

Numéro 17/Juin 2020

FOCUS: Grossesse et naissance sous le signe de l'homéopathie

Chère lectrice, cher lecteur,

La sage-femme Nina Zemp se dit toujours aussi impressionnée par l'effet de l'homéopathie durant l'accouchement. Nous avons voulu en savoir davantage et nous l'avons interviewée. Elle nous explique ce qu'elle apprécie dans l'homéopathie et pourquoi la médecine complémentaire est si populaire auprès des futures mamans. Nous vous proposons également des lectures informatives et passionnantes sur la grossesse, la naissance et l'éducation des enfants. Nous avons également trouvé une perle dans nos archives : nous avons redécouvert un guide homéopathique du XIX^e siècle pour les femmes enceintes, qui contient non seulement des conseils sur le comportement, mais aussi une série de remèdes homéopathiques pour les maux liés à la grossesse. Enfin, vous aurez un aperçu d'une expérience pratique et vous en apprendrez davantage sur la formation continue des sages-femmes dans le domaine de l'homéopathie.

Ces dernières semaines, un nombre impressionnant de choses ont été dites et écrites sur le coronavirus. Des théories parfois farfelues et des promesses de guérison ont été diffusées en lien avec les médecines complémentaires. Nous, Homéopathie Suisse, prenons nos distances par rapport à de tels propos, sous toutes leurs formes. Nous sommes convaincus qu'il est temps de prendre ses responsabilités et de renforcer son propre système immunitaire. L'homéopathie peut apporter une contribution importante !

Nous vous souhaitons une lecture passionnante et une bonne santé.

Fabienne Gigandet et Eveline Fuchs
*Homéopates et co-présidentes
d'Homéopathie Suisse*



L'homéopathie dans le quotidien d'une sage-femme

Nina Zemp travaille depuis un an comme sage-femme à Winterthur, dans le canton de Zurich. Dans son interview avec ACTUEL, elle explique comment elle utilise avec succès l'homéopathie dans sa profession, quels en sont les avantages et pourquoi la médecine complémentaire est si populaire auprès des futures mamans.

Interview : Homéopathie Suisse

Homéopathie Suisse: A quoi ressemble votre quotidien de sage-femme ?

Nina Zemp: Je travaille actuellement dans le suivi ambulatoire. J'accompagne à la maison les familles fraîchement sorties de l'hôpital ou du lieu de naissance pendant les deux premiers mois. En outre, je propose des consultations de sage-femme, des consultations sur l'allaitement et le sommeil ainsi que des cours de préparation à l'accouchement et de massage pour bébés.

Comment en êtes-vous venu à l'homéopathie ?

Je n'ai jusqu'à présent pas suivi de formation spécifique en homéopathie. J'ai acquis mes connaissances dans ce domaine en tant que maman grâce aux conseils de notre homéopathe de familles et à des ouvrages spécialisés. En outre, au cours de ma formation et de ma pratique professionnelle, j'ai pu bénéficier de l'expérience en homéopathie d'autres sages-femmes.

Y a-t-il eu un élément déclencheur ou une expérience qui vous a conduite à l'homéopathie ?

Il n'y a pas eu d'événement déclencheur. Il s'agit plutôt d'un processus progressif. D'une part, en raison de mon intérêt pour la médecine alternative, d'autre part grâce à ma formation de sage-femme et aussi en découvrant les grandes possibilités qu'offre l'homéopathie pendant la grossesse, à la naissance et pour les bébés et les mamans durant la période post-partum. Finalement, j'ai vécu des expériences impressionnantes avec mon fils.

Qu'appréciez-vous dans l'homéopathie ?

Ce que j'apprécie le plus dans l'homéopathie c'est sa polyvalence et le fait qu'elle peut être utilisée dans tous les domaines. Les effets sont généralement visibles très rapidement, surtout lors de l'accouchement, ce qui est toujours très impressionnant.



Pouvez-vous donner des exemples d'utilisation réussie de traitements homéopathiques et de leurs effets ?

Les exemples sont nombreux. J'aimerais en présenter deux. Comme je l'ai déjà mentionné, je trouve toujours les effets de l'homéopathie durant l'accouchement très impressionnants. Par exemple, il y a le phénomène, pas si rare, de l'accouchement qui se déroule bien, mais la tête du bébé ne s'engage pas bien dans le bassin de la maman. Il peut bien sûr y avoir plusieurs raisons à cela. Mais on utilise souvent un remède homéopathique qui, dans de nombreux cas, permet de faire des « miracles ».

Dans ma vie privée, l'événement le plus marquant a été l'amélioration de l'état de la peau de mon fils qui a beaucoup souffert de dermatite atopique au cours de sa première année de vie. J'ai pu observer le mode d'action typique du traitement homéopathique. Après l'administration des globules, l'état de sa peau a tout d'abord empiré, mais il s'est ensuite considérablement amélioré et, après son premier anniversaire, il n'a pratiquement plus eu de problèmes cutanés.

Quels sont, selon vous, les avantages de l'homéopathie lors de la grossesse et de l'accouchement par rapport à la médecine conventionnelle ?

Je pense que le plus grand avantage pendant la grossesse et l'accouchement est que l'on est très limité durant cette période avec la médecine conventionnelle. De nombreuses femmes, contrairement peut-être aux autres moments de leur vie, veulent éviter de prendre des médicaments pour le bien de leur enfant à naître. En cas de symptômes, elles recherchent des alternatives qui ont moins ou pas d'effets secondaires, comme l'homéopathie. Même pour les nouveau-nés, seuls quelques médicaments sont autorisés pendant les premiers mois de vie. Ici aussi, l'homéopathie convient dans de nombreuses situations.

Pourquoi les futures mères apprécient-elles l'homéopathie ?

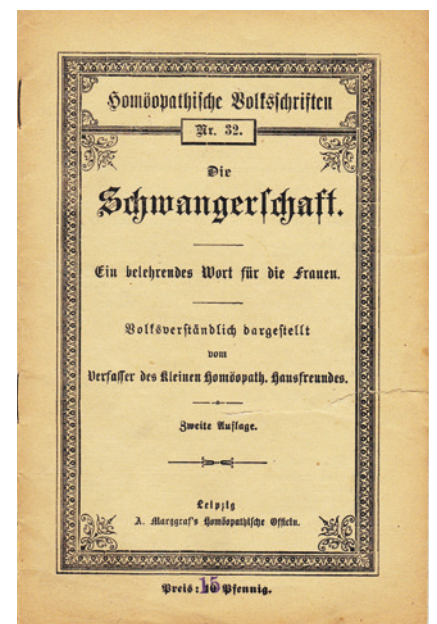
Je pense qu'elles apprécient l'homéopathie avant tout parce qu'il n'y a pas d'effets secondaires comparables à ceux de la médecine conventionnelle, qu'elle peut être utilisée à tout âge et dans n'importe quelle condition (par exemple une grossesse) et que l'on peut traiter une grande variété de symptômes.

L'interview a été menée par écrit.

Nous tenons à remercier Nina Zemp pour cet échange passionnant.

Perle de nos archives

« Les femmes qui se trouvent dans cet état doivent éviter toute énévement et toute émotion violente et elles doivent également faire quotidiennement de l'exercice physique régulier dans un air pur et frais ». On trouve de tels conseils destinés aux femmes enceintes dans les écrits homéopathiques publiés dans les années 1890 par l'officine homéopathique de A. Marggraf à Leipzig. Si certains de ces conseils sont toujours valables aujourd'hui, d'autres doivent être placés dans le contexte de l'année de publication. Par exemple, voyager était beaucoup plus difficile à la fin du 19^{ème} siècle qu'aujourd'hui, et les femmes enceintes devaient « si possible s'abstenir de voyager d'autant plus que des chocs violents typiques des voyages en chemins de fer » pouvaient avoir de graves conséquences. Mais « les jarretières ne doivent pas non plus être trop serrées », selon l'auteur. En plus des conseils généraux sur la manière de se comporter, l'auteur consacre un chapitre entier aux remèdes homéopathiques grâce auxquels « certains désagréments liés à la grossesse peuvent être atténués ou complètement éliminés ».



Conseils en matière de littérature pour les professionnels et les (futurs) mamans et papas

Que vous cherchiez un ouvrage de référence complet ou un livre de lecture sur les nombreuses questions relatives à la grossesse, à la naissance et à la maternité, nous avons compilé une sélection de conseils en matière de littérature passionnants et utiles.

La consultation de la sage-femme

Ingeborg Stadelmann. Stadelmann Verlag, Wiggensbach. 1^{ère} édition 2014, ISBN 978-3-9437930-1-7

Avec sensibilité, compétence et réalisme, Ingeborg Stadelmann, sage-femme et experte en naturopathie, accompagne les femmes pendant la grossesse, l'accouchement, le post-partum et l'allaitement. Elle encourage les (futurs) mamans à développer leur autodétermination et leur responsabilité personnelle. Dans les situations difficiles, ce sont souvent les « forces naturelles » qui aident et calment la situation : en plus des globules homéopathiques, des mélanges aromatiques, des fleurs de Bach ou des tisanes sont prescrites.

Matière Médicale homéopathique de la sage-femme

Olga Latanowicz & Elisabeth Latour-de Mareüil. Editions Similia. 2015, ISBN 978-2-8425-1059-6

Première matière médicale homéopathique spécifiquement dédiée au domaine de la périnatalité, cet ouvrage présente 142 médicaments en trois rubriques essentielles : les indications cliniques du médicament pour



la mère et l'enfant, les spécificités homéopathiques et, directement issus de l'expérience des auteurs, des conseils pratiques liés à la prescription. Cette matière médicale accompagnera les sages-femmes dans leur pratique quotidienne et permettra aux professionnels de santé qui l'utiliseront d'approfondir leurs connaissances en homéopathie et périnatalogie.

Homéopathie : la femme enceinte

Claudette Rocher. Marabout. 2003, ISBN 2-501-03983-1

Toutes les rubriques, pathologies et médicaments, sont classées intégralement par ordre alphabétique pour accéder immédiatement à l'information recherchée : Les pathologies ou les motifs de consultations les plus fréquents (ORL, eczéma, troubles du sommeil, troubles digestifs...) sont accompagnés de conseils pour mieux observer les symptômes et trouver le traitement homéopathique adapté en attendant de consulter. Les principaux médicaments homéopathiques sont présentés avec leurs indications cliniques et leurs origines.

Homéopathie réservée aux enfants – Recueil de conseils destinés à l'automédication

Fabienne Gigandet, l'auto-édition. 1^{ère} édition 2012, ISBN 978-3-9523401-2-7

Grâce à ce recueil de conseils, qui vous guide à travers l'application de 20 substances homéopathiques unitaires, vous réagirez avec plus de sérénité face à divers troubles aigus.

L'homéopathie du bébé à l'ado

Jeannette Hölscher-Schenke, Eva Strobel. Narayana. 2013, ISBN 978-3-944125-14-5

Un vrai régal pour les yeux : le premier livre illustré destiné aux parents et aux thérapeutes et illustrant 60 profils homéopathiques d'enfants. Des aquarelles drôles et touchantes démontrent avec brio qu'un petit dessin vaut mieux qu'un long discours. On y trouvera les « grands classiques » pédiatriques, mais aussi des remèdes plus récents. Ouvrage de référence, son répertoire pédiatrique exhaustif permet d'orienter facilement ses recherches.

L'homéopathie dans la profession de sage-femme

Dans ma carrière d'homéopathe, avec mon activité principale dans le domaine de la formation, j'ai eu le plaisir de faire de grandes rencontres avec des sages-femmes. Il n'est donc pas surprenant que ce groupe-cible soit l'un de mes préférés.



Auteur: Fabienne Gigandet,
co-présidente d'Homéopathie Suisse

J'ai eu mes premiers contacts avec des sages-femmes lorsque j'ai eu l'occasion de représenter une société d'homéopathie au congrès suisse des sages-femmes, il y a quelques années. C'est alors que j'ai réalisé l'importance de l'homéopathie dans le domaine d'activité des sages-femmes. Les femmes enceintes sont souvent confrontées pour la première fois à des alternatives à la médecine conventionnelle pendant cette période « sensible ». Elles recherchent des traite-

ments alternatifs avec peu d'effets secondaires pour des maux comme les nausées matinales, les renvois acides ou les douleurs dorsales. La future maman ne veut pas faire de mal à son enfant ! Et même après la naissance, on cherche encore des solutions naturelles aux problèmes de la jeune famille.

Avec la phytothérapie, la spagyrie, les sels de Schüssler et les huiles essentielles, l'homéopathie est l'une des formes de thérapie les plus fréquemment mentionnées. Les granules sont bien connues et populaires auprès des nourrissons et des (petits) enfants. Et il ne s'agit pas seulement de l'Arnica, loin s'en faut ! La sage-femme devient rapidement une personne de confiance et aussi le contact privilégié en cas de maux liés à la grossesse. Je reçois régulièrement des demandes de sages-femmes qui ont besoin d'une solution homéopathique pour leurs patientes.

Par le passé, les formations dispensées par le Dr Friedrich Graf étaient

très populaires en Suisse. Il existe désormais des modules de formations continues en homéopathie, notamment pour les sages-femmes. En effet, certaines personnes ne veulent pas suivre des formations trop lourdes au début ; les modules plus courts, d'une durée d'un à deux jours, sont très populaires. Je constate souvent que l'homéopathie suscite beaucoup d'enthousiasme. Notamment parce que les femmes enceintes viennent avec des questions explicites. L'utilisation de l'homéopathie pour les cas aigus, tant pour la mère que pour l'enfant, est souvent demandée. Mais pas seulement, j'entends très régulièrement lors de mes formations continues : « Maintenant, apportez-nous quelque chose ! Nous ne voulons pas toujours être « réduites » à notre profession ». Ainsi, d'autres sujets sont également abordés individuellement tels que les éperons du talon ou les problèmes de ménopause, tout comme l'homéopathie.

Homéopathie en obstétrique – formation continue modulaire certifiée par la Fédération suisse des sages-femmes (FSSF)

Les sages-femmes peuvent traiter avec succès et professionnalisme de nombreuses affections aiguës grâce à l'homéopathie classique. La Fédération suisse des sages-femmes (FSSF) propose un cycle de formation modulaire de 15 jours sur le thème « L'homéopathie en obstétrique ». Tous les sujets

importants liés à la grossesse, à la naissance, au post-partum, à l'allaitement et au nourrisson sont abordés. Les maux les plus fréquents sont examinés et le traitement indiqué est présenté. Une autre partie importante du cycle de formation est le travail pratique.

Les cinq modules ont lieu du lundi au mercredi et s'étalent sur un an et demi. Le prochain cycle de formation débutera au printemps 2021. La description détaillée et les dates définitives figurent sous www.e-log.ch.

Homéopathie Suisse

Case postale 817, 3000 Berne 8
Téléphone: 031 306 20 20
www.homeopathie-suisse.org
info@homeopathie-schweiz.org
Compte postal: 30-24221-7

Homéopathie Suisse est une organisation de patients pour l'homéopathie en Suisse. Elle informe de manière globale, transparente et avec qualité sur la médecine douce qu'est l'homéopathie – méthode éprouvée depuis plus de 200 ans. Homéopathie Suisse défend les intérêts de ses membres dans le domaine public et politique.

ACTUEL – Numéro 17 / Juin 2020
Brochure destinée aux membres d'Homéopathie Suisse. Paraît semestriellement (en allemand et en français). Tirage global: 3300 exemplaires.
Rédaction: Homéopathie Suisse
Impression: Mastra Druck AG, Urtenen-Schönbühl