

TROUSSE D'URGENCE HOMEOPATIQUE

Les schémas thérapeutiques sont là pour vous permettre d'apporter un soin lorsqu'il y a un accident, une blessure, un choc, et vous aider à intervenir rapidement.

DES TRAUMATISMES PHYSIQUES

- En cas d'accident

ARNICA, CHAMOMILLA ou APIS, en 5 CH (donner un des trois remèdes)

ARNICA

Bleu, chocs, contusion avec ou sans hémorragies

Irritable, déclare qu'il n'est pas malade

Morose, veut rester seul, avec traumatisme, a peur qu'on l'approche tellement il est courbaturé, sursaute pour un rien, angoisse d'une mort imminente.

Le lit lui paraît trop dur : les nuits d'Arnica sont difficiles.

Cauchemars angoissants, rêve souvent de voleurs.

CAUSES : Chocs, coups, chutes, accidents, surmenage musculaire et cardiaque, excès sexuels, peurs, colères.

Posologie : Donner en 7 - 9 CH, voire 15 CH.

Donner une dose en 30 CH s'il y a hémorragie interne

Ou en 200 K, 1.000K ou 10.000 K

1 dose d'Arnica le lendemain (bien dynamiser).

ACONIT

Règle Clé : plus de peur que de mal ; il n'y a pas de traumatisme.

Posologie : 1 fois en 9 CH ou en 1 000 K.

STICTA PULMONARIA

Clé : insomnie suite d'accident sans traumatisme.

Posologie :

Donner en 9 CH ou en 1.000 K.

DES BRULURES

On ne dépasse pas la dilution 9 CH.

- En cas de brûlure de la peau

BELLADONNA

Brûlure de 1er degré, congestion avec rougeurs, amélioré par le chaud, impression que ça bat (pulsative) ; La personne en général est abattue.

CANTHARIS

Brûlures du 2ème degré ; on a des vésicules et du prurit ; aggravé par le froid, amélioré par le chaud ; sensation de peau à vif.

URTICA URENS

Brûlures, sensation de la piqûre d'ortie.

APIS

Brûlure du 1er degré, améliorée par le froid avec oligurie (n'urine pas)

ARSENICUM ALBUM

Brûlure du 3ème degré ; la personne va très mal.

Posologie :

Donner dose en 5 CH, technique du verre d'eau.

DES INSOLATIONS

BELLADONNA

Rouge congestionné, beaucoup de fièvre ; transpiration abondante.

Est agité, abattu, préfère être dans le noir.

A très mal à la tête ; aggravé en se penchant en avant.

Posologie : En 9 CH ou 15 CH ou en 1.000 K.

ACONIT

Est très pâle ou rouge, cela dépend de la position ; ne transpire pas.
Il y a peur de la mort.

Posologie :

En 9 CH ou 15 CH, ou en 1.000 K (le faire de suite).

OPIUM

Amorphe, pas de douleurs, rouge, chaleur et soif ; miction et défécation involontaires, coma .
Posologie :

En 9 CH ou 15 CH, ou en 1.000 K.

GLONIUM

Céphalée, vertiges, rougeurs, conjonctive, injecté ; oppression respiratoire, mâchoire serrée, tête pesante.

Posologie :

En 5 CH, 7 CH, 9 CH en 2 heures.

GELSEMIUM

Amorphe, rouge, absence de soif ; frissons ; Voile blanc devant les yeux, il tremble.
Aggravé l'après-midi ; amélioré par la descente.

Posologie :

Donner en 15 CH ; 2 heures après en 9 CH ; puis 2 heures après en 7 CH ; et 2 heures après, en 5 CH.

DES CHOCS ET DES CLOUS

- Les clous (marcher sur un clou)

ARNICA en 200 K ou Ledum Palustre

LEDUM PALUSTRE

Les moustiques ne piquent pas.
Par le froid ; suite de piqûre, le membre devient froid et pâle.
Posologie :
En 7 CH ; 1 heure après, donner Tetanocoximum en 200 K.

- En cas de Choc au cœur

ARNICA en 7 CH ou 9 CH, ou en 200 K.

CACTUS GRANDIFLORUS

Peur de la mort ; sensation que le cœur n'a pas assez de place pour battre ; sensation de main de fer serrant le cœur rapidement.

- Choc à la colonne vertébrale

ARNICA en 1.000 K

- Chute sur le coccyx

HYPERICUM PERFORATUM

Traumatisme des nerfs ; zone innervée (Silicea) : le mouvement aggrave.
Hypersensibilité au toucher.

Posologie :

En 15 CH ou en 1.000 K

- Choc sur les doigts (écrasement violent)

HYPERICUM PERFORATUM

En 1.000 K

CICUTA VIROSA

Suite de piqûre d'épine avec engourdissement.

Posologie :

En 200 K ; 1 heure après, donner tetanocoxinum en 200 K.

- Les entorses en général

ARNICA

En 200 K ou en 9 CH, technique du verre d'eau.

LEDUM PALUSTRE

En 200 K ou 7 CH.

BELLIS PERENNIS

En 200 K ou 7 CH.

RHUX TOXICODENDRON

Aggravé au début du mouvement ; amélioré par le mouvement continu.

Aggravé par l'humidité (pour une chute dans la neige)

Posologie :

En 200 K ou 7 CH, par la technique du verre d'eau espacé une fois par jour.

- Pour quelqu'un qui a été plâtré :

Posologie :

6 K tous les jours, une dose sur 7 jours ou technique du verre d'eau tout le temps de la rééducation.

S.V.

Petit glossaire homéopathique du sportif

Arnica (composée): plante de montagne à fleurs jaunes, elle est utilisée pour tous les traumatismes : ecchymoses, foulures, plaies, soins pré et post-opératoires.

Bryonia (cucurbitacée): la racine de cette plante commune des haies à baies rouges ou noires, sert à traiter les rhumatismes et algies articulaires.

Café arabica : cette variété de café vert calme les hyperexcitations cérébrales, et les insomnies.

Cuivre (cuprum metallicum) : atténue les crampes et les spasmes musculaires.

Eupatoire (composée) : plante herbacée des lieux humides, aussi appelée chanvre d'eau, elle soulage les états grippaux.

Foie de canard de Barbarie : est utilisé dans les états grippaux.

Ignatia amara : cette plante aussi appelée rêve de Saint Ignace combat l' hypersensibilité émotionnelle et l'hyperesthésie sensorielle.

Lycopode (ptéridophyte, lycopodiacée) : les spores jaune clair de cette plante à tige grêle servent à traiter les troubles de la digestion.

Nux vomica : est utilisée pour les syndromes digestifs, les troubles du caractère et les insomnies.

Quinquina rouge (rubiacée): arbre tropical dont l'écorce est utilisée contre les syndromes hémorragiques, diarrhéiques, grippaux, et l'épuisement intense.

Rue fétide (térebenthacée): herbe vivace d'Europe à forte odeur qui est utilisée dans les cas de surmenage physique.

Sumac vénéneux (térebenthacée) : arbuste aux multiples variétés qui sert à soigner les courbatures, les meurtrissures, les raideurs articulaires, et la fatigue excessive.

TROUSSE D'URGENCE

DES HEMORRAGIES

- Suite d'accouchement, suite de traumatisme

ARNICA

Posologie : En 1.000 K et en 10.000 K, à deux heures d'intervalle.

- Nerf déchiré

HYPERICUM PERFORATUM

Posologie : Technique du verre d'eau en 1.000 K.

- **Œil :**

ARNICA

Posologie : En 7 CH ou 9 CH, ou en 200 K.

- Suite d'un objet dans l'œil ; suite de fracture mal consolidée, plaie pénétrante des os.

SYMPHYTUM OFFICINALE

Posologie : En 7 Ch ou 200 K, technique du verre d'eau

- **Piqûre d'insecte dans l'œil**

COCCUS CACTI

Amélioré au grand air.

Posologie : En 5 CH, 7 CH et 9 CH ; monter en échelle

- Suite d'objet pointu

LEDUM PALUSTRE

Amélioré par les compresses froides.

- **Hémorragie de l'œil**

SULFURICUM ACIDUM

Posologie : En 6 K, 1 fois par jour sur 3 jours

DES PLAIES

- **Plaies ouvertes**

Suite de plaie: **ARNICA**.

Posologie : En 200 K.

- **Plaies externes**

STAPHYSAGRIA

Morceau de verre sous la peau

Ce sont des coupures nettes.

C'est le remède des sphincters traumatisés : épisiotomie, calatage, défloration.

Posologie :

1 dose sur 6 jours.

Remarque : Lors d'objet sous la peau, faire un cataplasme d'oignons crus.

Si les morceaux de verre sortent : donner **SILICEA** en 5 CH.

SILICEA et **Hepar Sulfur** en dessous de 9 CH, sauf s'il y a écoulement.

- **Sur un abcès fermé :**

on ne donne pas de dose en petite dilution ; en haute dilution, il n'y a pas de danger.

CHOC OU COUPS

- Sur le périoste (tour de l'os)

RUTA GRAVEOLENS

Douleurs après une chute sur un os (exemple : tibia).

C'est le remède des tissus fibreux.

Insertion tendineuse, périoste, agit surtout sur les fléchisseurs notamment ceux des poignets.

Posologie : En 30 CH ou en 200 K.

- Sur les seins

ARNICA

Posologie : En 5 CH ou 7 CH, ou en 200 K.

BELLIS PERENNIS

Posologie : En 5 CH ou 7 CH, ou en 200 K.

CONIUM MACULATUM

Posologie : En 5 CH ou 7 CH, ou en 200 K.

TRAUMATISMES CRANIENS, SUR L'AIGU

ARNICA

Amélioré par la transpiration de la tête.

Si l'élimination naturelle du corps a été bloquée par une anti-diarrhée (par exemple) : donner le remède du blocage de l'élimination (et non de la peur).

Si crise épileptique après traumatisme.

Posologie :

S'il y a commotion cervicale : En 1.000 K, 10.000 K une heure après

S'il y a des vertiges : en 15 CH ou en 1 000 K.

CICUTA VIROSA

En 15 Ch ou 1 000 K, suivant les suites chroniques du rachis ou traumatisme crânien.

Spasmes et tiraillements.

Sensation de crampes des muscles dos et nuque.

ACONIT

Traumatisme crânien avec peur ou frayeur après

Posologie : En 15 CH ou 1.000 K car il y a peur de mourir.

GELSEMIUM

Tremblements ou a froid.

Posologie: En 15 CH ou 1.000 K

PIQURES ET MORSURES

- Abeilles

APIS MELLIFICA

Suivant localisation : en 5 CH, 7 CH, 9 CH ou 15 CH ; - en 1.000 K ou 10.000 K.

- Piqûre dans la gorge :

APIS MELLIFICA

Douleur brûlante, piquante, absence de soif, oligurie, œdème.

Posologie : 10.000 K, technique du verre d'eau. Dès amélioration : arrêter de suite sinon on développe les symptômes.

LEDUM PALUSTRE

: Avec œdème

S'il n'y a pas d'œdème : **URTICA URENS**

- Méduses

LEDUM PALUSTRE

Posologie : En 5 CH ou 7 CH ; en 30 K ou 200 K, technique du verre d'eau, toutes les deux à trois heures.

- Morsures de rats

HYPERICUM PERFORATUM

Posologie : En 200 ou 1 000 K.

- Epines

CICUTA VIROSA

Posologie : En 200 K, et **Tetanotoxicum** en 200 K, une heure après.

- Vipères

Inflammation ; dilatation des veines, crampes aux membres inférieurs ; paralysie ascendante.

Aggravé par le contact et la pression ; amélioré les jambes soulevées.

Posologie :

Chlorure de magnésium 20 gr/litre : 1 à deux verres par jour + nettoyage de la plaie.

Injecter **Calciparine** en sous-cutané, sinon Globuline.

Sinon, **Vipera** en 1.000 K une fois.

S.V

DE LA PROTECTION DURANT UNE CHIMIOTHERAPIE

Il y a deux possibilités suivant le patient et sa réactivité :

Tout le long de la chimiothérapie :

Prendre (ou donner) l'isothérapique des produits utilisés en 6 K ; le lendemain : en 30 K ; le surlendemain : en 200 K.

Ensuite, en fonction des symptômes, prendre (ou donner) le similé (6 K, 30 K, 200 K) les jours suivants.

Si la personne n'est pas bien : donner soit le similé, soit l'isothérapique en 200 K entre les deux séances de chimiothérapie.

Au 1er jour de la nouvelle séance de chimiothérapie : redonner le similé, et toujours l'isothérapique en 6 K tout au long. Donner la 1000 K en isothérapique à la fin du traitement chimio.

Ou

Prendre (ou donner) l'isothérapique en 200 K après chaque cure, et le similé (remède de fond) en 6 K (ou 4 CH) : une seule dose, notamment avec un cancer du foie.

Cette deuxième proposition est indiquée dans les cancers hépatiques, car la personne s'épuise très vite. Vous pouvez **drainer le foie** avec un mélange de plantes sèches, à prendre en tisane, durant trois semaines : **Desmodium** et **Chardon-Marie**. La personne ne doit prendre aucun remède alcoolisé, comme par exemple, une Teinture Mère de plante, ou des Fleurs de Bach.

LES ANESTHESIES

OPIUM

C'est l'un des grands remèdes qui nettoie l'anesthésie.

Soit le lendemain de l'opération (suivant l'état réactif de la personne) : 1 dose en 200 K ; soit quelques semaines après, prendre (ou donner) une dose une fois par jour en 5 CH, 7 CH, 9 CH, sur trois jours.

EN CAS DE PERIDURALE

La périphérique entraîne une atteinte méningée. Faire une consultation en ostéopathie, c'est important.

Posologie : prendre (ou donner) l'isothérapique du produit en 200 K, sans oublier de nettoyer les produits anesthésiants (calmant, somnifère, anti-inflammatoire...).

S.V.

L'ACCOUCHEMENT

LE FAUX TRAVAIL

Caulophyllum

Contraction insuffisante pour commencer le travail pas de modification du col ; Inefficacité et irrégularité du travail les douleurs sont rapidement épuisantes ; La femme est épuisée et reste allongée pas de modification du col.

Caulophyllum en 30K après une contraction ; En 200K après la contraction suivante
Crampes utérines, fausses douleurs de travail ; au moment de l'accouchement : rigidité du col avec atonie utérine et arrêt de la dilatation. 5 gr en 4 CH tous les quarts d'heure.
Après l'accouchement : hémorragies de sang noir, peu abondantes mais prolongées (**Secale cor.**) ; la femme est épuisée avec sensation de tremblements intérieurs.

Cimifuga racemosa ou Actea racemosa

L'agitation mentale et physique pendant le travail qui est irrégulier et très douloureux
Elle se caractérise par des larmes avec de la frilosité ; Elle change sans arrêt de position et ne tient pas en place ; La vulve est hyper sensible et elle n'aime pas être examinée ; elle parle beaucoup (bavardage).

Cimic 30K après une contraction ; 200K après la contraction suivante
Tempérament lympho-nerveux. Tuberculinisme. Instabilité psychique avec fond dépressif et accès d'excitation. Douleur sous-mammaire gauche. Avec douleur ovarienne irradiant au bras gauche. Peur exagérée de l'accouchement. grossesse avec frilosité, mélancolie alternant avec irritabilité et algies variées. Perturbations à dominantes psycho-somatiques : peur de l'accouchement ; facilite le travail.
Remède de fond : **Calcarea Phosphoricum**, **Natrum Muriaticum**, **Silicea**, **Tuberculinum**.

Chamomilla

Elle ressent de la colère car elle ne supporte pas la douleur ; hyper sensibilité de la sphère neuro-sensorielle , agitation , cris colère ; visage rouge . elle a tendance à se bloquer car elle ne supporte pas la douleur.

Chamomilla 200K tout de suite ; 1000K après la contraction suivante
Hémorragies utérines. Agitée et impatiente, insatisfaite, hargneuse et capricieuse, coléreuse, rancunière, méchante ; impressionnable, anxieuse ; hypersensible : intolérante à la douleur.
Menace d'avortement ; accouchement avec douleurs intolérables et inefficaces ; douleurs crampoïdes utérines persistantes durant le post-partum.

Remède de fond : **Natrum Muriaticum**, **Silicea** ; **Calcarea Carbonicum** et **Sulfur**.

Remède complémentaire : **Silicea**, **Lycopodium**, **Magnesia Carbonicum**.

Belladonna

Congestion de l'utérus car le bébé est trop haut ou trop gros ou le bassin trop étroit ; le visage est rouge ; chaude transpiration et sensation que cela tape (tête ,cou , et au niveau du col) ; alternance de l'abattement avec excitation et violence ; anxiété et peur hyper esthésie : ne supporte la lumière , le bruit qu'on la touche ; spasme du col de l'utérus ; lombalgie avec chaleur , raideur , et crampe ; absence de soif ou en très léger quantité.

Belladonna 1000K une prise.

D'apparence lymphatique, mais nerveuse. Anxiété avec désir de fuite ; cherche à mordre ; loquacité extrême et incohérente. Extrême violence de tous les symptômes qui apparaissent et disparaissent brusquement. Seins pesants, durs, rouges et chauds.

Remède de fond : **Calcarea Carbonicum**, **Sulfur**.

Pulsatilla

Le travail ne se déclenche pas (pas de contraction) ; peur de la nouvelle situation et de l'inconnu ; **Pulsatilla** va faire des enfants parce qu'au moins elle aura quelqu'un qui va l'aimer mais au moment d'accoucher tout s'arrête ; le côté paresseux lymphatique de **Pulsatilla** en plus va déclencher des processus régressifs (elle va appeler sa mère , pleure , ouvre la fenêtre , a besoin d'air) ; absence de soif

Pulsatilla 1000K une prise.

Tempérament lympho-sanguin. Sur un terrain tuberculinique. Psychisme changeant, variable, capricieux ; humeur changeante. Douceur, irritabilité, facilement blessée. Triste et taciturne, pleure pour un rien mais rapidement consolé (contraire : **Natrum Muriaticum** et **Sepia**). Frilosité, besoin de grand air, aggravation par la chaleur. Vertiges au réveil.

Remède de fond **Calcarea Carbonicum**, **Sulfur**, **Calcarea Phosphoricum**, **Natrum Muriaticum**, **Tuberculinum**.

LE TRAVAIL

Indications des remèdes qui peuvent régulariser et permettre la progression dans les contractions.

Caulophyllum

Femme frieuse et épouse et qui reste allongée ; les contractions sont faibles et pas très efficaces : **Caulophyllum** 200K après une contraction ; 1000K après la contraction suivante

Pulsatilla

Femme réchauffée , elle étouffe dans une pièce chaude ; elle est calme, douce, gentille ; le col est souple et se dilate rapidement ; absence de soif ; elle est améliorée en se déplaçant lentement au frais ; c'est une femme soumise et résignée et qui va accepter facilement tout ce qu'on va lui dire ; alternance de Pulsatilla : froid/chaud rire/larme ; elle n'ose pas demander si elle a besoin de quelque chose , pas d'initiative ; elle ne va rien demander au gynécologue ; elle est une grande sentimentale : Pulsatilla 1000K une prise

AUTRE CAS DE FIGURE DANS LE TRAVAIL

Caulophyllum

Interruption des contractions : donner 1 dose en 30K après une contraction (pour faire revenir les contractions) ; si elles ne sont pas revenues au bout de 5 minutes : donner 1 dose en 200K si on est sûr du produit .

En cas de rigidité du col avec spasmes et contraction du col : 1 dose en 200K ; si cela n'est pas suffisant : redonner 1 dose en 200K 10 minutes plus tard.

Pulsatilla

Si les contractions s'arrêtent avec le col effacé (peur de l'inconnu) : Pulsatilla 1000K une prise.

Belladonna

Dilatations du col en cas de problème avec spasmes du col : Belladonna 1000K en une prise.

Chamomilla

Ne supporte pas la douleur ; le col est spasmé , se contracte : Chamomilla 1000K en une dose

Cimicifuga - Actea racemosa

Col spasmé avec agitation de la maman, elle parle beaucoup : 1 dose en 200K, puis 1 dose en 1000K lors de la contraction suivante.

Gelsemium

Tremblement par appréhension et anticipation ; la femme a peur de l'accouchement lorsque le col se spasme : Gelsemium 1 dose en 1000K - Inhibition fonctionnelle, intellectuelle ou motrice qui peuvent conduire jusqu'à la paralysie ; lassitude , faiblesse avec lourdeur et courbature ; frissons et migraine avec troubles de la vue suite d'émotions ; douleur remontant le long de la colonne vertébrale ; phrase clé : je n'y arriverais jamais (elle le dit pendant la grossesse) : une dose en 1000K

Faiblesse mentale et hypersensibilité nerveuse. Excitation émotionnelle (peur, choc mental), trac avec diarrhée, tremblement et insomnie ; désir être seule ; faiblesse physique avec tremblements ; absence de soif ; face congestionnée, rouge, chaude, paupières lourdes et pesantes.

Remède de fond : **Baryta Carbonicum, Carbo Vegetalis, Psorinum**. Remède complémentaire : **Sepia**.

Secale cornutum (ergot de seigle)

Fréquence excessive des contractions ; pas de temps de repos entre les contractions ; la contraction se prolonge en contracture comme si l'utérus était pris d'une crampe : Secale 1000K une dose

Spasmes utérins ou inertie utérine ; hémorragies passives ; crampes violentes des membres durant la grossesse.

Remède de fond : **Psorinum, Luesinum** ; complémentaire : **Phosphorus, Arsenicum Album**.

Cuprum metallicum

La femme a des crampes (qui peut également être en corrélation avec une "crampe mentale" : "je ne veux pas laisser partir le bébé") : Cuprum en 30K une dose.

S'épuise nerveusement. Faiblesse, mélancolie, anxiété. Crampes, spasmes, convulsions (débutent par les extrémités) + signes digestifs : nausées, épuisement. Hypersensibilité au contact, aux odeurs.

Remède de fond : **Calcarea Carbonicum, Causticum, Conium**.

S.V.