



## ACTEA RACEMOSA ou CIMICIFUGA

*ACTEA RACEMOSA (Act. rac.) aussi appelé CIMICIFUGA RACEMOSA (Cimic.) est l'actée en grappe (herbe aux punaises), plante originaire d'Amérique du Nord, de la famille des renonculacées (comme Aconit, Staphysagria, Helleborus, Clematis erecta et Ranunculus bulbosus). La teinture mère est préparée avec les parties souterraines du végétal, la racine fraîche.*

### Les mots clés

**NEUROTONIE / HYSTÉRIE**

**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 GÉNÉRALE

- **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.

Actea produit des symptômes neurotoniques marqués et caractéristiques dans la sphère psychique.

### SYMPTÔMES CARACTÉRISTIQUES

- **1/ symptômes génitaux** : Ils évoquent surtout un dysfonctionnement endocrinien, le plus souvent du type hyper œstrogénique. 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 inter-menstruel 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'élanement 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 inter-menstruel**

**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 les 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 Actea 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



## PRESCRIPTION

Basses dilutions dans les signes locaux (cervicalgies)

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

Sylvie de SIGALONY - SFDE - 2007

### ACTEA RACEMOSA / CIMICIFUGA

### Index decachords

### Résumé en 10 points

1. **Femmes minces**, célibataires, avec des tendances rhumatismales et nerveuses, **tempérament hystérique**.
2. **Psychisme instable** qui, constamment, rechute dans *une profonde dépression* ; anxiété et peur de la mort, peur de la folie, peur de la maladie, peur de l'aggravation de sa maladie, etc. ; loquacité, logorrhée ; agitation physique et mentale ; les états mentaux et physiques alternent.
3. **Désordres, troubles utéro-ovariens**, avec des perturbations réflexes secondaires et variées ; par exemple : céphalée occipitale importante, ou du vertex, ou derrière les yeux, qui peut s'étendre au muscles de la nuque et même au rachis ;  
< par le mouvement, > au grand air.
4. Maladies et **sympômes rhumatismaux**, touchant particulièrement le corps du muscle ; souvent avec *une douleur et un endolorissement musculaire qui persiste*.
5. **Douleurs soudaines, aiguës, lancinantes** ; < par le toucher, < par le mouvement ; souvent associées à l'émission d'une urine abondante, profuse et claire ; engourdissement.
6. **Tremblements musculaires**, secousses musculaires involontaires, < par l'émotion, < par la pression, par exemple, si l'on est couché sur la partie malade ; ces secousses empêchent le sommeil. Chorée.
7. Les **règles** sont **trop douloureuses**, irrégulières et généralement peu abondantes ; les douleurs sont < durant les règles, lorsque les règles coulent.
8. Troubles qui apparaissent **après une cause émotionnelle**, surtout un désappointement affectif.
9. La pathologie a une **latéralité gauche** prédominante.
10. **Modalités** : < par le froid (sauf pour les maux de tête), surtout le temps froid et humide ; < durant les règles.

**Note** : *C'est un bon remède auquel on doit penser dans les troubles de la grossesse et l'état puerpéral.*

**Manie puerpérale** : *croit qu'elle va devenir folle (comparer : Syphilinum) ; tentative d'auto destruction.*

**Manie** apparaissant après la disparition d'une névralgie.

**Key-note** : **Tristesse, voit tout en noir, broie du noir.**