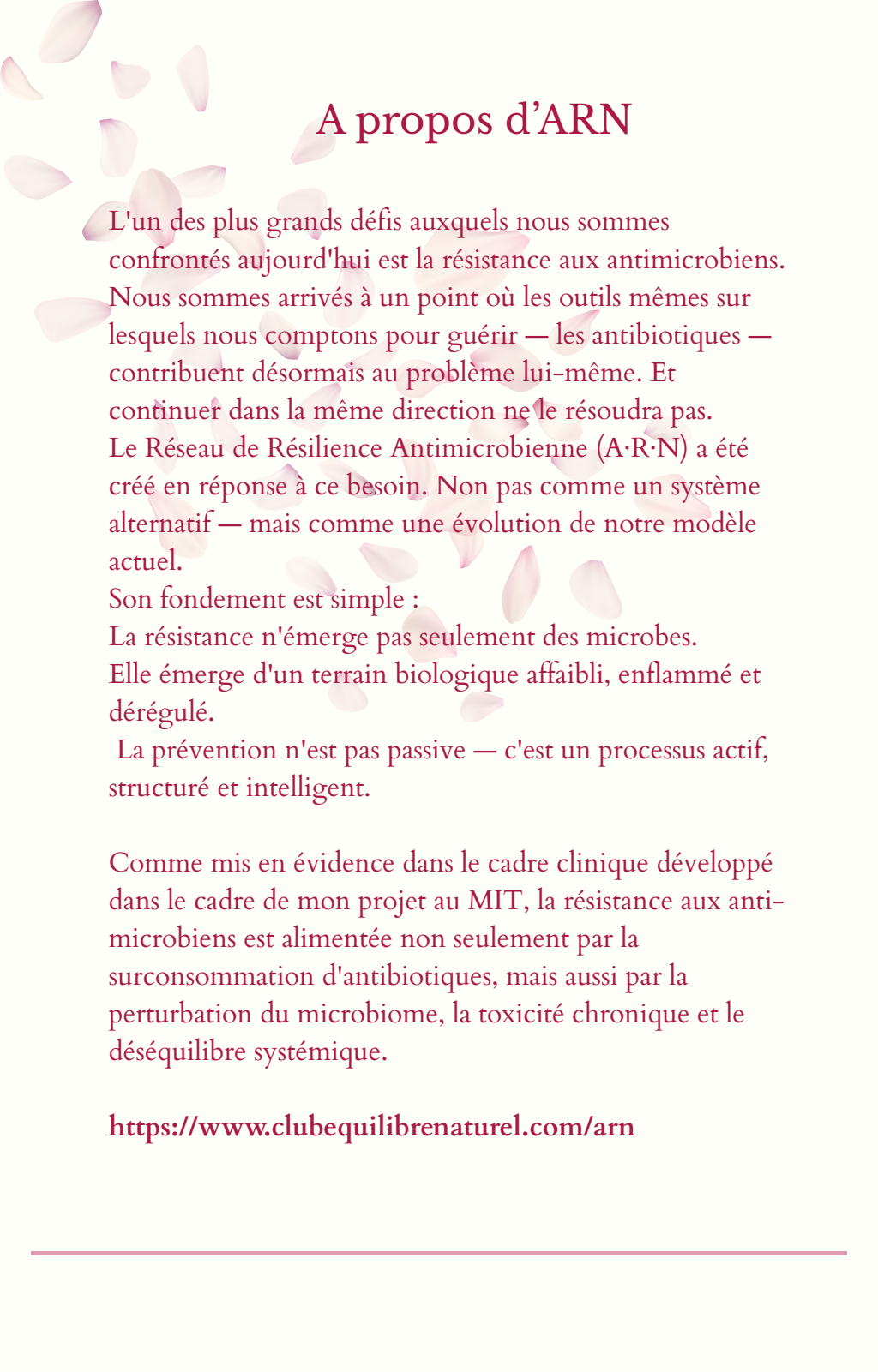
Critère	Coco	Amande douce	Pépin de raisin
Pénétration	Moyenne	Moyenne	Rapide
Film protecteur	Important	Modéré	Léger
Tolérance cutanée	Excellente	Excellente	Bonne
Réparation tissulaire	Bonne	Bonne	Modérée
Action antimicrobienne intrinsèque	Oui	Faible	Faible
Peaux sèches	Excellent	Excellent	Moyen
Plaies exsudatives	Moyen	Moyen	Bon
Stabilité oxydative	Très élevée	Bonne	Faible
Coût	Faible	Faible	Faible à moyen

Comparaison des ratios huile dans gel

Ratio Aloé : Coco	Texture	Hydratation	Protection	Plaies sèches	Plaies humides
70 : 30	Gel léger	Très élevée	Faible à modérée	Moyen	Bon
50 : 50	Émulsion équilibrée	Élevée	Élevée	Très bon	Bon
30 : 70	Très riche	Moyenne	Très élevée	Excellent	Peu adapté

Comparaisons des propriétés des huiles essentielles

Critère	Tea tree	Lavande aspic	Lavande vraie	Camomille allemande
Antibactérien large spectre	★★★★★	★★★★	★★	★
Chute du stress	★	★★	★★★★★	★★★★★
Immunomodulation	★★★★	★★	★★★	★★★★★
Réparation tissulaire	★★	★★★★★	★★★★	★★★★★
Tolérance	★★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★★



A propos d'ARN

L'un des plus grands défis auxquels nous sommes confrontés aujourd'hui est la résistance aux antimicrobiens. Nous sommes arrivés à un point où les outils mêmes sur lesquels nous comptons pour guérir — les antibiotiques — contribuent désormais au problème lui-même. Et continuer dans la même direction ne le résoudra pas. Le Réseau de Résilience Antimicrobienne (A·R·N) a été créé en réponse à ce besoin. Non pas comme un système alternatif — mais comme une évolution de notre modèle actuel.

Son fondement est simple :

La résistance n'émerge pas seulement des microbes. Elle émerge d'un terrain biologique affaibli, enflammé et dérégulé.

La prévention n'est pas passive — c'est un processus actif, structuré et intelligent.

Comme mis en évidence dans le cadre clinique développé dans le cadre de mon projet au MIT, la résistance aux antimicrobiens est alimentée non seulement par la surconsommation d'antibiotiques, mais aussi par la perturbation du microbiome, la toxicité chronique et le déséquilibre systémique.

<https://www.clubequilibrenaturel.com/arn>
