



Arthrose et homéopathie : à chaque articulation son indication

Un traitement homéopathique peut être efficace contre les douleurs de l'arthrose. La réussite dépend d'une relation d'écoute très étroite entre le médecin et son patient.

D'une manière générale, pour atténuer un épisode douloureux, le Dr Gérard Pacaud, médecin homéopathe, ancien professeur au Centre d'études et de documentation homéopathiques et auteur de Mon guide de l'homéopathie (Marabout Référence), **recommande de prendre, en posologie 5 CH ou 7 CH, 5 granules 2 ou 3 fois par jour.** Même traitée de manière "douce" par homéopathie, l'évolution de l'arthrose doit être suivie par un médecin, car elle réclame toujours un traitement de terrain. **Bryona** en cas de douleur améliorée par le repos. **Rustox** si la douleur s'atténue par le mouvement. **Natrum sulfuricum** face à une crise en période d'humidité. En traitement de fond pour restaurer le terrain (en 15 CH, 1 dose ou 5 granules par semaine) : **Bryonia alba**, **Rhus toxicodendron**, **Natrum sulfuricum**, **Kalium carbonicum** ou Thuya, en alternance.

Pour sa part, le Dr Jean-Louis Masson, médecin homéopathe, vice-président du Syndicat national des médecins homéopathes français et auteur de L'Homéopathie de A à Z (Marabout), indique que ce sont les douleurs qui amènent la plupart du temps le patient à consulter un médecin homéopathe. "En plus d'un interrogatoire détaillé, interrogatoire incluant tous les antécédents médico-chirurgicaux du patient ainsi que les affections concomitantes, le médecin homéopathe procède à un examen clinique complet du patient, l'imagerie (radiographies, échographies, IRM) permettant de compléter l'observation médicale, rappelle le Dr Masson. Le médecin peut alors conseiller un traitement individualisé, donc a priori variable d'un patient à un autre. Ce traitement permet, dans la plupart des cas, de réduire, voire de suspendre, la prise de médicaments antalgiques ou anti-inflammatoires, complémentaires incontournables au moment des poussées aiguës, ainsi que de ralentir notablement la progression de la maladie rhumatismale.

COU ET REGION CERVICODORSALE :

ACTÆA RACEMOSA 5 CH

Majorées par temps froid et humide, les douleurs sont déclenchées par la sollicitation des muscles du cou : travail sur ordinateur (en particulier chez les personnes portant des verres progressifs), couture à la machine, piano, etc.

EPAULE ET HANCHE : CAUSTICUM 9 CH

Enraidissement articulaire majoré par le repos (dans ce cas, on parle de dérouillage articulaire matinal), par un effort prolongé et par les changements de temps (baisse de la pression atmosphérique précédant la pluie).

GENOU : BRYONIA 7 CH ET KALIUM IODATUM 5 CH

Fréquemment, il existe une hydarthrose (épanchement de synovie), ainsi qu'une majoration des douleurs au mouvement et lors des changements météorologiques.

*"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage
Le bon médecin trouve les causes et guérit
Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"*



MAIN ET POIGNET : ACTÆA SPICATA 5 CH, POLYGONUM AVICULARE 5 CH ET HEDEOMA PULEGIOIDES 5 CH

Actæa spicata 5 CH est indiqué dans les atteintes du carpe (poignet) ou des articulations interphalangiennes proximales (entre la première et la deuxième phalange). *Polygonum aviculare* 5 CH est recommandé lors de l'atteinte des articulations interphalangiennes distales (entre la deuxième et la troisième phalange). *Hedeoma pulegioides* 5 CH est conseillé dans la rhizarthrose du pouce (entre le poignet et le premier os métacarpien).

"La posologie habituelle est d'une prise de 5 granules par 24 heures ; prise pouvant être répétée une ou plusieurs fois par jour en fonction de l'intensité des douleurs", précise le Dr Masson.

LES MEDICAMENTS DITS DE "TERRAIN" POUR UNE AMELIORATION DURABLE

Pour observer une amélioration durable, ces médicaments symptomatiques doivent être épaulés par ceux de terrain. Ceux-ci sont déterminés par l'association de plusieurs critères, explique le Dr Masson.

Calcarea fluorica 15 CH : indiqué chez des sujets prédisposés à l'arthrose, car on observe la présence d'une hyperlaxité ligamentaire (par exemple, l'extension de l'avant-bras sur le bras forme un angle supérieur à 180 °), *ungenu valgum* (ou genou en X), des pieds plats, de nombreuses caries dentaires avec un trouble de l'articulé dentaire (une répartition irrégulière des dents), une scoliose ou une cyphose et, fréquemment chez les femmes, des vergetures et un utérus rétroversé. Les radiographies montrent la présence d'ostéophytes (becs-de-perroquet).

Calcarea carbonica ostrearum 30 CH : pour les personnes en surpoids, d'aspect trapu, présentant volontiers des troubles métaboliques (dyslipidémie, diabète, hyperuricémie avec crises de goutte) et une hypertension artérielle.

Kalium carbonicum 9 CH : pour des patients se plaignant de lombalgies, d'une sensation d'instabilité au niveau des genoux et présentant un œdème des membres inférieurs, ainsi que des signes d'insuffisance rénale (élévation de la créatininémie et diminution de la clairance de la créatinine).

Tuberculinum residuum 30 CH : pour les personnes présentant une ankylose progressive des articulations. S'il existe une aggravation de l'enraidissement au repos, les douleurs restent quasi indépendantes des variations atmosphériques et climatiques.

Sulfur 30 CH : pour des patients arthrosiques présentant des poussées inflammatoires à intervalles plus ou moins réguliers. Généralement pluriarticulaires, les douleurs à type de tiraillements sont aggravées par le repos et surtout par la chaleur du lit (le patient sort les pieds des draps la nuit). On retrouve volontiers des antécédents d'allergie, d'eczéma et de troubles métaboliques.

Causticum 15 CH : déjà cité pour soigner l'arthrose de l'épaule et de la hanche, *Causticum* devient médicament de terrain lorsque le patient présente aussi une constipation (par inertie rectale) ou une incontinence urinaire.

Natrum sulfuricum 15 CH : ce médicament indiqué dans les douleurs aggravées par temps humide et froid devient un médicament de terrain lorsque la personne présente une constitution physique avec infiltration cellulitique des hanches et des cuisses.

*"Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage
Le bon médecin trouve les causes et guérit
Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie"*