

ACTAEA RACEMOSA ou CIMICIFUGA

Présentation du remède :

Actaea racemosa (Act.rac.) ou aussi appelé Cimicifuga Racemosa (Cimic.) est l'actée en grappe (herbe aux punaises), plante de la famille des renonculacées (comme Aconit, Staphysagria, Helleborus, Clematis erecta et Ranonculus bulb.), originaire de l'Amérique du Nord. La teinture mère est préparée avec les parties souterraines du végétal, la racine fraîche.

Les mots clés

NEUROTONIE/HYSTERIE

SPASMODIQUE

DYSFONCTION UTERO-OVARIENNE

TYPOLOGIE

- **Psychisme** : Instabilité psychique avec fond dépressif, beaucoup de peurs. Excitation (pouvant en partie masquer la dépression), loquacité incessante, incohérente, agitation, méfiance, jalousie, agressivité. Alternance des deux, instabilité, pouvant aller jusqu'au délire avec cauchemar. Névrose d'ordre hystérique.
- **Type sensible (ou physique)** : Le bon répondeur correspond le plus souvent à une femme en période d'activité génitale ou à la ménopause, mais Act.r. peut aussi avoir des indications chez l'homme : faux angor, torticolis, névralgies cervico-brachiales, myalgies, insomnies....

PATHOGENESIE/ ACTION GENERALE

- **L'expérimentation**
Son action est particulièrement marquée au niveau du système cérébro-spinal et musculaire, ainsi qu'au niveau de l'utérus et des ovaires.
Les phénomènes spasmodiques que l'on observe du côté du système nerveux cérébro-spinal sont surtout de nature réflexe, prenant particulièrement leur origine dans les organes génitaux féminins.
L'appareil musculaire est influencé et réagit sous la forme de **manifestations rhumatoïdes** qu'accompagne l'élément **spasmodique** propre au remède.
Actaea produit des symptômes neurotoniques marqués et caractéristiques dans la sphère psychique.

SYMPTÔMES CARACTERISTIQUES

- **1/ : symptômes génitaux** : Ils évoquent surtout un dysfonctionnement endocrinien, le plus souvent du type hyperoestrogénique.



La relation primordiale avec le cycle ovarien se manifeste par un **SPM** (syndrome pré menstruel) avec mastodynie, et douleur caractéristique

sous le sein gauche

un syndrome intermenstruel avec ovulation douloureuse.

Les règles sont abondantes, en avance, irrégulières de sang foncé parfois en caillots, avec **dysménorrhée en proportion avec le flux**, douleurs traversant le pelvis d'une hanche à l'autre et irradiant vers les cuisses.

Grande sensibilité du bas ventre, endolorissement des muscles abdominaux.

- **2/ symptômes musculaires** myalgies spasmodiques : **douleur de la nuque tirant la tête en arrière, sensibilité douloureuse de l'épine dorsale** (suite de dactylographie, piano, ordinateur, couture...), sensibilité à la pression de D4, D5, D8., douleurs d'élançement dans le bras gauche et le cœur (faux angor), douleurs sous le sein gauche, douleur du bas du dos irradiant dans les hanches et les cuisses, douleur du tendon d'Achille.

- **3/ symptômes neurologiques** : outre les spasmes, céphalées occipitales irradiant aux yeux., améliorée au grand air malgré une frilosité générale, excitation loquace avec agitation.

MODALITES

- **Aggravation** : pendant les règles et tout épisode de la vie génital, par le froid
- **Amélioration** : la chaleur, en mangeant et le grand air.
- **Causalités (suite de)** : dysfonctionnement endocrinien ; surmenage intellectuel et professionnel ; mauvaises affaires ; amours malheureux ; accouchement ; alcool.
- **Sensations** : douleurs spasmodiques, crampoïdes, avec tressaillements et crampes. Douleur sous le sein gauche. D'arrêt du cœur avec suffocation.

PRINCIPALES INDICATIONS CLINIQUES

Indications gynécologiques :

SPM., syndrome intermenstruel

dysménorrhée, puberté précoce, grossesse (peur de l'accouchement, nausées matinales, menace de fausse couche ou d'accouchement prématuré par inertie),

accouchement (peur d'accoucher, tristesse, syncope, spasmes du col, difficulté de régularisation du rythme des contractions, spasmophilie...)



post-partum (tranchées mal supportées...)

Autres indications : Torticolis, Lombo-cruralgies, tendinite, faux angor, insomnie chez les personnes présentant le type sensible ainsi que les troubles comportementaux.

COMPARAISONS

- **Dans dysménorrhées spasmodiques** :
Caulophyllum, Ignatia, Viburnum opulus, à opposer à la dysménorrhée inflammatoire avec Belladonna, Bryonia... et à celle par congestion veineuse Pulsatilla, Sepia...
- **L'aspect le plus habituel** évoque Ignatia avec ses soupirs et la variabilité des symptômes ou bien Lachesis avec la volubilité et l'excitation alternant avec un aspect triste, mais Actaea racemosa est aggravé pendant les règles et à une frilosité que n'a pas Lachesis.
- **Arthralgies, rachialgies, névralgies** : Rhus toxicodendron, Kalium carbonicum, Causticum, Tuberculinum residuum, Angustura, Calcarea fluorica

POSOLOGIE

Basses dilutions dans les signes locaux (cervicalgies)
Hautes dilutions lorsque l'on retrouve les signes psychiques du remède (15 voire 30CH)

Mme Sylvie de Sigalony
Sage femme