



## LE CERCLE INTIME DES ABONNÉS

Les troubles de la thyroïde

Novembre 2021

## Les troubles de la thyroïde

### Rappel important :

L'usage des huiles essentielles nécessite une bonne compréhension et connaissance. Habituellement, les conseils dispensés par Elske Miles pendant les webinaires sont réservés à des personnes ayant déjà une bonne compréhension des règles d'application des huiles essentielles. Pour cette raison, Elske ne donne pas systématiquement les posologies, car elle parle à des personnes initiées, ayant l'habitude de manipuler avec précaution ces trésors.

C'est pourquoi, il est impératif que vous prêtiez une attention particulière aux précautions d'emploi et contre-indications potentielles pour chaque huile essentielle que vous utiliserez. **Enfin, en aucun cas, les informations de ces webinaires ne doivent se substituer à une consultation médicale si vous avez le moindre doute.** Elske Miles vous propose avant tout une approche complémentaire, de support, qui vise à vous accompagner par le pouvoir majestueux des huiles essentielles dans votre quotidien.

### Avant-propos : une glande fondamentale

**Anne-Charlotte** : Bonsoir à tous et bienvenue dans ce nouveau cercle intime. Aujourd'hui, on va parler de thyroïde. Vous avez été nombreux à nous poser des



questions à ce sujet, et l'occasion nous est donc donnée d'aborder ce thème. La thyroïde est **ce petit papillon qu'on a au niveau du cou et qui, parfois, se déséquilibre**. Il peut ainsi y avoir différentes pathologies autour de la thyroïde.

Ce soir, Elske, vous vouliez mentionner plusieurs choses ; l'idée étant de donner à nos abonnés **des moyens de les accompagner dans leurs traitements**, mais également de parler de symbolique. Pour commencer, faisons un petit point sur le sujet.

### Un jeu d'équilibre entre thyroïde et hypophyse

**Elske Miles** : En premier lieu, il faut savoir que **cette glande thyroïdienne, qui se situe au niveau de la gorge, est fondamentale et régit énormément de fonctions dans l'organisme**. Aussi, quand cette glande déraile, l'impact est immense sur l'ensemble du corps et joue d'une manière considérable sur l'humeur, générant des dépressions, des angoisses ou des sautes d'humeur.

Bien sûr, il y a tout **un enjeu avec l'hypophyse qui se situe au centre du cerveau et fabrique une hormone stimulant spécifiquement la thyroïde**. Les deux fonctionnent ensemble, et notamment en cas de **TSH** très élevée – *Thyroid Stimulating Hormone*, soit l'hormone sécrétée par l'hypophyse – cela va stimuler la fabrication d'hormones thyroïdiennes par la thyroïde. Une fois qu'il y a suffisamment d'**hormones T3** – qui sont fabriquées directement par la thyroïde sous l'influence de la TSH – et d'**hormones T4 que** la thyroïde transforme en hormone active au niveau du métabolisme, par un système de rétrocontrôle, l'hypophyse cesse de fabriquer du TSH. Il y a donc **un jeu d'équilibre entre ces deux grandes glandes endocrines**, et normalement, quand il y a un taux



important de T3 et de T4 dans le sang, la TSH va baisser. Ainsi, en fonction de la lecture du niveau de ces hormones dans le sang, l'endocrinologue peut diagnostiquer la problématique de fond.

La raison pour laquelle j'aborde cette dimension physiologique est pour sortir d'une vision trop localisée et trop restrictive de la thyroïde. En effet, il faut **toujours prendre en considération cette glande maîtresse de la thyroïde qu'est l'hypophyse**. C'est justement là où les huiles essentielles interviennent d'une manière absolument spectaculaire, parce qu'on peut influencer par voie olfactive le fonctionnement de l'hypophyse.

### Une symbolique subtile

Ainsi, tout ce qu'on va pouvoir faire en termes d'olfactothérapie va pouvoir influencer la thyroïde, et on va voir que quelques huiles essentielles agissent spécifiquement sur la glande thyroïdienne, mais qu'en effet **leur spectre d'actions est bien plus large**. Ainsi, il y a toute une dimension symbolique plus vaste, et même une dynamique subtile car la glande thyroïdienne se situe à un endroit qui n'est pas anodin : c'est au niveau de la gorge, c'est-à-dire **la partie qui fait à la fois le lien et la séparation entre le corps et la tête**. C'est donc un endroit particulièrement sensible dans tous les sens du terme.

Bien sûr, la thyroïde a cette forme fabuleuse de papillon. On est dans l'idée de métamorphose et donc dans la capacité qu'a une personne à se métamorphoser – **pas à changer qui elle est, mais à devenir ce qu'elle doit être**. Or chez l'être humain, on peut dire que cette métamorphose n'est jamais accomplie parce que depuis un très jeune âge, on a quasiment notre forme



définitive. C'est pour cette raison que l'on considère l'être humain comme un être qui, de par cette fonction thyroïdienne, va pouvoir prendre son envol et s'épanouir. Dans cet épanouissement, cette glande joue vraiment un rôle fondamental, d'autant qu'elle se situe dans **la région du corps qui est formellement responsable de l'expression, et donc de la parole, de la vérité et du fait de dire des choses.**

Comme on va le voir, c'est pour cela que la zone de la thyroïde va avoir **un lien net avec l'oreille, l'entente et l'ouïe.** En effet, pour pouvoir dire des choses, il faut pouvoir être à l'écoute de ce qui vient de l'extérieur, mais aussi s'entendre et établir une entente avec autrui. Ainsi, **la thyroïde et les troubles de la thyroïde nous parlent de frustrations et de difficultés relationnelles sur un plan subtil.** Bien sûr, nous allons voir ce qu'on va pouvoir faire en termes d'huiles essentielles, de techniques de massage et de protocoles pour entretenir la bonne *résonnance* de cette région du corps et trouver l'harmonie.

## Les ablations suite à un cancer

**Anne-Charlotte :** On a hâte d'entendre tous ces conseils. Je vais commencer par la question d'une personne qui n'a plus de thyroïde. Les personnes qui n'ont plus de thyroïde à cause d'un cancer et prennent à vie du Lévothyrox ou l'équivalent peuvent-elles se soigner comme les autres ? Que peuvent-elles faire pour remplacer les médicaments par des produits naturels ?



## Le traitement médicamenteux : un passage obligé

**Elske Miles :** C'est sûr qu'en cas d'ablation de la thyroïde, **une médication à vie est nécessaire** : vous n'allez pas facilement pouvoir remplacer le Lévothyrox ou un médicament équivalent par un remède naturel. C'est extrêmement difficile, et cela ne vaut pas forcément la peine de le faire. À partir du moment où vous avez un équilibre hormonal qui a été trouvé par le traitement, vous allez pouvoir le réduire et le maintenir à un niveau minimal avec des huiles essentielles, mais il ne vaut mieux pas s'amuser à essayer de remplacer ce traitement si vous n'avez plus de thyroïde parce que les conséquences sur l'humeur sont dramatiques et la situation peut devenir vraiment très inconfortable. **Il est donc préférable prendre le traitement prescrit par votre médecin et gérer autrement les symptômes d'inconfort.**

## L'accompagnement en aromathérapie

Pour ce faire, on va essayer de mettre en place tout un protocole d'accompagnement. Pour répondre à votre question, les personnes qui n'ont plus de thyroïde peuvent effectivement appliquer les conseils donnés en aromathérapie, mais pas forcément tous parce que quand quelqu'un a subi une ablation de la thyroïde **suite à un cancer, il va évidemment y avoir des huiles essentielles qui seront formellement contre-indiquées**. Les huiles en question ne seront pas utilisées, mais bien souvent, on va pouvoir utiliser d'autres huiles essentielles pour **agir sur la dimension subtile**, c'est-à-dire la zone de l'expression – la capacité à entendre et à se faire entendre. Toutes ces actions-là vont être tout fait possible avec les huiles essentielles. Notamment, travailler



en olfactothérapie avec le **cyprès**<sup>1</sup>, qui est une grande huile essentielle de l'hypophyse, va permettre de **restaurer un équilibre et de redresser la personne**. Cette utilisation par voie olfactive est sans risques pour quelqu'un qui a eu un cancer. Ainsi, il y a beaucoup de potentiel dans cette voie olfactive, mais **l'application posera problème**. De toute façon, vous n'aurez pas forcément besoin d'appliquer des huiles essentielles dans ce cas, vu que vous n'avez plus de thyroïde et qu'il n'est donc plus nécessaire de la stimuler.

## Manque de tonus et maux de tête suite à une ablation

**Anne-Charlotte** : Merci pour cette réponse. On va continuer avec la question d'une autre abonnée qui nous dit qu'elle n'a plus de thyroïde depuis 2006. L'affaire du Lévothyrox l'a considérablement chamboulée et elle a trouvé un médecin uniciste qui lui a prescrit un demi Euthyral par jour. Que peut-elle utiliser comme huile essentielle pour retrouver l'énergie qui lui manque par moments et soulager les maux de tête périodiques ?

### Relancer l'énergie

**Elske Miles** : Effectivement, vous allez pouvoir travailler avec des huiles essentielles pour vous donner de l'énergie. Je ne sais pas pourquoi vous avez eu une ablation de la thyroïde et **il faudrait toujours rester prudente s'il s'agissait d'un cancer**.

---

<sup>1</sup> **Cyprès** : *Cupressus sempervirens*



- Dans ce cas, **vous n'allez pas pouvoir utiliser le cyprès**, mais vous allez pouvoir vous tourner vers un équivalent dans sa **dynamique terpénique** : le **tsuga**<sup>2</sup> qui est absolument superbe.
- On pourrait même penser à une huile essentielle comme le **mélèze**<sup>3</sup> qui est un peu plus rare mais absolument merveilleuse aussi, car en plus, cette huile essentielle nous parle du seul conifère qui perd son feuillage. Il y a donc cette idée de **quelque chose d'exceptionnel, d'une résilience très particulière qui s'exprime par une grande créativité**. J'aime beaucoup utiliser le **mélèze** pour des problématiques de thyroïde dans l'optique d'oser se comporter autrement, de faire preuve de panache et d'oser se distinguer par sa particularité. C'est une huile essentielle très gracieuse et très subtile au niveau de son odeur, tout comme le **tsuga**.

Pour vous donner de l'énergie, vous pouvez tout à fait utiliser ces huiles **sur le bas-ventre ou au niveau des surrénales** – au milieu du dos. Vous pouvez faire une application avec 2 gouttes de l'une ou l'autre de ces deux huiles essentielles sur chaque rein matin et soir en friction pendant une période de dix jours. Cette application peut être répétée au besoin. C'est vraiment une façon de **relancer votre niveau d'énergie**. Cette dynamique est très intéressante car en cas de baisse d'énergie, on doit justement relancer la machine. En outre, sur le plan subtil, **ces deux huiles essentielles informent toujours l'hypophyse et l'épiphyse**, c'est-à-dire les structures profondes du cerveau. Comme ce sont des arbres plusieurs fois millénaires, ils ont réussi à s'adapter à des changements climatiques extrêmes. On est donc dans cette idée de force et de

---

<sup>2</sup> **Tsuga** : *Tsuga canadensis*

<sup>3</sup> **Mélèze** : *Larix laricina*





grande résilience, car même si le mélèze perd ses feuilles, il le fait pour mieux résister et revenir plus fort au moment du printemps. Cette dynamique de résilience est justement ce qui convient pour une problématique thyroïdienne.

### Soulager les maux de tête

Vous avez aussi évoqué des maux de tête. Je vais vous conseiller quelque chose que je ne préconise pas systématiquement, mais dans votre cas, comme il n'y a plus de thyroïde, je trouve qu'il peut être vraiment intéressant de travailler avec la **menthe poivrée**<sup>4</sup>.

**ATTENTION** : l'huile essentielle de menthe poivrée est formellement contre-indiquée chez la femme enceinte, la femme allaitant et en présence de nourrissons. Elle contient plusieurs molécules neuro-toxiques ! C'est une huile essentielle merveilleuse, à manier avec prudence.

Elle peut vous apporter un excellent soutien car elle est dans cette idée de coup de fouet. C'est **une huile essentielle qui agit non seulement sur le foie mais aussi sur la psyché, et sur le plan subtil, elle nous parle du mensonge**. On est donc dans des notions de mensonge, de parole, de vérité – dans toute cette sphère thyroïdienne complexe et très intéressante, surtout quand il y a eu ablation. Comme vous souffrez de maux de tête, vous pouvez appliquer cette huile à ce niveau (sur les tempes dans les posologies que vous connaissez), mais je suis certaine que même son odeur seule vous permettrait de soulager ces maux de tête. Le travail va se faire à un niveau très subtil, et vous allez vraiment pouvoir bénéficier de l'esprit de la **menthe poivrée**.

---

<sup>4</sup> **Menthe poivrée** : *Mentha piperita*



## Le cas d'une ablation due à des nodules gênants

**Anne-Charlotte** : Merveilleux, merci Elske. Notre abonnée nous précise qu'il ne s'agissait pas d'un cancer mais de ganglions d'une taille hors protocole, ce qui fait que le chirurgien a préféré tout enlever.

**Elske Miles** : Certainement parce que le risque était de vous étouffer. Déjà, c'est formidable que l'ablation ne soit pas due à un cancer. C'est une très bonne nouvelle parce que vous n'avez pas du tout à vous inquiéter quant au choix des huiles essentielles à utiliser. Aussi, si vous avez une grande préférence pour le **cyprès toujours vert**, vous pouvez travailler avec et l'appliquer sur le **point 7 du méridien du rein** qui se situe



Point 7 du méridien du rein

en interne du tendon d'Achille (ce point se situe à 3 largeurs de vos doigts au-dessus du point 3R). Vous pouvez vous faire un massage assez vigoureux le matin au niveau de ce point avec un mélange à 10% d'huile essentielle de **cyprès toujours vert** dans 90% d'huile végétale. C'est quelque chose qui vous permettra de **soutenir l'énergie du rein très puissamment, et donc de relancer une dynamique en cas de grosse fatigue.**

### **Synergie pour redonner du tonus :**

- \* 10% HE Cyprès toujours vert
- \* 90% HV

**Posologie** : Appliquer cette synergie le matin sur le point 7 du méridien du rein.



## L'accompagnement en homéopathie

En outre, le fait d'avoir des nodules qui grossissent tellement qu'ils deviennent hors du commun indique qu'il s'agit quand même d'énormes boules, et l'expression française « J'ai les boules » indique justement que **la personne étouffe, qu'elle est étranglée par quelque chose**. Il y a donc une grande émotion derrière ce phénomène. Si par exemple, vous avez en plus de cette problématique soit une exophtalmie – les yeux écarquillés – ou une peau très pâle, il peut être intéressant d'aller creuser la question d'un choc émotionnel profond pour voir ce qui a entraîné ce réflexe de survie. Dans ce genre de cas, il y a un remède homéopathique très intéressant. Bien sûr, on pourrait penser à l'**arnica** pour le choc, mais si votre peau est effectivement très pâle, il peut être intéressant d'utiliser un sel de Schüssler très rare. Parmi les douze sels, celui-ci a été retiré pendant un temps par le docteur Schüssler avant qu'il finisse par le réintroduire parce qu'il sa place, quoiqu'une place un peu à part. Face à un problème de thyroïde, on pourrait s'attendre à travailler plutôt avec l'**iode**, mais **le sel biochimique que j'ai en tête s'adresse à tous les chocs psychiques profonds qui, en quelque part, ont coupé la communication interne avec soi-même**. Ainsi, quand il y a des problématiques thyroïdiennes, il y a sur le plan subtil cette idée de manque d'entente : **on ne s'entend plus et on ne se sent pas entendu**. Dans ce cas-là, c'est le **calcium sulphuricum en dilution 12** qui est très intéressant. Classiquement, on fera une prise d'un compromis à faire fondre trois fois par jour sous la langue, une dizaine de minutes avant les repas, pendant une période d'un mois. L'objectif est de contrecarrer ce choc et de réintégrer la part psychique qui s'est dissociée et qui vous laisse comme pétrifiée face à cet événement.

N'hésitez pas à nous répondre si cette notion de choc résonne en vous.



**Anne-Charlotte** : Notre abonnée nous répond que vous avez bien résumé sa problématique et vous remercie.

## Thyroïdite et nodule supérieur droit

**Anne-Charlotte** : On a commencé à aborder les nodules, et justement, une abonnée nous écrit que suite à une échographie, on lui a diagnostiqué une thyroïdite. Sa thyroïde est fortement vascularisée et présente un nodule lobaire au niveau supérieur droit. Elle est un peu inquiète car il faudra peut-être lui faire une ponction. Quelles huiles essentielles lui conseiller ?

### Une problématique inflammatoire

**Elske Miles** : C'est toujours très angoissant quand on a l'impression que notre corps nous échappe, et sachez que j'ai bien pris connaissance de votre problématique. Mais il y a une huile essentielle qui me vient tout de suite à l'esprit pour freiner ce qui est en train de se passer. Dans ce que vous écrivez, il y a bien sûr la notion de **thyroïdite** – c'est-à-dire un état inflammatoire de la thyroïde. Or la thyroïde est notamment responsable du maintien de la température corporelle, d'où le fait qu'on l'associe souvent à la petite flamme d'un chauffe-eau : cette flamme doit être maintenue à un certain niveau pour éviter que le chauffe-eau explose et s'éteigne. Ainsi, **en cas de thyroïdite, on doit toujours agir très vite pour contrecarrer tout risque de destruction des cellules de la thyroïde et éviter d'endommager le fonctionnement thyroïdien d'une manière dramatique.** Dans votre question, vous parlez d'une



thyroïde qui est très fortement vascularisée, avec un nodule supérieur droit. A priori, face à ce type de thyroïdite, on s'attend plutôt à avoir des nodules qui ne mènent généralement pas à des suspicions de cancer. C'est évidemment une très bonne chose, mais il faut quand même agir au niveau de l'inflammation.

### Calmer l'urgence en aromathérapie

D'après votre explication, il y a **un appel de sang très important dans la zone** : le corps est en train d'acheminer une quantité importante de sang, d'où le fait que la région soit très vascularisée. Cela signifie qu'il y a comme une grande urgence à faire évoluer la situation, et il vous faut essayer de comprendre ce qu'est cet appel urgent que votre corps est en train de vous envoyer. Toutefois, ce qui va permettre de calmer cette situation d'alerte est le **ciste ladanifère**<sup>5</sup>. Cette huile essentielle **astriigente** et **hémostatique** va freiner cette urgence. En outre, c'est une grande huile essentielle **anti-inflammatoire** et **cicatrisante** : on est donc dans cette idée de calmer et de cicatriser le choc qui a entraîné cet état de la thyroïde. On en fera une dilution à 20% - soit un dosage assez important – qu'on utilisera en application.

### **Synergie pour apaiser un état d'urgence :**

\* 4 gouttes HE Ciste ladanifère

\* 12 gouttes HV

**Posologie** : Appliquer cette synergie au niveau de la thyroïde dans le cou trois fois par jour.

---

<sup>5</sup> **Ciste ladanifère** : *Cistus ladaniferus*



## Les nodules non-inflammatoires

**Anne-Charlotte** : Je vais continuer avec une question qui fait un peu écho à ce que vous venez de dire. Notre abonnée nous dit qu'elle a un nodule de 4 cm avec une TSH normale. Son médecin lui a proposé l'opération, mais elle n'a pas voulu la faire car le nodule ne la gêne pas. Y a-t-il quelque chose à faire pour diminuer la taille de ce nodule ?

### Les applications locales

**Elske Miles** : Déjà, **le nodule est bénin et ne pose pas de problème**, ce qui est une très bonne chose. Il n'y a donc pas d'état inflammatoire. On va pouvoir travailler avec le **ciste ladanifère** pour **son activité astringente**. Mais il peut également être intéressant d'y associer autre chose en fonction de la latéralité.

**Anne-Charlotte** : Notre abonnée nous précise que le nodule est à droite.

**Elske Miles** : On optera donc pour la **lavande vraie**<sup>6</sup> en association avec le **ciste ladanifère**, en appliquant une dilution à 5% sur la zone.

### **Synergie pour réduire un nodule situé à droite :**

- \* 2 gouttes HE Ciste ladanifère
- \* 3 gouttes HE Lavande vraie
- \* 95 gouttes (1 cuillère à café) HV amande douce.

---

<sup>6</sup> **Lavande vraie** : *Lavandula angustifolia*



**Posologie** : Appliquer cette synergie en massage sur la zone trois fois par jour pendant un mois. Puis, appliquez cette synergie 3 fois par jour, 5 jours sur 7 jusqu'à amélioration.

### Voie olfactives et techniques sonores

Il pourrait même être intéressant de travailler en olfaction avec la **myrrhe amère**<sup>7</sup>. En application locale à des dosages importants ou par voie orale, cette huile essentielle est souvent utilisée pour freiner l'activité thyroïdienne. Dans ce cas, comme l'objectif n'est pas le même, il n'est pas nécessaire de faire une application spécifique. Aussi, on travaillera plutôt avec l'information olfactive pour **agir sur des frustrations par rapport au féminin** – quelque chose d'énorme à dire, soit à quelqu'un de la famille, soit à vous-même, comme si vous étiez passée à côté de quelque chose d'important et que vous n'arriviez pas à reconnaître vos besoins, telles une forme de castration émotionnelle. Il va également être important de vous sonder pour voir quelles choses émergent au niveau de la conscience. Mais le travail avec la **myrrhe** peut être fait une à trois fois par jour dans un premier temps pour agir sur la vibration. Comme je vous l'ai indiqué, il y a **un lien entre cette dimension thyroïdienne et l'ouïe** : il existe donc **des techniques sonores qui permettent d'harmoniser les deux**. Notamment, le ronronnement d'un chat permet d'harmoniser la thyroïde. Si vous avez un chat, vous avez tout intérêt à beaucoup le caresser, parce que les ronrons ont un effet énorme sur l'équilibre hormonal féminin, sachant que la thyroïde est plutôt une glande qui concerne les femmes.

---

<sup>7</sup> **Myrrhe amère** : *Commiphora myrrha*



Aussi, ce que vous pouvez faire, c'est de **ronronner vous-même** : il existe évidemment plein de techniques, notamment en yoga, mais ce ronronnement intérieur consiste à boucher vos oreilles à l'aide de vos pouces. Vous pouvez même boucher vos yeux simultanément avec vos index pour entrer vraiment en vous. Ensuite, pendant six grandes respirations, vous allez émettre sur l'expire un son qui ne soit pas trop grave, comme un bourdonnement. Émettez ce son le plus longtemps possible, sans perturber le rythme de votre respiration. Répétez ce petit exercice autant de fois que vous le pouvez dans la journée. Si vous pouvez faire **six « ronrons » par session, c'est l'idéal**. Commencez par faire une inhalation de trois inspires profondes avec l'huile essentielle de **myrrhe**. **Ce travail olfactif se fait en frictionnant une goutte HE entre vos mains, puis à vous recouvrir le nez avec vos mains en coupe pendant les trois inspirations.** Faites votre exercice de ronron-bourdonnement, puis refaites une inhalation (trois inspires avec vos mains en coupe autour du nez). Ce travail permet de rééquilibrer la zone par l'entente et la vibration des cordes vocales, car ces dernières sont en contact avec la zone thyroïdienne.

Bien sûr, vous pouvez faire le massage local au niveau de la gorge avec la **lavande vraie** et le **ciste** trois fois par jour, mais **il est très important d'associer à ce premier travail des techniques sonores**. Cet exercice est très apaisant, et vous verrez que la **myrrhe** est intéressante parce qu'elle permet de tirer le fil, c'est-à-dire de voir ce que vous avez à vous dire et à entendre ; l'objectif étant d'identifier vos besoins.





## En cas de nodules à gauche

**Anne-Charlotte** : Ce lien est très intéressant. Vous avez dit au départ que la **myrrhe amère** était plutôt préconisée quand la problématique était du côté droit. Si c'était du côté gauche, faudrait-il utiliser une autre huile essentielle ?

**Elske Miles** : A priori, **le côté gauche est plutôt en lien avec le monde du travail ou avec le masculin**. Je crois d'ailleurs qu'une personne avait posé une question qui portait sur le côté gauche.

**Anne-Charlotte** : Je viens de la retrouver : peut-on faire quelque chose pour un petit nodule thyroïdien gauche hypoéchogène ?

**Elske Miles** : Quand le problème est à gauche, on va plutôt **travailler par rapport à la dynamique du masculin**. Quand le nodule est petit, on va commencer par harmoniser cette région, et dans cette optique, les techniques de vibration sont très efficaces. Mais l'huile essentielle avec laquelle on va travailler est plutôt l'**encens**<sup>8</sup> car il incarne la dynamique masculine. C'est pour cette raison que parmi les cadeaux des trois rois mages, on trouvait l'**encens**, la **myrrhe** et l'**or** pour incarner la dynamique du masculin, celle du féminin, et pour honorer l'être précieux.

---

<sup>8</sup> **Encens** : *Boswellia carterii*



## La prise en charge d'un nodule

**Anne-Charlotte :** On va évidemment aborder l'hypothyroïdie et l'hyperthyroïdie. Mais avant d'arriver à ce stade, prenons une question plus générale. Quels sont les symptômes permettant de détecter la présence d'un nodule ? Une sensation de léger poids ou de gêne quand on avale sa salive ? Le besoin d'avaler régulièrement sa salive ?

### Les bienfaits des techniques sonores

**Elske Miles :** Effectivement, **une gêne chronique peut être un premier symptôme**. Si vous êtes gêné pendant quelques jours, ce n'est pas vraiment indicatif de quoi que ce soit, mais si vous constatez que vous avez de vraies difficultés à avaler et que vous sentez un poids, il y a quelque chose. Là encore, si vous prenez le symptôme tout au début, c'est l'idéal parce que vous allez pouvoir agir avec des massages. Bien sûr, il faut toujours masser la thyroïde avec beaucoup de douceur, mais surtout, vous pouvez la stimuler en utilisant la technique sonore six fois, car **le chiffre six est en lien avec le yin et permet de réguler** – d'où le fait que sur le plan énergétique et symbolique, on travaille avec ce chiffre. En tout cas, dès qu'il y a des symptômes, il devient fondamental de s'en occuper.

### Les outils du Dien Chan

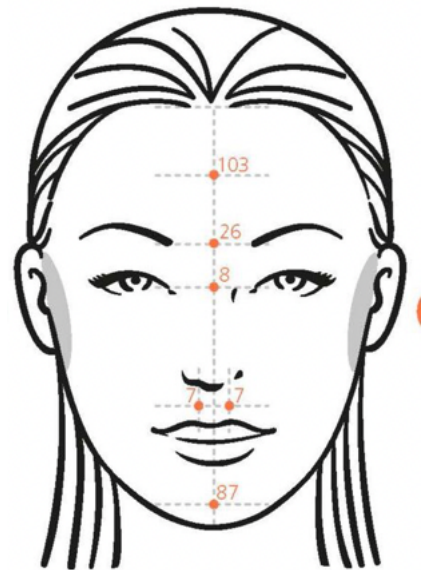
Après, il existe d'autres petites techniques, notamment des outils de réflexologie faciale (Dien Chan) qui peuvent être achetés. Toutefois, leur utilisation n'est pas





fondamentale, et vous pouvez tout à fait travailler avec vos doigts. Le travail avec les doigts est plus agréable ; néanmoins, celui avec l'outil est beaucoup plus précis. En

réflexologie, la zone des rides du lion est en lien avec l'utérus, sachant que les yeux reflètent en réflexologie faciale vietnamienne les ovaires. Je vous en parle parce qu'on dit de la thyroïde que c'est le troisième ovaire, d'où le fait que ce soit plus une problématique féminine que masculine – même si j'ai aussi reçu des hommes en consultation pour des problèmes de thyroïde. Mais en termes de réflexologie faciale, cette zone est aussi en lien avec la thyroïde. Aussi, quand on a une gêne au niveau de la gorge et qu'on suspecte un début de gonflement de la glande thyroïde, il peut être vraiment intéressant de **travailler quotidiennement cette zone**. Vous pouvez tout simplement faire un massage, et si vous choisissez d'utiliser un outil, vous allez appuyer au milieu de votre front, entre les deux yeux, sur le **point 26 en réflexologie faciale** qui nous permet d'accéder à la zone-réflexe de la gorge et à l'hypophyse.



Il faut se fier à son ressenti : si la zone est sensible, vous pouvez faire une stimulation, soit par des petits pompages, soit par une légère rotation sans faire tourner la peau, en répétant le mouvement 36 fois. Dans cette zone, vous pouvez même choisir jusqu'à cinq points différents. **Répétez ces 36 rotations à trois reprises**. Cette technique simple permet d'harmoniser toute la région ; à la fois ce qui est en lien avec le féminin et la créativité, et avec la gorge et le

fait d'exprimer des vérités. On est vraiment dans une résonance d'entente et d'harmonie.

### Restaurer l'harmonie

Si le nodule est pris tout au début, il peut être intéressant de travailler avec une huile essentielle qui permet d'harmoniser globalement la thyroïde : la **verveine citronnée**<sup>9</sup>. Cette huile essentielle peut être indiquée pour une hyperthyroïdie comme pour une hypothyroïdie, car c'est **un grand adaptogène de la thyroïde**. Mais c'est aussi l'huile essentielle qui rétablit la vérité et l'ordre des choses. Il y a donc un très beau travail à faire avec la **verveine en dilution à 5%**, en massage sur le point entre les deux yeux ou au niveau de la gorge. Vous pouvez répéter ce massage matin et soir, tout en faisant des vocalises intérieures. Cela devrait vous aider à restaurer une harmonie dans cette zone. Le seul fait de commencer à vous en préoccuper – sans angoisser mais en portant simplement votre attention dessus – et de comprendre ce qui se joue peut déjà vous permettre d'avancer, voire de restaurer l'équilibre. C'est notamment le cas pour les personnes dont la thyroïde fait le yoyo – tantôt les analyses révèlent une hypothyroïdie ou une hyperthyroïdie, tantôt il n'y a plus rien, mais on reste proche des limites. Il y a donc quelque chose qui ne se déclenche pas au niveau physique mais qui nous alerte. Dans pareil cas, il y a tout un travail de prévention à faire avec cet exercice.

---

<sup>9</sup> **Verveine citronnée** : *Lippia citriodora*



## Agir au niveau subtil

En outre, au niveau subtil, il est certain que **la thyroïde est en lien avec le chakra de la gorge**. Selon la vision ayurvédique, l'élément spécifique à cette zone est l'**éter**. On rejoint là les cinq éléments que l'on trouve dans la médecine hippocratique :

1. L'**air** ;
2. Le **feu** ;
3. La **terre** ;
4. L'**eau** ;
5. L'**éter**.

En l'occurrence, l'**éter est en lien avec l'espace et le son** : le son remplit l'espace sans être freiné par quoi que ce soit et il perdure. On est dans l'idée des ailes d'un papillon avec un envol qui se fait. Il est donc important aussi d'écouter de la musique pour nourrir cette dimension. En outre, on peut travailler avec tout ce qui est en lien avec l'éther, qui est l'élément le plus fondamental et le plus subtil parce qu'on le retrouve partout. Bien sûr, il est dans l'air, mais dans le sens de tout ce qui fait respirer, y compris l'espace entre des molécules – tout ce vide nécessaire à l'existence, entre les molécules de matière, est incarné par l'éther. Aussi, **il est important de prendre le temps de se donner de l'espace, y compris de l'espace de conscience** : il faut s'arrêter à un moment et se plonger dans un état plutôt méditatif de pleine conscience. C'est pour cela que le travail sonore répond parfaitement à cette dynamique.

**Anne-Charlotte** : La verveine citronnée peut-elle être utilisée par toutes les personnes qui ont un problème de thyroïde ? Finalement, peu importe qu'il



s'agisse d'un nodule, d'une hyperthyroïdie ou d'une hypothyroïdie. Si j'ai bien compris, c'est vraiment l'huile essentielle qui s'adresse à tout le monde.

**Elske Miles** : Absolument. **Elle restaure l'équilibre car c'est une très grande adaptogène.** C'est la plante qui a été utilisée comme la baguette magique des druides : elle est dans la rectitude et permet vraiment de rétablir l'équilibre, sachant que très souvent dans les troubles de la thyroïde, il y a des problématiques de désirs frustrés – quelque chose qu'on aimerait faire, mais qu'on n'a pas pu mettre en place ou que l'on n'a pas trouvé le temps de faire. Il y a toujours cette notion de course effrénée dans le temps, d'où cette forte idée de frustration. D'ailleurs, on sait très bien pour d'autres raisons qu'il y a un lien entre les fonctions métaboliques régies par la thyroïde et le foie, et dans ce registre, la **verveine citronnée** est une grande huile essentielle. Il y en a d'autres qu'on va pouvoir aborder, mais si je devais en choisir une, ce serait vraiment celle-ci.

## La maladie de Hashimoto sans traitement

**Anne-Charlotte** : Je vais continuer d'avancer pour qu'on ait le temps d'aborder les grandes pathologies. Ce soir, une abonnée nous a posé une question pour son mari qui a 75 ans et dont la thyroïde se « ratatine ». Il a la maladie de Hashimoto et refuse de prendre le Lévothyrox prescrit par le médecin. Il prend toutefois des compléments alimentaires. Que faire pour l'aider ?



## Comprendre le sens de la maladie

**Elske Miles** : La première chose serait d'utiliser l'huile essentielle de **verveine citronnée**, car elle ne présente aucun risque d'hyper-sollicitation ou de destruction. En effet, **la maladie de Hashimoto est une problématique d'autodestruction** : dès que la thyroïde s'emballa, il va y avoir une destruction des cellules thyroïdiennes par des anticorps. C'est pour cela que sa thyroïde se ratatine – elle n'est pas protégée de ces anticorps. Aussi, **le Lévothyrox peut être un passage obligé, déjà pour réguler l'humeur**. C'est quelque chose qui fonctionne bien dans un premier temps pour freiner l'agressivité avec laquelle la maladie progresse, d'autant plus si la thyroïde est en train de fondre. En effet, tant que la thyroïde est là, on peut espérer rétablir son fonctionnement et calmer ce message d'autodestruction.

Après, il faut aller **comprendre ce qui est sous-jacent**. Pourquoi y a-t-il cette interdiction d'épanouissement ? C'est vraiment la question qui se pose derrière la thyroïdite de Hashimoto parce qu'il va d'abord y avoir un hyperfonctionnement qui va aboutir à une hypothyroïdie. Normalement, en cas d'hypothyroïdie, on va stimuler assez fortement et efficacement, et on obtient d'excellents retours avec les huiles essentielles pour des hypothyroïdies qui ne sont pas auto-immunes. En fonction de la personne, il peut être relativement simple de stimuler la fonction thyroïdienne. **Mais la problématique dans Hashimoto est qu'en stimulant très fortement l'activité thyroïdienne, on peut aussi aggraver la maladie**. C'est pour cela qu'il est important de **préserver la thyroïde et donc de suivre les conseils du médecin**. Bien sûr, chacun est responsable de sa santé, mais il est important de recueillir au moins un deuxième avis. En effet, il faut savoir que dans Hashimoto, quand on agit au début et que la thyroïde est encore là, le traitement n'est pas forcément à vie,



mais peut simplement incarner une béquille momentanée pour répondre à l'urgence de la situation.

Ensuite, il faut se donner le temps de comprendre ce qui se joue et décoder ce qu'il y a derrière. Pour un homme, c'est quelque chose d'assez rare et il est donc primordial de **comprendre à quel niveau se situe la frustration** : il n'ose pas et pense que son épanouissement lui sera néfaste. Il y a vraiment quelque chose à reparamétrer à ce niveau-là, car c'est en lien avec l'estime de soi et le fait de s'autoriser à être épanoui.

### L'accompagnement en aromathérapie

En termes d'huiles essentielles, la première chose à faire est donc de travailler avec la **verveine citronnée** pour donner l'information de **stopper cette activité thyroïdienne**. Une autre huile essentielle qui peut être intéressante, pour un homme en particulier, est l'**encens** en application locale dans une dilution à 20%.

#### **Synergie pour freiner l'activité thyroïdienne :**

\* 2 gouttes HE Encens

\* 8 gouttes HV

**Posologie** : Appliquer cette synergie au niveau de la thyroïde trois fois par jour au niveau de la thyroïde.

On peut aussi alterner la **verveine citronnée** et l'**encens**, toujours dans cette idée de **reparamétrer ce qui est en train de se jouer**. En effet, l'**encens** va donner l'information de cicatriser la plaie qui est à l'origine de cette mauvaise





information sur soi. Mais surtout, l'**encens** est un trésor, car c'est quelque chose de très rare. Il peut donc être très bénéfique pour aider à comprendre la valeur de sa vie.

En outre, il peut être intéressant de travailler sur le bas-ventre chez l'homme avec une grande huile essentielle de la valeur du masculin : le **pin sylvestre**<sup>10</sup>. On peut l'utiliser en application sur le bas-ventre tous les matins, à raison de 4 gouttes que vous diluerez à 50% dans un peu d'HV pour protéger la peau d'une éventuelle agressivité de cette HE. C'est un protocole tout à fait logique pour **restaurer la puissance masculine et la beauté de l'homme qui peut assumer et exprimer son désir**.

## L'hypothyroïdie légère

**Anne-Charlotte** : On a maintenant une question portant sur l'hypothyroïdie. Une abonnée nous explique que de temps en temps, dans sa prise de sang, la thyroïde est un peu basse. Quelles huiles essentielles par voie orale ou par voie cutanée sont recommandées pour une thyroïde léthargique ou une hypothyroïdie ?

### Le travail par voie locale

**Elske Miles** : Dans ce cas, il faut opter pour le **clou de girofle**<sup>11</sup> car c'est l'huile essentielle majeure pour stimuler l'activité thyroïdienne. Évidemment, **elle est**

---

<sup>10</sup> **Pin sylvestre** : *Pinus sylvestris*

<sup>11</sup> **Clou de girofle** : *Syzygium aromaticum*



**dermocaustique et il faut donc la diluer dans une huile végétale.** Pour la thyroïde, j'aime beaucoup utiliser l'huile végétale d'**amande douce** parce qu'elle porte la signature de l'amygdale, et donc de la gorge.

### **Synergie pour stimuler l'activité thyroïdienne :**

\* 5% HE Clou de girofle

\* 95% HV Amande douce

**Posologie :** Appliquer quelques gouttes (entre 3 et 5 gouttes) de cette synergie trois fois par jour au niveau de la thyroïde sur une période de trois semaines, avant de marquer une semaine d'arrêt. Poursuivre ce protocole pendant trois mois.

Le seul risque avec ce protocole qui fonctionne bien est qu'au bout d'un certain temps, vous pouvez en avoir marre de l'odeur du clou de girofle, ce qui est tout à fait légitime. Dans ce cas, il va falloir alterner avec d'autres huiles essentielles, mais en maintenant le clou de girofle pour au moins une application par jour. On pourra toutefois l'alterner avec la **verveine citronnée**, mais surtout il y a une très grande huile essentielle de la thyroïde : le **myrte vert**<sup>12</sup>. Là où la **myrrhe** a plutôt une activité régulatrice sur l'hyperthyroïdie, le **myrte vert** est superbe en cas d'hypothyroïdie. Il a une odeur agréable et porte l'information de la joie et de la jubilation.

- Pour la **verveine citronnée**, on fera une application en dilution à 10%, car cette huile peut être un peu agressive pour la peau.

---

<sup>12</sup> **Myrte vert** : *Myrtus communis L. cineoliferum*



- Pour le **myrte vert**, on peut utiliser une dilution à 20%, soit 2 gouttes pour 8 gouttes d'huile végétale.

Dans les deux cas, on fera trois applications par jour. Notre abonnée rencontre un problème de thyroïde qui va et vient, ce qui est merveilleux car c'est le meilleur moment pour s'emparer du problème.

### Le travail par voie orale

Pour la voie orale, on se tournera vers le **romarin à verbénone**<sup>13</sup>, à raison de deux fois par jour, soit 1 goutte le matin et 1 goutte le soir dans un peu d'huile végétale de **rose musquée** ou de **nigelle**. Là encore, on fera ce protocole pendant trois semaines avant de marquer une semaine d'arrêt, de manière à faire correspondre la prise orale et l'application cutanée.

**ATTENTION : l'huile essentielle de romarin verbenone est formellement contre-indiquée en cas de cancer, chez la femme enceinte et allaitant et chez les jeunes enfants. Elle contient des molécules neuro-toxiques. Le respect de la posologie s'impose !**

### Le travail en réflexologie

Vous pouvez bien sûr bénéficier du travail de résonance avec la voix, mais il y a autre chose qui, d'une part, pourrait vous alerter et, d'autre part, qui pourrait être très agréable car cela vous permettrait de prendre le temps ; **l'objectif étant de s'accorder de l'espace.** Tous ces petits rituels permettent justement

---

<sup>13</sup> **Romarin à verbénone** : *Rosmarinus officinalis L. verbenoniferum*



de vous donner ce temps et cet espace pour vous-même : un espace de réflexion pour ralentir votre rythme effréné et vous accorder du temps, car c'est vraiment ce dont la thyroïde a besoin, que ce soit une hypothyroïdie ou une hyperthyroïdie. En effet, une personne qui souffre d'hyperthyroïdie vit à un rythme effréné et n'a jamais de temps à s'accorder. Aussi, le fait de prendre du temps pour soi, freine déjà l'activité, ce qui est extrêmement salutaire, voire indispensable, car c'est ce qui va réellement permettre de faire un travail de terrain durable.

Néanmoins, il y a une petite technique que j'adore en tant que réflexologue. J'ai évoqué un point sur le front, mais autre chose de formidable peut être fait **en massage du pied**. On pourrait aussi agir au niveau de la main, mais je préfère le pied parce qu'on est vraiment en lien avec une dimension physiologique dense au niveau podal. Ainsi, pour relancer la thyroïde, il est important de **masser la zone qui se situe sous le gros orteil au niveau plantaire**. C'est la zone-réflexe de la thyroïde que l'on trouve à cet endroit-là, au niveau de l'articulation du pouce et du métatarse. On trouve le même principe dans la main, mais la zone du pied est beaucoup plus large car on peut masser tout le coussinet du pied. En réflexologie chinoise, en cas de problématique thyroïdienne, on constate souvent qu'une grosse callosité coupe l'avant-pied en deux, au niveau de la séparation entre le pouce et les autres orteils. On trouve généralement une callosité, voire même une petite verrue ou un durillon à l'intérieur de cette zone où la peau est durcie. **Il faut donc masser le pied tous les soirs, en insistant bien sur cette zone thyroïdienne et sur tout le coussinet du premier orteil**. Ce travail fondamental peut se faire avec le **nard de l'Himalaya**<sup>14</sup> car il s'agit d'une autre huile essentielle qui stimule l'activité

---

<sup>14</sup> Nard de l'Himalaya : *Nardostachys jatamansi*



thyroïdienne. Comme cette huile est très forte, je préfère l'éviter pour l'application sur le cou et la réserver à une application au niveau du pied. Il est important de bien masser le pied, parce que cela vous oblige à passer du temps au contact de l'huile essentielle et de bénéficier de son information olfactive qui va également stimuler la thyroïde.

En résumé, en cas d'hypothyroïdie, il faut penser à trois huiles essentielles :

1. **Clou de girofle ;**
2. **Myrte vert ;**
3. **Nard de l'Himalaya.**

## Les hypoparathyroïdies

**Anne-Charlotte :** Je vais poursuivre avec la question d'une abonnée qui nous dit qu'elle a déclenché une hypoparathyroïdie à la naissance de son fils en 1998. Peut-elle faire quelque chose et quelle signification donner à cette problématique ?

**Elske Miles :** Souvent, la thyroïde est bouleversée par la grossesse car le bébé a des besoins importants, notamment en calcium. Or **les glandes parathyroïdes jouent un rôle dans la gestion du calcium dans l'organisme.** Ainsi, en cas d'hypoparathyroïdie, il y a un risque de déséquilibre au niveau du taux de calcium dans le corps, qui peut engendrer des conséquences par ailleurs.

La signification d'un tel trouble est bien sûr d'avoir tout donné à cet enfant, jusqu'à vos os et votre structure de fond. Dans ce cas, il est indispensable de



faire une cure pendant trois mois de **sérum de quinton hypertonique** pour réguler à la fois la thyroïde et les parathyroïdes, puisqu'elles fonctionnent ensemble.

Par ailleurs, il peut aussi être intéressant de vous rapprocher d'un homéopathe pour obtenir des conseils précis en matière de compléments alimentaires. Dans ce genre de cas, je pense à plusieurs sels de Schüssler, notamment :

- Le **calcium phosphoricum** en dilution 6 ;
- Le **magnésium phosphoricum** en dilution 6 ;
- Le **natrium phosphoricum** toujours en dilution 6.

Comme vous le constatez, **il y a besoin de beaucoup de phosphore qui incarne la lumière**. L'objectif est donc vraiment de remplir votre corps de lumière et de sens, parce que vous avez tout donné à ce fils qui est la prunelle de vos yeux.

## Les hyperthyroïdies frustrées

### Le travail en aromathérapie

**Anne-Charlotte** : Revenons maintenant au thème de l'hyperthyroïdie que vous avez commencé à aborder. Que conseillerez-vous pour une hyperthyroïdie frustrée ?

**Elske Miles** : Le terme « hyperthyroïdie frustrée » désigne une hyperthyroïdie que l'on n'arrive pas trop à réguler et qui peut même être cachée. Cela signifie qu'il faut **ralentir son rythme de vie et se poser**.



- Dans ce cas, l'huile essentielle la plus intéressante est la **myrrhe amère** qui a une odeur superbe. Par contre, elle est quand même très puissante dans son information. Je préconise donc d'en faire un massage du pied au niveau de la zone-réflexe thyroïdienne. On en fera une dilution à 5% dans de l'huile végétale de **coco** pour bien masser cette zone tous les soirs. C'est vraiment la première chose à faire.
- En outre, **il faut bien comprendre ce qui se joue et pourquoi il y a ce besoin urgent d'aller de l'avant**. On va choisir l'huile essentielle en fonction de la cause qui est derrière, mais il y en a deux vers lesquelles je pourrais vous orienter en fonction de votre affinité avec chacune :
  1. La **mélisse**<sup>15</sup> qui est un peu l'équivalent de la **verveine citronnée** en termes d'odeur. C'est également **un très grand régulateur**, et il n'y a donc pas de risques de basculer dans une hyperthyroïdie déclarée.
  2. La **tanaïsie**<sup>16</sup> (ou camomille du Maroc) qui est une pure merveille, surtout en cas d'hyperthyroïdie. Généralement, je l'utilise plutôt pour les hyperthyroïdies inflammatoires, mais sur le plan informationnel, c'est une huile essentielle que vous avez de fortes chances d'adorer.

On en fera une application à 5% au niveau de la zone de la gorge pour profiter aussi de son odeur.

---

<sup>15</sup> **Mélisse** : *Melissa officinalis*

<sup>16</sup> **Tanaïsie** : *Tanacetum annuum*



- Bien sûr, il y a également plein de massages que l'on peut faire au niveau du bas-ventre pour se ramener à son centre. Dans ce cas, on pensera aux huiles essentielles de **matricaire**<sup>17</sup>, de **lavande vraie** ou de **géranium rosat**<sup>18</sup>.

**Anne-Charlotte** : Merci pour ces astuces qui vont permettre à notre abonnée de travailler sur son hyperthyroïdie. Comme toujours, je précise à tous nos abonnés qu'ils n'hésitent pas à nous faire un retour. D'ailleurs, une abonnée nous dit qu'elle est très contente et trouve très rigolo d'utiliser les ronronnements. Elle nous précise que ses petits-enfants vont sûrement se marrer.

**Elske Miles** : C'est sûr. Vous pouvez même jouer avec eux à l'abeille. Tous ces petits bruits sont vraiment très bien. C'est ludique, et en appliquant cette technique, vous allez vous rendre compte que vous sentez les vibrations dans tout le corps, jusque dans les pieds. Vous allez même pouvoir les entendre encore longtemps, l'idée étant de faire de l'espace. Une autre problématique des personnes qui souffrent de la thyroïde est articulaire : **souvent, les articulations sont verrouillées, justement parce qu'elles manquent d'espace**. Ainsi, en faisant vibrer le corps entier, vous allez pouvoir sentir de l'espace dans votre corps.

---

<sup>17</sup> **Matricaire** : *Matricaria recutita*

<sup>18</sup> **Géranium rosat** : *Pelargonium graveolens*





## L'écoute de soi

**Anne-Charlotte :** L'abonnée qui souffre d'hyperthyroïdie nous répond justement que c'est vrai : elle est très dynamique, elle se repose peu et finit par s'écrouler de fatigue.

**Elske Miles :** Il est donc très important qu'elle se ressource et se détende. Il faut qu'elle prenne le temps de se faire plaisir. C'est là où le **myrte vert** peut également être très intéressant parce qu'il incarne la joie. Après, je ne peux évidemment pas vous donner de consultation en ligne vu que je ne dispose que de quelques éléments, mais ces rendez-vous vous permettent d'avoir des orientations.

Bien sûr, **vous allez pouvoir vous fier aussi à vos ressentis**. C'est vraiment important, parce que la thyroïde nous oblige à être dans une écoute de soi. Il faut impérativement rentrer dans cette écoute de vous-même et **travailler uniquement avec des huiles essentielles que vous appréciez** : si vous ne les aimez pas, surtout, ne les utilisez pas, même si ce sont les bonnes huiles essentielles pour votre problématique. Comme vous le savez maintenant, les huiles essentielles révèlent beaucoup d'aspects psychiques profonds. On n'est pas là pour se faire du mal, mais vraiment pour être en harmonie avec soi-même, surtout en cas de problèmes de thyroïde.

## La maladie de Basedow

**Anne-Charlotte :** Je vais continuer avec une question portant sur la maladie de Basedow. Une abonnée nous dit qu'elle a eu cette maladie, dont elle est guérie



depuis douze ans maintenant. C'est venu suite au décès de son père, en plus d'un phlegmon de la gorge. Elle précise qu'elle est très active et émotive. Tout cela est lié, mais elle craint qu'un autre choc la fasse replonger.

### La signification de Basedow

**Elske Miles** : Merci pour ce témoignage très riche qui permet à tout le monde de mieux comprendre ce qui se joue sur le plan émotionnel. En effet, **la maladie de Basedow est une hyperthyroïdie dans laquelle tout prend feu** : il y a une réaction énorme, une sensation d'être prise à la gorge et un choc – souvent lié à un décès, à la peur de la mort, ou à une prise de conscience brutale que le temps passe. C'est formidable que tout soit rentré dans l'ordre et que vous soyez guérie, mais en même temps, **vous avez une information donnée par le phlegmon**. En d'autres termes, vous voyez quel a été l'impact de ce choc profond qui vous a pris à la gorge. C'est cette idée-là qu'il faut garder à l'esprit, et **très souvent, la maladie de Basedow va de pair avec une exophtalmie**. Or dans l'expression même des yeux en exophtalmie, vous avez l'impression que les yeux sortent de la tête pour mieux voir l'agression. Là encore, c'est un signe de choc car le tic musculaire qui se met en place est dû à une mauvaise surprise.

### L'accompagnement en homéopathie

Aujourd'hui, vous ne souffrez plus de ce problème. Toutefois, vous avez cette grande émotivité en vous et vous pouvez tout à fait prendre de l'**arnica**, même si ce choc est passé. Vous pouvez même prendre le remède en sel de Schüssler dont j'ai parlé tout à l'heure : le **calcarea sulfurica D12** pendant un mois pour



enlever les traces psychiques de ce choc, s'il en reste, vu que vous avez peur d'avoir de nouveau une réaction aussi forte. Pensez toujours à avoir de l'**arnica** avec vous, mais vous pouvez tout à fait utiliser le **calcareo sulfurica D12** pendant un mois, à répéter au besoin.

### L'accompagnement en aromathérapie

Par ailleurs, l'huile essentielle par excellence de la maladie de Basedow est la **tanaisie**. Comme vous n'avez plus cette maladie, il est inutile de l'appliquer sur la zone de la thyroïde, mais c'est une huile essentielle qui pourrait vous faire du bien. Vous pouvez prendre le temps de l'utiliser en massage du pied entier une fois par semaine.

Une autre huile essentielle qui pourrait être intéressante pour vous permettre de tenir bon en cas de choc est le **cyprès toujours vert**, car traditionnellement, c'est la plante qui nous épaulé et vous montre le chemin. C'est vraiment une grande huile essentielle qui agit sur l'équilibre endocrinien dans son ensemble et qui pourrait vous faire du bien de temps en temps, quand vous en ressentez le besoin. Vous pouvez l'appliquer soit sur le **point 4 du gros intestin** pour vous permettre de lâcher, soit sur le sacrum, soit sur les pieds. Je vous rappelle que l'application cutanée régulière avec cette huile essentielle nécessite une dilution à 20% d'huile essentielle dans 80% d'huile végétale. **Ce type de massage peut vous aider à tenir bon, à ne pas vous sentir vulnérable et prise à la gorge.**



Point 4 du gros intestin



**Anne-Charlotte :** Merci pour cette réponse. C'est très intéressant quand vous dites de ne pas travailler avec les huiles que l'on n'aime pas. On en a déjà parlé en webinaire, mais il est très important de rappeler que finalement, les huiles que l'on apprécie ou que l'on aime moins ont un sens et qu'il faut vraiment le respecter.

**Elske Miles :** Tout à fait, **surtout en cas de problèmes endocriniens et pour cette zone du corps, car c'est quand même la zone de l'entente avec soi.** Quand la thyroïde déraile, c'est vraiment un appel au secours : c'est notre âme qui nous dit de corriger la manifestation.

## De l'hypothyroïdie à l'hyperthyroïdie

**Anne-Charlotte :** Une autre abonnée nous raconte qu'elle avait un ami qui souffrait d'une hypothyroïdie, pour laquelle il a été traité pendant plusieurs années. Il vient de découvrir qu'il a développé trente nodules – quinze sur chaque aile de la thyroïde – et qu'il a maintenant une hyperthyroïdie et une difficulté de prise en charge rapide. Que faire pour l'aider ?

**Elske Miles :** Disons que le traitement contre l'hypothyroïdie a fonctionné. Maintenant, c'est très intéressant parce que les ailes du papillon sont décorées de manière extrêmement précise, vu qu'il y a quinze nodules de chaque côté. De toutes les manières, comme il s'agit d'une hyperthyroïdie, il va être intéressant de travailler avec la **myrrhe** qui sera la première réponse pour freiner la maladie.



Toutefois, vu la finesse et la curiosité de la situation, je n'hésiterais pas à utiliser la **lavande stoechade**<sup>19</sup> (ou **lavande papillon**). En effet, il y a quelque chose de très poétique dans ce qui se passe. Il est certain qu'une huile va pouvoir freiner cette hyperthyroïdie. Réguler est vraiment la première chose à faire, et dans un deuxième temps, il pourrait être intéressant de se tourner vers la **verveine citronnée**. Toutefois, dans ce cas très particulier, il faut quand même **se poser la question de savoir ce qui s'épanouit**. Le fait qu'il y avait une hypothyroïdie indiquait une difficulté à retrouver sa flamme intérieure et à oser dire les choses. Ce problème a été réglé, et derrière, il y a une floraison de nodules sur la thyroïde, ce qui témoigne probablement d'une problématique avec une mère qui a été castratrice à l'origine. Jeune homme, cette personne a dû se sentir castrée et ne pouvait pas s'exprimer, et maintenant, c'est autre chose qui s'exprime. Il faut donc retrouver un équilibre, d'où le fait que je choisisse de travailler avec des huiles essentielles étonnantes. La **myrrhe** est bien sûr en lien avec la mère et l'amertume, mais la **lavande stoechade** n'est classiquement pas ce qu'on utilise pour ce type de problématique. Néanmoins, ce cas est tellement particulier qu'au niveau psycho-émotionnel, cela pourrait vraiment être une huile essentielle qui l'aide à se débarrasser des scories de cette mère trop dominante. En effet, la **lavande stoechade** incarne exactement ça : une mère qui étouffe par amour. On peut l'utiliser en application sur la zone thyroïdienne.

**Attention :** la **lavande stoechade** contient des **cétones** et doit donc **uniquement être utilisée en massage sur la zone de la gorge, et non près des centres nerveux à risques comme la nuque.**

---

<sup>19</sup> **Lavande stéchade** : *Lavandula stoechas*



## L'alternative à la verveine citronnée

**Anne-Charlotte** : Nous arrivons au bout de ce webinaire, mais prenons une dernière petite question. Une abonnée nous dit que sa fille a la maladie de Hashimoto. Vous avez conseillé la verveine citronnée, mais y aurait-il une seconde huile essentielle pour s'adresser aux femmes ?

**Elske Miles** : Absolument. En plus, **Hashimoto est en lien avec une interdiction de s'épanouir**, car l'épanouissement peut être considéré comme étant dangereux. Quand il s'agit d'une jeune femme, le problème est souvent en lien avec l'enfance, dans le sens d'enfanter ou pas. C'est donc comme si elle s'interdisait de s'épanouir dans son côté féminin.

Dans ces cas-là, je travaille toujours avec le **géranium d'Égypte<sup>20</sup>** ou le **géranium rosat** en massage du bas-ventre. Évidemment, on pourrait aussi travailler sur la zone thyroïdienne, mais il reste très important aussi de nourrir ce bas-ventre.

---

<sup>20</sup> **Géranium d'Égypte** : *Pelargonium asperum*

