

# Le patient, et non la maladie

## Comprendre la médecine homéopathique

par Julek Meissner, N.D.



## INTRODUCTION

La médecine homéopathique, la moins reconnue des thérapies médicales dites "alternatives", est une méthode de soins de santé holistiques à la fois fascinante, subtile, et sophistiquée. Discutable de par l'utilisation qu'elle fait de médicaments fortement dilués, c'est une manière sécuritaire et efficace d'aider des gens à développer une résistance à leurs problèmes de santé, sans effets secondaires nuisibles !

Dans un monde idéal, mis à part les traitements contre les blessures, nous n'aurions pas besoin d'intervention médicale. Dans un monde idéal, notre planète, la nourriture que nous consommons, et l'air que nous respirons ne seraient pas pollués. Aussi, dans un monde idéal, les gens prendraient la responsabilité de s'assurer que leur santé demeure vitale, en faisant de l'exercice, en se nourrissant correctement, ainsi qu'à l'aide d'exercices de relaxation, et de discipline spirituelle.

Malheureusement, notre planète est de plus en plus polluée, et notre style de vie, bien trop souvent sédentaire et pressé, a « béni » notre espèce de toutes sortes de problèmes de santé. Ceux d'entre vous qui bénéficient d'une constitution saine sont susceptibles de trouver cet article peu approprié à leurs besoins. En revanche, à ceux d'entre vous qui tombent malades, qui un jour ou l'autre peuvent avoir besoin de soins médicaux, la médecine homéopathique peut apporter de l'aide pour recouvrer la santé, et pour prévenir l'apparition de nouvelles maladies.

### « QUE » PEUT-ON TRAITER, OU « QUI » PEUT-ON TRAITER ?

Une des questions qui revient le plus souvent dans mon cabinet est la suivante : « La médecine homéopathique peut-elle traiter (par exemple) les allergies ? La dépression ? L'arthrite ? L'asthme ? La fatigue ? Les rhumes/grippes ? Les otites ? L'insomnie ? Les migraines ? L'eczéma ? etc. ? ». Lorsque je réponds « La médecine homéopathique traite la personne dans son ensemble, et non pas uniquement sa maladie ! », mon but est de clarifier un préjugé très courant dans notre approche de santé moderne, à savoir le traitement de diagnostics distincts. Une telle approche ne laisse aucune place à l'individualité, la pierre angulaire de la médecine holistique. Les gens sont classés en catégories, et envoyés chez des spécialistes qui traitent les maladies dans lesquelles ils se sont spécialisés (en ne tenant pas compte de ce qui est unique chez la personne).

Cependant, la question qui se pose est, que faire des diagnostics que l'on nous donne ? Le diagnostic en lui-même est un outil très utile. Il sert à expliquer la variété infinie de manifestations de maladies, aussi appelées symptômes, dont nous, les humains, tout comme d'autres formes de vie, souffrons. Quand le diagnostic est utilisé comme moyen d'atteindre un objectif, ou une méthode de traitement, et non comme un outil organisationnel, l'individu a tendance à être oublié.

Dans notre modèle médical actuel, chaque maladie mérite son spécialiste, ainsi que son propre assortiment de médicaments, conçus pour la traiter. Chaque patient souffrant d'une maladie en particulier reçoit plus ou moins le même traitement, conçu pour s'attaquer aux symptômes. Dans un tel modèle de traitement, le tout devient moins important que les parties.



Selon l'homéopathie, les symptômes ne sont pas seulement la maladie elle-même, mais également une réaction que notre corps produit suite à un stress de source interne ou externe. La médecine homéopathique honore cette capacité de notre corps à réagir. Les médicaments homéopathiques sont simplement des déclencheurs de cette capacité, exploitant le pouvoir réactif du corps et l'encourageant à surmonter ses prédispositions héréditaires. En s'opposant simplement aux symptômes associés, par exemple, à une infection bactérienne (ou de l'asthme, une dépression, une forte fièvre, etc.), au lieu de renforcer la personne dans son ensemble, nous occultons les propres défenses de notre corps ! Ceci revient à débrancher le fil lorsque le voyant d'huile de notre voiture s'allume ! En faisant ceci, et en continuant à conduire, nous ignorons, l'alarme, l'appel à l'aide, que le signal/symptôme nous envoie !

## GUÉRISON, PALLIATION, OU SUPPRESSION

Nous avons tous entendu parler des bactéries résistant aux antibiotiques. La sagesse médicale a enfin reconnu le rôle précieux que la fièvre peut jouer pour aider le corps à combattre une infection bactérienne ou virale. Cependant, jusqu'à récemment il était d'usage de prescrire des antibiotiques, du Tylenol pour enfants, et autres médicaments sur ordonnance aux enfants pour faire baisser même les fièvres les plus faibles. Les bactéries résistant aux antibiotiques sont le résultat d'années de surexposition de la population à ces antibiotiques. Ceci illustre le concept de suppression, de « guérison d'une maladie aux dépens du patient », aboutissant à des maladies plus sérieuses.

Avec un traitement curatif, un symptôme s'exprime dans des organes plus superficiels. Les organes profonds et plus critiques ne connaissent alors plus de symptôme. Par exemple, lorsqu'elle reçoit un traitement curatif, une personne souffrant d'asthme connaît un soulagement permanent au niveau des poumons, mais elle développe un eczéma temporaire, maladie impliquant un organe plus superficiel.

Alors que les médicaments décongestionnant, antidépresseurs, anti-douleur, anti-stress, etc. ( tels que le Ritalin, les antibiotiques, les médicaments pour l'estomac tels que le Prepulsid, etc. ) s'attaquent à la crise immédiate, ils ne stimulent en rien notre faculté à développer une résistance à ces problèmes héréditaires. Augmenter notre résistance est notre outil préventif le plus précieux, mais il est différent de la vaccination (dont je parlerai plus tard), et souvent ignoré par notre modèle médical moderne.

Le terme « palliation » peut être défini comme une amélioration temporaire, suivie par une rechute à l'état original. Par exemple, lorsqu'un enfant est traité avec de la cortisone pour un cas grave d'eczéma, le soulagement est rapide, mais temporaire.

Avec le temps, l'eczéma peut disparaître, mais souvent l'enfant développe de l'asthme. Dans ce cas précis, une maladie impliquant un organe superficiel, à savoir la peau, a dégénéré en une maladie



impliquant un organe plus profond, plus vital, à savoir les poumons. La médecine homéopathique voit ceci comme une « suppression », c'est-à-dire une amélioration temporaire ou permanente d'une maladie superficielle, aux dépens d'une maladie plus profonde, éventuellement mortelle. La médecine conventionnelle voit ceci comme une nouvelle maladie, totalement distincte de la première (et qui n'a rien à voir avec le traitement à la cortisone), nécessitant l'intervention d'un nouveau spécialiste. On prescrit alors des inhalateurs afin d'aider l'enfant à affronter la « nouvelle » maladie. Une telle approche, bien que traitant la souffrance locale, ignore le patient, et peut même lui faire du mal.

Un exemple récent de suppression paru dans les journaux parle de l'utilisation d'une classe de médicaments anti inflammatoires appelés inhibiteurs Cox2 (Viox, Celebrex). Dans ce cas précis, une douleur dans un organe plus superficiel, à savoir les articulations, a été remplacée par une manifestation de la maladie plus profonde, plus dangereuse, à savoir des attaques cardiaques.

## LA HIÉRARCHIE, OU LA DIRECTION DE LA GUÉRISON

Le modèle présenté ci-dessus de « guérison, et non pas suppression », prend pour hypothèse qu'il existe **une hiérarchie des organes** et des symptômes. Certains organes ont en effet un rôle plus important que d'autres pour le bien être global de la personne. Une lésion sur la peau est moins grave qu'une lésion sur vos poumons, qui elle-même est moins grave qu'une lésion sur le cœur, à son tour potentiellement moins grave qu'une dans votre cerveau. Lorsqu'un traitement médical supprime une maladie, les symptômes cessent de se manifester dans des organes superficiels aux dépens d'organes plus profonds.

## DU SUR-MESURE POUR VOUS !

Comme il a été dit auparavant, la fièvre infectieuse de l'enfant était jusqu'à présent traitée habituellement avec de l'aspirine pour enfants, ou autres médicaments antifiébriles. L'idée derrière ce traitement était que la fièvre est mauvaise et dangereuse, et qu'elle doit être combattue à tout prix. En revanche, selon l'approche homéopathique, afin d'aider un enfant souffrant de fièvre, le médecin homéopathe a besoin de savoir ce qui différencie l'expérience que deux enfants ont de leur fièvre. Comment la fièvre affecte-t-elle l'enfant, que ce soit physiquement et mentalement ? La fièvre est-elle accompagnée de douleurs ? Quel type de douleur ? Aigue, atténuée, tirillante, palpitante, etc. ? Y a-t-il un côté du corps plus affecté que l'autre ? Comment la fièvre affecte-t-elle l'appétit, la soif, le sommeil, l'énergie, la perspective sur la vie, etc. ? L'enfant est-il plus irritable, grincheux, anxieux, ou agité ? Y a-t-il eu des circonstances inhabituelles qui ont pu engendrer la maladie au tout début... une exposition à des conditions météorologiques difficiles, du stress, une peur, un accident, la dynamique familiale, etc. ?

Pourquoi l'individualisation est-elle si importante ? La façon dont chaque personne affronte sa maladie



est aussi unique que sa personnalité. Dans la médecine conventionnelle, on s'appuie principalement sur le diagnostic physique et de laboratoire. La médecine homéopathique, au contraire, repose surtout sur la manière dont le patient « vit » son problème. Il est crucial pour l'homéopathe que le patient ou ses proches décrivent le plus fidèlement possible la façon dont sa souffrance l'affecte. La description que le patient fait de sa douleur, en **utilisant ses propres mots**, est de la plus haute importance pour amener le médecin homéopathe à comprendre la méthode unique d'autodéfense de cette personne, et ce dont il peut avoir besoin pour l'aider à se rétablir. Comprendre ce qui vous différencie des autres personnes souffrant de la même maladie aide le médecin homéopathe à déterminer quel médicament sera homéopathique pour vous.

## L'HOMÉOPATHIE, LA NATUROPATHIE, OU L'HERBALISME

It Les gens confondent souvent la médecine homéopathique avec la médecine herbale, la médecine naturopathique, et avec d'autres méthodes de soins de santé naturels. Même si l'homéopathie utilise de nombreuses substances naturelles, comme par exemple des remèdes à base de plantes, elle utilise aussi des minéraux, et des substances animales pour soigner les gens. Après avoir été préparées de manière homéopathique, ces substances ont des actions totalement différentes des suppléments herbeux, minéraux, ou glandulaires.

La médecine naturopathique est une profession réglementée dans plusieurs provinces et états, y compris la province d'Ontario. Elle rassemble plusieurs méthodes de soins de santé naturels. Contrairement à l'homéopathie, qui est une approche particulière avec une méthode de test et de prescription spécifique, unique, la médecine naturopathique est une **profession ombrelle**, qui offre plusieurs choix de soins de santé naturels. Ces choix comprennent la médecine homéopathique, l'acupuncture et les herbes chinoises, la nutrition clinique, la médecine botanique, l'hydrothérapie, le conseil en style de vie holistique, en encore beaucoup d'autres. L'enseignement naturopathique comprend également une vue d'ensemble de la science médicale traditionnelle, notamment l'anatomie, la physiologie, la pathologie, le diagnostic physique, différentiel et de laboratoire, etc.

Tous les médecins naturopathes ne pratiquent pas de la même manière. Certains d'entre eux sont éclectiques, tous comme les praticiens généralistes, qui pratiquent des modalités variées. D'autres en revanche se spécialisent dans une ou plusieurs méthodes. Tous les médecins homéopathes ne sont pas non plus des médecins naturopathes. Il existe des médecins homéopathes qui n'ont pas d'autre formation médicale que la médecine homéopathique. D'autres homéopathes sont des MDs, des pharmaciens(ne)s, des vétérinaires, des infirmier(e)s, des conseiller(e)s, etc. Alors que la plupart des médecins naturopathes pratiquent plus ou moins la médecine homéopathique, d'autres, comme moi, se spécialisent dans cette discipline. Ceci nécessite des années de formation continue, étudiant souvent avec des professeurs ayant plus d'expérience et de connaissance que soi-même.

Au total, un enseignement de naturopathie prend **sept ans** ! Une personne n'a l'autorisation de pratiquer la médecine naturopathique que lorsqu'elle a réussi les examens du conseil provincial. La seule connaissance qui nous manque est dans l'utilisation de médicaments conventionnels.



## DÉFINIR L'HOMÉOPATHIE

Le mot « homéopathie » vient des mots grecs « homeo » qui signifie « semblable » et « pathy » qui signifie « souffrance », ou « maladie ». Il a été inventé il y a deux siècles par un médecin allemand, Samuel Hahnemann, pour décrire la loi des semblables. Hahnemann a observé que les substances produisant des symptômes chez des personnes en bonne santé soignent des symptômes semblables chez des personnes malades.

## HAHNEMANN, ET LES DÉBUTS DE L'HOMÉOPATHIE

L'histoire (des preuves) de l'homéopathie remonte aux débuts de l'homéopathie, il y a plus de deux cents ans, lorsque Hahnemann découvrit le principe naturel sur lequel elle repose. Alors qu'il traduisait un traité médical sur la Cinchona, aussi appelée écorce Péruvienne, dont on tire la Quinine pour traiter la Malaria, Hahnemann eut du mal à accepter les arguments avancés pour expliquer l'efficacité thérapeutique de cette plante. Il décida de prendre de l'écorce Péruvienne lui-même, un homme en pleine santé qui n'avait jamais souffert de la malaria. Seulement quelques heures après en avoir ingéré, Hahnemann développa une fièvre, avec des frissons, des sueurs, de la fatigue, et de violents maux de tête...qui sont des symptômes semblables à ceux de la Malaria ! Sa maladie fut de courte durée, apaisée au bout de 24 heures. Il ne put s'empêcher de se demander s'il s'agissait d'une coïncidence, ou si ses symptômes étaient bien dus au fait qu'il ait pris de l'écorce Péruvienne. Il renouvela l'expérience sur sa personne, et les symptômes réapparurent ! Ils durèrent deux à trois heures à chaque fois, réapparaissant uniquement s'il reprenait une dose. Lorsqu'il arrêta de prendre le médicament, il se trouva de nouveau en bonne santé.

Pour la première fois dans l'histoire de la médecine Occidentale, Hahnemannregistra les effets d'un médicament administré à une personne en **bonne santé**. La preuve de ce médicament marqua l'important début de cette nouvelle méthode de traitement médical, la méthode des « semblables ».

## EXEMPLES DE LA « LOI DES SEMBLABLES »

Les exemples qui suivent peuvent vous aider à comprendre ce que Hahnemann entendait par « loi des semblables ». Pensez à ce qui vous arrive lorsque vous émincez un oignon : les yeux qui brûlent, le nez qui coule, des éternuements. Quelqu'un souffrant de rhume des foins, se manifestant précisément par des yeux qui brûlent, une décharge nasale larmoyante, et des éternuements, sera souvent soulagé par la prise d'une dose d'*Allium Cepa*, une préparation homéopathique à base d'oignon rouge.

L'*Ipecac* est utilisé dans les hôpitaux pour provoquer des vomissements dans certains cas d'empoisonnement. Utilisé de manière homéopathique, il peut aider dans des cas de vomissements sérieux.



Une personne buvant trop de café peut au début souffrir d'insomnie ; l'esprit s'emballa, l'empêchant de dormir, et la personne devient tendue, avec des palpitations cardiaques, de la nervosité et de l'anxiété. Si cela persiste, et qu'elle manque trop de sommeil, elle peut se sentir léthargique, épuisée, troublée. Selon l'approche homéopathique, l'un des meilleurs antidotes contre l'empoisonnement au café est une dose préparée de façon homéopathique de Coffea. En effet, le Coffea est l'un des nombreux remèdes homéopathiques pouvant aider quelqu'un souffrant d'insomnie. Une seule goutte peut être suffisante, mais seulement si préparée selon des instructions homéopathiques exactes.

L'utilisation du Ritalin, le médicament le plus connu pour le traitement contre les troubles de l'attention, peut être vue comme une application de la loi des semblables. Le Ritalin est une amphétamine, un stimulant. Dans la rue, on l'appelle « speed ». Le trouble de déficit d'attention est un état d'hyperactivité, de manque de concentration, et d'impulsivité. Et nous voilà donc en train de donner des stimulants à nos enfants hyperactifs !

Selon l'excellent livre « Ritalin free kids », en l'an 2000 plus de 8 millions d'enfants aux Etats-Unis prenaient du Ritalin pour traiter leur déficit d'attention. Voilà une manière légale de rendre nos enfants accros ! Il s'agit d'un crime légal, surtout si l'on considère que nos enfants n'ont pas accès à une méthode de soins de santé tout aussi efficace, mais néanmoins douce, telle que la médecine homéopathique !

## LA VALEUR DES SYMPTÔMES

Pourquoi, vous demandez-vous peut-être, voudriez vous prendre un médicament qui produit des effets secondaires semblables à ce qui vous fait souffrir ? Cela n'aggrave-t-il pas plutôt vos symptômes ?

Répondre à cette question revient à comprendre le rôle des symptômes. Dans notre culture, les symptômes, qu'il s'agisse de maux de tête, fièvre, sinusite, eczéma, arthrite, etc. sont généralement considérés comme mauvais, au mieux comme une nuisance, qui doit être éliminée aussi rapidement que possible, et à tout prix. Ainsi, on prescrit des anti-douleurs contre les maux de tête, des anti-fébriles comme l'aspirine contre la fièvre, la sinusite est traitée avec des antibiotiques et des décongestionnants, la dépression avec des antidépresseurs, l'eczéma et l'arthrite avec des anti-inflammatoires comme la cortisone...

En revanche, les praticiens homéopathes considèrent les symptômes comme un guide nous offrant un aperçu du mécanisme de défense du patient. Comme il a déjà été souligné, les symptômes sont vos comme une réaction que notre organisme produit à la suite de stress d'origine interne ou externe. La médecine homéopathique est faite pour encourager cette réaction, tout comme **les vaccins**, où l'on inocule un patient avec une petite quantité d'une bactérie associée à une maladie afin de rehausser sa résistance à cette maladie. (Cependant, contrairement aux vaccins, qui sont prescrits à tout le monde sans distinction, la prescription homéopathique est individualisée, et reconnaît que chaque individu est unique ! Tout le monde n'a pas besoin de la même chose, tout comme tout le monde ne souffre pas d'une « même » maladie exactement de la même manière. En outre, le traitement



homéopathique n'est pas administré à l'aide de piqûres, et n'utilise pas non plus de toxines brutes).

Un médicament homéopathique est conçu pour encourager notre mécanisme de défense, de par sa capacité à reproduire, chez des volontaires en bonne santé, des symptômes semblables à notre maladie unique. En prenant un médicament qui a été reconnu pour son imitation de notre manière de combattre une maladie, un médicament homéopathique réveille notre potentiel de guérison interne, qui autrement serait en repos. Ceci stimule notre corps, et l'incite à développer une **RÉSISTANCE** à nos prédispositions, qu'elles soient héritées ou acquises. Plus notre résistance est grande, plus notre santé est assurée !!

## LA RECHERCHE HOMÉOPATHIQUE

La médecine homéopathique a connu une renaissance durant les dernières décennies, avec de nombreuses nouvelles substances (diamant, chocolat, et scorpion, pour en citer quelques unes) ayant été ajoutées au répertoire des médicaments homéopathiques. Comment les médecins homéopathes connaissent-ils les effets qu'une substance peut avoir sur des gens en bonne santé ? C'est ici qu'entre en jeu la recherche homéopathique, appelée « preuves ». Les **Preuves** sont des expériences dirigées par des médecins homéopathes sur des volontaires **en bonne santé** (toujours des humains. Aucune expérience sur des animaux n'a jamais été réalisée dans l'histoire de l'homéopathie, même si beaucoup de traitements homéopathiques sur des animaux ont été utilisés avec succès). Ces expériences enregistrent les effets secondaires que les volontaires éprouvent physiquement, émotionnellement, et mentalement, lorsqu'ils sont exposés à une substance que l'on cherche à « prouver ». La compilation de telles preuves nous donne un aperçu des indications thérapeutiques pour cette substance, à savoir pour quel genre de personnes, ainsi que pour quel genre de problèmes elle peut être préconisée.

## L'HOMÉOPATHIE OU LA PSYCHOTHÉRAPIE

Dans mes articles traitant de l'approche homéopathique contre les maux de tête, le stress, et pour les enfants, vous pourrez remarquer l'emphase que la médecine homéopathique donne à la personnalité du patient, et à la manière dont il est devenu qui il est. Etant donné le rôle particulier donné à la constitution mentale/émotionnelle d'une personne, son attitude et sa vision de la vie, et sa famille d'origine, d'où vient une grande partie de son comportement, on me demande souvent quelle est la différence entre l'homéopathie et la psychothérapie. Il est vrai que toutes deux tentent de comprendre le psychisme d'une personne, sa constitution émotionnelle et sa façon de voir la vie. Il est également vrai que dans les deux, l'emphase est placée principalement sur la narration. L'histoire racontée par la personne, utilisant ses propres mots, ainsi que sa place et son rôle dans sa famille, sont des facteurs cruciaux qui nous aident à comprendre la nature de ses problèmes.

Contrairement à la psychothérapie, en homéopathie les symptômes physiques et généraux (les envies de nourriture d'une personne, leur position de sommeil, si elle se réveille à certaines heures de



la nuit, si elle a tendance à avoir toujours chaud ou froid, l'intensité et la qualité de la douleur, etc.) sont aussi essentiels pour comprendre la personne dans son ensemble et pour nous aider à choisir entre plusieurs traitements homéopathiques.

De plus, l'objectif de l'approche homéopathique va bien au-delà du simple fait d'aider la personne à prendre contact avec ses émotions. Souvenez vous, le but du traitement homéopathique est de trouver un moyen de déclencher les mécanismes de défense du patient, pour l'aider à développer une résistance à ses prédispositions, tout autant physiques qu'émotionnelles et mentales. La constitution émotionnelle d'un patient est un guide essentiel, mais non le seul, pour acquérir une vue d'ensemble de la méthode d'autodéfense de celui-ci.

Cela ne veut pas dire cependant que chaque traitement est exclusif. Au contraire, l'homéopathie et la psychothérapie sont **complémentaires**. Souvent, ceux qui ont de l'expérience en psychothérapie font d'excellents patients pour l'homéopathie, et vice versa. Après avoir exploré leur constitution émotionnelle avec leur thérapeute, ils n'ont aucun mal à se décrire. Au final, la médecine homéopathique peut accélérer la vitesse de guérison, si on l'associe au traitement que la personne est en train de suivre.

## L'HOMÉOPATHIE « CLASSIQUE » ET L'HOMÉOPATHIE « COMPLEXE »

La médecine homéopathique peut être pratiquée de différentes manières. La méthode « classique », que je favorise, utilise une seule substance médicinale à la fois, et utilise cette substance aussi peu fréquemment que possible. Elle nécessite le chemin d'interférences minimales, et elle est basée sur une compréhension sophistiquée du tout (voir la section ci-dessous appelée « Holistique, le mystère intérieur ») selon la loi des semblables.

Au contraire, l'approche « complexe » (Par exemple la « Thérapie Séquentielle ») utilise plusieurs médicaments en même temps, afin de soigner plusieurs symptômes, organes, ou étiologies, en considérant chaque symptôme comme une maladie en soi, qui a besoin de sa propre ordonnance.

Plusieurs moyens ont été traditionnellement utilisés par différents thérapeutes homéopathes pour obtenir une ordonnance ; Vega et d'autres méthodes de test mécanique, la kinésiologie appliquée, l'utilisation du pendule, le diagnostic du pouls, etc. Pour l'homéopathie classique cependant, une prescription réussie repose principalement sur une compréhension approfondie de la personne, la totalité de ses symptômes, son attitude dans la vie, sa famille, les expériences les plus importantes de sa vie, et comment elle a réagi à ces expériences...en bref, une approche qui peut aider le médecin homéopathe à développer une compréhension de la personne dans son ensemble, comment elle est devenue qui elle est, et en quoi elle se différencie des autres personnes souffrant de la « même » maladie.



## QU'EST-CE QUI REND UN MÉDICAMENT HOMÉOPATHIQUE ?

Même s'il est vrai que, pour en minimiser les effets secondaires nocifs, les médicaments homéopathiques sont développés à l'aide d'une méthode de dilution et succussion, ce n'est pas ce qui rend un médicament « homéopathique ». Une substance est dite homéopathique seulement si elle est capable de produire, chez des volontaires en bonne santé, des effets secondaires semblables aux symptômes du patient. Plus les effets secondaires produits sont semblables, plus la substance est homéopathique pour cette personne, ayant une affinité avec ses défenses naturelles, et ainsi capable de les exploiter.

## « HOLISTIQUE », LE MYSTÈRE INTERIEUR

Je trouve que le mot « holistique » est bien peu compris dans notre culture. Comme mon collègue Robin Logan le dit très justement, « La médecine holistique devrait signifier plus que « le traitement du tout ». Ceci n'entraîne pas simplement l'application d'une thérapie indépendante, ou dans le cas de l'homéopathie d'un remède différent, pour chaque affection individuelle. Il n'est pas non plus suffisant de définir l'holisme comme une approche qui s'adresse au corps et à l'esprit d'une personne. Dans son sens le plus profond... nous reconnaissons le besoin de soigner le corps et l'esprit et prêtons attention à tous les symptômes du patient, mais nous percevons également le rapport entre tous les aspects de la personne, et cherchons à établir des liens entre des signes et des symptômes apparemment non reliés. La bonne homéopathie prend en considération le monde interne du patient, et essaye d'interpréter sa constitution émotionnelle et le rôle de celle-ci, souvent important, dans le processus de la maladie. (Tiré de « L'approche homéopathique contre l'eczéma »).

## LES MICRODOSES, LA SUCCUSSION, ET LA POTENTISATION

Afin de réduire au minimum les effets secondaires nuisibles des substances, Hahnemann a développé une méthode de préparation des médicaments homéopathiques par dilution. Ayant réalisé que l'efficacité thérapeutique d'une substance médicinale diminue à chaque dilution, et est éliminée à partir d'un certain nombre de dilutions, il secoua énergiquement la préparation, la frappant contre une surface dure un nombre de fois précis. Ceci est appelé « succussion », une procédure essentielle pour augmenter et développer les propriétés thérapeutiques d'un médicament homéopathique.

Hahnemann s'aperçut qu'après chaque série de dilutions et succussions, un médicament, au lieu d'un effet affaibli, a un effet renforcé, quoique plus subtil ! Alors que la succussion ou la dilution, en elles-mêmes, ne font rien pour renforcer les propriétés de guérison d'un médicament, la combinaison des deux techniques est cruciale pour transformer même les substances les plus neutres telles que le sel en substances médicinales puissantes. La littérature homéopathique appelle « potentialisée » une substance lorsqu'elle a été préparée par une série de dilutions et succussions.



## PLACEBO OU MÉDICAMENT ÉNERGISANT ?

Un placebo est un médicament factice, un imposteur déguisé en vrai médicament, et souvent utilisé dans des études en double aveugle. Beaucoup de gens ont rapporté une amélioration de leur maladie alors qu'ils prenaient un placebo, mais pensaient qu'il s'agissait d'un vrai médicament. Comme l'homéopathie utilise des substances qui sont souvent diluées au-delà des doses moléculaires, on l'a souvent accusée d'être en fait un placebo !

Pour qu'un médicament soit reconnu comme étant un « placebo », il faut que la personne le prenant soit convaincue de son efficacité. **Pourquoi, dans ce cas, la médecine homéopathique fonctionne-t-elle sur les bébés, les animaux, et les personnes inconscientes ?**

Même si le mécanisme responsable de l'effet produit par la médecine homéopathique sur les malades est inconnu, il est clair, comme le montrent les résultats cliniques de ces 200 dernières années, qu'il y a bien plus ici que le pouvoir d'autosuggestion d'un patient qui fonctionne. On a avancé que dans la mesure où les médicaments homéopathiques sont dilués au point où il ne reste aucune molécule de la substance brute, ils ne peuvent fonctionner à un niveau biochimique. L'hypothèse est que les médicaments homéopathiques réagissent énergiquement, et influencent les énergies subtiles du corps, ce que la médecine chinoise appelle le « chi ».

Finalement, on doit mentionner que la pharmacologie de la majorité des médicaments n'est pas totalement connue, ce qui n'a jamais empêché les médecins de les prescrire, en dépit de tous leurs effets secondaires nuisibles !

## QUAND L'HOMÉOPATHIE S'AVÈRE T ELLE INEFFICACE ?

Il peut arriver que lorsqu'on laisse une maladie se développer au point d'avoir des dégâts structurels évidents, notre mécanisme de défense lui-même ne soit pas capable de renverser la situation. On n'insistera jamais assez sur l'expression : « **Une once de prévention vaut une tonne de guérison** » ! Si l'on vous coupe un bras, l'homéopathie ne le fera pas repousser ! Souvenez vous cependant, que quel que soit l'état d'avancement de votre maladie, tant que vous êtes en vie, vous avez toujours un mécanisme de défense. Stimuler vos défenses peut au moins aider à éviter que votre état ne se détériore encore plus.

Alors que de nombreux problèmes neurologiques, tels que la maladie de Parkinson, la maladie d'Alzheimer, ou la sclérose latérale amyotrophique n'ont, à ma connaissance, jamais été guéris à l'aide de médicaments homéopathiques, l'homéopathie a été reconnue utile pour ceux qui souffrent de multiples scléroses, évitant une détérioration supplémentaire, et parfois même elle a pu aider à inverser le mal fait !

Il est également difficile de traiter les diabètes insulino-dépendants. Néanmoins, la santé globale des gens souffrant de cette maladie peut s'améliorer nettement à l'aide de l'homéopathie, car les infections périphériques peuvent être réduites si leur mécanisme de défense est stimulé. Les diabètes



non insulinodépendants, par contre, peuvent souvent être traités à l'aide de l'homéopathie, en parallèle avec un régime approprié.

La médecine homéopathique ne peut pas inverser des anomalies congénitales. Tout de même, de bons résultats peuvent être obtenus, par exemple pour aider des enfants atteints de trisomie. Ces enfants souffrent fréquemment de rhumes et de toux. La médecine homéopathique peut les aider à développer une résistance à leurs prédispositions.

Il est difficile de traiter les cancers, non seulement parce qu'ils sont complexes et multi faces, mais également à cause du climat légal. L'homéopathie peut être cependant utilisée préventivement. Si vous avez un historique familial de cancer, il serait sage d'envisager une approche homéopathique comme mesure préventive. Même si aucune recherche n'a été conduite sur la valeur préventive de l'homéopathie, cela ne peut pas faire de mal d'essayer de stimuler notre mécanisme de défense afin d'augmenter notre résistance à nos prédispositions héréditaires.

Si vous êtes atteint d'un cancer, la médecine homéopathique peut être utile, combinée aux autres thérapies que vous suivez. Elle est souvent très efficace pour aider à réduire les effets secondaires de la chimiothérapie et des radiations.

Les fractures doivent bien évidemment être ressoudées et plâtrées par un chirurgien orthopédique. Cependant, un remède homéopathique approprié peut soulager de façon spectaculaire à la fois l'enflure et la douleur. Il en est de même pour les brûlures du troisième degré, les commotions cérébrales, l'hypothermie, l'empoisonnement alimentaire, et les autres maladies causées par des traumatismes (Voir mon article : « Les urgences et l'Homéopathie »). Alors que celles-ci peuvent nécessiter une intervention hospitalière, la médecine homéopathique, en stimulant le mécanisme de défense du patient, peut aider à soulager la douleur, à accélérer la vitesse de guérison, et à diminuer au minimum les risques de futures complications.

## QUAND L'HOMÉOPATHIE PEUT-ELLE AIDER ?

Certaines personnes, après avoir fait l'expérience des bénéfices de la médecine homéopathique, déclarent : « C'est trop beau pour être vrai ! ». Notamment lorsqu'ils ont essayé toutes les autres méthodes de soins de santé, les gens me disent souvent « Si seulement j'avais su avant qu'une telle méthode de soins de santé existait ... ! » C'est **malheureusement la conséquence d'un modèle de santé monopolisant tous les autres**, comme c'est le cas dans notre pays.

La raison pour laquelle la médecine homéopathique peut être utile est qu'elle dépend de la capacité naturelle de notre corps à se soigner lui-même. Nous sommes tous nés avec cette capacité, mais nous sommes aussi nés avec certaines prédispositions que nous avons héritées de nos aïeux. Ce sont précisément ces prédispositions que la médecine homéopathique est la mieux équipée pour combattre, quelques en soient les manifestations. Lorsque des symptômes apparaissent chez quelqu'un, et surtout si ces symptômes ne cessent de se manifester, il s'agit en fait d'un message



envoyé par notre organisme, une demande d'attention, d'aide. Prenez compte de cette demande de la bonne manière, laissez la être votre guide vers une meilleure compréhension de votre manière de faire face, et votre corps vous aidera à vous soigner vous-mêmes !

La médecine homéopathique peut aussi aider à traiter des personnes souffrant de maladies aiguës, comme un rhume, une grippe, ou encore une blessure. (Contrairement à une maladie chronique, une maladie aiguë est de courte durée. Sauf dans les cas où il s'agit d'une exacerbation aiguë d'une maladie chronique, elle se répète rarement). Les maladies infantiles, telles que la rougeole, les oreillons, ou la varicelle, sont des exemples de maladies aiguës, qui peuvent toutes être traitées par l'homéopathie. Tous les enfants souffrant de ces maladies n'en connaissent pas exactement les mêmes manifestations. Tant que le médecin homéopathe traite chaque cas de manière individuelle, un remède correctement choisi peut être trouvé pour aider l'enfant à développer une résistance à ces maladies, et ainsi se rétablir plus rapidement, sans complication.

Enfin, comme il a été mentionné dans la section précédente, la médecine homéopathique peut être utile en cas de blessure, que ce soit des fractures, des contusions, des commotions cérébrales, ou des brûlures. En fait, la prise d'Arnica (le médicament homéopathique le plus fréquemment prescrit contre les blessures) est souvent la manière grâce à laquelle beaucoup de gens découvrent l'homéopathie.

## QU'ATTENDRE DE VOTRE TRAITEMENT HOMÉOPATHIQUE

Souvenez-vous, l'efficacité de la médecine homéopathique dépend de la capacité du médecin à vous comprendre. Ceci nécessite un vrai travail d'équipe. Si vous voulez aller mieux, et demandez de l'aide à un médecin homéopathe, vous devez le laisser vous aider, en lui racontant autant de choses que possible sur vous ! De ce fait, préparez vous à parler de vous. L'histoire de votre vie est importante à ses yeux.

Dans notre culture de remèdes rapides, nous n'avons pas l'habitude de parler de nous-mêmes. Nous ne sommes pas non plus habitués à ce qu'un médecin nous écoute. Soyez prêts à passer **au moins une heure** avec votre médecin homéopathe, surtout lors de votre première visite !

Souvenez-vous également qu'il **vous a fallu du temps pour devenir la personne que vous êtes aujourd'hui**. Votre maladie a pu mettre des années à se développer. Dès lors, il se peut que cela n'aille pas mieux instantanément. N'attendez pas trop de l'homéopathie ! Une règle générale stipule que **pour chaque année passée avec un problème, il vous faudra un mois de traitement avant d'en guérir**.

-----

Maintenant que vous avez une meilleure idée des principes sur lesquels l'homéopathie repose, je vous encourage à lire certains des articles que j'ai écrits, sur les maux de tête, sur le stress, ou sur l'approche homéopathique pour les enfants, qui soulignent l'homéopathie en action, et décrivent certains cas que j'ai rencontrés dans l'exercice de ma profession.

