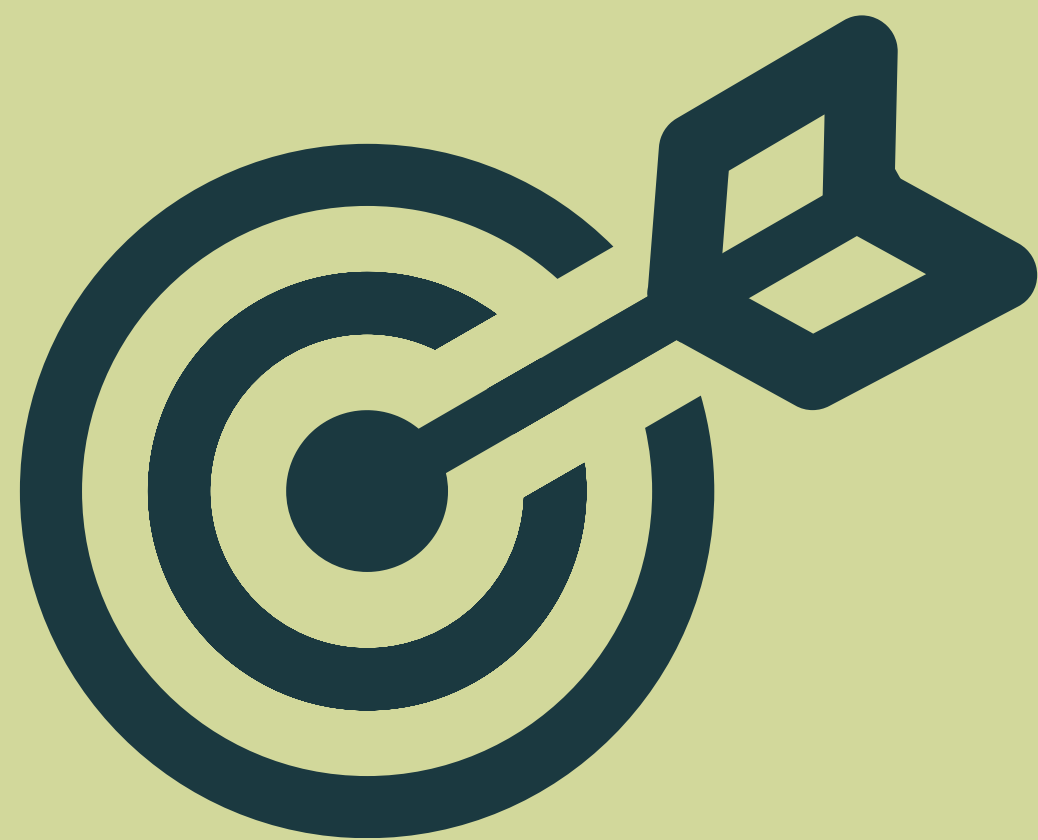


TD Phyto/ Aroma

DC1-3 Dispensation des autres produits de santé



Claire Vigor/ Alice Bazile



Objectifs du TD



- Présentation des 3 TD
- Désacraliser le conseil phyto/ aroma
- Règles pour assurer au comptoir et ne tuer personne (produit fini)
- Prise de conscience de son niveau : QUIZ
- Création d'une fiche conseil en aroma (saison)

Désacraliser le conseil en phyto/ Aroma



- Être conscient de ses limites, ne pas jouer à l'apprenti sorcier
- Ne pas abandonner les produits naturels et l'alternative qu'ils proposent car l'aroma fait peur à cause des CI
- Comprendre que face aux CI, une réflexion est possible en termes de voie d'administration
- Maîtriser les produits formulés qui « semblent plus sécuritaires »
- Connaître des conseils de saisons
- Ne pas hésiter à se former, pour aller plus loin et devenir expert
- Tester les produits (pas que de la théorie)

Savoir utiliser un produit fini

- Savoir lire les boîtes et maîtriser les gammes de la pharmacie (au moins une!)
- Suivre les formations labo
- Comprendre les +/- des produits et à quel profil de patient va correspondre le conseil

Avoir une réponse pour les pathologies « classiques »

- Avoir une réponse pour les pathologies « classiques »
- Conseils de Saison
 - Conseils hiver : rhume/ grippe/ gastro/ fatigue/ stress ...
 - Conseils printemps : allergies/ stress/ fatigue ...
 - Conseils été : piqures/ coup de soleil/
 - Conseils automne : fatigue/ immunité, stress ...



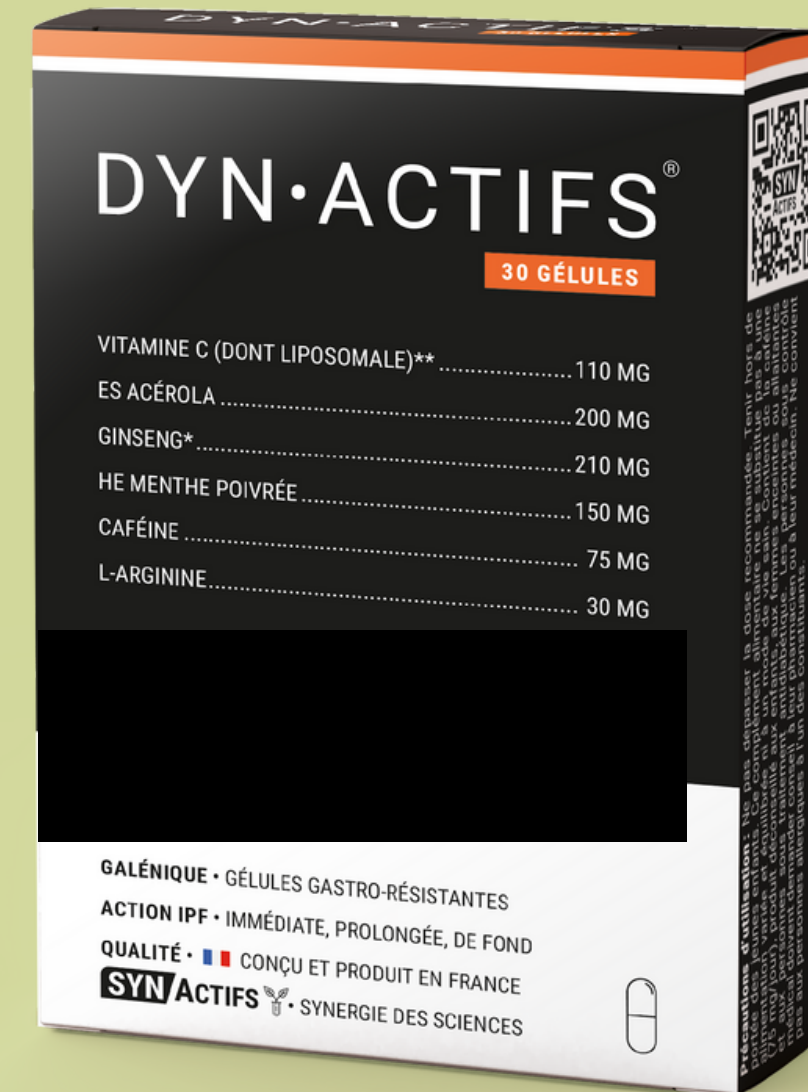
Exemple de gamme de produits finis

Synactifs d'Aragan :

- Complexes d'AA, Vitamines, Oligoéléments, Aroma et Phyto
- Agissent sur les causes et symptômes avec la meilleure biodisponibilité
- Action immédiate/ prolongée/ de fond
- HE en micro-encapsulation : libération contrôlée et protection au max des principes actifs
- Phyto avec des ES (soit la partie active de la plante)



Je suis fatigué.e



Quel type de fatigue ?

Fatigue mentale



- **HE menthe poivrée :** action Tonique et stimulation cérébrale
- **HE citron :** action tonique et lutte contre les troubles de l'humeur
- **+ 3 plantes adaptagènes**

Fatigue physique



- **HE menthe poivrée** :
action Tonique
- **CI** : hypertension et
diabète

J'ai du mal à digérer

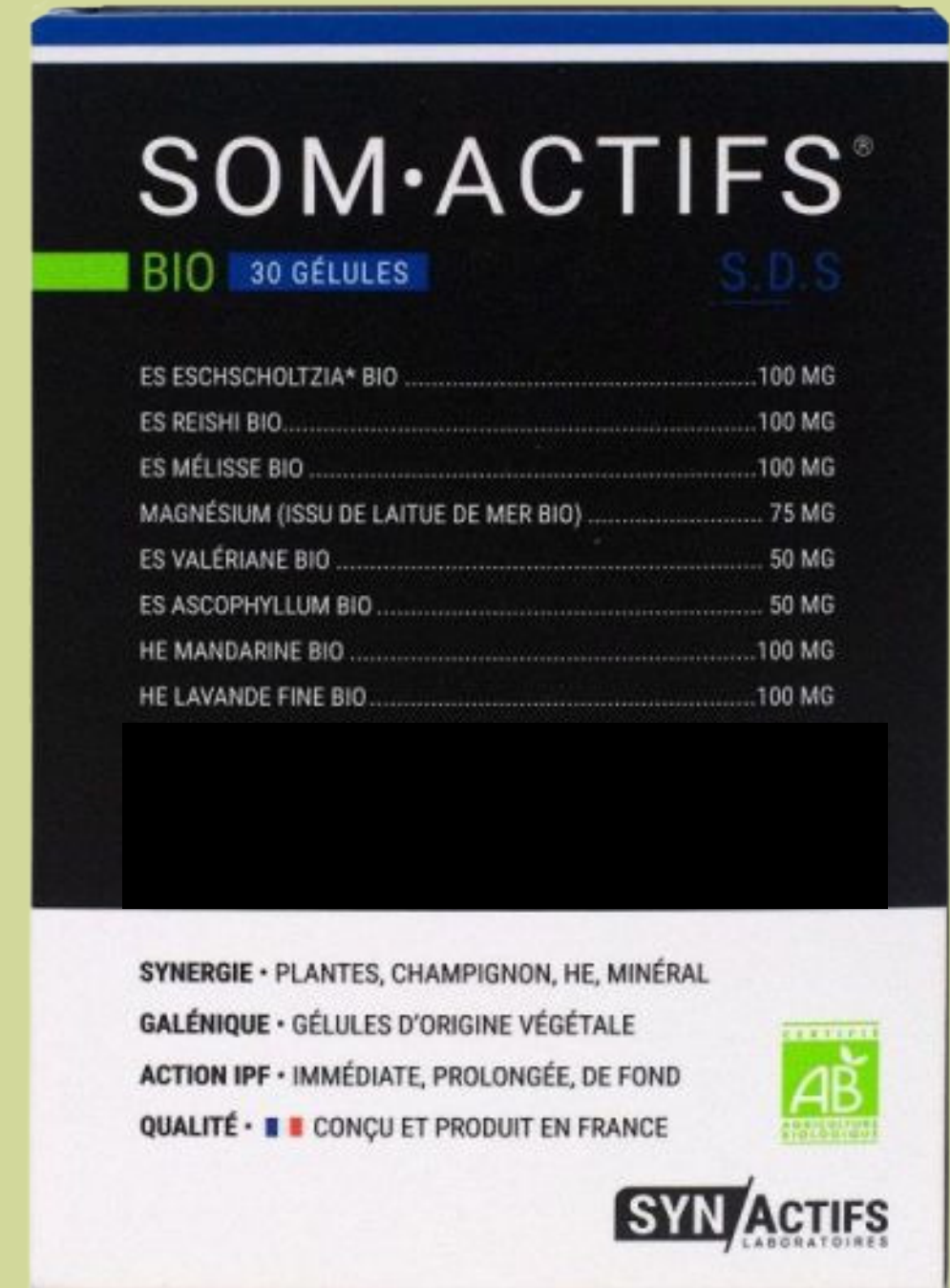


J'ai du mal à digérer



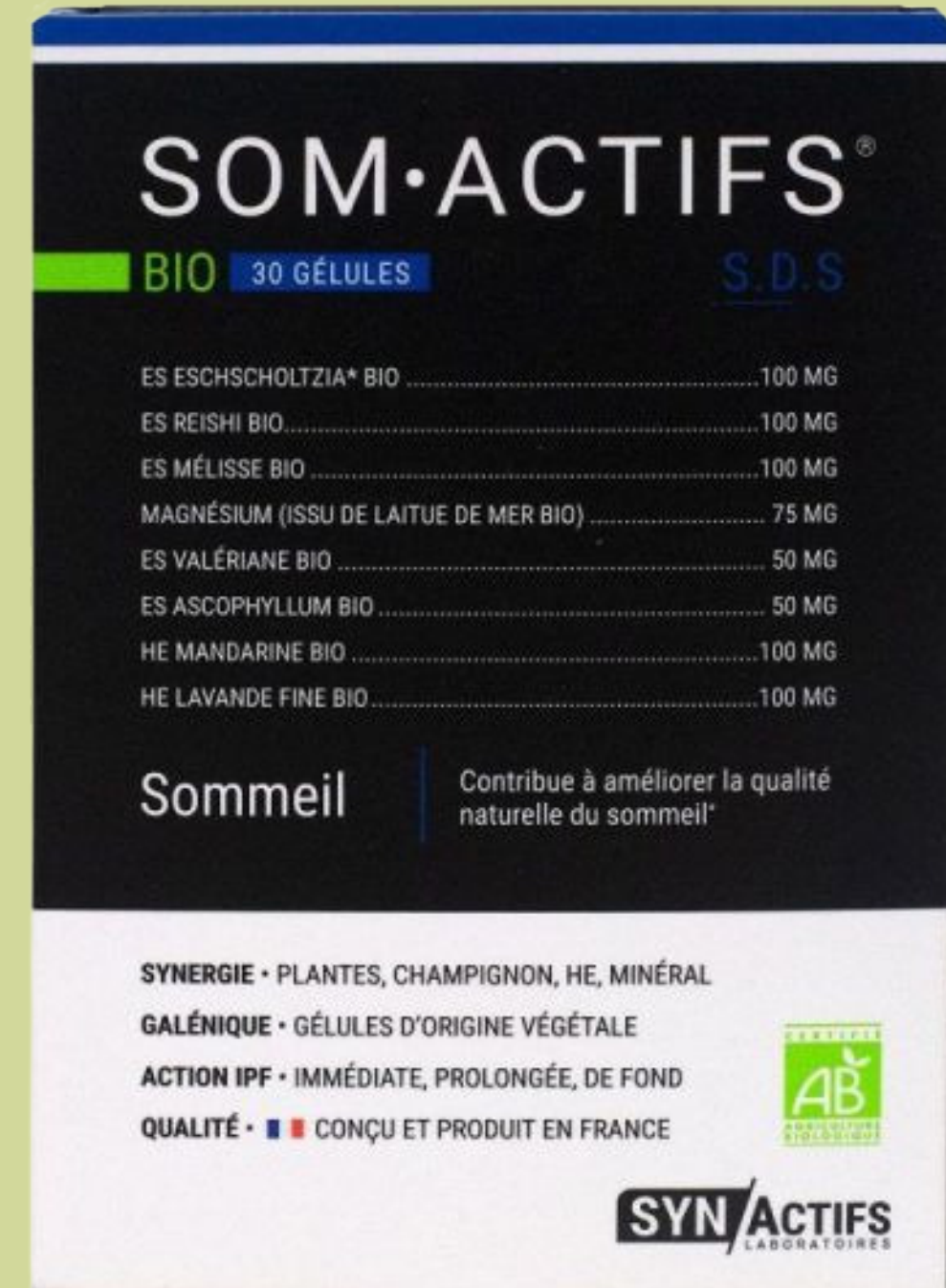
- **HE menthe poivrée** : action
Tonique (vitalité) mais stimule
aussi la production d'enzymes
digestives

J'ai du mal à dormir



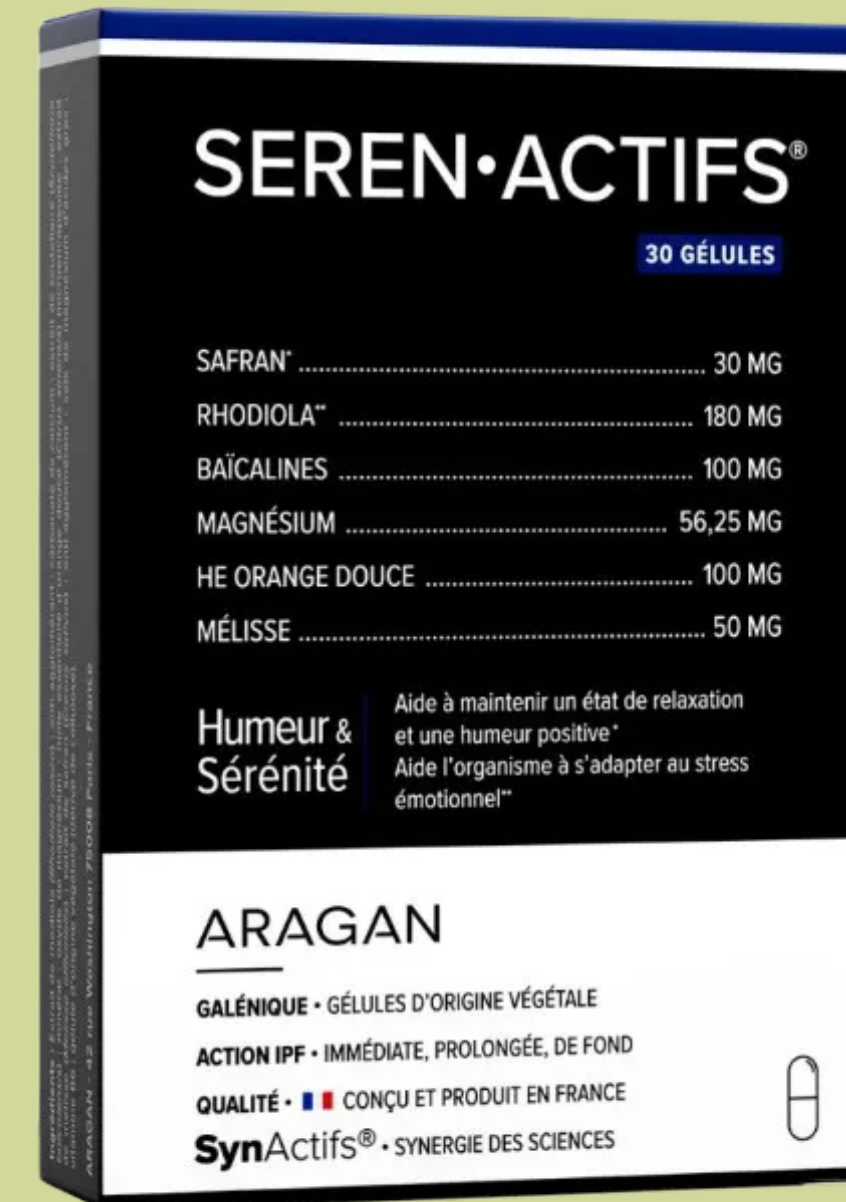
Avez vous du mal à vous endormir ?

J'ai du mal à dormir



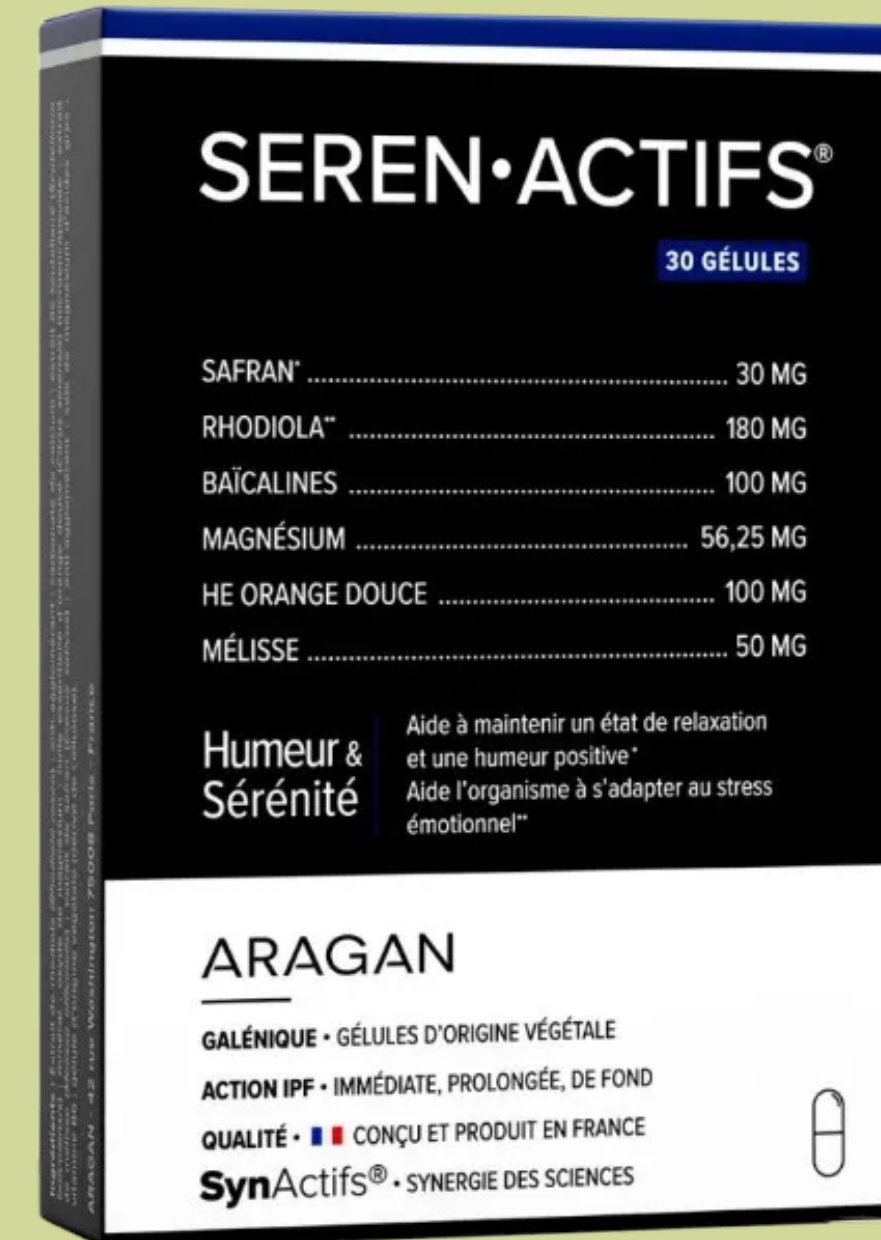
- **HE mandarine et lavande** : action calmante et relaxante

Je suis stressé.e



- Est-ce que cela impacte votre moral ?

Je suis stressé.e



- **HE orange douce** : action calmante

J'ai mal à la gorge



- Avez-vous mal en avalant ?
- Êtes-vous enroué.e ?

J'ai mal à la gorge



- **HE menthe poivrée** : apaise les irritations de la gorge
- **HE ravinstara** : immunité
- **Erysimum** : enrrouement



QUIZ TIME

START



The logo features a large, stylized letter 'Q' in a gradient of orange and yellow, which forms a swoosh that curves around the text. The word 'Questions' is written in a bold, white, sans-serif font with a slight blue gradient and a drop shadow.

Questions

pour un

champion

Je suis ...

Anti-infectieux polyvalent

Immunostimulant

anti-inflammatoire

irritante en cas de peau sensible

J'ai une odeur désagréable

Je peux être utilisée en diffusion et/ ou massage

Je suis ...

LE TEA TREE !

1

Je suis ...



Antispasmodique puissante

Antalgique

Stress, insomnies

Dermatoses variées

Cicatrisante puissante (brûlures)

Prévention de poux

Je peux être utilisée en MASSAGE/OLFACTION/DIFFUSION

JE NE PEUX PAS être utilisée par voie orale

Je suis ...

La lavande officinale !

2

Je suis ...

Antivirale de référence

Immunostimulant

Tonique nerveuse

Je suis contre-indiquée si ...

Asthme

Convulsion

Épilepsie (← neurotonique)

Je peux être utilisée en MASSAGE/OLFACTION/DIFFUSION

Je suis ...

Le Ravintsara !

et j'ai une synergie d'action avec l'eucalyptus radié

3

Je suis ...

Anti-inflammatoire (surtout vasculaire)

Antalgique

Anticoagulant

DERMOCAUSTIQUE

Je suis contre-indiquée si ...

SALICYLES

TTT anticoagulant

Je peux être utilisée en MASSAGE

JE NE PEUX PAS être utilisée par voie orale ou par diffusion

Je suis ...

La gaultherie !

Je suis ...



Anti-infectieuse

Tonique et stimulant (surtout hépatique et digestive)

Anti-nauséeux / mal de transport

Antalgique

Anti-inflammatoire intestinale et urinaire

Fatigue intellectuelle

Je suis contre-indiquée si ...

Asthme

Épilepsie (← neurotonique)

Éviter la voie orale en raison de la présence de cétones

Je peux être utilisée en MASSAGE/OLFACTION/DIFFUSION

Je suis ...

La menthe poivrée !

5

Je suis ...

Brûlures sévères

Détoxifiant (piqûres)

Expectorant et mucolytique
fongicide

Je suis contre-indiquée si ...

Épilepsie

Asthme

Je suis ...

La lavande aspic !

6

Je suis ...

Anti-inflammatoire,

Antiviral puissant (**infections ORL**)

Anti-tussif

Immunostimulant (plutôt pédiatrique)

Antiseptique (diffusion)



Je suis contre-indiquée si ...

Convulsions

Épilepsie (← eucalyptol)

Je peux être utilisée en MASSAGE/OLFACTION/DIFFUSION

Pas de voie orale (non active)

Je suis ...

L'eucalyptus radié !

et j'ai une synergie d'action avec le ravinstrara



Je suis ...

Tonique hépatique

Fluidifiant sanguin

Mal de transports, nausée, femme enceinte

**Je peux être utilisée en OLFACTION/DIFFUSION et par VOIE
ORALE**

Je suis ...

Le citron jaune !

8

Je suis ...

Anti-inflammatoire

Antalgique

Antifongique

Insectifuge

DERMOCAUSTIQUE

Je peux être utilisée en MASSAGE

Je suis ...

L'eucalyptus citronné

**Et j'ai une composition équivalente avec la
citronnelle de Ceylan (et je sens meilleur)!**



Je suis ...

Anti-infectieux

Anti-inflammatoire puissante

Insectifuge (moustiques)

DERMOCAUSTIQUE

Je suis ...

La citronnelle de Ceylan

**Et j'ai une composition équivalente avec
l'eucalyptus citriné (et il se vante de sentir
meilleur)!**

10

TOP 10 des HE

1. TEA TREE
2. LAVANDE OFFICINALE
3. RAVINSTARA
4. GAULTHERIE
5. MENTHE POIVREE
6. LAVANDE ASPIC
7. EUCALYPTUS RADIE
8. CITRON JAUNE
9. EUCALYPTUS CITRONNE
10. CITRONELLE DE JAVA

En pratique comment peut-on faire ?

- Apprendre toutes les indications (et contre-indications) de toutes les HE vendues dans notre Officine ?



**sauf si c'est
une passion
(et c'est ok)**

- Organiser / grouper les HE par sphère d'activité ?

- Faire des fiches ?



**et on peut
t'aider**

Construction des fiches de conseils en aromathérapie

1. Lister les pathologies qui peuvent être traitées par des HE "chémotypées"
2. Choisir les **HE principales/ HE complémentaires** utilisables pour le traitement de chaque pathologie
3. Créer les fiches pratiques par pathologies

Penser aux contre-indications / interactions méd. (HTA, maladies cardiaques, immunité...)

Penser à un code couleur pour faciliter la mémorisation... pour la recherche de la "bonne fiche"

La construction des fiches de conseils **EN PRATIQUE**

1- Choix d'une **HE principale**

2 - Choix d'une **HE complémentaire**



SAM ?

- SAM "identiques" : Alternative HE principale (en cas de CI, EM, non adhésion olfactive)
- SAM "différentes" : utilisée en association

HE PRINCIPALE + HE complémentaire



**Synergie d'action entre les différentes SAM ayant des
mécanismes d'actions supposément différents**

La construction des fiches de conseils **EN PRATIQUE**

Pathologie → trouble du sommeil

HE principale :

- **HE lavande fine (Esters)** (sédatif, calmant)
- HE camomille romaine (Esters) / alternative (sédatif, calmant)
- HE petit grain bigarade (Esters) / alternative (sédatif, calmant)

HE complémentaire :

- **Essence de mandarine** (Monoterpènes) (sédatif, calmant)
+ COUMARINES = Photosensibilisant !!!!

La construction des fiches de conseils **EN PRATIQUE**

Pathologie → trouble du sommeil

HE principale :

- **HE lavande fine (Esters)** (sédatif, calmant)
- HE camomille romaine (Esters) / alternative (sédatif, calmant)
- HE petit grain bigarade (Esters) / alternative (sédatif, calmant)

HE complémentaire :

- **Essence de mandarine** (Monoterpènes) (sédatif, calmant)
+ COUMARINES = Photosensibilisant !!!!

On complète la fiche avec la poso et les CI

La construction des fiches de conseils **EN PRATIQUE**

Pathologie → trouble du sommeil

HE LAVANDE FINE + ESSENCE DE MANDARINE

Adulte :

- 1 goutte sur un mouchoir placé sous l'oreiller
- mélange de 5 à 10% ds HV plexus solaire ou plante des pieds

Enfant < 7 ans :

- 1 goutte à distance du lit
- mélange à 3% max sous la plante des pieds

PHOTOSENSIBILISANT : PAS D'EXPOSITION AU SOLEIL