

1. **Titre du résumé :** Utilisation d'un stick olfactif aux huiles essentielles pour l'atténuation des symptômes liés aux addictions.
2. **Co-auteur :**
C. Denis
Santé mentale adultes, Clinique Les Horizons
Cambes, France
3. **Auteur principal – Contact ALBATROS :**
Corinne Denis
Santé mentale adultes, Clinique Les Horizons, Cambes, France
Email : corinne.denis@inicea.fr
4. **Objectifs**
Ce travail vise à présenter l'implantation d'un stick olfactif aux huiles essentielles comme thérapie complémentaire destinée à réduire les symptômes liés aux addictions, notamment le stress, l'anxiété, l'agitation, la nervosité et l'insomnie. L'objectif est de proposer un outil non médicamenteux, simple d'utilisation et mobilisable rapidement afin de limiter l'inconfort généré par le manque, reconnu comme un facteur majeur de rechute.
5. **Matériel et méthodes :**
Le stick olfactif, individuel et personnel, contient une synergie d'huiles essentielles de Pruche (ou Angélique), Poivre noir, Camomille noble, associée à la Lavande vraie ou à la Bergamote pour en améliorer la tolérance olfactive. Les patients inclus présentent une addiction connue (tabac, alcool, substances illicites) et des symptômes de craving ou de stress. Sont exclus les patients asthmatiques ou présentant des troubles de l'olfaction.
La préparation est réalisée par la pharmacie selon les bonnes pratiques, puis la dispensation et l'accompagnement sont assurés par l'équipe soignante, avec une traçabilité systématique dans le dossier patient.
6. **Résultats et conclusions :**
Une étude menée sur trois mois auprès de 13 patients a montré une diminution de 30,8% de l'utilisation des benzodiazépines, 61,5% de maintiens à posologie stable et 7,7% d'augmentations. Ces résultats suggèrent un effet potentiel du stick olfactif sur la gestion du stress et des symptômes de manque, pouvant contribuer à réduire le recours aux benzodiazépines. L'outil apparaît prometteur, non invasif et compatible avec l'allopathie, favorisant le confort et l'adhésion au parcours de soins.
7. **Liens d'intérêt :** Aucun lien d'intérêt déclaré. Aucun financement extérieur sollicité.