



# LA MÉNOPAUSE

## DÉFINITION

*La période ménopausique commence avec l'apparition des 1ers troubles liés à la baisse de l'activité hormonale, et se termine un an après les dernières règles, date à laquelle on parle de ménopause confirmée.*

Dans ce chapitre nous allons envisager d'une part les remèdes de fond et d'autre part les remèdes selon les troubles fonctionnels.

## I- PRINCIPAUX REMÈDES DE FOND

<b>LACHESIS</b> (9-30 CH)	<b>SEPIA</b> Si la femme règle encore :  9 CH le 20 <sup>e</sup> J 15 CH le 21 <sup>e</sup> J 30 CH le 22 <sup>e</sup> J	<b>SULFUR</b> 15 CH
Spanioménorrhée de sang noir – Dysménorrhée – ovaralgie gauche – Arrêt des règles pendant plusieurs mois – Bouffée de chaleur Palpitation – Angoisse. Thermo phobie – HTA – Loquacité ou Mutisme – Jalousie Rêves de mort < le soleil, les boissons alcoolisées > l'écoulement, l'épistaxis et les règles	Asthénie – pessimisme – dépression - indifférence à tout et tous - pesanteur pelvienne ++ douleurs sacro- lombaires < debout > assise les jambes croisées. Bouffées de chaleur - Troubles digestifs - Migraines ++ Leucorrhées - Cystites.	Troubles circulatoires : congestions localisées - Sensation de chaleur et de brûlure - bouffées de chaleur- vertiges - bourdonnements d'oreille - HTA débutante. <b>SULFUR</b> complète efficacement <i>Lachesis</i> pour l'HTA et les troubles <i>Vasomoteurs</i> .
<b>THUYA</b> 9 à 30 CH	<b>GRAPHITES</b> 9 à 15 CH	<b>IGNATIA</b> 15 CH une prise tous les soirs.
Tendance à l'obésité +++  Peau grasse huileuse, malsaine- Transpiration d'odeur de poireau - Idées fixes - sensation de corps étranger bougeant dans le ventre - Faiblesse +++ - Sensation que ses os sont en verre.	Peau malsaine - Troubles digestifs - Bouffées vasomotrices - Stase veineuse - Insuffisance thyroïdienne – hypofertilité - tendance à l'obésité – ongles et cheveux cassants –  Arrêt des règles < chaleur, le temps humide et froid.	Suite d'émotion et de contrariété – soupirs ++ - Paradoxes ++ - constriction au niveau de la gorge. Lipothymie – céphalées – palpitation – humeur changeante.  La distraction améliore toujours les troubles d' <b>IGNATIA</b>



## **II- PRINCIPAUX REMÈDES SYMPTOMATOLOGIQUES**

### **A. Devant les troubles des règles (MÉNO ou MÉTRORRAGIES)**

#### **1. HÉMORRAGIES de SANG ROUGE**

<b>SABINA 5 à 9 CH</b>	<b>TRILLIUM PENDULUM 5 à 9 CH</b>	<b>PHOSPHORUS 5 à 9 CH</b>
- Règles en avance, abondantes ++, longues < moindre mouvement. Caillots noirs – douleurs lombosacrées et/ ou vaginales en ‘coup de canif’ - < chaleur > froid	Règles en avance, abondantes +++ , longues - Sensation de dislocation du bassin > un bandage ou une gaine forte - lipothymie voire syncope due à l'abondance des règles	Règles en avance abondantes +++ , longue. Parfois des règles peu abondantes de sang pâle- Douleurs dorsolombaires. Asthénie - extrémités froides - anxiété ++.

#### **2- HÉMORRAGIES de SANG FONCÉ**

<b>SECALE CORNUTUM (5 à 9 CH)</b>	<b>THLASPI BURSA PASTORIS (5 à 9 CH).</b>	<b>CHINA (5 à 9 CH)</b>
Règles irrégulières, abondantes, longues +++ de sang foncé- liquide, augmenté au moindre mouvement. > le froid < la chaleur du lit	Règles en avance abondantes, longues +++ (8 à 15 jrs) Gros caillots - douleurs utérines crampoïdes > pliée en deux - leucorrhées sanguinolentes, brunâtres, irritantes et malodorantes après les règles	Faiblesse physique et psychique – pâleur – acouphènes Troubles de la vue - Sueurs au moindre effort ou la nuit.

### **B. DEVANT LES TROUBLES CIRCULATOIRES**

#### **1- BOUFFÉES de CHALEUR**

<b>LACHESIS 9 à 15 CH</b>	<b>SEPIA 9 à 15 CH</b>	<b>SULFUR 9 à 15 CH</b>	<b>SANGUINARIA 9 à 15 CH</b>
Bouffées jour et nuit et remontant de la poitrine vers le visage + congestion de la face et constriction du cou.	Bouffées le matin et remontant du bassin à tout le corps + sueurs et défaillance	Bouffées avec tête, mains et pieds brûlants. Sueurs ++++. Lever nocturne pour échapper à la chaleur du lit.	Bouffées localisées à la face + rougeur des joues - céphalées battantes - Pieds et mains brûlants



<b>GLONOÏNUM</b> 9 à 15 CH	<b>FOLICULLINUM</b> 5 ou 7 CH - une prise / jour
Bouffées donnant l'impression que la tête va éclater. Sueurs + battements ressentis dans tout le corps. On voit battre nettement les carotides.	pour un « rééquilibrage hormonal » - va stimuler la sécrétion des œstrogènes
	<b>F S H</b> 15 CH 1 dose / semaine ou en 30 CH 1 dose / mois Freine la sécrétion de la FSH

## 2- CÉPHALÉES et MIGRAINES

Déjà vus :	<b>CYCLAMEN</b>	<b>MELILOTUS</b>
<b>LACHESIS</b> Céphalées très polymorphes.	7 à 9 CH	7 à 9 CH
<b>SEPIA</b> Choisir le remède suivant les signes généraux, psychiques et les modalités	Céphalées – Migraines – vertiges - troubles digestifs - tristesse larmoyante – caractère scrupuleux.	Bouffées de chaleur. Céphalées congestives, battantes + face rouge. Battements +++ donnant l'impression que le sang va jaillir par les yeux ou le nez et que ça soulagera. Signes concomitants : Hémorroïdes battantes.
<b>GRAPHITES</b>		
<b>SULFUR</b>		
<b>IGNATIA</b>		
<b>SANGUINARIA</b>		

## 3- HTA

Voir les remèdes de fond en particulier **SULFUR** et **LACHESIS**.  
Penser aussi à **AURUM METALLICUM** et **STRONTIUM**.

<b>AURUM METALLICUM</b> 5 à 9 CH x 2/j	<b>STRONTIUM CARBONICUM</b> 9 CH x 2 fois / j
HTA + Palpitation +++ battements visibles des carotides et des temporales < quand elle s'allonge > à moitié assise adossée à plusieurs oreillers. Le cœur donne l'impression qu'il va s'arrêter. Remède d'état fonctionnel et lésionnel du myocarde correspondant aux femmes pléthorique vives, violentes.	HTA + Bouffées de chaleur mais recherche la chaleur et le soleil. S'enveloppe chaudement la tête.



**C- DEVANT les TROUBLES OSTÉO-ARTICULAIRES**  
**à TYPE SURTOUT de DOULEURS LOMBO-PELVIENNES**

<b>KALIUM CARBONICUM</b> 5 à 30 CH selon l'étendue de la similitude	<b>NATRUM SULFURICUM</b>
Lombalgies chroniques - Faiblesse physique et psychique - œdème de l'angle interne de la paupière supérieure - Frilosité + douleurs < moindre courant d'air et au repos > mouvement.	Infiltrée +++ flasque indolente - apathique triste – irritable - hypersensible à la musique. Douleurs articulaires (coxo-fémorale droite, genoux et cheville) < par le repos et l'humidité sous toutes ses formes > mouvement lent et progressif.

**D- Devant la sécheresse vaginale**

Les grands remèdes de fond (NATRUM MURIATICUM, SEPIA, LYCOPODIUM, GRAPHITES) ayant ce symptôme dans leur pathogénésie, n'améliorent pas toujours en pratique de façon significative. *Cependant avec FOLLICULINUM en basses dilutions fréquemment répétées, des résultats favorables peuvent être obtenus.*

**E- Devant les troubles psychiques**

Ils sont très nombreux et font penser à la plupart des remèdes déjà étudiés.

En présence de **troubles hystériques**, penser à **IGNATIA** mais surtout à **ACTEA RACEMOSA**, **LACHESIS**, **LILIUM TIGRINUM**, **PLATINA** avec leur peur de la mort ou de la folie, leur manie religieuse.

En cas de **nymphomanie** : **LILIUM TIGRINUM**, **MUREX**,  
**PLATINA**, **STAPHYSAGRIA**, **AMBRA GRISEA**.

Devant la **frigidité** : **GRAPHITES**, **SEPIA**

Pour les **idées fixes** : **THUYA**, **PLATINA**, **NATRUM SULFURICUM**.

**PRESCRIPTION** : Ces remèdes seront donnés en hautes dilutions : 15 ou 30 CH.

*D'après Mme Gisèle KITI - Sage-Femme Homéopathe et Conseillère Conjugale  
HSF Bénin – Cotonou - Mars 2008*