



Homéopathes Sans Frontières

FRANCE **Ouvrir à tous l'accès aux soins**

Lettre n°55 / décembre 2022



**Prendre,
sa santé
en main**

SOMMAIRE

- 3 ÉDITORIAL
- 5 PRENDRE SA SANTÉ EN MAIN
- 7 ORGANISER UNE FORMATION D'HOMÉO FAMILIALE
- 9 LES DANGERS DU PARACÉTAMOL
- 10 FIÈVRE ET HOMÉOPATHIE
- 11 LES REMÈDES HOMÉOPATHIQUES DE LA FIÈVRE
- 16 POÈME DE MEDVEDEF
- 17 CAHIER CENTRAL : LES TROUBLES DIGESTIFS
- 25 MON CHEMINEMENT EN HOMÉOPATHIE FAMILIALE
- 33 **DERNIÈRES NOUVELLES DES MISSIONS**
AFRIQUE
 - 33 • Congo Brazzaville
 - 34 • Guinée forestière
 - 35 • Nord Bénin
 - 36 • SénégalFRANCE
 - 38 • Atelier d'Homéopathie Familiale

Image de couverture : ©DR

Membres du CA d'HSF-France 2022

Présidente	Dr Françoise Lamey
Vice-président	Dr Frédéric Rérolle
Secrétaire	Dr Louis Pierre Clouté
Secrétaire adjointe	CorinneCap
Trésorière	Dr Aline Cabiran
Trésorière adjointe	Dr Dominique Delbos
Administrateurs	Dr Xavier Bihr Dr Catherine Damiano-Delattre Dr Martine Durant Jullien Dr Pierre Lenthalic
Membre d'honneur	Dr Christine Arnoux

CHERS.ES AMIS.ES FIDÈLES À HSF-FRANCE

Voici notre nouvelle lettre porteuse de quelques ambitions, celles de permettre au plus grand nombre de prendre sa santé en main. Nous constatons que l'accès aux professionnels de santé est de plus en plus difficile, que les remèdes proposés sont parfois mal tolérés pour des pathologies courantes.

Nous observons que des groupes de personnes se réunissent spontanément pour unir leur savoir afin d'acquérir une autonomie dans de nombreuses maladies courantes, états grippaux, gastroentérites, rhumes et nous sollicitent pour compléter leurs connaissances en homéopathie.

La mise en place d'ateliers d'homéopathie familiale répond parfaitement à cette demande. En effet, ces pathologies, souvent bénignes, peuvent et doivent être prises en charge le plus tôt possible. Attendre une semaine pour avoir un rendez-vous médical n'est pas satisfaisant : l'état du malade aura pu empirer et nécessitera alors un traitement plus lourd.

Dans cet esprit de promotion de l'homéopathie familiale, toute notre équipe s'est réunie pour élaborer cette nouvelle lettre : Dr Christine Arnoux nous parlera de son expérience en homéopathie familiale et rendra hommage au Pr Montagnier. Dr Louis Pierre Cloute vous parlera de l'organisation de nos journées d'homéopathie familiale.

Si vous souffrez de troubles digestifs, en pages centrales de notre lettre, le Dr Catherine Damiano -Delattre vous aidera à trouver votre remède spécifique.

Dr Dominique Delbos vous expliquera POURQUOI et COMMENT prendre sa santé en main.

Dr Fred Rerolle expliquera les effets secondaires du remède le plus consommé en France, le Paracétamol.

Et mon article sur les fièvres vous permettra de gérer au plus vite ce symptôme gênant mais bien nécessaire à l'organisme pour combattre les agents infectieux.

Nous évoquerons également la reprise de nos missions à l'étranger, au Sénégal, au Congo Brazzaville, où nous pouvons ainsi continuer à exporter l'homéopathie, pour distribuer nos soins et nos granules à nos amis Africains et transmettre notre enseignement aux soignants et aux secouristes.

Bonne lecture



Dr Françoise Lamey
Présidente d'HSF-France

PRENDRE SA SANTÉ EN MAIN

OUI !

MAIS COMMENT ? AVEC QUOI ? QUAND ? POURQUOI ?

COMMENT ? En restant simple, attentif aux symptômes exprimés par le corps.

Mais surtout en les respectant ces symptômes, en essayant de comprendre leur signification.

Ne pas être dans le combat, dans l'«anti»... (antibiotique, antipyrétique, anti inflammatoire...)

Mais dans la considération et l'accompagnement de la maladie et du patient. Les granules feront le reste.

Avec l'Homéopathie familiale ou non, afin de ne pas nuire, à soi-même, à son enfant, à son mari, à son jardin, à son animal préféré, à la planète, (oui l'Homéopathie est écologique), à son porte-monnaie, même si maintenant en France, l'homéopathie n'est plus remboursée, sur le long terme, sur l'écoulement d'une vie, elle est beaucoup plus économique.

Avec beaucoup de bon sens, mais aussi un zeste de curiosité, voire d'intelligence.

QUAND ? A chaque fois que cela est possible.

C'est-à-dire : TOUJOURS, ou presque.

Dans l'urgence comme dans le chronique.

Bien sûr, il y a « l'urgence vitale ».

Mais, même là, il y aura les granules. Il faudra y penser. Il faudra les utiliser en parallèle, de la naissance jusqu'au dernier souffle ;

POURQUOI ? La santé, ou plutôt l'équilibre de santé comme disait Gérard Guéniot est si fragile, qu'il faut s'en occuper avec précaution, respect et considération. En cherchant à maintenir cet équilibre, ou à le retrouver, là encore sans nuire, sans bagarre, sans coup férir. Aller chercher le symptôme clef de l'individu et ses attributs que sont les modalités.

L'Homéopathie familiale ou non, en utilisant la dilution, la dynamisation après l'individualisation, permettra à l'organisme de retrouver la voie de l'équilibre, la voie de la santé, la voie de la vie.

« **La santé est bien trop précieuse**, disait Voltaire et après lui G. Clémenceau, **pour la laisser au seul médecin** ».

Oui, la santé est précieuse, C'est pour cela que nous devons sans arrêt en prendre soin. Sans laisser la prétendue science et ses « sachants » directeurs nous enlever le droit de prendre soin de nous-même.

Et quid de la santé mentale ?

De la joie de vivre ?

De l'envie de vivre ? Malgré les grands coups de la vie ?

Là aussi, il faudra prendre soin de soi, l'aimer jour après jour, aimer l'enfant que l'on a été, et qui devient vieillard. Il a su tomber et se relever comme il a pu. Prendre soin des autres. (Ne pas mettre Papi et Mamie dans la cuisine pour manger la bûche).

Pas forcément besoin de « fluoxétine », de « zopiclone » ou de CBD à tout prix.

La douleur, la peine, l'angoisse sont des signes comme les autres. Ils sont la signature de notre vie, de ses accidents, de nous-même. N'est-ce pas normal de pleurer quand on a perdu son compagnon ou son enfant ?

Il faut prendre ces symptômes, tourner autour, tourner avec, les apprivoiser et être bienveillant à soi-même et aux autres.

Là encore, l'homéopathie avec son H, son plus grand H pourra nous aider à accompagner, à avancer, à retrouver un équilibre.

Aucun de nous n'est une Image.

Aucune vie n'est et ne peut être « un long fleuve tranquille ».

(Voilà pourquoi, il faut prendre, ou reprendre et garder sa santé en main.)

Dr Dominique Delbos

HOMÉOPATHIE FAMILIALE POURQUOI ? COMMENT ?

- Il y a une pénurie croissante de médecins en France : en octobre 2022, 1 Français sur 10 serait sans médecin traitant (CSMF). Les médecins homéopathes en activité sont encore plus rares.
- L'automédication en allopathie comporte des risques, même pour le simple paracétamol (Doliprane et autres)
- Ces éléments sont en faveur de la nécessité pour les patients d'être davantage co-acteurs de leur santé. Pour cela il leur est nécessaire d'acquérir des connaissances.
- L'homéopathie familiale, bien comprise, peut être un outil thérapeutique efficace pour ces patients à condition qu'ils en connaissent les bases, le mode d'action et, également, les limites. Cet enseignement se limite donc aux traitements de pathologies aiguës et bénignes du quotidien. Ceci leur permettra souvent de se soigner ou, pour le moins, d'attendre dans de meilleures conditions un éventuel rendez-vous chez leur médecin.

COMMENT ?

COMMENT ORGANISER UNE SESSION D'HOMÉOPATHIE FAMILIALE ?

Il suffit pour cela qu'une douzaine de personnes intéressées se regroupent dans un secteur, trouvent un lieu de réunion et un rétroprojecteur (pour l'initiation seulement).

Vous pouvez ensuite nous contacter à partir de notre site : Homéopathes Sans Frontières - France - Ouvrir à tous l'accès aux soins (hsf-france.com)

COMMENT SE DÉROULENT CES FORMATIONS ?

- **L'initiation** : elle consiste à acquérir ou réviser les bases nécessaires à la compréhension de l'homéopathie et les principes qui régissent le choix puis la prise des remèdes appropriés à chaque cas. Elle est faite à l'aide d'un diaporama commenté par un formateur de HSF, suivi d'un dialogue sous forme de questions-réponses et ceci dure environ 2 heures.

- **Les exercices pratiques** de recherche du remède adéquat en fonction de cas cliniques divers. Ces exercices pourront être réalisés selon des thèmes choisis tels que : traumatismes, fièvres, anxiété, problèmes ORL, problèmes digestifs, etc... et seront faits à l'aide d'un ouvrage du Dr B. Long qui vous sera vendu par HSF ou que vous pouvez acquérir dans le commerce.

Ces deux temps distincts peuvent se faire séparément : matinée, après-midi ou soirée, ou bien, être regroupées dans une même journée. Cette formule est préférée lorsque le formateur disponible est éloigné du lieu que vous avez choisi.

Durant ces dernières années, de nombreux témoignages de satisfaction nous encouragent à persister dans cette démarche ... en fonction de vos demandes et de nos possibilités.

Dr Louis Pierre Clouté

LES DANGERS DU PARACÉTAMOL

Le paracétamol, le médicament le plus vendu en France et dans le monde, est toxique pour le foie et pour les reins, surtout à forte dose. C'est aujourd'hui la première cause d'insuffisance hépatocellulaire et de greffe du foie. Notre organisme utilise le glutathion pour détoxifier le foie, ainsi la consommation régulière de Paracétamol va épuiser nos réserves de cet anti-oxydant précieux pour l'organisme. Il existe, en vente libre, plus de 200 spécialités pharmaceutiques qui contiennent du paracétamol, qu'elles soient à visée antidouleur ou contre la fièvre, à destination des adultes comme des enfants. Le risque de surdosage n'est donc pas à prendre à la légère.

Même à dose « normale », le paracétamol pris plusieurs fois par jour sur une longue période (plus de deux semaines) augmenterait de 20 % les risques de maladies cardio-vasculaires, infarctus et accidents vasculaires cérébraux.

Effet du Paracetamol sur l'épidémie covid19.

La fièvre est une réaction de défense de l'organisme en cas d'infection. En particulier en augmentant le taux d'interféron, antiviral naturel. Donc, faire baisser la fièvre artificiellement avec du Paracétamol va favoriser le développement du virus dans l'organisme et donc augmenter la charge virale. Ainsi la pathologie s'aggrave et la contagiosité augmente et se prolonge ! En plus, le patient, ne se sentant plus malade, va prendre moins de précaution et propager le virus ! Donc probablement, l'usage massif du Paracétamol, seul traitement recommandé par nos autorités de santé pendant l'épidémie de Sars cov2 (covid19), a retardé la guérison des patients, favorisé la diffusion du virus et donc, sans doute, aggravé l'épidémie !

L'homéopathie offre donc une alternative non toxique de premier plan aux antalgiques et anti-inflammatoires.

Dr Frédéric Rérolle

FIÈVRE ET HOMÉOPATHIE

Pour l'homéopathe la fièvre n'est pas un mal à combattre mais une défense de l'organisme face à une infection virale, bactérienne ou parasitaire.

En présence d'un agent infectieux notre organisme va se défendre grâce à notre système immunitaire. Certains de nos globules blancs (lymphocytes et macrophages), vont libérer dans l'organisme des cytokines. Ces dernières sont des messagers qui communiquent avec le système immunitaire et induisent une réponse correspondant au signal détecté. Leur production est donc une réponse à la présence d'un agent infectieux et certaines d'entre elles entraînent de la fièvre.

De plus, l'augmentation de la température va accélérer tous les mécanismes de l'immunité, en particulier la production des anticorps et des cellules immunocompétentes. Les microbes seront affectés par cette hausse de la température bien plus que le malade lui-même.

De nombreux pathogènes ont une température maximale de croissance, qui est égale ou inférieure à 37°. Par exemple, les virus grippaux se développent à 35° et la fièvre les empêche donc de se multiplier.

La fièvre est donc un mécanisme de défense.

Traiter la fièvre avec du paracétamol et des anti-inflammatoires risque de retarder la guérison et de favoriser les complications. (Cf article Dr Frédéric Rérolle)

Certes, la fièvre est un symptôme inconfortable mais nos remèdes homéopathiques bien prescrits permettront à l'organisme de se défendre efficacement et rapidement.

Cependant, chez l'enfant, nous devons prendre des précautions pour éviter les convulsions dues à une fièvre élevée.

Il faut considérer la fièvre comme un symptôme d'alerte et laisser l'enfant au repos, ne pas le couvrir excessivement, lui donner régulièrement à boire et observer son comportement.

Si l'enfant fiévreux est très abattu, s'il présente une raideur de la nuque, un état de somnolence profond, des douleurs abdominales ou des vomissements, contactez votre médecin habituel en lui décrivant ce que vous avez observé sans vous limiter à la température.

Dr Françoise Lamey

LES REMÈDES HOMÉOPATHIQUES DE LA FIÈVRE

NOUS ALLONS ENVISAGER LES REMÈDES DE FIÈVRE LES PLUS COURANTS DES AFFECTIONS AIGÜES.

Ce qu'il faut noter en présence d'une fièvre

1° Le début est-il brutal ou la fièvre apparaît-elle de manière progressive ?

2° La fièvre est-elle très élevée (supérieure à 39°) ou peu élevée (38° ou moins) ?

3° La cause de cette fièvre peut-elle être retrouvée, elle peut faire suite à une contagion, à une exposition au froid, à l'humidité, à une intoxication alimentaire ou à une émotion comme la colère.

4° La soif est-elle présente et si oui notez si le malade boit de petites quantités d'eau souvent répétées ou de grandes quantités ou si la soif est absente.

5° La transpiration est elle présente ou non, au niveau du visage, des mains , du corps ?

6° Le comportement du malade : est-il abattu, agité, anxieux, irritable, est ce qu'il parle beaucoup ?

7° Les modalités qui seront les circonstances d'aggravation et d'amélioration de la fièvre.

La fièvre du malade pourra être aggravée la nuit, par le mouvement, par la moindre secousse et elle pourra être améliorée par l'immobilité absolue, par l'apparition d'un écoulement ?

Que réclame le malade pour être mieux ? Être couvert ou découvert ? Que la fenêtre soit ouverte ou fermée ? Reste-t'il toujours dans la même position ? Bouge-t'il beaucoup ?

8° Les signes concomitants qui sont les signes qui surviennent en même temps que la fièvre :

- tête : maux de tête ?
- yeux : douleurs ou photophobie ?
- bouche : sèche ?
- douleurs au niveau de l'estomac ou du ventre ? Y a-t-il des troubles du transit ?
- douleurs du dos et des membres ?

Tous les symptômes rares, bizarres, curieux sont de bons signes homéopathiques et vont permettre de trouver le remède qui convient.

ÉTUDIATIONS MAINTENANT LES PRINCIPAUX REMÈDES HOMÉOPATHIQUES

1° Les remèdes de fièvre élevée (39° ou plus) à début brutal.

ACONIT

C'est une fièvre qui va survenir de façon brutale à la suite d'un coup de froid sec : le visage est rouge, la soif est vive pour de grande quantité d'eau froide, et on peut noter une grande agitation, une anxiété avec peur de mourir. Il n'y a pas de sueurs.

BELLADONNA

Le début est brutal, la soif est variable, et le malade est abattu, il peut délirer et on note une aggravation par la lumière, le bruit, les secousses. Cette fièvre est souvent accompagnée de céphalées battantes, le visage est rouge, la tête est chaude et les extrémités sont froides.

APIS

Le début est brutal, le sujet transpire peu et n'a pas soif, il est prostré et il peut ressentir des douleurs piquantes et brûlantes. Il veut être découvert et veut avoir la fenêtre ouverte.

GELSEMIUM

La fièvre est d'installation brutale, le sujet tremble, il présente des frissons au niveau du dos, il est très abattu, voire prostré avec des sensations de meurtrissure musculaire et des maux de tête violents. Il n'a pas soif.

2° les remèdes de fièvre élevée à début progressif

BRYONIA

Fièvre avec immobilité totale du malade car elle est aggravée par tout mouvement et il présente une soif intense pour de grandes quantités d'eau, avec sécheresse de la bouche, de la gorge, il transpire beaucoup. Il présente aussi des céphalées et une toux sèche douloureuse.

PULSATILLA

Fièvre élevée à début progressif avec frissons (veut se découvrir), somnolence. Le malade veut être porté, pleure, a besoin de compagnie et de consolation avec une toux sèche le soir. Sa fièvre est aggravée par la chaleur et améliorée au grand air et il n'a pas soif.



ARSENICUM ALBUM



Fièvre élevée à début progressif avec sueurs froides, agitation et anxiété surtout entre 1h et 3 h le matin, soif d'eau froide en petite quantité et souvent le malade a peur de la mort, a besoin de la présence d'un proche. La fièvre est souvent accompagnée de douleurs au ventre. C'est un remède qui est amélioré par la chaleur et que l'on retrouve souvent après une intoxication alimentaire

EUPATORIUM PERFOLIATUM

Correspond à un malade qui a une fièvre qui s'aggrave entre 7h et 9 h du matin avec frissons, peu de sueurs, une soif vive de grandes quantités d'eau froide, des douleurs osseuses ainsi que des sensations de douleurs comme des meurtrissures dans les globes oculaires, des courbatures musculaires. Le malade bouge constamment dans son lit ce qui n'améliore pas ses douleurs.

RHUS TOXICODENDRON

Correspond à un malade qui présente une fièvre avec frissons (sensation d'être aspergé d'eau froide) il transpire de tout le corps sauf de la tête et du visage, il a soif, il désire boire du lait froid et ses mains et pieds sont froids il présente des courbatures souvent



au niveau de la région lombaire et il est très agité et ne veut pas rester dans son lit .

3° Un remède de fièvre peu élevée

FERRUM PHOSPHORICUM

La fièvre s'installe de façon progressive avec un visage alternativement rouge et pâle, peu de transpiration, des maux de tête, un rhume avec des saignements du nez, une otite, une toux sèche chez un enfant ou une personne plutôt âgée très fatiguée.



Ces remèdes sont à utiliser en 9CH, 3 granules toutes les 3 à 4h. Si le remède trouvé est le bon, la fièvre va diminuer et il faut reprendre ce même remède si la température remonte. Si vous n'avez aucune amélioration, c'est que ce n'est pas le bon remède. Consultez votre médecin traitant si les symptômes persistent au-delà de 24H.

Je vous ai parlé des principaux remèdes que l'on retrouve le plus fréquemment mais il en existe d'autres comme Arnica, Chamomilla, China, Nux Vomica, Phosphorus, Stramonium .

Dr Françoise Lamey

« POÈME » PÉDAGOGIQUE

ACONITUM

les « Grands remèdes homéopathiques » du Docteur Michel Medvédef

Il a peur de la mort et ce symptôme prime
Quel que soit le tableau, en général aigu.
Le faciès vultueux la crainte intense exprime
L'atroce anxiété du trépas attendu.

Fébrile et agité, ne tenant pas en place,
Rouge et brûlant couché, mais quand il veut s'asseoir
Une brusque pâleur s'empare de sa face.
Il veut se découvrir. Tout s'aggrave le soir.

Il souffre atrocement ; douleurs intolérables ;
D'eau une intense soif ; en quantité il boit.
Ses malaises, dit il, ne seront pas curables
Et même le moment de sa mort il prévoit.

Brutal coup de froid sec et le tableau s'installe
Et très rapidement tout est au maximum.
Une fièvre élevée, une angoisse anormale
Pas de sueurs du tout, c'est le critérium.

Qu'importe l'affection, d'intérêt secondaire
Car tous les appareils peuvent être touchés
Toux croupale à minuit, congestion pulmonaire,
Selle verdâtre encor comme épinards haches.

La tête qui éclate ou le cœur éréthique,
Au pouls plein, dur, fréquent, et souvent bondissant,
Coryza douloureux, crachat hémoptoïque ;
Quel que soit le symptôme, il est très angoissant.

Un sujet sulfur est brusquement malade,
Un grand médicament apparaît au zénith,
Qui possède à lui seul la classique triade :
Agitation, douleurs et peur, c'est Aconit.



TROUBLES DIGESTIFS : LA DYSPEPSIE

Nous allons aborder aujourd'hui le traitement homéopathique des troubles digestifs regroupés sous le nom de dyspepsie. Celle-ci se manifeste par une impression de « mal digérer ». Elle associe un ou plusieurs des symptômes suivants :

- une impression d'être rapidement rassasié.
- une sensation gênante de plénitude et de lourdeur de l'estomac après le repas.
- des nausées avec parfois des vomissements, des éructations, le hoquet.
- des douleurs ou brûlures au creux de l'estomac.
- des ballonnements de l'estomac et des flatulences intestinales...

Les facteurs favorisant une mauvaise digestion sont nombreux :

- la prise de repas copieux, d'aliments gras et acides.
- la consommation d'alcool, de tabac, de café, de repas épicés.
- l'anxiété et le stress.
- une mauvaise mastication des aliments ou des repas consommés trop vite...

Cette liste n'est pas exhaustive.

La dyspepsie est actuellement un défi clinique et thérapeutique. 20 à 40 % des personnes en sont atteintes... et cela depuis des décennies.

Les traitements allopathiques sont partiellement efficaces et comportent des effets secondaires notables.

L'homéopathie va répondre de façon ciblée aux symptômes décrits par le patient. C'est une ressource indéniable de traitement pour des personnes qui désespèrent de digérer correctement !

J'ai fait le choix de présenter les remèdes en fonction des erreurs hygiéno-diététiques et des intolérances à certains aliments. Nous évoquerons aussi les effets sur la digestion du stress et des émotions.

Il vous faudra donc repérer ce qui vous semble être la cause de vos troubles digestifs, améliorer, en conséquence, vos choix alimentaires et prendre le bon médicament.
N'hésitez pas non plus ...à regarder votre langue !

Je vous conseille pour ces remèdes les dilutions 5 CH-7CH en cas de troubles aigus, 3 grains, 3 fois par jour, un quart d'heure avant le repas, à espacer dès amélioration.
En cas de persistance des signes, n'hésitez pas à consulter un médecin homéopathe

LES REMÈDES D'EXCÈS ALIMENTAIRES ET DE NOURRI- TURE ACIDE : 3 REMÈDES IMPORTANTS

NUX VOMICA (la noix vomique) :

Sa prise fait suite à :

- des excès de toute sorte : alcool, bière (comme Kali Bichromicum), tabac, café, épices, aliments acides, œufs, médicaments, travail intellectuel, repas des fêtes de fin d'année
- un sentiment d'injustice

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- céphalées matinales après excès de table : « gueule de bois »
- nausées (matin et après le repas), éructations, renvois, vomissements violents alimentaires ou acides qui soulagent, hoquet violent
- ballonnement excessif : sensation d'un poids lourd sur l'estomac, une heure après avoir mangé
- nécessité de desserrer sa ceinture après le repas qui l'améliore
- somnolence après le repas de midi, améliorée par une courte sieste
- langue recouverte d'un enduit blanc jaunâtre dans la moitié postérieure, moitié antérieure propre
- irritabilité et colère, sédentarité



ANTIMONIUM CRUDUM (sulfure noir d'antimoine)

Sa prise fait suite à :

- de la goinfrerie (contrairement à Nux Vomica qui est plutôt un gourmet)
- des excès de nourriture grasse, de viande de porc, de vin acide, de lait, de fruits
- un chagrin d'amour ; bain froid ou après avoir eu trop chaud

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- maux de tête
- aérophagie avec éructations ayant le goût et l'odeur des aliments
- nausées, renvois, vomissements
- flatulences après le repas
- soif intense
- tendance à l'obésité par boulimie et à la mauvaise humeur
- langue chargée, épaisse, recouverte d'un enduit blanc laiteux.



CHINA RUBRA (Quinquina) :

C'est un remède qui est prescrit pour des états de fatigue avec faiblesse générale, d'anémie (par perte de sang) et de fièvre et qui présente aussi des signes digestifs notables.

Sa prise fait suite à :

- des excès, après avoir mangé des fruits, avoir bu du lait, du thé, pris une nourriture acide
- la perte de liquides vitaux

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- goût amer
- soif de grandes quantités d'eau froide
- boulimie avec faim nocturne
- éructations très fréquentes qui ne soulagent pas, hoquet
- distension de tout l'abdomen améliorée par le mouvement, en dégrafant la ceinture, pliée en deux
- diarrhées avec fermentation, prolongées épuisantes avec beaucoup de flatulences qui ont du mal à sortir
- faiblesse générale et irritabilité

LES REMÈDES D'INDIGESTION DES GRAISSES, DU PORC, DES PÂTISSERIES :

IPECA (ipecacuanha)

Sa prise fait suite à :

• un excès de nourriture grasse, du porc, des pâtisseries, des fruits, de la glace, du sucré

• une colère, une vexation.

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- nausées constantes persistantes avec vomissements muqueux très abondants qui ne soulagent pas et qui épuisent
- sensation comme si l'estomac était relâché et pendait dans l'abdomen, aggravé par le mouvement, amélioré par le repos
- diarrhée avec selles fermentées, écumeuses, verdâtres, visqueuses ou dysentériques après avoir mangé des fruits verts ou quand les nuits froides succèdent aux nuits chaudes
- langue toujours propre avec salivation intense : signe très important
- irritabilité, anxiété, agacement, désir de quantité de choses sans savoir vraiment lesquelles



PULSATILLA (anémone pulsatile)

Sa prise fait suite à :

- un abandon, séparation, sensation d'être négligé
- une grossesse
- une nourriture grasse, pâtisserie, crème glacée, sucreries, viande de porc, oignons.

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- absence complète de soif avec sécheresse de la bouche
- l'eau a mauvais goût, les aliments ont un goût amer
- odeur putride de l'haleine, éructations ayant le goût des aliments
- embarras gastrique avec douleurs et pesanteur aggravé par la chaleur
- distension abdominale avec nausées et vomissements, une heure après absorption

- coliques avec gargouillements et diarrhée aqueuse
 - Langue recouverte d'un enduit blanc ou jaunâtre
- Remède (plutôt de terrain) essentiellement indiqué chez une personne timide, émotive, douce qui pleure pour un rien mais facilement consolable. Très attaché à sa maman ou à un substitut maternel.

CARBO VEGETABILIS (le charbon végétal)

Sa prise fait suite à :

- une prise de nourriture grasse : porc, beurre, crème glacée, lait
- abus de vin
- avoir eu trop chaud
- perte de liquide vital

Les signes particuliers qui font penser au remède :

Tout semble se transformer en gaz :

- flatulence gastrique excessive avec éructations putrides après avoir mangé ou bu, qui soulagent momentanément
- distension de la partie supérieure de l'abdomen
- brûlures d'estomac
- extrême faiblesse : somnolence, épuisement.
- langue recouverte de mucosités jaunâtres et brunâtres, sensible comme si elle était à vif
- amélioration en étant éventé : signe important du remède

LES REMÈDES D'EXCÈS OU D'INTOLÉRANCE AUX SUCRERIES :

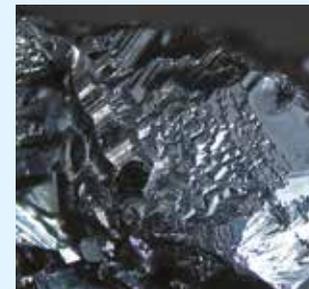
En plus de Pulsatilla et Ipeca déjà traités, on trouvera :

ARGENTUM NITRICUM (nitrate d'argent)

C'est un grand remède actuel : du stress, de la précipitation anxieuse, des repas sucrés pris rapidement.

Sa prise fait suite à :

- trac (remède d'examen), émotion, appréhension, précipitation
- excès de sucreries, crèmes glacées`



Les signes particuliers qui font penser au remède :

- désir irrésistible des choses sucrées dont le chocolat
- mange très vite sans mâcher
- nausées, régurgitations, vomissements
- éructations bruyantes qui soulagent
- douleurs brûlantes de l'estomac, ulcérales, coupantes, rongeantes
- flatulence excessive, diarrhée verdâtre.
- agitation anxieuse : le temps passe trop vite..Angoisse relative au temps et à l'espace.

J'en profite pour évoquer le remède d'aggravation aux émotions et au chagrin :

IGNATIA : sensation de faim avec défaillance au creux de l'estomac. Hoquet nerveux. Soupçons. Boule dans la gorge.

Dyspepsie paradoxale : ne digère pas un repas de régime mais un repas lourd sans problème !

LYCOPodium (lycopode) :

C'est un remède qui sera prescrit en terrain par un médecin homéopathe, qui jugera de l'opportunité d'effectuer un drainage hépatique ou rénal avant sa prescription.



Sa prise en cas de troubles digestifs fait suite à :

- la prise d'oignons, ail
- la consommation d'huître, chou, haricots.

Les signes particuliers qui font penser au remède :

- faim vorace mais vite rassasiée avec sensation rapide de plénitude après avoir mangé
- éructations incomplètes, brûlantes, remontées acides
- distension abdominale inférieure importante
- bruits digestifs importants, accumulation de gaz dont l'expulsion soulage.

Les sujets relevant du remède sont brillants intellectuellement, autoritaires, coléreux (n'acceptent pas la contradiction) mais

faibles physiquement. Ils ont un manque de confiance en eux. Ils sont aggravés entre 16h et 20 h, du côté droit, la colère.

LES REMÈDES APRÈS UNE COLÈRE, UNE CONTRARIÉTÉ

CHAMOMILLA (la camomille) :

- aggravation par la contrariété mais aussi la caféine, amélioration par le berce ment
- éructations fétides
- impression de pierre dans l'estomac
- vomissements acides, amers, bilieux
- gaz à l'odeur d'œufs pourris
- impatience, mauvaise humeur extrême.



COLOCYNTHIS (la coloquinte)

Crampes ou coliques abdominales soulagées en se pliant en deux ou par la pression forte.

STAPHYSAGRIA (herbe aux poux) :

- impression que l'estomac pend, ballonnements améliorés par le repos
- susceptibilité et colère rentrée (remède de terrain ou de causalité), tabagisme.



J'espère que vous pourrez trouver « Le » bon remède parmi ceux que j'ai développés si vous souffrez de troubles dyspeptiques...Sachez qu'il existe encore quantité d'autres médicaments homéopathiques pour soigner ce problème. Je n'ai pas abordé, notamment, les brûlures digestives. Peut-être aurons-nous l'occasion d'en reparler lors d'une réunion d'homéopathie familiale.

Docteur Catherine DAMIANO-DELATTRE



MON CHEMINEMENT EN HOMÉOPATHIE FAMILIALE

Depuis Paris jusqu'en Comminges

L'histoire remonte à une époque qui peut sembler lointaine pour certains à une époque presque reculée où des personnes (des femmes surtout) en ont eu assez de devoir toujours obéir à des tiers qui savent mieux qu'elles-mêmes ce qui leur convient, c'est à dire au fond, être considérées comme des mineures, des incultes ; leurs préoccupations c'était la contraception, la pilule, le stérilet, l'avortement, avoir accès à leur dossier médical, avoir leur mot à dire au sujet de leur corps et de leur propre santé ! Elles se sont mises à penser et à exprimer que leur corps leur appartenait à elles prioritairement, et que c'était à elles de décider comment et par qui et avec quelles méthodes elles voulaient être soignées et conseillées en matière de soins et de santé.

C'était des impatientes et des impatients : elles-ils voulaient tout apprendre, tout savoir dans tous les domaines d'ailleurs : ils-elles ont lancé tout de suite un journal qui s'est appelé « l'Impatient », et Moi jeune médecin installée dans un quartier (d'émigrants et d'ouvriers) assez défavorisé de Paris je me suis trouvée entraînée dans le tourbillon de cette impatience à laquelle j'ai tout de suite adhéré ayant moi-même fait preuve d'une audace incroyable : y pratiquer l'Homéopathie ; ces « impatient-tes » avaient créé des « groupes santé » en plusieurs endroits, lieux de rencontre pour discuter, discussions qui se déroulaient souvent dans des squats... quelle époque! Le journal « l'Impatient » comme toutes les innovations a subi bien des avatars, mais contre vents et marées, il existe toujours et porte aujourd'hui le nom de « Alternative Santé » ... Dans mon modeste cabinet de la rue de Flandre, lorsqu'un-e impatiente venait, après la consultation, elle s'installait confortablement et disait « et bien maintenant Docteur, vous allez m'expliquer ce que c'est cette médecine, comment elle marche, pourquoi elle est sans effets secondaires, j'ai besoin de savoir pourquoi ! ». Quand plusieurs m'ont eu fait successivement

cette remarque, je leur ai dit : « plutôt que de me faire passer une heure avec chacun d'entre vous que penseriez-vous d'une réunion où se rassembleraient tous ceux qui ont cette même demande ? » Aussitôt dit aussitôt fait : un lieu, un tableau, des craies (il n'existait pas encore de tableaux blancs ! les projections... la préhistoire quoi !)

J'étais novice dans cette initiative et me suis rendue compte peu à peu de la difficulté qu'il y a à initier et convaincre les autres de ce à quoi on croit le plus. Ce qui se conçoit bien, s'énonce clairement, paraît-il. Plus simple à dire qu'à faire ; et j'ai beaucoup évolué au fil des années dans ma technique d'enseignement de la matière homéopathique : d'abord parler du Principe de similitude qui est presque une banalité, tout le monde sait ça : « toute substance du monde vivant - minéral, animal végétal – qui fait apparaître sur un humain (sain et sensible) des symptômes, est susceptible de faire disparaître ces mêmes symptômes chez un sujet qui les voit apparaître du fait d'un état pathologique. Ce principe est ancien, il a été énoncé il y a 2450 ans par Hippocrate mais connu sans doute bien antérieurement car on en retrouve les traces dans toute les civilisations (Chine ancienne, Egypte) Lorsque nous l'évoquons au cours de nos missions d'HSF en Afrique on voit de larges sourires apparaître sur les visages ; cela fait écho à des savoirs ancestraux chez eux dont ils ne parlent pas de peur de paraître arriérés ; de même au cours d'enquêtes ethnobotaniques chez nous dans les campagnes on entend : « Ah oui au fait ma grand-mère disait toujours que ce qui a fait du mal fait aussi du bien » ...Au fond c'est banal tout le monde sait ça ! Ce qui l'est moins c'est qu'un certain Hahnemann (dont le nom lui aussi est devenu assez familier aujourd'hui) se soit aperçu que ces substances, dont certaines sont très toxiques voire mortelles, lorsqu'elles sont diluées pour réduire la dose et s'éloigner de la toxicité, et bien leur pouvoir curatif au lieu, lui, de se réduire reste identique, et même s'amplifie ! Mystère ? Le bon docteur Hahnemann qui faisait ses visites à cheval (c'était il y a 250 ans) et transportait avec lui ses médicaments dans des sacs accrochés sur les flancs de sa bête, en a déduit que les secousses qui se communiquaient aux flacons transportés devaient y être pour

quelque chose ! D'autres disent que cela est une légende. J'aime dans mes récits glisser des légendes car ce sont elles qui font que l'on « retient ». En tout cas ce sont des constatations expérimentales qui n'ont malheureusement pas été reproduites en double aveugle sur des lots de 10.000 personnes randomisés. Aussi à cause de cela le médecin homéopathe sera puni, ne devra plus faire valoir ses compétences en Homéopathie, ni sur sa plaque professionnelle ni sur ses ordonnances... Na ! Il peut mettre par contre « médecine traditionnelle chinoise, acupuncture, sophrologie, hypnose, psychothérapie, massages ceci ou cela... sans le moindre souci ! Ainsi en ont décidé nos gardiens de la médecine scientifique, de la médecine des « preuves » dont les journalistes « scientifiques », les scientifiques de plateau et les autres nous abreuvent ; les mensonges sur l'homéopathie, sont de nombreuses fois répétées et ne reflètent que leur navrante ignorance sur un sujet dont ils ne savent rien, mais n'ont aucun désir d'aller voir les sources.

Les résultats positifs, ceux qui se soignent de cette manière les connaissent et pourraient en parler si on leur donnait la parole ! Mais il n'en est pas encore question.

Comment Hahnemann a-t-il réalisé ses médicaments ? Là-aussi tout le monde connaît le tube de granules d'Homéopathie du laboratoire Boiron bien qu'il existe aussi ceux de Weleda, de Lehning et d'autres différents faits par des pharmaciens indépendants ; vous savez les granules de sucre qui ne contiennent rien et qu'on a le culot de vous vendre cher ! ARNICA 9CH prenons cet exemple : Un jour l'un de mes patients m'a dit : « moi je roule mieux avec la 4 CHEvaux qu'avec la 9 CHEvaux ! » sage réflexion qui mérite quelques explications ; CH veut dire Centésimale Hahnemanienne ; il faut prendre 1cm³ d'une TM – teinture mère d'une plante obtenue en laissant macérer cette plante (feuilles fleurs racines selon ce que l'on veut obtenir) dans de l'alcool dans un flacon sombre pendant 30 jours – et le mélanger à 99 cm³ d'un solvant ; on dynamise ce mélange par une centaine de secousses, on a donc un liquide dilué au 1/100^e c'est la 1CH: ensuite on prend 1cm³ de la 1CH qu'on ajoute à 99 cm³ de solvant (de l'eau tout

simplement); on dynamise et on obtient la 2CH qui est donc une dilution au 1/10.000^e etc. etc. autant de fois que l'on veut ; on fait de même avec les substances solides appelées « triturations » en poudre. À partir de la 4CH, même les poudres peuvent se retrouver à l'état liquide. La méthode hahnemannienne réclame beaucoup de flacons tous gardés pour imprégner des granules lesquels ne sont rien d'autre que des supports ; deux gouttes peuvent imprégner un grand bol de granules. C'est dire l'économie réalisée en substance de base ; pas besoin de prélever des hectares de végétaux pour réaliser ces remèdes, le prix tient surtout aux tubes, aux emballages, à la manutention. Tout cela prend un certain temps pour expliquer chaque terme que ne connaissent pas forcément ceux qui ne sont pas du monde médical ou pharmaceutique ; donc il s'est avéré rapidement qu'il fallait faire plusieurs séances d'initiation pour ces personnes qui y ont vite pris goût. Nous avons créé l'Association appelée « Sciences, Art et Survie... homéopathie et médecines différentes » spécialement pour approcher davantage l'homéopathie, mais aussi d'autres thérapies qui commençaient à se manifester comme l'ostéopathie, divers massages, divers arts thérapeutiques ; l'organisation de stages s'est faite, j'ai quitté Paris pour les Pyrénées transférant avec moi le siège de l'association SAS... et aussi un certain nombre de personnes qui souhaitaient quitter la grande ville. Je me suis aussi investie beaucoup dans HSF et SAS a été durant plusieurs années l'antenne locale d'HSF en Haute-Garonne. Cette initiation aux bases de l'homéopathie s'est organisée sous forme de stages, d'abord d'une semaine en pleine nature. C'est long une semaine ! alors 4 jours puis 3 puis deux jours, nous sommes de plus en plus pressés vous le savez, et puis de plus en plus sollicités, de plus en plus occupés... On a aussi fait plusieurs « niveaux ». Le premier niveau est plutôt une information générale qui parfois suffit à certains ; Il faut dire qu'au fil des années sont apparus dans les librairies des livres très bien faits, ce qui n'existait pas dans le temps. Je les ai presque tous chez moi et je peux les montrer, les prêter, les conseiller selon ce que chacun recherche. Autrefois il n'existait qu'un tout petit livre de Mr Poirier qui servait autant aux professionnels de santé, médecins, étudiants en médecine qu'aux fervents de cette médecine qui se débrouillaient comme ils

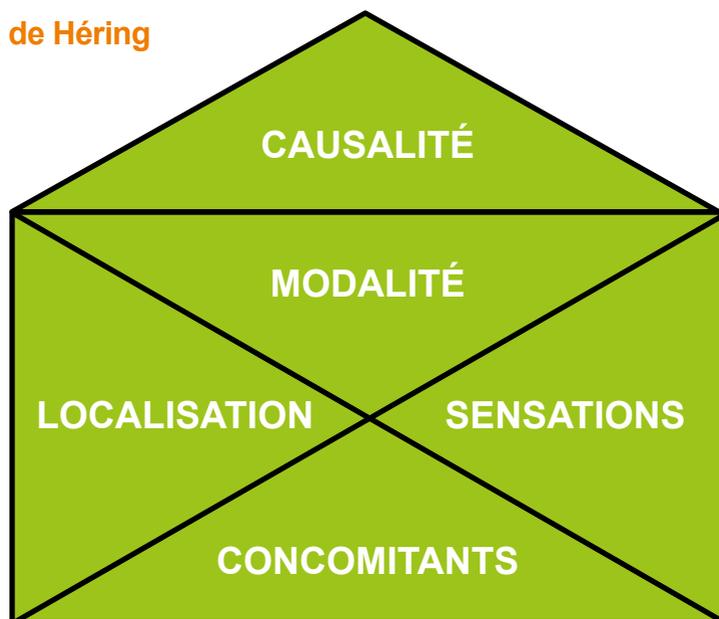
pouvaient avec en plus quelques conseils téléphoniques de leur médecin ; je dois rendre hommage au Dr Alain Horvilleur qui fut l'un des premiers à s'attaquer à la dure tâche de s'adresser à tout public, d'autres ont suivi ; maintenant un assez grand choix existe. Je dois dire que depuis le début je suis rapidement devenue persuadée que c'était l'avenir, le sens de l'histoire ! « Ils » veulent la discréditer, la faire disparaître ? « ils » n'y arriveront pas parce qu'elle sera de plus en plus demandée par des gens de plus en plus informés.

Revenons à Arnica plante et remède homéopathique qui est très familier en principe ; dans le magnifique livre de Sœur Colette Peyrard*: « Le trésor de l'Homéopathie en cas de blessures et d'accidents » à la page d'ARNICA on peut lire Arnica lève les coups (4ch), ARNICA lève la peur (30 ch)... Pourquoi ? Nous avons vu qu'au fil des dilutions et dynamisations successives la substance de base est de plus en plus « dématérialisée » ; au début on disait qu'à partir de la 9CH il n'y avait plus de molécules ; grâce au microscope électronique cette frontière a été ensuite repoussée jusqu'à la 12CH. En tout cas lorsqu'on grimpe en dilution-dynamisation 15,30,1000 et au-delà, il est évident qu'on a affaire à des substances qui ne sont plus dans le domaine « matériel ». Comment agissent-elles ? Autre mystère ! objet de recherches assidues par les physiciens.

Hahnemann a classé les symptômes que provoque, par expérimentation sur un sujet sain et sensible, une plante, un animal, un minéral en symptômes physiques, généraux, émotionnels, mentaux et causes. Les symptômes locaux, selon cette hiérarchie, sont traités par des basses dilutions (décimales, ou centésimales jusqu'à la 4ch-5ch) les symptômes généraux par les 7-9-CH les symptômes émotionnels par les 12-15 CH ; ceux qui résultent d'une cause (suite de...) par 30ch. Cette classification pour dire que plus on s'élève dans l'échelle des dilutions-dynamisation, plus on quitte le physique pour atteindre et traiter le mental l'émotionnel le spirituel le causal. Plus la substance est dématérialisée, plus elle s'adresse aux corps les plus subtils de l'être. Les symptômes sont recueillis dans des Matières Médicales gros

dictionnaires de symptômes ; plusieurs auteurs après Hahnemann en ont réalisées, recueillant selon leur expérience ce qui leur paraissait le plus intéressant. Les Matières Médicales aident aussi à trouver non seulement les symptômes (les plus frappants, les plus originaux, les plus inusités, les plus personnels tel que Hahnemann le dit au paragraphe 153 de l'Organon son œuvre maîtresse paru en 1790)... mais finalement le SIGNE homéopathique qui permettra de prescrire le remède qui conviendra le mieux à la guérison ; car le symptôme tout seul (même s'il est frappant et original) n'est pas suffisant : Il doit être MODALISÉ Ce symptôme là c'est celui que vous avez redit à votre médecin depuis 10 ans et qui, lui, vous redit que ça n'a rien à voir et que ça ne veut rien dire (en allopathie) ; mais en homéopathie cela veut dire par exemple, si le symptôme est une sensation douloureuse : douleur où ? Qu'est ce qui l'améliore ou l'aggrave ? Exemple : soit douleur brûlante aggravée la nuit, améliorée par l'immobilité... les applications chaudes ? Ou froides ? Il s'agira d'un signe si l'on a rempli deux, trois, quatre cases de la croix de Héring, en tout cas au moins celle des modalités !

Croix de Héring



Ici on arrive à un tournant dans la compréhension, moment que je repère et qui se traduit par le fait que l'élève ne peut plus se permettre de demander « j'ai des démangeaisons dans la tête, est-ce qu'il y a un remède homéopathique ? Ou bien « j'ai mal à la gorge, est-ce qu'il y a un remède homeo ? » Moment essentiel qui précède celui où enfin il aura des arguments pour défendre l'homéopathie, car lui-même est rentré dans le processus du sens du vivant : le vivant est un être unique qui a sa façon – à lui - de ressentir, de réagir...processus qui ne peut être aligné avec les expérimentations et recherches faites pour essayer des médicaments allopathiques ; le but final en allopathie, est d'aligner tout le monde sur le même schéma.

J'en profite pour rapporter à ce propos une petite histoire qui me revient : il s'agit d'un article paru dans « le Monde » (il y a quelques années) ; Madame Carrere d'Encausse s'occupait de la page santé de cet illustre journal et avait fait un long article sur 2 pages A3 sur Hahnemann et l'homéopathie, largement documenté sans doute grâce à Wikipedia ; on peut dire qu'elle s'était mise en quatre pour faire ressortir le fait qu'elle allait parler de ce qu'elle connaît bien, vie, travail , expérimentation, recherches etc de notre « maître » ; que des éloges ; la suite étant pour le numéro suivant que personnellement j'attendais avec impatience ! Selon une technique bien rodée en journalisme ce numéro est parti en flèche dans le saccage organisé de la réputation de notre maître : « oui ce grand homme a sûrement mérité ses heures de gloire à une époque où il n'y avait rien pour soigner, il a fait ce qu'il a pu le pauvre, mais aujourd'hui heureusement les temps sont autres ; d'ailleurs une expérimentation vient d'être menée dans un service de rhumatologie et elle est très concluante ; on a administré à deux lots de patients souffrant de douleurs rhumatismales intenses du genou ; un groupe a reçu Voltarène et l'autre groupe a reçu Rhus toxicodendron 9CH ; et bien devinez le résultat ? Le groupe Voltarène a été considérablement soulagé, l'autre groupe très peu, pour ne pas dire pas du tout ; voici un résultat d'expérience très concluant et qui montre pourquoi les homéopathes ne veulent pas se soumettre aux essais cliniques !!! » Consternation ! Mais au numéro suivant du Monde une semaine plus tard, un de

nos Maîtres le Dr Demangeat de Chambéry avait demandé un « Droit de réponse » qui fut publié ; le Dr Demangeat a répondu à peu près ceci : « En tant que homéopathes nous ne pouvons valider ce genre d'essais qui ne répondent pas aux critères que la science de l'homéopathie peut accepter ; il aurait fallu administrer à chacun son remède individualisé avec les modalités correspondant par exemple dans un cas arnica si suite de traumatisme et amélioration par l'immobilisation (Arnica trouve le lit trop dur) ; à un autre Bryonia si amélioré par applications chaudes localement et immobilité totale ; soit Rhus tox si aggravé la nuit (par le repos) d'où besoin de bouger etc etc en homéopathie on ne peut se passer des modalités individualisées pour chaque patient, modalités déterminées par écoute, observation, interrogation. Évidemment c'est plus difficile et plus long mais notre expérience nous montre que l'amélioration obtenue de cette façon est bien plus prolongée voire définitive sans entraîner aucun effet secondaire négatif par exemple dans le cas cité du Voltarène brûlures digestives au bout de quelques jours nécessitant encore d'autres médicaments pour y remédier ».

La suite dans le prochain numéro !

Dr Arnoux Christine

* on peut se procurer ce livre auprès de madame Rochard de Thonon les bains (04 57 43 20 63) ou à HSF

DERNIÈRES NOUVELLES DES MISSIONS

MISSION CONGO BRAZZAVILLE



C'est la première mission d'HSF au Congo Brazzaville à la demande de deux organisateurs, Firmin Mombouli et Abraham Ngalouo Antso. Notre équipe HSF-France, Jean Marie Deschamps, Xavier Bihr et moi-même avons été très bien accueillis dès notre arrivée à l'aéroport.

Dès le lendemain, nous avons fait la connaissance de 21 participants. La moitié d'entre eux ont reçu une formation pendant 9 mois grâce à des vidéos conférences dirigées par Lyne Clarke, homéopathe Britannique. Par la suite HSF-France a pris le relais depuis le début de l'année 2022 avec des conférences en zoom. L'autre moitié des participants ne connaissaient pas l'homéopathie. Dans chaque groupe nous avons des soignants, médecins, pharmacien, infirmier, sage-femme, naturopathe et d'autres professions, enseignant en biologie, ingénieur, étudiants...

Leur motivation est de pouvoir soigner leur entourage et eux même dans les pathologies aiguës, car l'accès aux soins semble onéreux et parfois difficile.

Les deux groupes ont eu un enseignement différent, initiation pour les nouveaux et programme de deuxième année pour les autres. L'objectif du groupe qui nous a sollicité pour faire cette formation est de mettre en place une association, HSF Congo, qui est en voie d'être finalisée au niveau des autorités pour avoir la légitimité de soigner en homéopathie.



Notre enseignement a été suivi avec assiduité par les deux groupes et nous avons fait, outre la partie théorique, de nombreux cas cliniques. Ils nous attendent en 2023 pour la poursuite de l'enseignement et nous y reviendrons avec plaisir tant les deux groupes sont sympathiques et avides d'apprendre. A bientôt donc HSF CONGO...

Dr Françoise Lamey

GUINÉE FORESTIÈRE

À Nzérékoré

En cette sortie de pandémie Covid et la dispersion de la plupart des membres d'HSF Guinée cet été vers d'autres lieux (Côte d'Ivoire, Conakry) et la rumeur de la nécessité de renouvellement d'agrément j'ai l'impression que l'activité homéopathique à Nzérékoré s'est faite au ralenti. Nous venons de recevoir le rapport d'activité depuis le début de cette année de la part du président de l'association HSF Guinée, Séverin Lamah ; il fait état de 36 consultations. Les autres pratiquants nous ont affirmé avoir fait des consultations mais nous n'en n'avons eu aucun compte-rendu écrit.

Le centre de soins homéopathiques dont la construction a commencé en 2021 grâce à l'aide de la Fondation Pierre Schmidt et d'HSF France est presque terminée. Si l'essentiel est fait il semble qu'il reste encore quelques pièces à daller et les portes intérieures à fixer.

Les consultations devraient y commencer sous peu. Chaque guinéen homéopathe fait actuellement des consultations chez lui.

À Conakry, la capitale

Nous avons quelques nouvelles par mail de nos deux homéopathes, Djibril Keita et son collègue Ousmane. « Nous continuons à pratiquer la médecine y compris l'homéopathie surtout dans les îles Loos y compris Kassa. ». Ces îles sont joignables en pirogues. « Nous faisons beaucoup plus de progrès que de ratés en termes de soins en homéopathie. » Les missions devraient repartir en 2023.

Dr Pierre Lenthéric

NORD DU BÉNIN

Quelques nouvelles des secouristes de Boukombé au Nord Bénin par Gislaine Kouagou, formatrice soutenue et financée par HSF-France.

Les 11 et 12 juillet et septembre 2022, Rencontres et échanges avec les nouveaux et anciens secouristes des communes de Cobly et de Materi.

Les prochaines rencontres auront lieu au 2^e semestre 2023 à Matéri : alternance avec Cobly.

Le 16-17 juin et les 22, 23, 24 Août : Dernières phases de formation des secouristes de Boukombé : intérêt de l'homéopathie pour traiter l'épilepsie dont la fréquence augmente et duplication, mise en tube des remèdes homéopathiques : 250 tubes, tous remèdes confondus, distribués aux secouristes.

Dr Frédéric Rérolle



SÉNÉGAL

MISSION AU SÉNÉGAL DU 7 AU 28 OCTOBRE 2022

Cette mission a été préparée en 2019 par le président de Solidarité Homéopathie, le Dr Denis Moyen. Pour l'historique, le Dr Catherine Gaucher a fondé HSF, il y a plus de trente ans, puis en est issue une nouvelle branche "Solidarité homéopathique" née du désir d'apporter des soins et d'ouvrir l'association à des non-médecins, ostéopathes en particulier. Depuis plusieurs années nous collaborons avec SH, pour des missions communes comme à Madagascar

Donc le Dr Denis Moyen et Philippe Martineau sont partis dans la région de Dagana mettre en place cette mission, essentiellement à la demande du Conseil Général du département de Dagana. La région de Dagana est délimitée au nord par le fleuve Sénégal qui sert de frontière avec la Mauritanie ; le département compte 207 000 habitants, la ville principale étant Richard Toll.

Hélas les conditions de la mission exploratoire n'ont pas été respectées : nous avons demandé à faire des consultations dans les différents dispensaires du département, avec un maximum de 25 consultations par jour et ainsi avoir du temps pour rencontrer et former le personnel médical du dispensaire, en leur expliquant ce qu'est l'homéopathie et ce qu'ils peuvent en attendre. Au lieu de cela nous avons été entraînés dans une course, épuisante, aux consultations ; celles-ci se déroulaient, aussi bien dans un hôtel, que dans les locaux de mairie, ou qu'une école et chez des particuliers aussi. Une seule fois, en brousse, nous nous sommes retrouvés, dans un centre de santé tenu par une jeune infirmière qui avait bien compris et accepté la consigne des 25 consultations, ce qui nous a laissé un bon temps d'échanges et de partages.

D'une manière très décevante, ça a été une "foire " aux consultations, combien avons-nous vu de personnes 300 ? 400 ? Devant le nombre de demandes qui nous ont, bien sûr, dépassées, Brahim, salarié du conseil général et en charge pour le conseil

général des partenariats, nous a répondu "c'est normal tant de personnes, car la population a été prévenue que 2 médecins français viendraient faire des consultations gratuites !!!

J'espère, cependant, que quelques personnes aient pu tirer un bénéfice de nos soins, quoique

bousculés nous avons essayé d'être attentifs aux demandes et d'être dans l'écoute. Les consultations ont permis de faire du dépistage, en particulier des problèmes de tension (24/14 chez une patiente qui se plaignait de problème de maux de tête) et découverte d'un important souffle systolique chez un enfant de 9 ans qui n'avait pas grandi depuis l'âge de 3 ou 4 ans et qui refusait de jouer avec ses camarades car trop essoufflé, le papa a eu beaucoup de mal à accepter le diagnostic. Nous nous sommes aussi rendus plusieurs fois au domicile de personnes victimes d'AVC, souvent très sévères, en particulier chez une jeune femme de 42 ans, mère de 3 enfants, avec perte de la vision d'un œil et hémiplegie droite, elle n'avait pas été hospitalisée et avait simplement été amenée en consultation à St Louis, ils avaient dans un sac plastique tout un tas de médicaments auxquels ils ne comprenaient rien et surtout ils n'avaient reçu aucune consigne. Nous avons fait le tri des médicaments en particulier le vastarel (dont la prescription a été retrouvée chez toutes les personnes ayant eu un AVC ainsi que les statines) nous avons donné des explications médicales sur les AVC, et quand j'ai dit qu'il fallait faire un travail de rééducation pour récupérer le maximum, le mari qui interdisait à sa femme tout mouvement, s'est mis à la soulever tellement fort que j'ai dû l'arrêter. Toutes ces visites chez des personnes tellement démunies par rapport à leur maladie, ont été des moments forts sur le plan humain.

Je trouve que malgré des conditions de vie très difficiles, grande pauvreté, dénuement total de l'environnement (aucun arbre dans



la ville de Rosso tous ont été coupés et jamais replantés) et surtout aucun ramassage de poubelles, les déchets et les plastiques se disputent le terrain et s'étalent inexorablement dans toutes les rues, et bien malgré cela l'état sanitaire reste relativement bon ; il y a essentiellement des problèmes d'hypertension sévères d'où les AVC et des problèmes de diabète avec obésité surtout chez les femmes, en lien avec leur alimentation, riz tous les jours et pain blanc. Sinon les plaintes sont majoritairement des plaintes fonctionnelles, peu de plaintes signifiant un état dépressif. Le support de la tradition est très important, celui de la religion peut-être aussi.

Le responsable de la mission nous demande de revenir, il faudra pour cela que la mission que nous venons de faire ait permis de comprendre l'intérêt de l'homéopathie pour la population et qu'à la prochaine session il y ait un groupe de soignants disponibles et intéressés par une formation.

Comme le montre une photo, nous avons eu une réunion avec les membres du conseil général où nous avons pu dire que le but essentiel de notre mission était l'enseignement et sera la condition pour revenir.

Dr Martine Durant Jullien

EN FRANCE

HOMÉOPATHIE FAMILIALE

5 Novembre, Canejan (33) : une nouvelle journée « Homéopathie familiale » à été animée par les Dr Claude Murtaza et Geneviève Chéreau Lazdunski. Nombreux participant(e)s pleins de dynamisme et fort curieux de découvrir l'homéopathie et d'apprendre à la pratiquer.

Une prochaine journée est déjà prévue !!

Dr Genevieve Chéreau-lazdunski

Madame, Monsieur,
Nous comptons sur votre soutien et votre générosité pour poursuivre nos actions de par le monde.
Cordialement

BULLETIN DE DONNS 2022

Nom :

Prénom :

Profession :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Téléphone :

E-mail :

donne à HSF-France pour l'année 2022 en tant que :

- Membre actif** - 50 € (soit 17 € après déduction fiscale)
- Couple** - 80 € (soit 27,20 € après déduction fiscale)
- Membre bienfaiteur** - 100 € et plus (soit 34 € et plus après déduction fiscale)
- Membre non imposable** - 20 € (étudiants, personnes non imposables, sans reçu fiscal)
- Ne désire plus recevoir la lettre d'HSF-France

Votre don est fiscalement déductible. (66% dans la limite de 20% de vos revenus)
Vous recevrez votre reçu fiscal en début d'année prochaine avec votre convocation à l'AG.

Association loi 1901 n° w312 000 959

Siège social : 17, Avenue Victor Hugo 31800 Labarthe de Rivière

Site : www.hsf-france.com

e-mail : hsf@hsf-france.com tél : +33 6 64 79 70 35

AGENDA

10 DÉCEMBRE 2022 À PARIS

Journée des formateurs

2 ET 3 DÉCEMBRE 2022

Congrès Ehara

24 ET 25 MARS À PRADELLES EN HAUTE-LOIRE

Assemblée générale 2023

Erratum : oubli de signature : dans la lettre de mai dernier n° 54 l'article « Transmettre » était celui du Docteur Dominique Delbos

Vous retrouverez cette lettre ainsi que des références bibliographiques sur le site : <https://hsf-france.com> à l'onglet suivant : « La lettre pour tout savoir ». N'hésitez à la consulter ou à découvrir notre site.

Remerciements

Merci à Janine et Alain pour leur travail de mise sous enveloppe et d'expédition. Si certains de ces articles vous font réagir, n'hésitez pas à adresser un mail à l'adresse suivante : rerolle.anne@free.fr
Graphisme : Pierre Geenen - choc02.com
Photos © membres HSF-France, DR.



Homéopathes Sans Frontières
FRANCE Ouvrir à tous l'accès aux soins

La lettre d'Homéopathes Sans Frontières - France
Association régie par la loi 1901. N° W 312 000 959
Dépôt légal : décembre 2022 ISSN : 1764-237 X
Directrice de la publication : Dr Françoise Lamey
Secrétariat : Alain Conte
Tel : + 33 5 61 95 36 04
17, Avenue Victor Hugo - 31800 Labarthe de Rivière
hsf@hsf-france.com / www.hsf-france.com