

CLOU DE GIROFLE



Résumé

Cette huile vivifiante et stimulante est réputée en cas de grande fatigue physique ou intellectuelle. Le clou de girofle est traditionnellement utilisé en cas de caries et douleurs dentaires.

Synthèse



Infections dentaires		+++	
Amygdalite, bronchite, sinusite, tuberculose	+++	+++	+++
Colites infectieuses, colibacilloses, hépatites	+++	+++	+++
Névrites virales, zona, poliomyélite	++	+++	+++
Cystites, salpingites, métrites	++	+++	
Fatigue physique et intellectuelle, hypotension	++	+++	+++
Atonie de l'utérus		+++	
Asthénie sexuelle	++	+++	++
Mycoses, verrues, gale		+++	

Descriptif

Originaire du Sud-Est asiatique, les fleurs de couleurs rouges du giroflier ont une forme de clou, d'où le nom de « Clou de Girofle ». Ces clous, une fois distillés, produisent une huile essentielle puissante. Utilisée par dessus tout pour ses vertus antalgiques, c'est l'huile essentielle par excellence pour soulager toutes les douleurs dentaires : aphtes, caries, abcès, rage de dents ou autre.

L'huile essentielle de Girofle, ou "giroflier" a une saveur puissante, brûlante, boisée et légèrement amère. Elle est beaucoup utilisée pour ses qualités anti-infectieuses, antiparasitaire, anti-inflammatoire et anesthésiante. Elle s'utilise pour lutter contre la gale ou bien, dans les maisons, pour venir à bout de certains insectes.

On peut aussi utiliser le Clou de Girofle en cuisine. Son huile essentielle vous permettra de réaliser les plats salés ou sucrés qui emmèneront vos invités hors des sentiers battus de la cuisine convenue (choucroute, clafoutis, crumble...).

Propriétés

L'huile essentielle de Clou de Girofle est fortement concentrée en eugénol, en acétate d'eugényle et en beta caryophyllène. Ces différentes molécules lui confèrent les propriétés principales suivantes :

- Antalgique +++ (eugénol) : l'huile essentielle de Clou de Girofle contient de l'eugénol. Cette molécule est plus puissante que la lidocaïne, un anesthésique local agissant sur la transmission des informations nerveuses. Autrement dit, l'eugénol bloque la transmission de la douleur. L'huile essentielle est notamment efficace contre les douleurs dentaires.
- Anti-infectieuse majeure +++ (eugénol) : l'huile essentielle de Clou de Girofle est très efficace en cas d'infections intestinales, urinaires ou respiratoires. L'eugénol a une action bactéricide rapide. Il est notamment actif sur la flore buccale. Il détruit les germes suivants : Staphylococcus aureus, Pyogenes aureus, Klebsiella pneumoniae, Lactobacillus acidophilus odontolyticus, Escherichia coli, Monilia albicans.
- Antifongique à large spectre +++ (eugénol) : l'huile essentielle de Clou de Girofle détruit les champignons à l'origine de certaines mycoses. L'huile essentielle de Clou de Girofle est active contre : Cryptococcus neoformans, Dermatophytes sp., Microsporium canis, Microsporium gypseum, Trichophyton mantagrophytes, Trichophyton rubrum.
- Anti-inflammatoire et anti-oxydante + (eugénol) : l'huile essentielle de Clou de Girofle inhibe les molécules impliquées dans le processus inflammatoire déclenché par l'organisme en réaction à une agression subie. Cela permet d'éviter l'apparition de rougeurs et la sensation de chaleur qui en découle.
- Antispasmodique + (eugénol, acétate d'eugényle) : l'huile essentielle de Clou de Girofle est un relaxant musculaire. Il intervient dans les processus nerveux à l'origine des spasmes des muscles lisses.
- Antiagrégante plaquettaire
- Calmante et sédative, anesthésiante
- Cicatrisante
- Coupe-faim, carminative, stomachique
- Pédiculicide
- Parasiticide, vermifuge, acaricide
- Éloigne les moustiques et les mites
- Tonique sexuelle
- Hypertensive

Équilibre le terrain énergétique des tempéraments sanguins (+++) et nerveux (+++).

Sur le plan psycho-émotionnel, éveille l'attitude à ne pas subir ou se laisser dominer.

Indications

- Hypothyroïdie
- Douleurs dentaires, infections buccales (abcès, aphtes...)
- Infections urinaires, cystites, diarrhées
- Crampes d'estomac
- Fatigue, asthénie intellectuelle (concentration) et sexuelle (impuissance, frigidité)
- Hypotension
- Névralgie
- Mycoses cutanées et parasitoses
- Stimulation libido
- Problèmes ORL
- Tuberculose

- Maladies tropicales : malaria, amibiase
- Zona, herpès simplex
- Arthrite, rhumatismes

Voies d'administration

- Cuisine : Oui en dilution avec une matière grasse ou sucrée
- Voie interne : Non (ou sur avis médical)
- Voie cutanée : Oui (à diluer)
- Diffusion : Non
- Inhalation : A éviter. Eventuellement en dilution 5 à 10% dans d'autres HE car irritante pour les voies respiratoires
- Bain : Non

Exemples d'utilisation

Voie interne

Dyspepsie, digestion difficile : Pour adultes et adolescents, sur avis médical seulement. 1 goutte d'HE de Clou de Girofle sur un support neutre après le repas, 2 ou 3 fois par jour. A noter que le Basilic est assez bien adapté.

Gale : Sur avis médical seulement, par voie orale, 1 goutte sur un support neutre, 3 fois par jour pendant 5 jours.

Maladies tropicales, fièvre tropicale, paludisme (adultes et adolescents) : Sur avis médical seulement. 1 goutte sur un support à laisser fondre en bouche, 4 fois par jour pendant 5 jours. A noter que l'HE de cannelle est mieux adaptée dans ce cas.

Gastro-entérite (adultes) : Mélange à 10%. Contre-indiqué en cas de reflux gastro-œsophagiens, gastrites (brûlures d'estomac) et ulcères gastro-duodénaux. Versez 1 ml d'HE de giroflier et 1 ml d'HE de menthe poivrée et complétez avec une huile végétale alimentaire (olive, tournesol, etc.) dans un flacon gradué jusqu'à la graduation 20 ml. Versez 10 gouttes du mélange dans une cuillère à café, ingérez 2 à 3 fois par jour pendant 2 à 4 jours.

Cusine : L'huile essentielle de Clou de Girofle se marie extrêmement bien avec les autres épices (cannelle, muscade, etc.) et révèle ses saveurs puissantes associées à la douceur du miel. On peut par exemple en mettre quelques gouttes dans les pains d'épices au miel... Pour les plus curieux, vous pouvez également associer l'huile essentielle de Clou de Girofle et le chocolat. Ce dernier se marie très bien avec les épices (comme le piment d'Espelette), qui réveillent son goût et rendent l'ensemble très aromatique. Ainsi, en préparant des orangettes au chocolat, vous pouvez rajouter dans le sirop de chocolat qui nappe les bâtonnets d'orange une goutte d'huile essentielle de Clou de Girofle et appréciez le bouquet de saveurs ainsi réalisé.

Voie cutanée

Douleur dentaire : 1 goutte de Clou de Girofle pure sur la zone affectée, 5 fois par jour pendant 3 jours.

Autre formule plus complète en cas de douleur dentaire (réservée aux + de 6 ans) : Mélanger 45 gouttes d'HE de Clou de Girofle, 45 gouttes d'HE de Laurier Noble, 45 gouttes d'HE de Poivre Noir et 40 gouttes d'huile végétale de Macadamia. Déposer 2 gouttes de ce mélange sur un coton-tige ou sur le doigt puis masser autour de la dent douloureuse, jusqu'à 3 fois dans la journée.

Préparation à l'accouchement : Certaines huiles essentielles peuvent être utilisées en soutien au moment de l'accouchement. L'huile essentielle de Clou de Girofle en fait partie. Sur avis médical, par voie cutanée et après terme, diluer 5 gouttes dans 5 gouttes d'huile végétale, en massage sur le bas du dos 3 fois par jour pendant 3 semaines maximum. A noter que l'HE de Palmarosa peut également faire l'affaire.

Gale (réservée aux + de 6 ans) : Mélanger 10 gouttes d'HE de Lavande Fine, 10 gouttes d'HE de Menthe Poivrée, 20 gouttes d'HE de Clou de Girofle, 20 gouttes d'HE de Tea Tree et 150 gouttes (7,5 ml) de macérât huileux de Calendula. Appliquer 1 à 3 gouttes de ce mélange sur chaque zone affectée selon son étendue. Renouveler l'opération matin et soir jusqu'à disparition totale des symptômes (rougeurs, démangeaisons). Ne pas appliquer sur les parties ano-génitales. A noter que l'HE de cade est préférable sur la gale.

Infection ORL (adultes et adolescents) : Diluer 1 goutte d'HE de Clou de Girofle dans 9 gouttes d'huile végétale, en friction sur la poitrine, 2 fois par jour pendant 5 jours. A noter que l'HE de ravintsara est mieux adaptée pour les infections ORL.

Migraine : mélangez dans un flacon de 5 ml, 30 gouttes d'HE de lavande fine, 30 gouttes d'HE de menthe poivrée, 15 gouttes d'HE de gaulthérie odorante, 15 gouttes d'HE de clou de girofle. Déposez 1 goutte de cette préparation sur le bout du doigt puis massez délicatement les tempes en faisant très attention de ne pas toucher le contour de l'œil.

Panaris : Dans un flacon en verre de 10 ml, mélangez 8 gouttes de chacune des HE suivantes: laurier noble, lavande fine, clou de girofle, sarriette des montagnes. Complétez avec de l'alcool à 70°. Déposez quelques gouttes de ce mélange désinfectant directement sur le panaris (s'il n'y a pas de lésion ouverte).

Verrue : Dans un flacon en verre de 5 ml, mélangez 30 gouttes de chacune des HE suivantes: clou de girofle, origan compact, genévrier, cannelle de chine, sarriette des montagnes. Déposez une goutte pure directement sur la verrue puis couvrir avec une gase. La verrue devrait disparaître après 2 à 3 semaines.

Parasites cutanés : Mélangez dans un flacon en verre de 5 ml, 1,5 ml d'HE de tea tree, 1,5 ml d'HE de thym à thymol, 1,5 ml d'HE de clou de girofle. Déposez une goutte de votre préparation 3 fois par jour sur la zone à traiter. En cure de 1 à 2 semaines.

Douleurs articulaires : Préparez une huile de massage composée de 50 ml de macérât d'arnica, 10 gouttes d'HE de clou de girofle, 20 gouttes d'HE de gingembre. Massez les zones douloureuses 2 fois par jour durant 1 semaine.

Mycose cutanée : mélangez 20 ml d'huile végétale de calophyle, 25 ml d'huile de noisette, 2 ml d'HE de tea tree, 1 ml d'HE de palmarosa, 1 ml d'HE de laurier noble et 1 ml d'HE de clou de girofle. Déposez quelques gouttes de votre préparation sur la mycose. Traitez 2 fois par jour. Si la mycose ne disparaît pas après 1 semaine, consultez un avis médical.

Diffusion

Inhalation

Bain

Entretien

Acariens: Dans un flacon 125 ml équipé d'un spray, mélangez 115 ml d'alcool à 70° avec 1 ml de chacune des huiles essentielles suivantes: tea tree (arbre à thé), genévrier, clou de girofle (girofler), thym à thymol, pin sylvestre, citronnelle, eucalyptus globuleux, cannelle de chine. Vaporisez le sac et le filtre de votre aspirateur, passez méticuleusement l'aspirateur sur vos moquettes et tapis. Vaporisez entre 5 et 10 fois (en fonction de la taille de votre pièce) principalement en direction des tissus (rideaux, cousin, tapis, etc ...).

Synergie avec d'autres huiles essentielles

Menthe poivrée, pin sylvestre, eucalyptus, tea tree, palmarosa, thym à thymol, gingembre, citronnelle, lavande, gaulthérie, laurier noble.

Précautions d'utilisation

Utilisateurs autorisés

- Adultes et aux adolescents
- Ne pas utiliser chez les femmes enceintes ou allaitantes
- Ne pas utiliser chez les enfants de moins de 6 ans

Risques d'utilisation

Il est préférable de tester l'huile essentielle avant de l'utiliser (deux gouttes au creux du coude pendant au moins 24 heures afin de vérifier qu'il n'y a pas de réaction).

- Tenir hors de portée des enfants
- Se laver les mains avant et après utilisation des huiles essentielles
- Eviter tout contact avec les yeux
- Dermocaustique et irritante
- A n'utiliser que sur une courte durée
- Ne pas utiliser avec des médicaments anticoagulants
- Eviter son utilisation en cas d'hypertension
- Présence d'allergènes : Eugénol et potentiellement traces de benzoate de benzyle, linalol, isoeugénol, limonène, salicylate de benzyle
- Dangers : H304, H317, H319

Ne pas confondre

Il existe plusieurs huiles essentielles de « giroflier » :

- HE *Eugenia caryophyllus* (*Eugenia caryophyllata*, *Syzygium aromaticum*) clou ou bouton floral (fleur avant épanouissement)
- HE *Eugenia caryophyllus* (*Eugenia caryophyllata*, *Syzygium aromaticum*) griffes (fine tige supportant les boutons floraux)

Le rendement en huile essentielle est plus faible pour les griffes. Les propriétés de cette huile essentielle diffèrent un peu au regard de la variation de sa composition chimique. Elle reste une excellente huile anti-infectieuse majeure. Elle est moins anti-inflammatoire et plus spasmolytique que l'huile essentielle obtenue à partir des boutons floraux. L'huile essentielle la plus courante et la plus recherchée est l'HE *Eugenia caryophyllus* (*Eugenia caryophyllata*, *Syzygium aromaticum*) clou ou bouton floral.

Indications techniques

Caractéristiques générales

- Nom botanique : *Eugenia caryophyllus* Sprengel
- Autres noms : *Syzygium aromaticum*, *Eugenia caryophyllus* bud oil
- Partie utilisée : Boutons floraux, clous
- Famille : Myrtacées
- Méthode d'extraction : Distillation complète par entraînement à la vapeur d'eau
- Origine : Madagascar, Sri Lanka
- Récolte : A partir de mi-octobre à Madagascar. Parfois de septembre à mars

- Rendement : Le pourcentage d'huile essentielle dans les clous est de l'ordre de 15%. 7 kg de clous frais pour 1 L d'HE. Deux récoltes par an.
- Toxicité : Modérée
- CAS : 84961-50-2

Caractéristiques biochimiques

Les composants d'une HE de Clou de Girofle sont listés ci-dessous par ordre décroissant de quantité. Les pourcentages précis de chaque composant dépendent des lots analysés et sont susceptibles d'évoluer en fonction des conditions de production.

- Phénol : eugénol
- Sesquiterpènes : beta-caryophyllène, alpha-humulène
- Esters : acétate d'eugényleH304

Une bonne huile essentielle de clou de girofle devrait contenir :

- Eugénol : 72 à 88 %
- Acétate d'eugényle : 4 à 22 %
- Beta caryophyllène : 2 à 14 %

Caractéristiques physiques

- Densité à 20°C : 1,042 à 1,065
- Indice de réfraction à 20°C : 1,528 à 1,538
- Pouvoir rotatoire à 20 °C : -2° à +0°
- Point éclair : +120°C

Caractéristiques organoleptiques

- Aspect : liquide plus ou moins visqueux
- Couleur : jaune à jaune clair
- Odeur : épicée, typique de l'eugénol

Respecter les précautions d'emploi des huiles essentielles. Pour tout usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique, consultez un médecin. Les huiles essentielles ne sont pas des médicaments et ne peuvent en aucune façon se substituer à une prescription médicale. Les informations données sur le site ne font pas office de prescription, elles restent des données à titre informatif, elles n'engagent en rien notre responsabilité et ne remplacent pas les conseils d'un spécialiste. Le texte, les propriétés connues, les exemples d'utilisations et les voies d'administrations décrites sur cette fiche sont des informations générales tirées de bibliographies faisant autorité dans le milieu des huiles essentielles et de l'aromathérapie. Vous trouverez sur ce site une bibliographie listant des ouvrages de référence et des articles de recherche scientifique.

Les huiles essentielles sont sensibles aux rayonnements UV ainsi qu'à l'évaporation progressive de leurs constituants. Il est donc impératif de conserver vos huiles essentielles dans un flacon en verre coloré ou en aluminium à fermeture étanche à une température comprise entre 5°C et 40°C.