

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN

Avec la collaboration de **Sophie Pensa**

MA BIBLE DE L'HOMÉOPATHIE



- DÉTERMINER SON PROFIL HOMÉO
EN TOUTE SIMPLICITÉ
- DE ABCÈS À ZONA, TOUS LES MAUX QUOTIDIENS
ET LEURS SOLUTIONS HOMÉOPATHIQUES
- L'ABÉCÉDAIRE COMPLET
DES MÉDICAMENTS HOMÉOPATHIQUES
ET LEURS PROPRIÉTÉS

MA BIBLE DE L'HOMÉOPATHIE

L'homéopathie est la seule médecine à la fois efficace, naturelle et applicable à tous, sans aucun risque d'effet secondaire. Elle traite les maladies aiguës (grippe, mal de tête, eczéma...) comme les troubles chroniques (colite, asthme, insomnie...), et elle aide à mieux supporter les traitements allopathiques (chimiothérapie, vaccins...), le stress.

Cette bible réunit les informations pour soigner toute la famille et mieux vivre :

- **Les grands principes de l'homéopathie** : pourquoi et comment ça fonctionne ? Sous quelle forme (granules, crèmes, gouttes...) ? Quelles précautions prendre ?
- **Des conseils adaptés à chaque période de la vie** : femmes enceintes, bébés, enfants, seniors... des recommandations à la portée de chacun.
- **Sulfur, Pulsatilla, Sepia... les profils homéo les plus fréquents** : connaître le sien permet de se soigner encore plus efficacement.
- **De Abcès à Zona, tous les maux et leurs solutions** : chasser l'anxiété avec Argentum nitricum 9 CH, calmer une poussée dentaire avec Chamomilla 9 CH, déloger la cellulite avec Thuya occidentalis 5 CH... Et les meilleurs horaires de prise selon son profil.
- **L'abécédaire complet des médicaments homéopathiques, de Aconit à Zincum**, et le mode d'emploi de chacun d'eux, avec la posologie exacte en fonction du problème.

**Le livre de référence le plus complet et ultra-pratique
pour tous les maux du quotidien !**

Albert-Claude Quemoun est pharmacien et chercheur. Ex-vice-président de la Société française d'homéopathie, ex-chargé de cours à la faculté de médecine de Paris-Nord, président de l'Institut homéopathique scientifique, il est également l'auteur de *Homéopathie, guide pratique*.

Avec la collaboration de Sophie Pensa, journaliste indépendante spécialisée en santé et auteur notamment de *L'homéopathie pour un enfant bien dans sa peau*.

ISBN 978-2-84899-605-9



23 euros
Prix TTC France

QUOTIDIEN MALIN
ÉDITIONS

design : bernard amiard
RAYON LIBRAIRIE : SANTÉ

DU MÊME AUTEUR, AUX ÉDITIONS LEDUC.S

Homéopathie guide pratique, 2010.

Maigrir avec l'homéopathie, 2007.

Retrouvez nos prochaines parutions, les ouvrages du catalogue et les événements à ne pas rater sur notre site Internet. Vous pourrez également lire des extraits de tous nos livres, recevoir notre lettre d'information et acheter directement les livres qui vous intéressent, en papier et en numérique !

À bientôt sur www.editionsleduc.com

Découvrez également toujours plus d'astuces et de bons conseils malins sur : **www.quotidienmalin.com** et la page Facebook « Quotidien Malin ».

Maquette : Sébastienne Ocampo

Illustrations : Marjorie Champarou (pages 49 à 108) et Fotolia

Photographies de couverture (de haut en bas et de gauche à droite) : Creativ Studio Heinemann - Corbis ; Bryan Mullennix - Getty images ; Science PR - Getty images ; Oliver Rossi - Corbis

© 2013 LEDUC.S Éditions
17, rue du Regard
75006 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 978-2-84899-605-9

Quotidien Malin est une marque des éditions Leduc.s

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN

Avec la collaboration de **Sophie Pensa**

MA BIBLE
DE
L'HOMÉOPATHIE

QUOTIDIEN MALIN
ÉDITIONS

Sommaire

Préface du Pr Lobstein	7
Introduction	9
Partie 1 Généralités à propos de l'homéopathie	11
Partie 2 L'homéopathie et votre santé	31
Partie 3 Les profils	43
Partie 4 Les maux et leurs solutions homéo de A à Z	115
Partie 5 Les troussees homéopatiques	451
Partie 6 Les médicaments homéo de A à Z	463
Bibliographie	677
Index des médicaments	678
Table des matières	683

Préface du Pr Lobstein

En véritable apôtre de l'homéopathie, Albert-Claude Quemoun, homme de cœur et de science, nous fait un de ses plus beaux cadeaux avec la parution de son dernier ouvrage : *La Bible de l'homéopathie*.

Après avoir œuvré durant des années comme chercheur, et fait valider ses recherches à l'Inserm, et comme enseignant, après avoir dispensé un nombre impressionnant de cours à des générations de jeunes praticiens en les accompagnant, les guidant, les conseillant dans leur pratique médicale, après avoir épluché plusieurs répertoires et matières médicales, consulté pléthore d'ouvrages, Albert-Claude Quemoun a repris sa belle plume. Le fruit de son travail acharné se concrétise par ce nouveau livre dans lequel il partage ses connaissances et son expérience de l'homéopathie.

Cette bible comporte 243 maux et leurs solutions, et décrit en détail 190 médicaments homéopathiques. Elle constitue sans nul doute un précieux outil à tous ses lecteurs soucieux de leur santé et conscients des bienfaits de l'homéopathie.

Un grand merci à son auteur qui, après avoir consacré sa vie à la thérapeutique d'Hahnemann, nous fait aujourd'hui le don de ce nouvel écrit, véritable apothéose de sa carrière d'érudit scientifique !

PR ANNELESE LOBSTEIN
Pharmacognose et responsable
de l'enseignement d'homéopathie
à l'Université de Strasbourg

Introduction

Cela fait bientôt trente ans que l'homéopathie et moi tissons des liens : tout d'abord sur les bancs du Centre homéopathique de France, à Paris, où j'ai étudié cet art de guérir. Puis dans ma pharmacie, où je distribuais et conseillais l'homéopathie pour soigner les petits et grands maux du quotidien. Ensuite, au sein du laboratoire d'homéopathie que j'ai fondé, avec une autorisation ministérielle, et que Monsieur Jacques Chirac, alors maire de Paris, avait tenu à inaugurer. Mais aussi à la Faculté de médecine de Paris XIII, où je formais des médecins homéopathes sous la haute autorité du doyen, le professeur Pierre Cornillot qui me fit confiance. Parallèlement, je donnais des conférences au Canada, en Espagne, au Portugal, en Italie, au Maroc, puis en Tunisie, République tchèque, Suisse, Costa Rica, en Pologne, en Russie, en Belgique, à l'Île Maurice, en Grèce, au Bangladesh (où une mission humanitaire a été organisée après une intoxication massive par l'arsenic)...

Tout le fruit de ce travail et de mon expérience est ici, dans ce livre. Je l'ai voulu à la fois complet, pratique et accessible. Un référent qui permette à chacun de se soigner en profitant d'une solution homéopathique sur mesure. Et à tous, puisque l'homéopathie convient aux bébés comme aux anciens.

Je n'oublierai jamais les sacrifices de mes parents qui m'ont mis sur des rails tout en me laissant choisir mon destin.

ALBERT-CLAUDE QUEMOUN
Président de l'Institut homéopathique scientifique
Ex-vice-président de la Société française d'homéopathie
Ex-chargé de cours d'homéopathie et conseiller scientifique
à la Faculté de médecine de Paris XIII
Conseiller scientifique de nombreuses revues
Membre du groupe de recherche du Professeur
Luc Montagnier : Chronimed.

Première partie



Généralités à propos de l'homéopathie

Origine du mot « Homéopathie » : du grec *homois* (semblable) et *pathos* (souffrance).

HISTORIQUE ET GRANDS COURANTS

L'homéopathie repose sur la loi des semblables : une maladie est soignée par une substance qui, administrée à un individu sain, provoque des symptômes identiques à ceux qui se manifestent chez le malade.

LES PRÉCURSEURS

Hippocrate. Dès le ^ve siècle avant Jésus-Christ, le père fondateur de la médecine avait en quelque sorte anticipé l'apparition de l'homéopathie en affirmant qu'il y avait deux manières de soigner : par les contraires et par les semblables. Il fut le premier à considérer que les maladies avaient des causes naturelles et n'étaient pas une punition de Dieu. Elles étaient le résultat des conditions de vie, de l'environnement et de l'alimentation du patient. Il insistait beaucoup sur les forces de guérison présentes en chacun de nous, que les traitements devaient venir soutenir. L'une des meilleures applications qu'il donna de la loi des semblables fut l'emploi de l'hellébore blanc (*Veratrum album*) à très petites doses dans le traitement du choléra. À forte dose, cette racine est toxique et provoque des diarrhées violentes.

Paracelse (1493-1541). Ce grand médecin et alchimiste du Moyen Âge, parfois qualifié de père fondateur de la toxicologie, émet l'idée que des substances souvent considérées comme toxiques peuvent être anodines ou même bénéfiques et thérapeutiques à petites doses. Il distingue plusieurs méthodes thérapeutiques, dont celle par les plantes contraires et celle par les herbes et racines semblables (théorie des signatures).

JENNER, UN CONTEMPORAIN

Edward Jenner (1749-1823). Ce médecin anglais prit le risque de vérifier une vieille croyance populaire selon laquelle les sujets ayant été atteints de « cow-pox » (ou vaccine) du bétail ne contractaient jamais la variole. C'est ainsi qu'il découvrit la vaccination (1796). Il s'agit là d'une technique préventive basée sur la théorie des semblables : une maladie beaucoup moins grave que la variole, dont les signes au départ sont semblables, est capable de protéger le sujet contre la variole.

HAHNEMANN, LE PÈRE DE L'HOMÉOPATHIE

Samuel Christian Hahnemann, le fondateur de l'homéopathie, naît à Meissen en Saxe en 1755. Il étudie la chimie et la médecine et s'installe en tant que praticien en 1779 : il a alors 24 ans. Mais il est vite déçu par la pratique médicale de son temps, qu'il juge inefficace, brutale et dangereuse : il s'insurge contre l'emploi de médicaments hautement toxiques comme le mercure ou contre des pratiques telles que les purges et les saignées. Il décide alors d'abandonner momentanément la médecine pour se consacrer à la traduction d'ouvrages médicaux. L'histoire lui a donné raison, puisque les médicaments à base de mercure ont été totalement abandonnés de nos jours.

LA REDÉCOUVERTE DE LA SIMILITUDE

C'est en traduisant la *Matière médicale* de William Cullen qu'Hahnemann tombe sur un passage qui va transformer sa vie : il découvre que le quinquina, utilisé pour combattre les fièvres et la malaria, peut, s'il est administré pendant trop longtemps, provoquer une fièvre semblable à celle traditionnellement combattue par la plante. Il décide alors d'expérimenter en s'administrant à lui-même pendant plusieurs jours le remède : à sa grande surprise, il développe un à un les différents symptômes de la malaria alors qu'il était en parfaite santé jusqu'alors. Il vient ainsi de redécouvrir le principe de similitude déjà énoncé par Hippocrate : « L'application des semblables fait passer de la maladie à la santé. » Pour vérifier ses expérimentations, il va demander à plusieurs personnes de son entourage de prendre à leur tour du quinquina. Et, à chaque fois, il constate des réactions similaires. Il nomme ces expériences des « pathogénésies » et va renouveler ses observations avec plusieurs grands remèdes de l'époque, tels que la belladone ou encore l'arsenic.

Au fur et à mesure de ses expérimentations, Hahnemann constate que d'un individu à un autre, les réactions varient en intensité. Il détermine pour chaque remède testé des symptômes de première ligne ou « symptômes clé », apparaissant le plus couramment. Puis des symptômes de deuxième ligne, un peu moins fréquents, enfin des symptômes de troisième ligne, plus rares. Au cours de sa vie et avec l'aide de ses collaborateurs, il arrive ainsi à expérimenter plus de 1 200 substances naturelles.

LA NOTION D'INFINITÉSIMALITÉ

Après avoir fait ses observations sur des individus sains, il passe à la deuxième phase de ses recherches, qui consiste à étudier les substances expérimentées sur des sujets malades. Se pose néanmoins rapidement la question de la toxicité de certaines substances administrées. Il décide alors de les donner en doses infimes, diluées. Il invente pour cela un procédé en deux temps, qui consiste à diluer de plus en plus la substance en la secouant vigoureusement et en la frappant sur une surface dure entre chaque dilution (« succussion »). Par cette opération, la substance libère son énergie et peut être donnée en quantité infinitésimale sans perdre en efficacité : c'est le principe de la « dynamisation ».

LA NAISSANCE DE L'HOMÉOPATHIE

En 1796, au bout de six années de recherche, Hahnemann publie son *Essai sur un nouveau principe pour démontrer la valeur curative des substances médicinales*. Il y affirme : « On devrait appliquer à la maladie à guérir, surtout si elle est chronique, le remède qui possède la faculté de produire la maladie artificielle la plus ressemblante, et la première sera guérie. » Il nomme ce nouveau système thérapeutique l'« homoeopathie », puis en français simplement « homéopathie », du grec *homeo* (semblable) et *pathos* (souffrance). C'est la naissance officielle de l'homéopathie. Dans les années qui suivent, Hahnemann ne cesse de multiplier ses observations et d'affiner ses recherches et en 1810 il publie la première édition de *l'Organon de l'art rationnel de guérir* qui deviendra lors de l'édition de 1819 *L'Organon de l'art de guérir*. L'ouvrage fut traduit en différentes langues et parut en 1824 en français. Il connaîtra six mises à jour, dont une posthume. Dès 1812, Hahnemann enseigne l'homéopathie à l'université de Leipzig avant de s'installer à Paris où il décède en 1843. Avant sa mort, il rédige encore une *Matière médicale pure* et un *Traité des maladies chroniques*.

POUR MIEUX COMPRENDRE LE PRINCIPE DE SIMILITUDE

L'EXEMPLE D'ARSENICUM ALBUM (L'ARSENIC)

Lorsque l'on donne de l'arsenic sous forme d'anhydride arsenieux As_2O_3 à dose pondérale*, on provoque une intoxication qui se manifeste par les symptômes suivants.

- *Digestifs* : nausées, vomissements, douleurs abdominales améliorées par la chaleur locale, diarrhée.
- *Cutanés* : eczéma sec et brûlant amélioré par la chaleur locale.
- *Respiratoires* : asthme.
- *Psychiques* : agitation, anxiété, peur de la mort.

À noter : tous ces troubles sont aggravés entre 1 heure et 3 heures du matin.

Selon les deux lois de l'homéopathie (similitude, infinitésimalité), on donne donc de l'arsenic dilué sous forme homéopathique (**Arsenicum album**) pour soigner ces divers troubles qui ont la caractéristique d'être aggravés entre 1 heure et 3 heures du matin. On peut ainsi traiter avec **Arsenicum album** une intoxication alimentaire, de l'asthme, un eczéma, une agitation avec angoisse.

* *Pondéral* : que l'on peut peser, par opposition à *infinitésimal*.

LES HÉRITIERS DE HAHNEMANN

Au cours du XIX^e et du XX^e siècle, l'homéopathie va franchir les frontières allemandes pour se répandre en Europe avant de se développer en Amérique et en Asie. L'un des fidèles élèves de Hahnemann, le médecin anglais Frederick Foster Hervey Quinn ouvre le premier hôpital homéopathique

à Londres en 1849. En France, Benoît Mure (1809-1858) inaugure le premier dispensaire homéopathique à Paris et le médecin d'origine italienne Sebastien des Guidi introduit l'homéopathie à Lyon. Léon Vannier (1880-1963) lance en 1912 la revue *L'Homéopathie française* et participe à la création des laboratoires homéopathiques de France (1926).

Les docteurs Constantine Hering (1800-1880) et James Tyles Kent (1849-1916) furent les pionniers de l'homéopathie américaine. Le premier prolongea l'œuvre de Hahnemann en découvrant des médicaments importants comme **Lachesis**. Le second marqua durablement l'homéopathie en établissant les types constitutionnels en fonction de l'aspect physique des individus et des symptômes physiques et psychiques qu'ils présentent. Chaque type constitutionnel peut être associé à un grand médicament homéopathique. Ce médicament peut être utilisé seul (approche uniciste).



LES GRANDS PRINCIPES DE L'HOMÉOPATHIE

Ils sont au nombre de trois : la **similitude**, l'**infinitésimalité** et une conception particulière de la maladie et du malade que l'on peut qualifier de **globalité**.

LA SIMILITUDE

C'est le principe de base de l'homéopathie, déjà énoncé dans l'Antiquité par Hippocrate et réexpérimenté au XVIII^e siècle par Hahnemann. On donne pour soigner un malade le même médicament qui, expérimentalement et chez un individu sain, provoque la même série de symptômes dont souffre le patient. Les semblables se guérissent donc par les semblables, contrairement à l'allopathie (du grec *allos* qui signifie « autre » ou « différent »), qui utilise une substance médicamenteuse pour lutter contre un symptôme (loi des contraires). Ainsi, si un individu en bonne santé est piqué par une abeille, il va ressentir une douleur vive, suivie d'un œdème avec sensation de brûlure que l'on peut soulager en appliquant une compresse froide. Par analogie, devant un malade souffrant de douleur articulaire brûlante, accompagnée d'un œdème et calmée par des compresses froides, l'homéopathe aura tendance à prescrire **Apis mellifica** (médicament préparé à partir d'une dilution d'abeille) pour le soulager.

L'INFINITÉSIMALITÉ

Hahnemann se rend vite compte que de nombreuses substances sont trop toxiques pour être administrées à dose pondérale. Il décide donc de les donner en doses infimes, après les avoir diluées et dynamisées plusieurs fois, selon le principe *Primum non nocere* (d'abord ne pas nuire). Il capte ainsi l'énergie du remède, tout en évitant les effets indésirables. C'est pour cela que l'homéopathie est une médecine sans effet secondaire qui peut être prescrite sans contre-indications à tout le monde, des nouveau-nés aux vieillards en passant par les femmes enceintes.

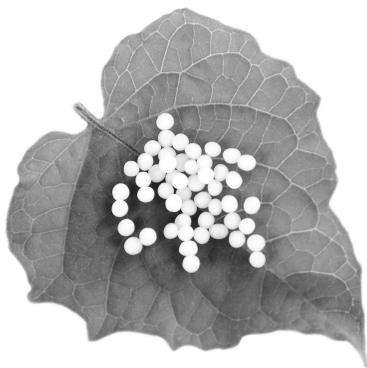
LA GLOBALITÉ

Contrairement à l'allopathie qui se focalise sur les symptômes, l'homéopathie s'intéresse plus au malade dans sa globalité. Au-delà des symptômes, elle prend en compte la façon dont ils s'expriment chez le patient, M. ou Mme X à un instant donné. Elle ne soigne donc pas une maladie mais

plutôt un malade. Elle s'intéresse au comportement qui prend également en compte les particularités psychologiques du patient. En clair, l'homéopathe ne soignera pas la douleur en prescrivant le même antalgique pour tous. Il soignera le patient qui a une façon bien spécifique de manifester sa souffrance.

Prenons l'exemple d'une douleur due à un traumatisme musculaire ou à une contracture musculaire :

- Si la douleur est d'origine grippale ou sportive, que le patient souffre au moindre mouvement, présente des courbatures musculaires et ne supporte même plus son lit qu'il trouve trop dur, on prescrira **Arnica montana**.
- Si la douleur est apaisée au repos ou lorsqu'on exerce une pression sur la zone endolorie ou si spontanément le malade se couche du côté douloureux, on choisira **Bryonia alba**.
- Si au contraire la douleur est apaisée par le mouvement, on donnera **Rhus toxicodendron**.
- Si le patient souffre en silence, qu'il s'enferme dans sa chambre et apparaît stoïque, on pourra conseiller **Sepia**.
- Si au contraire ses douleurs s'accompagnent de pleurs, que la personne recherche la consolation et que l'air frais lui fait du bien, on donnera **Pulsatilla**.



DE QUOI EST COMPOSÉ UN MÉDICAMENT HOMÉOPATHIQUE ?

Il existe plus de 3 000 médicaments homéopathiques, obtenus à partir de substances actives issues des trois grands règnes de la nature : le règne végétal, le règne minéral et ses composés, et le règne organique.

LE RÈGNE VÉGÉTAL

Il fournit à lui seul près de 60 % des souches en homéopathie. Les plantes sont utilisées dans leur grande majorité sous forme fraîche après avoir été récoltées de préférence à leur état sauvage dans leur environnement naturel. L'homéopathie s'attache ainsi à respecter l'équilibre de la flore et de la faune.

On peut utiliser la plante entière référencée sous son nom latin (par exemple l'arnica des montagnes pour **Arnica montana** ou encore la chélidoine pour **Chelidonium majus**) ou seulement une de ses parties (le fruit desséché de la grande ciguë ou **Conium maculatum**, l'écorce de quinquina rouge ou **China rubra** ou encore la racine et le rhizome du jasmin jaune de Caroline ou **Gelsemium**).

LE RÈGNE MINÉRAL ET SES COMPOSÉS

Les substances qui en sont issues peuvent être utilisées sous forme de corps simple (l'or pour **Aurum metallicum**, l'argent pour **Argentum metallicum**), de sels (le nitrate d'argent pour **Argentum nitricum**) ou de sels complexes naturels (le sel de mer pour **Natrum muriaticum**) ou encore de produits définis par leur mode de fabrication (**Mercurius solubilis**, **Causticum**...).

LE RÈGNE ORGANIQUE

Il peut s'agir de souches provenant d'un animal entier (l'abeille pour **Apis mellifica**, la fourmi rouge pour **Formica rufa**, la tarentule d'Espagne pour **Tarentula hispanica**) ou d'une sécrétion animale (l'encre de seiche pour **Sepia**, le venin de serpent pour **Lachesis** ou pour **Vipera redii**). L'homéopathie peut aussi avoir recours à des dilutions d'organes animaux, c'est l'organothérapie diluée

dynamisée (porc, canard, lapin) ainsi qu'à des microbes (exemples : **Colibacillinum**, **Streptococcinum**...) ou des sérums (sérum de Yersin, sérum anticolibacillaire) ou des vaccins (Influenzinum...).

Ces divers médicaments font l'objet de contrôles de sécurité virale stricts, encore renforcés depuis la crise de la vache folle. Ainsi, on ne peut plus utiliser certaines espèces animales comme les bovins, les ovins ou les caprins.

DES MÉDICAMENTS SPÉCIFIQUES : LES ISOTHÉRAPIQUES ET LES BIOTHÉRAPIQUES

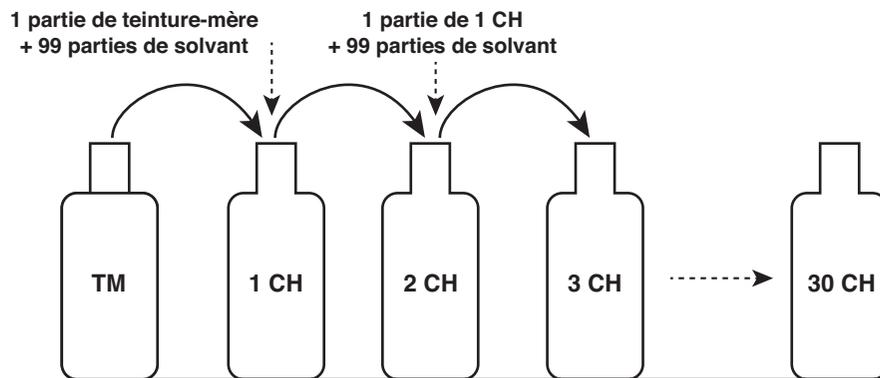
Les isothérapiques sont des dilutions d'une substance qui a provoqué la maladie chez une personne, préparées sur-le-champ.

On en distingue deux types :

- *Les hétéro-isothérapiques* sont extérieurs à la personne malade. C'est par exemple la dilution d'un médicament dont il supporte mal les effets secondaires ou encore la dilution des poils du chat auquel il est allergique.
- *Les auto-isothérapiques* sont des dilutions de sécrétions pathologiques du sujet (dilution de rhinorrhée, d'otorrhée, de desquamations d'eczéma, de leucorrhée...) Ces dilutions sont interdites en France depuis 1998 mais se pratiquent encore dans les pays voisins, en Suisse, en Belgique ou en Allemagne par exemple.

Les biothérapiques sont des dilutions de substances d'origine pathogène ou non et de structure chimique non obligatoirement définie. Elles sont obligatoirement stérilisées et délivrés uniquement à partir de la dilution en 4 CH. Il peut s'agir :

- *de microbes* (le colibacille pour **Colibacillinum**, le staphylocoque pour **Staphylococcinum**),
- *de vaccins* (dilution du vaccin de la grippe pour **Influenzinum**),
- *de sérums* (**Sérum anticolibacillaire**, **Sérum de Yersin**).



Agiter au moins 100 fois à chaque transfert

LA PRÉPARATION DU MÉDICAMENT HOMÉOPATHIQUE

LA MÉTHODE HAHNEMANNIENNE (DITE À FLACONS SÉPARÉS)

Samuel Hahnemann a été le premier à définir le processus de fabrication des médicaments homéopathiques.

La fabrication de la teinture-mère en France

Les matières premières (qu'elles soient d'origine végétale ou animale) sont broyées et réduites en poudre avant d'être mises à macérer dans un mélange d'eau et d'alcool à raison d'un dixième de substance active pour neuf dixièmes de solvant. Au bout de 15 jours, le liquide est pressé et filtré afin d'obtenir ce que l'on appelle une teinture-mère (TM). Cette dernière, très riche en principes actifs, est souvent employée en phytothérapie. Elle peut être aussi très toxique, c'est le cas par exemple de la teinture-mère d'aconit, de belladone ou de ciguë. Son utilisation en homéopathie nécessite de passer par plusieurs dilutions successives, soit au centième (CH ou centésimale hahnemannienne) soit au dixième (DH ou décimale hahnemannienne).

Pour les substances non solubles dans l'eau ou l'alcool, on utilise un mode de préparation spécifique : la trituration (voir plus loin). Le point de départ ne vient plus de la TM mais de la substance elle-même.

UN CONTRÔLE STRICT DES MATIÈRES PREMIÈRES

Avant la fabrication du remède homéopathique, la teinture-mère est soumise à une série de contrôles qualité qui permettent de vérifier sa conformité.

- D'un point de vue organoleptique, on analyse sa couleur, son odeur et sa saveur. Par exemple, une teinture-mère de fucus doit être riche en iode, donc présenter la couleur rouge caractéristique de l'iode, l'odeur iodée et la saveur d'eau de mer.
- D'un point de vue physico-chimique, la teinture-mère doit contenir les principes actifs de la plante, tant d'un point de vue quantitatif que qualitatif (par exemple la digitaline pour la TM de digitale, l'atropine pour la TM de belladone, la morphine pour la TM de pavot,

etc.). Pour cela, le laboratoire réalise des chromatographies qui permettent de dissocier et de visualiser tous les principes actifs de la préparation.

- Enfin, on vérifie le degré alcoolique de la préparation. Certains principes actifs sont très solubles dans l'alcool et peu dans l'eau et d'autres présentent les caractéristiques inverses. Dans le premier cas, il faut un degré alcoolique compris entre 70° et 90°, dans le second, le degré alcoolique est de 45°.

Les dilutions successives

Hahnemann a défini deux sortes de dilutions, au centième et au dixième.

Une dilution au centième (CH) signifie que l'on prend 1 goutte de teinture-mère pour la diluer dans 99 gouttes de solvant (eau + alcool). Cette préparation est ensuite dynamisée, c'est-à-dire agitée énergiquement au moins cent fois. On obtient alors la 1 CH.

Pour obtenir la 2 CH, on prend 1 goutte de la solution en 1 CH que l'on dilue dans 99 gouttes de solvant puis que l'on dynamise dans un autre flacon. Et ainsi de suite jusqu'à la 30 CH, dilution la plus élevée autorisée en France.

Une dilution au dixième (DH) est obtenue en diluant 1 goutte de teinture-mère dans 9 gouttes de solvant pour obtenir la 1 DH, que l'on dynamise dans un nouveau flacon. On en prélève 1 goutte pour la diluer à nouveau dans 9 gouttes de solvant pour obtenir la 2 DH, etc.

La dilution souhaitée est ensuite pulvérisée sur des granules ou des globules composés de saccharose (sucre de canne) et de lactose (sucre de lait). Le nombre et le mode de dilution (CH ou DH) sont systématiquement indiqués sur l'étiquette du médicament. Les granules ou globules prennent le nom et le degré de dilution de la solution projetée.

La dynamisation

Autrefois pratiquée à la main, cette opération est aujourd'hui réalisée de façon mécanisée en laboratoire de façon à obtenir toujours le même médicament, indépendamment de la fatigue ou de la force du préparateur. Elle consiste à secouer énergiquement la préparation entre chaque dilution pour activer la force du médicament. Selon des recherches récentes, elle modifie la structure physique du médicament, ce qui explique son efficacité.

QUELLE DILUTION POUR QUEL TYPE DE SYMPTÔMES ?

Un médicament n'est pas moins actif s'il est plus dilué, il agit simplement différemment, plus durablement et sur des symptômes plus généraux.

Ainsi, en règle générale :

- lorsque l'on veut soigner des symptômes locaux, on aura recours aux basses dilutions (4 et 5 CH) ;
- lorsque l'on veut soigner des troubles généraux, on aura recours aux dilutions moyennes (7 ou 9 CH) ;
- lorsque l'on veut soigner des troubles anciens chroniques ou des troubles psychiques, on aura recours aux dilutions hautes (15 ou 30 CH).

Prenons l'exemple d'**Arnica**, médicament bien connu pour soulager les chocs et les traumatismes.

- Pour soigner un coup ou une bosse (symptôme local), on proposera **Arnica 4** ou **5 CH**.
- Pour soulager des courbatures (symptôme général) suite à une chute à ski, à une séance de sport ou en cas de grippe, on aura recours à **Arnica 7** ou **9 CH**.
- Enfin, en cas d'anxiété ou d'insomnie suite à un accident de voiture déjà ancien ou suite à un deuil (trouble ancien ou psychique), on délivrera **Arnica 15** ou **30 CH**.

La trituration

Quand il s'agit de substances insolubles, on utilise la technique de la trituration à la place de la dilution. Cela consiste à triturer pendant une heure la substance active avec du lactose. Un gramme de substance active pour 9 grammes de lactose permet d'obtenir la 1^{re} DH. Avec 1 gramme de substance active pour 99 grammes de lactose, on obtient la 1^{re} CH.

LA MÉTHODE KORSAKOVIENNE (DITE À FLACON UNIQUE)

Le comte russe Simeon Nicolaïevich von Korsakov, contemporain d'Hahnemann, mit au point une deuxième technique de dilution, appelée korsakovienne ou « préparation à flacon unique », symbolisée par un K. Dans cette technique, l'accent est plus mis sur la dynamisation que sur la dilution.

Après la première dilution, la solution est dynamisée (agitée 100 fois) puis jetée. Le même flacon est alors à nouveau rempli de solvants et ce sont les traces de la dilution précédente qui assurent la continuité du processus. On parle du nombre de dynamisations et non du nombre de dilution. **Arnica montana** en 10 000 K signifie que le remède a subi 10 000 opérations, soit 1 000 000 de dynamisations.

Étant donné le haut degré de dynamisations et la présence de nombreuses dilutions dans le même flacon, la méthode korsakovienne permettrait d'éviter certains échecs de traitement liés à une dilution unique. Elle agirait également plus longtemps, aussi est-elle utilisée plus facilement dans les traitements chroniques.

LES CORRESPONDANCES ENTRE LES DIFFÉRENTES DILUTIONS		
Échelle décimale hahnemannienne	Échelle centésimale hahnemannienne	Échelle korsakovienne
1 DH		
2 DH	1 CH	
3 DH		
4 DH	2 CH	
6 DH	3 CH	
10 DH	5 CH	30 K
14 DH	7 CH	200 K
18 DH	9 CH	5 000 K
24 DH	12 CH	
30 DH	15 CH	
48 DH	24 CH	
60 DH	30 CH	

N.B. : les correspondances ne sont exactes que sur le plan théorique mais, selon les techniques de dilution, il ne s'agit plus des mêmes produits, en particulier à cause de leur degré de dynamisation. En effet, une 7 CH, par exemple, a été agitée 7 x 100 fois soit 700 fois, alors qu'une 200 K l'a été, elle, 200 x 100 fois, soit 20 000 fois.

LES DIFFÉRENTES FORMES DU MÉDICAMENT

Le médicament homéopathique existe sous différentes formes. Les plus traditionnellement utilisées sont les granules, les globules et les gouttes buvables.

Les granules

Gros comme de petites perles (20 granules au gramme), ils sont composés de saccharose et de lactose imprégnés des solutions homéopathiques. Il y a environ 75 à 80 granules par tube. On les prend généralement à raison de 2 à 5 granules une à cinq fois par jour de façon à répéter le message à intervalle régulier jusqu'à provoquer une amélioration progressive et durable de l'organisme.

Les globules

Dix fois plus petits que les granules (200 globules au gramme), ils sont de composition identique. Ils se présentent en dose à prendre en une seule fois. Ils sont soit prescrits en dose unique pour lever un barrage psychologique ou physique, soit à intervalle régulier (toutes les semaines, tous les mois, etc.) en cas de maladie chronique. Leur effet est qualifié de « flash » pour provoquer une réaction rapide et durable de l'organisme. Par exemple, si une personne anxieuse doit passer un examen, on lui donnera une dose de **Gelsemium 9 CH**. Si un enfant vient de tomber et s'est fait une bosse, on lui donnera une dose d'**Arnica montana 9 CH**, mais également dans les maladies chroniques.

Les gouttes buvables

Il s'agit d'un mélange d'eau et d'alcool dans lequel on retrouve la dilution de plusieurs substances homéopathiques, sous forme de complexes. On les trouve en France en basses dilutions. Par exemple, pour drainer le foie, on choisira un complexe de **Taraxacum** (lobe médian), de **Chelidonium majus** (pour le lobe droit) et de **Carduus marianus** (pour le lobe gauche), l'association de ces trois médicaments permettant de drainer le foie dans son entier. Pour les bébés on choisira des solutions aqueuses, c'est-à-dire à l'eau, sans alcool. Mais comme elles se conservent très mal, il est conseillé de les laisser au réfrigérateur après ouverture du flacon et de les consommer dans les 15 jours.

Les poudres

Elles sont utilisées pour les substances actives insolubles, et en basse dilution, mélangées à du lactose. **Calcarea carbonica** par exemple est utilisé en 8 DH pour renforcer les os.

Les comprimés

Ils sont fabriqués par compression d'une poudre homéopathique ou par imprégnation d'un comprimé neutre avec une solution médicamenteuse. Il s'agit en général de préparations pharmaceutiques incluant plusieurs médicaments homéopathiques destinés à soulager un trouble spécifique (les maux de gorge, les troubles du sommeil, le mal des transports...). Ils constituent une réponse pratique et symptomatique mais non individualisée du trouble.

Les autres formes

Les médicaments homéopathiques peuvent être préparés sous forme de crème ou de gel pour une application directe sur la peau (crème au **Calendula** par exemple). Ils peuvent être également conditionnés sous forme d'ovules gynécologiques (ovule de **Calendula** en cas d'irritation vaginale bénigne) ou de suppositoires (suppositoires d'**Aesculus hippocastanum** pour le traitement des hémorroïdes).

UN CAS PARTICULIER : LE BAIN HOMÉOPATHIQUE

Hahnemann constate vite que certains médicaments pouvaient provoquer chez certains patients très sensibles des réactions transitoires d'aggravation des symptômes. C'est pour cela qu'il a créé à la fin de sa vie des médicaments agissant sur la peau (pommades) et par voie olfactive. Outre les crèmes et lotions, les médicaments peuvent donc être administrés sous forme de bains. De cette façon, ils pénètrent par les pores de la peau et par les glandes sébacées.



L'HOMÉOPATHIE ET SES THÉRAPEUTIQUES VOISINES

L'homéopathie peut s'employer seule dans de nombreuses indications. Mais elle peut également s'associer à d'autres méthodes thérapeutiques comme l'acupuncture, la phytothérapie, l'aromathérapie ou l'ostéopathie. Certains homéopathes sont d'ailleurs formés à l'une ou l'autre de ces approches et n'hésitent pas à les combiner.

Le médecin peut aussi recourir à des thérapeutiques voisines de l'homéopathie qui ne reposent pas sur le principe de similitude mais s'appuient sur celui de l'infinitésimalité. Il s'agit principalement de l'organothérapie, de la gemmothérapie, de la lithothérapie, et des sels de Schuessler, auxquelles on peut ajouter l'oligothérapie (même si cette thérapeutique utilise des doses pondérales – voir plus bas).

L'ORGANOTHÉRAPIE

On utilise un organe frais ou lyophilisé d'origine animale en dilution selon la méthode homéopathique pour venir soigner un organe humain. Par exemple un rein de porc (**Reinine**) pour soigner le rein humain. Le mode d'action est spécifique à l'organothérapie. Les basses dilutions (4-5 CH) stimulent l'organe, les dilutions moyennes (7-9 CH) le régulent, et les hautes dilutions (15 CH) le « calment ». En cas d'hypothyroïdie, par exemple, on donnera **Thyroïdea 4 CH** pour stimuler la glande, en cas de dysfonctionnement thyroïdien, on donnera **Thyroïdea 7** ou **9 CH** pour la réguler, et en cas d'hyperthyroïdie, on aura recours au médicament en 15 CH pour en atténuer le fonctionnement.

LA GEMMOTHÉRAPIE

Il s'agit d'une dilution de bourgeons de plantes macérés dans un mélange de glycérine, d'alcool et d'eau en quantités égales. On obtient un macérat glyciné (MG) au 20^e, lui-même dilué au 10^e, ce qui permet d'obtenir des médicaments en 1 DH. Les bourgeons constituent des tissus embryonnaires riches en hormones de croissance végétales et en principes actifs de la plante sur lesquels reposeraient leurs propriétés thérapeutiques (exemples : **Ribes nigrum** ou **Cassis** MG 1 DH).

LA LITHOTHÉRAPIE

Elle utilise des dilutions de roches, généralement en 8 DH ou 4 CH dans un but de chélation/détoxication de l'organisme. Ces roches, telles que la roche de soufre arseniqué (Realgar ou Orpiment), la roche de calcaire de Versailles, la roche de Feldspath, seraient en mesure de « fixer » (chélater) les substances toxiques (par exemple le mercure) pour permettre leur élimination par les voies naturelles. Elles sont également utilisées pour libérer certaines substances biochimiques utiles à l'organisme telles que le calcium, le phosphore, le fer, etc.

LES SELS DE SCHUESSLER

Il s'agit de 12 sels mis au point par le médecin allemand Schuessler au XIX^e siècle, dans lesquels on retrouve des sels de sodium (**Natrum**), des sels de potassium (**Kalium**), des sels de fer (**Ferrum phosphoricum**), des sels de magnésium (**Magnesia phosphorica**) ainsi que de la silice (**Silicea**), en très basses dilutions (6 ou 8 DH). Ainsi, ils seraient mieux assimilés par l'organisme que les mêmes minéraux en doses pondérales et permettraient l'assimilation de ces derniers, issus de l'alimentation.

L'OLIGOTHÉRAPIE

Cette thérapeutique utilise les minéraux en très petites quantités (oligo = petit), mais à des doses qui restent pondérales (que l'on peut peser, contrairement aux doses infinitésimales, qui sont de l'ordre de l'infime). Le minéral utilisé vient combler des carences sans engendrer de toxicité. Il est employé comme catalyseur pour favoriser certaines réactions biochimiques.

Ainsi, le cuivre stimule les défenses immunologiques de l'organisme, le fluor renforce l'os et évite les caries, le lithium prévient les problèmes nerveux...

LE CAS PARTICULIER DU THERMALISME

L'eau thermale, employée pour le traitement de nombreuses pathologies comme l'arthrose, les maladies ORL ou les dermatoses, combine une approche oligothérapeutique et une approche homéopathique. Les minéraux y sont présents à la fois en très faibles quantités mais à doses pondérales (oligothérapie) – comme le lithium dans certaines stations – et en doses infimes (homéopathie) – comme l'arsenic dans d'autres stations. Les deux s'associent pour donner une activité pharmacologique à l'eau.

LES DIFFÉRENTES FAÇONS DE PRATIQUER L'HOMÉOPATHIE

Il existe trois grandes façons de pratiquer l'homéopathie, selon l'école dont se réfère le médecin homéopathe : unicisme, le pluralisme et le complexisme

L'UNICISME

Il consiste à donner un seul remède, le plus individualisé possible en fonction des symptômes présentés par le patient. Ce médicament correspond parfaitement au profil de la personne. Il est généralement donné en haute dilution, plusieurs fois de suite et éventuellement modifié si le patient présente de nouveaux symptômes. Cette méthode, préconisée par Hahnemann lui-même, relève du médecin homéopathe seul. Pour ma part, je pense qu'il est difficile de trouver SON remède particulier. Il faut être très bon médecin homéopathe car en cas d'erreur, on laisse le patient sans soin, ce qui est dommageable pour le malade, pour le praticien et pour l'homéopathie en général.

LE PLURALISME

Les pluralistes utilisent un médicament à chaque moment ou à chaque étape de la maladie, de façon à couvrir l'ensemble des symptômes du patient. Ces remèdes peuvent être prescrits ensemble, successivement ou de façon alternée, par exemple un jour sur deux.

Ainsi, si le patient développe une pathologie évolutive, comme une rhinite par exemple, le médecin homéopathe prescrira un ou deux produits en fonction des évolutions possibles de la maladie, à partir des symptômes qu'il observe. Si ceux-ci évoluent, il pourra ensuite rectifier le choix d'un remède ou d'une posologie par téléphone. C'est la méthode de la majorité des homéopathes en France.

LE COMPLEXISME

Les complexistes utilisent des mélanges préparés à l'avance, composés de plusieurs médicaments pour former un complexe. Celui-ci n'est pas utilisé en fonction du comportement du malade. Pour la rhinite par exemple, c'est le médicament du rhume et non du sujet enrhumé.

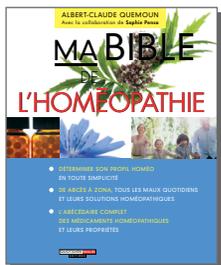
C'est aussi le médicament des veilles de week-ends : si le médecin ne revoit pas le patient avant plusieurs jours sans être sûr de l'évolution de la maladie, il prescrira un complexe pour le mettre à l'abri d'une aggravation.

CHOISIR SA CLÉ

Choisir son mode de traitement, c'est comme vouloir ouvrir une porte munie de plusieurs serrures. Avec un passe-partout unique, c'est l'unicisme. Avec plusieurs clés bien choisies correspondant chacune à une serrure, c'est le pluralisme. Avec le trousseau de toute la maison en espérant qu'une clé au moins fonctionnera pour chaque serrure, c'est le complexisme.

En règle générale en automédication, il est préférable d'avoir un trousseau complet (le complexe) plutôt qu'une seule clé qui risque de n'ouvrir aucune porte (le mauvais médicament).





Ma bible de l'homéopathie
Albert-Claude Quemoun
avec la contribution de Sophie Pensa

Plus d'infos sur ce livre paru
aux éditions Quotidien Malin