



Prospective 2015  
Dessine-moi un système de santé.  
(le panorama du médecin n°5120)



Association  
Promotion de la Médecine  
Homéopathique

---

*Lettre trimestrielle n° 51*  
*Janvier 2009*

## SOMMAIRE

- Sommaire p 2
- Editorial de la présidente p 3
- Compte rendu de l'AG p 4 à 6
- Bulletin d'adhésion p 7
- Enquête remboursement p 8
- Solanum malacoxylon p 9
- Les cicatrices p 10 à 13
- Trousse d'urgence p 14 à 16

### Michel HUG

Le 20 janvier 2009, Michel Hug nous quittait après une longue maladie.

Pendant des années il a mis son énergie au service de l'homéopathie. Dans un premier temps, il a été visiteur médical des Laboratoires Homéopathiques de France, ensuite des laboratoires Boiron et enfin il a été bénévole à l'APMH où il a tenu le poste de trésorier pendant de nombreuses années. Nous adressons à son épouse et à tous les siens nos plus sincères condoléances.

## Éditorial de la Présidente :

Vous recevez cette lettre avec un peu de retard. Il est encore temps de vous souhaiter une très bonne année et bien surtout une excellente santé... grâce à l'homéopathie.

En effet la rentrée est chargée d'actualité, triste avec la mort cette semaine de notre ami et ancien trésorier Michel Hug, et prometteuse de changement avec la participation de l'APMH à de nombreux colloques et symposiums essayant de situer la place de l'homéopathie dans le paysage médical du 21<sup>e</sup> siècle. L'image du Petit prince que la revue « Le Panorama du médecin » nous autorise à reproduire sera, j'espère, plus que la représentation d'un projet utopique, le symbole d'une réalité trop longtemps attendue : la place de l'homéopathie dans le système de santé français (cf. *compte-rendu de l'AG*).

Rien de tel qu'une bonne dynamique pour faire bouger les choses. Le Syndicat des médecins homéopathes organise un symposium le **samedi 28 mars 2009**. Le principe de cette journée est d'ouvrir une discussion éthique sur l'exercice médical en général et sur celui de notre orientation homéopathique en particulier.

« Au delà de l'homéopathie, c'est une réflexion sur tout l'art médical que je souhaite, afin que notre belle thérapeutique soit le prétexte et l'espace d'une réflexion féconde pour les acupuncteurs, ostéopathes, phytothérapeutes, et médecins dans leur ensemble. Cette journée est ouverte à tous ! »

Et, vous l'aurez compris, l'enquête que nous vous demandons de nous retourner, nous est indispensable pour connaître la situation de chacun, ainsi que vos desiderata et autres commentaires que vous voudrez bien nous communiquer. Nous nous devons de vous représenter auprès des pouvoirs publics. Comme il se doit, nous vous tiendrons informés de l'avance des travaux.

Merci à toutes et à tous pour votre soutien par vos cotisations et autres courriers d'encouragement.

*Isabelle Rossi*

## Compte-rendu de l'Assemblée Générale du 15 novembre 2008 à Marseille

L'Assemblée Générale est ouverte à 9 h 40 par la présidente, Isabelle Rossi. Elle remercie les membres présents, qui émargent la feuille de présence. Elle distribue aux membres du Conseil d'administration les 320 pouvoirs valides (4 sont invalides) et précise donc que le quorum est largement atteint. On a en effet 64 % des présents ou représentés sur les 25 % exigés dans les statuts.

1/ Le procès verbal de l'Assemblée Générale du 12 octobre 2007 est lu et approuvé à l'unanimité.

2/ Rapport moral :

Je veux commencer par remercier le travail fait par Jacqueline Peker lors de son mandat et mettre un bémol au constat qu'elle considérait d'échec de la journée porte ouverte. Nous avons encore eu de nouveaux adhérents cette année, suite à des communications dans différents journaux et revues. Et je veux lui dire que cette journée, certes difficile à organiser une première fois, va être reprise en 2009.

Si nous avons choisi Marseille cette année pour y tenir notre AG, c'est grâce à la dynamique de l'URML PACA (Union Régionale des Médecins Libéraux) qui organise cet après-midi un premier colloque MEP (Médecins à Exercice Particulier) pour redéfinir leur place dans le système de santé. Ils ont convié les syndicats, des structures d'enseignement de thérapies alternatives, des associations de consommateurs et des personnalités institutionnelles. Ils ont prévu d'organiser une journée en 2009 pour faire connaître les MEP au grand public. Nous pourrons, à cette occasion, faire « remonter » les desiderata de nos adhérents grâce à la présence de la présidente.

L'année est marquée aussi par la participation à l'AG d'Homéopathes Sans Frontières. Cela fait plusieurs années que nous aidons financièrement HSF, sans les connaître mieux que par leurs publications (au demeurant très performantes). Je me suis fait donner les statuts, la liste de leur CA, et autres documents officiels, ils sont à votre disposition pour consultation.

Le WE qu'ils organisaient en Bretagne, a non seulement permis de mieux connaître les acteurs et la politique de cette association, mais également de découvrir des associations partenaires comme « Jardins du Monde » dont l'objectif est l'amélioration de l'état sanitaire des populations qui ont difficilement accès au système de santé conventionnel. Pour ce faire, l'association valorise l'usage des plantes médicinales dans la médecine humaine et vétérinaire. Nous avons ainsi pu rencontrer Françoise Coste et sa « case Accueil », orphelinat

que nous avons choisi de soutenir en proposant de faire acheter sa trousse homéopathique conçue par elle et réalisée par les femmes du Burkina.

3/ La trésorière, Marie-Christine NEDELEC, présente son rapport financier,

25% d'augmentation du nombre des adhésions en 2007, avec un renouvellement sensible des adhérents (il serait intéressant de connaître l'âge moyens des adhérents mais est-il judicieux de leur demander leur tranche d'âge ?)

La proportion des actifs sympathisants et bienfaiteurs a été à peu près identique en 2006 et en 2007, mais suite à l'appel fait dans le compte-rendu 2006, je peux d'ores et déjà vous dire que le nombre de sympathisants a augmenté de presque 50 % en 2008. Ce qui m'amène à vous proposer le nouvel intitulé de nos cotisations, à savoir :

Cotisation active	30 euros
Cotisation sympathisant	50 euros
Cotisation Bienfaiteur	100 euros ou plus
Étudiants, chômeurs, retraités non imposables...)	16 euros

(Accepté à l'unanimité des présents et représentés)

Noter que depuis le mois de juillet, la présidente a souscrit au nom de l'APMH, un abonnement « Orange » pour 1 h de communication par mois. Elle remercie les adhérents de bien vouloir n'utiliser que ce numéro pour les renseignements ou autres appels concernant l'association : 06 80 67 10 02..

4/ Élections de nouveaux administrateurs, Nous remercions Chantal Saada qui accepte et de se présenter à un poste d'administrateur, elle est élue à l'unanimité.

5/ Courriers des lecteurs

Nous recevons cette année, de plus en plus de courrier sur les problèmes liés au remboursement des produits homéopathiques. Je vous propose une enquête sur le niveau des remboursements Sécu + Mutuelle des médicaments homéopathiques. En effet, le remboursement de la Sécu, 0.36 centimes, est ridicule. Pour une ordonnance de plus de 10 euros, cela ne paye même pas le timbre ! Cependant Il semble que cette somme symbolique déclenche le remboursement des mutuelles.

5/ Questions diverses :

La Lettre trimestrielle. Je vous propose de passer dans un format A5, avec une première de couverture couleur et 6 feuillets intérieurs, ce qui permettrait d'avoir une lettre plus attractive par la présence de photos, et plus complète.

Cette année, les articles de fond médicaux étaient plus nombreux : nous n'avions plus de place pour le courrier des lecteurs ou la bibliographie.

Nous pourrions compenser l'augmentation du tirage (devis Semaco : 513 euros au lieu de 200 actuellement) par le fait de ne l'envoyer que 3 fois par an (mais plus conséquente) au lieu de 4 (1440 euros au lieu de 1920), soit + 10% sur l'année. Accepté à l'unanimité des présents et représentés.

Le Site. Vous avez sûrement constaté des améliorations sur le site : photos couleurs, présentation des lettres ; nous avons en préparation une recherche des articles par mots clefs, par auteurs et par titre. Différents liens ont été mis pour que les internautes puissent trouver un médecin homéopathe près de chez eux. En revanche je n'ai pas trouvé de liste des vétérinaires autre que celle que m'a envoyée Boiron sous forme de photocopie, mais je ne me sens pas de tout saisir... Comment faire ??

Merci de me donner votre avis, sur ce que nous pouvons encore améliorer. Je remercie au passage Charles Rossi pour son travail important et régulier sur le site.

Statuts. Suite à un courrier préfectoral nous devons modifier nos statuts. En effet nous ne sommes pas habilités à recevoir des legs (article 5) et d'autre part le CA est composé de 6 à 15 membres et non de 6 à 16. Accepté à l'unanimité des présents et représentés.

Date et lieu de la prochaine Assemblée Générale. A Paris lors des prochaines « Journées homéopathiques » en

La séance est levée à 12 h 10.

Poste	Nom	Prénom	CP	Ville
Administrateur	BENABDALLAH	Mourad	62000	Arras
Administrateur	HORVILLEUR	Alain	69003	Lyon
Administrateur	JOUSSET	Claude	75010	Paris
Trésorière	NEDELEC	Marie-Christine	01210	ORNEX
Présidente d'honneur	PEKER	Jacqueline	75017	Paris
Présidente	ROSSI	Isabelle	69005	Lyon
Administrateur	ROSSI	Charles	69005	Lyon
Administrateur	SAADA	Chantal	75014	Paris
Secrétaire	SAINT DIZIER	Bernadette	75015	Paris

**Association PROMOTION DE LA MEDECINE  
HOMEOPATHIQUE  
Bulletin d'Adhésion 2009**

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal: [ ][ ][ ][ ][ ][ ] Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ]

E-mail : \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

Adhère ou renouvelle sa cotisation à l'APMH pour l'année 2009  
en tant que :

- Membre actif et verse ma cotisation de 30 Euros
- Membre sympathisant et verse ma cotisation de 50 Euros
- Membre bienfaiteur et verse ma cotisation de 100 Euros ou plus
- Cotisation réduite (étudiant, chômeur, retraité non imposable) 16 Euros
- Ne désire plus recevoir la lettre de l'APMH

Date : \_\_\_\_\_

Signature :

Une copie de ce bulletin d'adhésion vous sert de justificatif pour les impôts



# ENQUETE REMBOURSEMENT

Nom et Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

téléphone : \_\_\_\_\_

e-mail : \_\_\_\_\_

tranche d'âge :  moins de 25 ans  entre 26 et 40 ans

(cocher la bonne case)  entre 41 et 60 ans  plus de 61 ans

régime sécurité sociale  CPCAM  MSA  autres \_\_\_\_\_

Mutuelles : \_\_\_\_\_

médecin homéopathes  conventionné secteur 1, secteur 2,  non conventionné

**TYPES REMBOURSEMENTS**

*C : consultation médecin*

*V : visite médecin*

*K : kinésithérapeute*

*MR : médicaments vignettes*

*A : médicaments sans vignettes*

*T : trituration*

Type	date	Montant	SS	mutuelle	charge
<i>exemple :</i>	21/5/08	9,6	0,36	0	9,24
<i>MR</i>	16/7/08	13,6	0,76	4,76	8,08

remarques : \_\_\_\_\_

(vous pouvez éventuellement \_\_\_\_\_

nous faire passer une copie \_\_\_\_\_

de vos comptes) \_\_\_\_\_



## **SOLANUM MALACOXYLON**

---

### Un médicament pour les calcifications dans l'épaule

---

Le bétail des pampas argentines, souffre traditionnellement d'une maladie très invalidante nommée *entequeseco*. On sait depuis 80 ans que cette maladie est provoquée par l'ingestion par les animaux de feuilles d'un arbuste local, le *Solanum malacoxylon*. L'intoxication se manifeste surtout en période de sécheresse, quand les animaux ne trouvent plus d'herbe et qu'ils mangent les feuilles tombées à terre. Peu à peu des calcifications se produisent dans diverses parties de leur organisme et ils meurent d'insuffisance rénale.

La connaissance de ce fait a donné l'idée au Docteur Gilbert Benyamine, en 1981, d'utiliser des préparations homéopathiques de *Solanum malacoxylon* dans la périarthrite calcifiante de l'épaule (1). Ce traitement fait disparaître très rapidement les douleurs, et assez souvent les calcifications elles-mêmes au bout de 12 à 18mois de traitement.

Trois à sept pour cent des personnes prises au hasard présentent des calcifications périarticulaires, préférentiellement les femmes entre 40 ans et 50 ans. Ces calcifications sont généralement faites d'apatite (ou phosphate de calcium). Elles ne sont pas obligatoirement douloureuses mais lorsqu'elle le sont elles font très mal. Il faut savoir que 30 % de ces calcifications peuvent régresser spontanément.

Si des radiographies ont précisé que vous avez des calcifications dans une ou les deux épaules, vous ne risquez rien de prendre *Solanum malacoxylon 5 CH*, 3 granules 3 fois par jour, à titre systématique. Vous obtiendrez un soulagement rapide de vos douleurs et, si vous avez le courage d'aller plus loin, vous pourrez même les faire disparaître en un an environ.

Docteur Alain Horvilleur.

--

(1) Attention : il ne s'agit pas de tous les cas de périarthrite mais seulement de ceux où les radiographies montrent la présence de calcifications

## **CICATRICES**

**par le Dr Catherine Gaucher, dermatologue à La Roche-Posay**

Cet article est né de l'expérience acquise en dix ans de soins au Centre Thermal de La Roche-Posay, spécialisé dans le traitement des cicatrices de grands brûlés, et de l'observation de nos résultats au Centre Laser de La Roche-Posay. En effet, soucieux d'obtenir le meilleur rapport "résultats /inconvénients" pour nos patients, nous avons testé et utilisé différentes techniques peu agressives de réduction des cicatrices et de leurs inconvénients esthétiques, avec des résultats intéressants que nous rapportons ici. Les techniques que nous avons utilisées sont en général peu connues et peu développées, particulièrement dans les milieux médicaux où la chirurgie réparatrice et les injections de dérivés de la cortisone sont souvent les seules alternatives proposées, mais elles méritent d'être diffusées, particulièrement chez les personnes sensibles et réactives.

### **DÉFINITIONS**

Le mot "cicatrice" vient du latin *cicatrix*, trace sur la peau. Par extension, on l'utilise chaque fois qu'il reste une trace indélébile, physique ou psychique, d'un traumatisme particulier, non spécifique à la peau.

Habituellement, une cicatrice laisse une marque indélébile sur la peau, qui est de couleur différente et souvent plus mince et plus fragile à cet endroit-là, mais elle reste au même niveau que la peau alentour. Dans le cas contraire, malheureusement très fréquent, il s'agit d'une cicatrice anormale, qui peut être soit "en creux" (atrophique), soit "en bourrelet" (hypertrophique).

Les cicatrices dites *chéloïdes* sont de véritables tumeurs bénignes qui se développent à partir de la cicatrice et évoluent ensuite pour leur propre compte. Il s'agit d'une maladie le plus souvent familiale, plus fréquente sur les peaux noires.

### **LE PROCESSUS CICATRICIEL**

La cicatrice, trace indélébile, ne se produit sur la peau que lorsque la jonction dermo-épidermique a été franchie et que l'on a atteint le derme profond. Ceci explique qu'une intervention chirurgicale, ou une plaie par instrument tranchant, qui franchit obligatoirement cette limite, laisse une cicatrice. Mais il en est de même avec les brûlures et les lésions infectieuses de la peau. Les brûlures sont considérées comme du "premier

degré” lorsqu’elles ne franchissent pas cette barrière, du “deuxième degré superficiel ou profond” lorsqu’elles atteignent le derme de manière plus ou moins profonde, du troisième degré lorsqu’elles atteignent l’hypoderme et les tissus sous-jacents (graisse hypodermique, aponévroses et muscles). Les brûlures des deuxième et troisième degré laissent nécessairement des cicatrices. Les lésions infectieuses de la peau, comme par exemple celles que crée le virus herpès-zona-varicelle, fournissent un autre exemple d’atteinte cutanée avec ou sans cicatrice indélébile. En effet, la varicelle ou le zona peuvent ne pas laisser de cicatrices (selon la profondeur de la lésion dans la peau, et non pas selon le grattage ou non...attention à ne pas culpabiliser inutilement vos enfants !). La variole laisse des cicatrices car sa lésion atteint obligatoirement le derme profond : c’est là l’origine des “visages grêlés” d’autrefois, comme celui de Mirabeau.

## **LE PROCESSUS DE RÉPARATION CUTANÉE**

Lorsque la peau est “ ouverte ” par une plaie ou une brûlure ou autre, un processus de réparation commence. Celui-ci se déroule en trois phases :

- inflammation : libération des produits de l’inflammation et afflux des cellules de l’inflammation et de la défense immunitaire contre les bactéries et l’infection en général ;
- prolifération : des cellules épidermiques et formation d’un tissu dit “de granulation”;
- contraction : prolifération des *myofibroblastes* (cellules qui fabriquent les fibres), qui “resserrent” la plaie un peu comme le font les fils tressés dans un raccommodage de tissu.

Normalement ce processus s’interrompt lorsque la plaie est fermée. Parfois, cependant, il se produit un phénomène d’emballement et le mécanisme de réparation se poursuit, avec ses trois phases (inflammation, prolifération, contraction), ce qui donne lieu à des cicatrices anormales telles que nous les avons décrites plus haut.

## **LES CIRCONSTANCES D’APPARITION**

Les personnes qui viennent en consultation pour des cicatrices sont dans des situations très différentes, qui vont des cicatrices de grands brûlés aux cicatrices d’acné, en passant par les grandes cicatrices chirurgicales et les chéloïdes, parfois monstrueuses.

Les circonstances d’apparition les plus fréquents sont:

- cicatrices d'acné : en creux, en "pic à glace", à "l'emporte-pièce", en "bourrelets"... , les manifestations variées de cette maladie donnent lieu à des situations psychologiques parfois dramatiques et leur prise en charge médicale, largement justifiée, mérite d'être relayée par du personnel compétent et des techniques douces, efficaces avant les peelings profonds ou les dermabrasions chirurgicales souvent évitables de nos jours.
- les grands brûlés et les accidentés : les grands délabrements dont ces personnes ont été victimes justifient une prise en charge en milieu médico-chirurgical et l'indication de la crénothérapie (cures thermales) est absolument indispensable dans la plupart des cas. La place du laser et des techniques alternatives est plus restreinte.
- Les cicatrices post-chirurgicales sont plus rarement l'objet d'anomalies, d'autant moins que la généralisation de la compression par les pansements de silicone a réduit considérablement la fréquence des cicatrices hypertrophiques post-opératoires.

## **LA POPULATION TRAITÉE A LA ROCHE-POSAY POUR CICATRICES**

Au total, depuis août 2000, 289 personnes atteintes de cicatrices ont demandé un traitement au cabinet dermatologique ou au Centre laser de La Roche-Posay. L'âge moyen est de 35 ans, avec des extrêmes allant de 3 ans à 82 ans. Le sexe féminin est nettement plus représenté (204 femmes et fillettes pour 85 hommes et garçons), conséquence directe de la gêne esthétique, en général plus marquée chez les femmes. Les cicatrices pour lesquelles un traitement est le plus souvent demandé sont naturellement celles du visage et des zones découvertes.

## **LES TRAITEMENTS UTILISÉS**

Les traitements que nous utilisons sont principalement des techniques dites *non invasives*, donc non agressives. La majorité des patients venus à La Roche-Posay pour des cicatrices est, bien entendu, traitée par l'eau thermale : c'est la crénothérapie. Elle comprend l'application de l'eau thermale sur la peau sous différentes formes (jets plus ou moins puissants, bains, massages, etc.) pendant une ou deux heures chaque jour et pendant 18 jours consécutifs. Pour les grands brûlés, il est conseillé d'effectuer une cure de 18 jours tous les six mois pendant les deux premières années ; ensuite, une cure par an aussi longtemps que nécessaire (en moyenne trois à cinq ans).

Les autres techniques employées au Centre laser de La Roche-Posay comprennent essentiellement l'utilisation de lasers vasculaires, tels que le laser à colorant pulsé. En effet, en agissant sur la microcirculation cutanée, on augmente probablement les échanges dermo-épidermiques et le rôle de la jonction dermo-épidermique dans les échanges entre le derme et l'épiderme. Donc on favorise le processus de réparation cutanée et on permet à la cicatrice de "revivre", en quelque sorte de se refaire à nouveau, donc d'améliorer le résultat final s'il était disgracieux. Concrètement, les effets des lasers vasculaires sont semblables à ceux de la crénothérapie, tout en étant nettement plus rapides dans le temps : une séance de laser à colorant pulsé fait le même effet sur une cicatrice hypertrophique que trois semaines de cure thermale.

### **LES RÉSULTATS OBTENUS**

Nous avons interrogé les patients sur leur appréciation des résultats. Sur les 289 patients, 189 ont répondu au questionnaire: 80 % d'entre eux ont trouvé le résultat "bon" ou "excellent".

Les effets secondaires sont pratiquement nuls : mises à part quelques réactions imprévues de type *purpura* après laser à colorant pulsé (apparition de sang sous la peau comme un hématome, qui disparaît en quelques jours). Ni la crénothérapie, ni les lasers vasculaires ne présentent d'effets secondaires. La plupart du temps, on ne voit absolument rien après la séance. La cicatrice en général s'aplatit de moitié dans les minutes ou même les secondes qui suivent (la palpation permet de le sentir sous le doigt). Les cicatrices rouges ou violacées s'éclaircissent en principe dans les deux semaines qui suivent. Deux ou trois séances sont nécessaires en général. On les espace de trois semaines à un mois.

### **CONCLUSION**

Le traitement des cicatrices par des méthodes non invasives s'avère prometteur. Le Centre laser de La Roche-Posay organise des formations pour les professionnels de santé intéressés par ces techniques afin de faire connaître ces techniques et d'en faire profiter le plus grand nombre.

## **TROUSSE D'URGENCE**

*Voici une liste de 30 médicaments qui pourra vous être utile en cas de petits soucis de santé. Prévoyez d'avoir toujours sous la main des tubes de granules en 9 CH de :* Aconitum napellus, Apis mellifica, Argentum nitricum, Arnica montana, Arsenicum album, Belladonna, Cantharis, Carbo vegetabilis, Chamomilla vulgaris, China rubra, Cocculus indicus, Coccus cacti, Dulcamara, Galphimia glauca, Gelsemium sempervirens, Glonoïnum, Hepar sulfuris calcareum, Ignatia amara, Iris versicolor, Kalium bichromicum, Kalium phosphoricum, Lachesis mutus, Ledum palustre, Magnesia phospho-rica, Mercurius solubilis, Nux vomica, Phosphorus, Staphysagria, Rhus toxico-dendron, Stramonium.

- Abcès débutant : Hepar sulfuris calcareum.
- Ampoule, brûlure cutanée : Cantharis.
- Angine blanche : Mercurius solubilis.
- Angoisse : Aconitum napellus.
- Anxiété d'anticipation, trac : Argentum nitricum.
- Aphtes : Mercurius solubilis.
- Asthme : Apis mellifica.
- Ballonnement, éructations : Carbo vegetabilis.
- Bouffées de chaleur : Lachesis mutus.
- Boule à la gorge : Ignatia amara.
- Brûlure d'estomac : Iris versicolor.
- Café en excès : Nux vomica.
- Contrariété : Ignatia amara.
- Contusion, chute, coup, « bleu » : Arnica montana.
- Coup de froid sec : Aconitum napellus.
- Coup de froid par temps humide : Dulcamara.
- Constipation en voyage : Ignatia.
- Crampes musculaires : Nux vomica.
- Crampes dans le ventre : Magnesia phosphorica.
- Cystite avec sang et douleurs intenses : Cantharis.
- Cystite nerveuse : Staphysagria.
- Décalage horaire : Cocculus indicus.
- Dentition douloureuse du nourrisson : Chamomilla vulgaris.
- Dépression nerveuse débutante : Ignatia amara.
- Diarrhée : China rubra.
- Eczéma sec : Arsenicum album.
- Eczéma qui suppure : Hepar sulfuris calcareum.
- Entorse : Rhus toxicodendron.

- Excès d'alcool : Nux vomica.
- Fatigue psychique, épuisement nerveux : Kalium phosphoricum.
- Gingivite : Mercurius solubilis.
- Grippe débutante : Gelsemium sempervirens.
- Hémorragie : China rubra.
- Hoquet après un repas trop copieux : Nux vomica.
- Indigestion : Nux vomica.
- Insolation : Glonoïnum.
- Insomnie récente : Coffea cruda.
- Intoxication alimentaire : Arsenicum album.
- Irritabilité : Nux vomica.
- Mal de tête : Belladonna.
- Morsure d'animal : Ledum palustre.
- Nausées : Nux vomica.
- Peur (Après une) : Aconitum napellus.
- Pancréatite : Phosphorus.
- Panique : Phosphorus.
- Piqûre d'insecte : Apis mellifica.
- Règles abondantes : China rubra.
- Rhinopharyngite : Kalium bichromicum.
- Rhume des foins : Galphimia glauca.
- Saignement de nez : China rubra.
- Sciatique débutante : Magnesia phosphorica.
- Sinusite : Mercurius solubilis.
- Soleil (Allergie au soleil) : Apis mellifica.
- Soleil (Coup de) : Belladonna.
- Spasme du sanglot chez l'enfant : Ignatia amara.
- Sport (Avant ou après le) : Arnica montana.
- Stress soudain : Ignatia amara.
- Surmenage intellectuel : Kalium phosphoricum.
- Surmenage physique : Arnica montana.
- Tendinite : Rhus toxicodendron.
- Terreur nocturne des enfants : Stramonium.
- Tétanie : Cocculus indicus.
- Toux : Coccus cacti.
- Tremblement émotif : Gelsemium sempervirens.
- Urticaire : Apis mellifica.
- Vertige des hauteurs : Argentum nitricum.
- Vexation : Staphysagria.
- Vomissements : Nux vomica.

*Pour tous les médicaments, la dilution recommandée est la 9 CH. Ces indications sommaires vous seront utiles mais elles ne remplacent pas les conseils d'un médecin homéopathe (ne pas retarder des soins urgents). De même elles ne couvrent pas en totalité le champ d'action des médicaments cités. Les médicaments sont à prendre toutes les demi-heure ou toutes les heures jusqu'à amélioration, selon l'urgence. Pour plus de détails, consultez le Guide familial de l'homéopathie (Hachette et Livre de Poche), du Docteur Alain Horvilleur.*



Et bien sûr pour transporter vos médicaments d'urgence, nous vous recommandons la trousse faite par la "Case d'accueil", orphelinat du Burkina Faso. Vous les aiderez à vivre tout en vous faisant plaisir !

Bon de commande

Nom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_  
CP et Ville : \_\_\_\_\_  
Nombre de trousses : \_\_\_\_ x 10€ = \_\_\_\_ €  
*Chèque à l'ordre de l'APMH,  
13 chemin de Montauban 69005 Lyon*



**Association régie par la loi 1901. ISSN : 1969-3109**  
**13 chemin de Montauban 69005 LYON**  
**tél : 06 80 6710 02**  
**Site : [www.apmh.asso.fr](http://www.apmh.asso.fr) E-mail : [apmh.asso@orange.fr](mailto:apmh.asso@orange.fr)**