

**Dr Pierre Popowski**

Pédiatre et médecin homéopathe

**POUR LEUR SANTÉ**

*Laissez-les  
se salir !*

De la naissance  
à l'adolescence  
comment favoriser  
leurs défenses  
immunitaires



**Leur intestin, leur 2<sup>e</sup> cerveau**

**LE D U C . S  
E D I T I O N S**

# POUR LEUR SANTÉ LAISSEZ-LES SE SALIR !

Les dernières découvertes scientifiques ont démontré l'existence d'un lien entre la santé et les micro-organismes qui peuplent notre corps, et notamment nos intestins. Et cela est vrai chez l'adulte, mais aussi chez l'enfant ! Ce guide pratique donne des réponses aux questions que se posent tous les parents sur la santé de leurs enfants, dans l'environnement toxique actuel. De la grossesse à l'adolescence, il explique ce qu'il faut faire, ou non, pour améliorer leurs défenses immunitaires, mais également prévenir et traiter les maladies.

Dans ce livre, découvrez :

- Comment l'accouchement ou l'allaitement peuvent influencer la santé future de l'enfant.
- Comment utiliser au mieux les progrès de la médecine (vaccins, antibiotiques, probiotiques, homéopathie...).
- Quelles mesures d'hygiène enseigner à son enfant et comment stimuler ses défenses immunitaires.
- Comment prendre en charge et prévenir les troubles somatiques, psychiques, aigus ou chroniques (problèmes ORL, obésité, maladies inflammatoires du tube digestif...).
- Quels liens existent entre les troubles de l'apprentissage et du comportement et le microbiote intestinal.

**DES CONSEILS PRATIQUES POUR DES ENFANTS EN BONNE SANTÉ  
ET QUI LE RESTENT !**

Le Dr Pierre Popowski est pédiatre et homéopathe depuis 35 ans, enseignant, journaliste et écrivain. Il est l'auteur de nombreuses publications dans des revues spécialisées de Sociétés savantes et dans la presse grand public. Il est également le médecin référent en homéopathie pour plusieurs magazines.

ISBN 979-10-285-0453-3



**17 euros**  
Prix TTC France

L E D U C . S  
E D I T I O N S

design : bernard amiard

photo : © Bob Thomas/  
Stone/Gettyimages

RAYON : SANTÉ, ÉDUCATION



## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

**<http://leduc.force.com/lecteur>**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site : **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les réseaux sociaux.



Édition : Marie-Pierre Garro  
Correction : Marie-Laure Deveau  
Maquette : Sébastienne Ocampo  
Illustrations : Géraldine Lepoivre (p. 11), Fotolia

© 2017 Leduc.s Éditions  
29 boulevard Raspail  
75007 Paris – France  
ISBN : 979-10-285-0453-3

DR PIERRE POPOWSKI

# POUR LEUR SANTÉ, LAISSEZ-LES SE SALIR !

L E D U C . S  
E D I T I O N S





*Aux trois divinités grecques, éternels compagnons...*

- *Aiôn*, qui gouverne le temps cyclique et nous ramène sans cesse au passé des origines ;
- *Kairos*, l'occasion, l'accident, ou le temps présent, seule forme palpable de l'éternité, qui nous oblige à faire des choix et à prendre des décisions « ici et maintenant » ;
- *Chronos*, le temps linéaire, qui nous pousse sans cesse vers un futur incertain.

*« Ce qu'il y a de plus précieux dans une culture  
c'est ce qu'elle a de mystérieux. »*

L. BUÑUEL





# Sommaire

Introduction 9

**PARTIE 1. La santé de nos enfants en danger :  
l'éternel conflit terrain/environnement 17**

- 1. Aux origines de la maladie : le terrain 19
- 2. Nous vivons dans un environnement toxique 31
- 3. Le microbiote, cible privilégiée des intoxications  
et des intolérances 45
- 4. Les troubles cognitifs et autistiques de l'enfant,  
en pleine expansion 67

**PARTIE 2. Bien démarrer dans la vie, c'est possible ! 83**

- 1. Tout commence chez la femme enceinte... 85
- 2. ... Et continue à la naissance 93
- 3. L'hygiène chez l'enfant : un juste équilibre 115
- 4. Protéger les défenses immunitaires de mon enfant 127
- 5. Alimentation : les bons réflexes 139

**PARTIE 3. Soigner ses enfants au quotidien :  
prévenir et traiter 159**

- 1. Les neuf règles d'or pour bien soigner les enfants 161
- 2. Prévenir et traiter les troubles fréquents 187
- 3. Prévenir les troubles chroniques 209

POUR LEUR SANTÉ, LAISSEZ-LES SE SALIR !

Conclusion	221
Bibliographie	225
Glossaire	229
L'auteur	231
Remerciements	233
Table des matières	234

# Introduction

**J**'ai écrit ce livre, cher lecteur, pour partager avec vous ma vision des liens fondamentaux entre l'environnement et notre santé, plus particulièrement celle de nos enfants, qui grandissent à proximité d'une nature toujours plus polluée.

## **NOTRE PLANÈTE EST POLLUÉE : DE LA PRISE DE CONSCIENCE À LA NÉCESSITÉ D'AGIR**

Abonné aux newsletters d'information médicale (*Le Quotidien du médecin*, par exemple), je reçois régulièrement des articles sur les dangers qui nous menacent – pesticides, perturbateurs endocriniens, etc. (la liste est longue) –, dangers dans l'air du temps et que vous connaissez bien pour en entendre régulièrement parler dans les médias. Je vous en citerai deux à titre d'exemples :

« *Pesticides : un concentré de perturbateurs endocriniens dans des salades de supermarché* » ou « *La fraise, un réservoir de pesticides perturbateurs endocriniens* »...

Doit-on considérer ces nouvelles comme des faits divers, aussitôt lus aussitôt oubliés, ou comme les symptômes têtus d'un mal profond

qui nous ronge et qui emportera l'humanité, en commençant par la mise en danger de la santé de nos enfants si l'on ne tente pas d'y remédier par une prise de conscience dont l'urgence n'est pas encore perceptible ?

L'homme – *homo faber* –, par le biais de ses activités mondialisées menées sans aucune vergogne ni sagesse, est en train de détruire la planète. La mondialisation, fille des Lumières du XVIII<sup>e</sup> siècle, des ères industrielle, économique et numérique des XIX<sup>e</sup>, XX<sup>e</sup> et XXI<sup>e</sup> siècles, a construit un mondialisme « en vase clos » où l'on peut déplorer dans notre environnement les mêmes constats que dans nos organismes. Les conséquences des dégâts environnementaux sont particulièrement apparentes pour peu que l'on soit attentif à la niche écologique dans laquelle nous vivons. Les dommages causés à *Gaia*, notre « Terre-Mère », sont proportionnels à ceux qui atteignent sournoisement l'organisme de nos enfants, perturbant l'harmonie de leur énergie vitale (ou « terrain »), détruisant toute espérance à pouvoir jouir dans le futur d'un corps et d'un esprit sains sur une planète saine. Et qui de mieux placé qu'un médecin, pédiatre et homéopathe de surcroît, pour lancer ce cri d'alarme dans le but de tenter de préserver la flamme d'une espérance raisonnable ?

## **J'AI OBSERVÉ LA NATURE QUI S'ADAPTE À LA POLLUTION...**

En novembre 2016, nous nous promenions, mon épouse, mon chien et moi-même sur une plage de Vendée. Fêru de botanique depuis plusieurs années, je ne passe plus à côté d'une plante ou d'une fleur inconnue sans m'arrêter pour l'examiner et la prendre éventuellement en photo. Je l'épingule ensuite à mon herbier « électronique » constitué de fleurs du pays des Olonnes. Ce jour-là, je fus surpris

de trouver, au pied de la dune, un petit buisson d'une hauteur d'environ 30 cm, à fleurs violet pâle et succulentes (se dit d'organes végétaux charnus et riches en eau), une plante que je ne connaissais pas encore. Surpris à double titre, car elle poussait à même le sable et fleurissait en plein milieu de l'automne... Il s'est avéré que cette plante était un cakilier maritime, *Cakile maritima*, plus connue sous les noms de roquette de mer ou « tétine de souris ». Cette roquette de mer est donc une plante herbacée annuelle de la famille des brassicacées (famille des choux, moutarde, navet, raifort, colza, cresson...) à qui le sel marin ne fait pas peur, pas plus que la pollution par les composés azotés, car elle pousse sur les débris apportés par la mer (les « *laisses de mer* »), juste à la limite de la marée haute. Ce type de plantes dites « halonitrophiles » profite de la forte concentration en sel et surtout en nitrates, déposés par les grandes marées au sein des laisses de mer, conséquences des exactions menées contre la nature par notre civilisation, qui a perdu sa capacité d'émerveillement et, par conséquent, d'ouverture à la réalité de ce qu'elle est et de ce qui l'entoure...



CAKILE MARITIMA

Cette petite fleur anodine vient nous rappeler à tous, mais surtout à celui qui sait porter un regard clair et lucide sur son environnement, que notre planète est polluée au plus haut degré et que même les plus jolies fleurs peuvent être des « étoiles sur le compost ».

Une seconde manifestation de la pollution, en apparence banale, qu'il me tient à cœur de mettre en exergue, est le *bloom*, ou « efflorescence algale », bien connu des bords de mer, particulièrement en Vendée. Les *blooms* sont de plus en plus communs de mars à juin sur les littoraux où s'accumulent trop de nutriments issus de l'activité humaine. Ce phénomène est caractérisé par un dépôt, parfois très abondant, d'écume couleur blanc crème poussée par le vent côtier, qui couvre l'eau ou qui est déposée sur les plages et les rochers du littoral par la marée descendante. On parle de *bloom* planctonique lorsque la mousse est formée à partir du mucus des algues, formation favorisée par une mer très agitée. Dans ce cas, l'espèce en cause est généralement *Phaeocystis pouchetii*, un genre d'algue nanoplanctonique marine (classe écologique du plancton, des prymnésiofycées, de taille comprise entre 2  $\mu\text{m}$  et 20  $\mu\text{m}$ ).

Ce phénomène d'efflorescence algale, observé de plus en plus fréquemment, est lié, là encore, à l'utilisation intensive des fertilisants en agriculture ainsi qu'à l'accroissement constant des rejets urbains depuis cinquante ans, source d'éléments nutritifs pour le milieu aquatique. Cet enrichissement en nitrate (conséquence du lessivage des terres agricoles), en ammonium (rejets urbains) et en phosphate (érosion des terres agricoles et rejets urbains) cause un déséquilibre du milieu aquatique appelé « eutrophisation », dont le *bloom* est l'aboutissement visible.

## LA SANTÉ DE NOS ENFANTS EST EN DANGER

Toutes ces observations nous invitent à un pèlerinage aux sources de la partie immergée de l'iceberg, une immense partie invisible expliquée dans ce livre : les dangers cachés dont il faut protéger nos enfants. Je tenterai de faire le point sur les effets néfastes de l'environnement au sens large sur la « nature intérieure » invisible de nos enfants, que l'on appelle « terrain », en traitant, principalement mais non exclusivement, de l'effet des différentes intoxications et intolérances qui touchent les microbiotes dont ils sont porteurs, ces bactéries que nous hébergeons. Localisées principalement à nos interfaces digestive, cutanée et respiratoire, elles nous proposent presque quotidiennement leur lot de surprises : bonnes et/ou mauvaises, elles sont en tout cas au carrefour de tout ce qui concerne la santé et la maladie. Elles sont à la frontière de nos tendances innées cachées dans l'ADN de nos cellules, en particulier celles de notre système immunitaire qui tend à préserver notre intégrité, et de l'environnement de plus en plus pollué qui nous agresse, et plus particulièrement nos enfants, nous l'avons dit.

D'abondants résultats de recherches révolutionnent aujourd'hui la prise en charge de nombreuses pathologies aiguës et chroniques de l'enfant, des banales maladies de la petite enfance (rhino-pharyngites, otites...) aux fastidieuses maladies inflammatoires du tube digestif, de la peau et/ou de l'arbre respiratoire ou aux préoccupants troubles du spectre autistique ou de la régulation glycémique (diabète). C'est sur cet ensemble qu'il s'agit aujourd'hui de porter un regard neuf, en ne négligeant pas, au passage, d'en porter un autre, attentif, sur la dangerosité de notre environnement. L'intérêt principal des nouvelles données de la science est de dépasser le simple cadre informatif pour vous proposer, certes des informations, mais surtout des conseils d'hygiène, des prises en charge thérapeutiques

simples, curatives et préventives, pouvant concerner tout le monde, petits et grands, malades ou en bonne santé.

Fruit de quarante années de pratique de la pédiatrie dont trente-cinq en ambulatoire, pendant lesquelles j'ai vécu, dans mon for intérieur comme dans mes actes, toutes les polémiques (la dernière en date étant celle de l'élargissement de l'obligation vaccinale à tous les vaccins de la petite enfance jusqu'au 1<sup>er</sup> rappel), cet ouvrage est une synthèse et un plaidoyer pour l'avènement d'un homme nouveau. Devoir pour les générations futures, il est en effet devenu urgent d'inventer ce « nouvel homme », placé au centre de tous les systèmes, l'alpha et l'oméga d'une nouvelle culture, qui devra devenir la valeur-racine du « néohumanisme », pilier de la civilisation pour les deux siècles à venir.

Cet homme n'a pas encore de nom, car il n'a pas encore grandi, mais je propose de l'appeler temporairement « cénanthrope » – du grec *kainos*, « nouveau », et *anthropos* –, car cet homme universel est un « humain en filigrane » en devenir, représenté potentiellement par les générations d'enfants (X, Y, Z...) que nous voyons tous les jours dans nos cabinets médicaux. Nous le soignons avec attention, conscience et dévouement ce « cénanthrope » : il bénéficie de soins non pas quelconques, mais « *consciencieux, attentifs et conformes aux données acquises de la science* » (Code de déontologie, art. 32), qui est notre art médical, véritable « médecine diagonale », pont entre le rationalisme hospitalo-universitaire pointu et une approche traditionnelle centrée sur l'humain.

Cet homme en devenir est encore un enfant, un mystère, un monde silencieux (*infans* en latin est « celui qui ne parle pas ») et son océan de merveilles. À l'instar de Samuel Hahnemann, père de l'homéopathie et de son premier *Organon* de 1810 (ouvrage de référence dont il y eut huit éditions !), qui a su en son temps faire de la médecine

un « art de l'humain », c'est à nous, homéopathes du début du III<sup>e</sup> millénaire, que revient cette fois le privilège de coopérer à l'avènement de cet « homme nouveau », afin de décloisonner les consciences et d'élaborer ensemble un monde ouvert à l'universel, que nous appelons de nos vœux. Car l'approche homéopathique du patient, avec sa spécificité, est pour moi très certainement cette « néoanthropologie » du III<sup>e</sup> millénaire dont Malraux, à ce qu'on nous dit, aurait certainement osé rêver s'il avait été médecin. Nous savons en effet que l'utilisation clinique de la loi de similitude repose sur deux piliers :

- **l'individualisation**, valorisant les symptômes particuliers les plus inusités et les plus originaux, témoins de la singularité de la personne ;
- **et la globalisation**, hiérarchisant l'ensemble en le replaçant dans son environnement afin de définir la meilleure stratégie thérapeutique.

## DE LA PLACE DE L'HOMÉOPATHIE POUR SOIGNER

La médecine homéopathique autorise ainsi une approche de l'enfant qui prend en considération, non seulement sa souffrance immédiate, physique ou psychique, mais aussi son angoisse existentielle profonde, le tout en relation avec un environnement potentiellement délétère. Et c'est cette amplitude du regard qui, en se déroband à l'emprise du temps, permet au médecin homéopathe d'avancer cette audacieuse affirmation : l'homéopathie sera l'anthropologie du XXI<sup>e</sup> siècle, car peut-on encore appeler « médecine » l'exercice conventionnel d'aujourd'hui ? Un exercice éloigné de l'humain et réduit à l'usage d'une technique sophistiquée, ravalant le praticien au rang d'un ingénieur doué mais stérile, plus occupé par la virtualité de l'imagerie que par l'actualité de la personne. Quel devenir pour une médecine devenue prestation de services standardisés,

saucissonnés dans des protocoles issus d'études randomisées, passés au crible consensuel d'élites autoproclamées, si elle transforme l'art médical en recherche unilatérale de maîtrise des coûts, en apparence souhaitable mais utopique ? Se laisser aller à accepter cet état de choses, c'est mourir et laisser mourir la médecine. Car l'art médical est une technique, mais aussi une esthétique et une éthique. La quête du beau, du bon et du vrai devrait faire partie intégrante de la pratique médicale.

Nous devons donc nous laisser pénétrer aujourd'hui par cette idée extraordinaire : si Hahnemann a été un « chercheur de vérité » exceptionnel qui bouleversa la médecine au siècle des Lumières, nous sommes actuellement dans une situation qui nous conduit à l'aube d'une mutation semblable.

Cet ouvrage organisé en trois parties a le grand mérite de nous suggérer trois évidences concernant la pratique de la pédiatrie moderne en rapport avec l'évolution de la médecine :

1. On ne doit jamais oublier que tout phénomène se situe à l'interface entre le terrain (la génétique, l'épigénétique) et l'environnement. Et qui se situe justement à cette frontière ? Le microbiote ! Ce sont ces éléments qui seront traités dans la première partie de l'ouvrage : **terrain, environnement et microbiote chez l'enfant.**
2. Comment bien démarrer dans la vie ? Tout commence chez la femme enceinte et le petit enfant : **alimentation, stimulation du système immunitaire, mesures d'hygiène**, vous trouverez tous les conseils pratiques pour donner toutes les chances à votre enfant.
3. Comment prévenir et traiter les maladies de nos enfants ? Il faut sans cesse chercher des solutions aux problèmes qui se posent en temps réel, en tenant compte des progrès de la science. Sans prétention à l'exhaustivité, je vous donnerai des solutions : **hygiène, nutrition, thérapeutique, prévention.**

———— **PARTIE 1** ————

*La santé  
de nos enfants en danger :  
l'éternel conflit terrain/  
environnement*



*« Le microbe n'est rien. C'est le terrain qui est tout. »*

Peu de temps avant sa mort, le microbiologiste Louis Pasteur  
l'aurait concédé au physiologiste Claude Bernard.  
Que cache ce vocable ?



## *Aux origines de la maladie : le terrain*

**P**our comprendre la maladie, il faut d'abord avoir une vision de ce qu'est la santé : c'est une notion individuelle qui n'est que partiellement enseignée à la faculté de médecine, car on y apprend plus à « soigner » des pathologies qu'à « guérir » des patients. Dans les études universitaires et dans l'exercice moderne de la médecine, le champ de l'humain est souvent écarté au profit de la science. Guérir, c'est permettre d'accéder à la santé, en la restaurant si on part de la maladie ou en la préservant, si on parle de prévention. La définition de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) est, ici, importante à connaître : « *La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne se limite pas à l'absence de maladie ou d'infirmité\**. » Elle est parfaitement en accord avec les conceptions et la pratique des homéopathes.

---

\* Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la santé, New York, 19-22 juin 1946 ; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États (actes officiels de l'Organisation mondiale de la santé, n° 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948. La définition n'a pas été modifiée depuis 1946.

## **LE TERRAIN, CARACTÉRISTIQUE CONSTITUTIVE DE CHAQUE INDIVIDU...**

Le terrain est le lien dynamique entre l'état de santé et l'état de maladie. Cette notion part d'un concept très ancien et polymorphe, fonction des divers modes d'approche propres à l'état de la science, aux époques et aux bases conceptuelles sur lesquelles on le fait reposer. Il y a autant de modes d'approche du terrain que de conceptions de la globalité d'un être humain ou d'un animal, variant en fonction de l'âge, du contexte culturel et de l'état de la science. Ainsi, chez l'homme, le terrain est un mot qui peut aussi bien désigner la prédisposition génétique à faire de l'eczéma (on parle dans ce cas de terrain « atopique ») que la prédisposition à développer des intolérances alimentaires en fonction de son groupe sanguin A/B/O ou de son entérotipe, c'est-à-dire du type de flore intestinale qu'il héberge. La notion de terrain est incontournable : quoi qu'on fasse en médecine, on doit toujours tenir compte de l'implication plus ou moins forte de ces variables génétiques et héréditaires qui sont les prédispositions inévitables situées à la racine de tous les atavismes.

Depuis des décennies, un nombre croissant de médecins prônent une médecine de terrain moins nocive et plus respectueuse des différences interindividuelles (appelée « médecine intégrative »). Il est très possible qu'ils finissent par rencontrer un écho favorable, à travers le développement des connaissances concernant le rôle clé de la flore microbienne, ou microbiote, sur la santé. Grand oublié de la médecine, le terrain tend à revenir sur le devant de la scène à travers les notions modernes de « médecine prédictive », qui repose sur les progrès de la génétique, et de « médecine personnalisée », qui commence à prévaloir dans le traitement des cancers.

## EN HOMÉOPATHIE, C'EST L'ÉNERGIE VITALE

Le concept d'un terrain spécifique au malade est très caractéristique de la pratique de l'homéopathie. Il repose sur la notion d'énergie vitale ou « principe vital », le *dynamis* des Grecs anciens, qui détermine les caractéristiques morphologiques (forme externe et de la structure des êtres vivants), physiologiques (fonctionnement et organisation mécanique, physique et biochimique des organismes vivants et de leurs composants, organes, tissus, cellules et organites cellulaires), métaboliques (ensemble des réactions chimiques qui se déroulent au sein d'un être vivant) et psychologiques d'un individu témoignant de ses réactivités normales et pathologiques.

Le terrain exprime « ce que je suis profondément », ce qui explique que derrière toute affection, aiguë ou répétitive, il existe une tendance pathologique qui conditionne l'apparition de la maladie et ses rechutes. Le terrain est ce fil rouge invisible qui relie toute l'histoire pathologique d'un individu, dans le temps et dans l'espace, de la naissance à la mort. Et il est très possible que les bactéries qui habitent nos interfaces (peau et muqueuses) jouent, aux côtés de la génétique et de l'hérédité, un rôle très important dans son expression.

Pour le définir, ce sont les caractéristiques morphologiques (constitution), métaboliques (diathèse), psychocomportementales (tempérament) de l'enfant, témoignant de ses réactivités normales et pathologiques, qui vont nous être utiles.



C'est le terrain qui explique le fait que tout le monde n'attrape pas la grippe ou que deux personnes ayant des conditions environnementales semblables ne s'intoxiquent pas de la même manière. Le terrain est le support de l'individualité, de la singularité, qui fait que tout le monde n'a pas le même destin.



**LE CONCEPT DE TERRAIN DE SAMUEL HAHNEMANN,  
LE « PÈRE » DE L'HOMÉOPATHIE\***

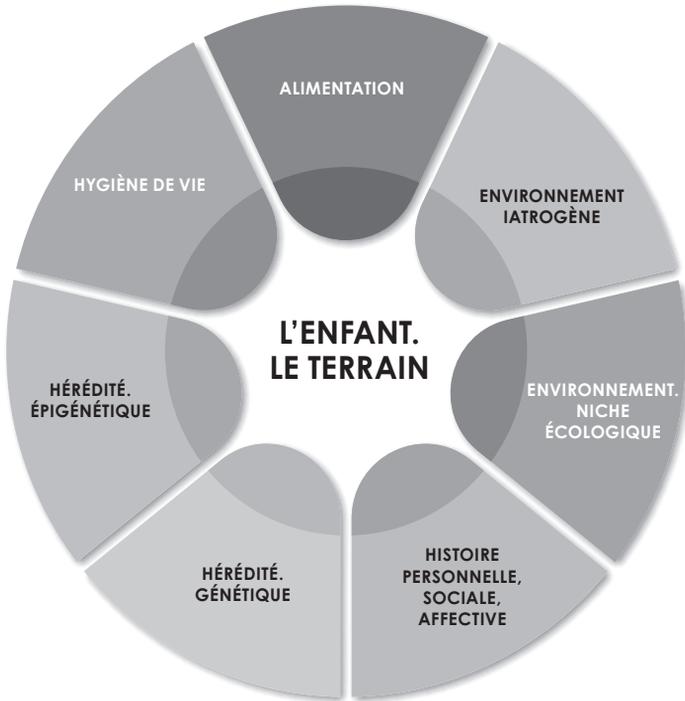
« Dans l'état de santé, l'énergie vitale (souveraine) immatérielle animant la partie matérielle du corps humain (organisme) règne de façon absolue. Entre toutes les parties de l'organisme vivant, elle maintient dans leurs activités fonctionnelles et réactionnelles une harmonie qui force l'admiration. L'esprit doué de raison qui habite cet organisme peut ainsi librement se servir de cet instrument vivant et sain, pour atteindre au but élevé de son existence. Sans force vitale, l'organisme matériel est incapable de sentir, d'agir et de maintenir sa propre conservation. Sans énergie vitale, le corps meurt et dès lors, livré exclusivement au pouvoir du monde physique extérieur, il se décompose et se résout en ses éléments chimiques. C'est uniquement à l'essence immatérielle (principe de vie — énergie vitale), l'animant en état de santé et de maladie, qu'il doit ses sensations et l'accomplissement de ses fonctions vitales. Quand l'homme tombe malade [...] le principe vital, après avoir été désaccordé, peut procurer à l'organisme les sensations désagréables qu'il éprouve et le poussent aux actions insolites que nous appelons maladies. Car, étant invisible par elle-même et reconnaissable seulement par ses effets dans l'organisme, cette entité énergétique n'exprime et ne peut répéter son dérèglement que par des manifestations pathologiques dans les sensations et fonctions, c'est-à-dire par des symptômes morbides ».

---

\* S. Hahnemann, *Organon de l'art de guérir*, General Books.

## LA MALADIE, UN DÉRÈGLEMENT DU TERRAIN

La maladie étant « interne », liée à un dérèglement de l'énergie vitale immatérielle, la notion de terrain homéopathique suppose alors la possibilité d'une approche globale de l'enfant. Celle-ci consiste à tenter de comprendre les causes profondes des maladies et des désordres (liées au désordre de l'énergie vitale) afin de les prévenir et/ou de les guérir en « travaillant avec », plutôt que de devoir simplement les soigner en « luttant contre » (« anti » : antibiotiques, anti-inflammatoires, antithermiques...), comme le font ceux qui pensent que les causes des maladies sont seulement d'origine « externe ». Ainsi, pour Hahnemann et nous, homéopathes, si la maladie est un désordre, un « dérangement » de l'énergie vitale, le médicament est une substance qui, en étant capable de provoquer un désordre semblable à ce dérèglement, a le pouvoir de restaurer l'ordre initial (c'est la loi de similitude). Le concept d'un terrain spécifique au malade et sous-jacent à la maladie représente le fondement de la prescription homéopathique : le traitement homéopathique modifie la façon de réagir du terrain et rétablit la santé. Et c'est sur chaque terrain individuel que vont s'exercer toutes les influences environnementales, qu'elles soient toxiques, nutritionnelles ou affectives.



L'ENFANT, LE TERRAIN ET L'INFLUENCE AUX FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

## CHEZ L'ENFANT : DES TERRAINS EN MUTATION

Le terrain influence la tendance à héberger certaines bactéries dans l'organisme. Ainsi, même si cela n'est pas démontré scientifiquement, certains faits troublants sont d'observation courante pour un homéopathe, venant souligner l'importance du terrain en pédiatrie, qui est susceptible de venir modifier qualitativement le mode de colonisation bactérienne de l'enfant au cours de son

évolution. Cette idée a déjà effleuré les tenants de la médecine traditionnelle chinoise, comme le signale Giulia Enders dans son ouvrage *Le charme discret de l'intestin*\*.

Les enfants au terrain dit « **carbonique psorique** », en homéopathie, sont des enfants tout en rondeurs, à développement plutôt horizontal, qui lorsque cela va mal, ont une tendance forte à « éliminer » les toxines, en particulier par la peau et le tube digestif. Ils ont curieusement une prédisposition à héberger ou à développer des infections aiguës causées par des bactéries, rondes elles aussi, appelées « cocci » (streptocoques, staphylocoques, pneumocoques...). Les vaccins et les antibiotiques, deux des progrès majeurs en médecine des soixante dernières années, ont fait reculer les infections graves causées par ces « cocci ». Les staphylococcies pulmonaires, les angines à streptocoques responsables d'inflammations du cœur (cardites rhumatismales) et de maladies graves du rein (les glomérulonéphrites aiguës) ont quasiment disparu.

Mais l'organisme des enfants s'est globalement adapté énergétiquement en évoluant vers un autre « type sensible » que les homéopathes appellent le « **phosphorique tuberculinique** », auquel appartiennent les enfants à développement plutôt vertical, longilignes et maigres, avec une propension marquée aux sécrétions torpides et à la déminéralisation. La tendance à faire des infections à cocci touchant les psoriques, qui appartenaient à la majorité de la population pédiatrique au début de ma carrière, a évolué vers une tendance au portage de microbes différents appelés « bacilles », qui sont des bactéries longilignes elles aussi, comme les enfants phosphoriques. Ces bactéries sont la cause de la tuberculose (on les appelle mycobactéries) et sont aujourd'hui surtout présentes dans le microbiote intestinal (lactobacilles, *E. coli*, etc.).

---

\* Page 223.

Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



**Pour leur santé, laissez-les se salir !**

Dr Pierre Popowski



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

L E D U C . S  
E D I T I O N S