ARNICA MONTANA
homeoformation.com

2020

Annie-Paule AMOUROUX

Articles d'homéopathie

02/2020

Légende

Table des matières

Objectifs *4*

I. ARNICA : Version PDF *5*

1. Arnica Montana.....*5*

II. ARNICA : le remède des 1ers secours *6*

1. Connaître cette merveilleuse plante.....*6*
2. Caractéristiques principales du remède.....*7*
   - *2.1. Symptômes généraux.....7*
3. Autour de la Maternité.....*7*
   - *3.1. Grossesse.....7*
   - *3.2. Accouchement.....7*
   - *3.3. Post-partum.....8*
   - *3.4. Nouveau-né.....8*

III. ARNICA : au delà des traumatismes *9*

1. Remède de fièvre ou de grippe.....*9*
2. Remède de troubles émotionnels.....*9*

IV. ARNICA : précautions d'emploi *11*

1. Prescription.....*11*
2. Précautions d'emploi.....*11*

V. Bibliographie *12*

Objectifs

- Connaître son usage très précieux pour les traumatismes ou chocs physiques et sa place importante autour de l'accouchement et des suites de couches
- Saisir les précautions d'emploi
- Comprendre ce que ce remède peut nous apporter au delà de son aide si précieuse pour les chocs physiques

I.ARNICA : Version PDF

1. Arnica Montana

Version PDF imprimable : Arnica Montana (cf.)

II.ARNICA : le remède des 1ers secours

C´est le meilleur et le plus efficace des remèdes pour démarrer un traitement face à n´importe quel traumatisme.

1. Connaître cette merveilleuse plante

Image 1 Arnica Montana futura sciences.jpeg

Elle appartient à la famille des **Composées ou Asteracées** dans laquelle se trouvent d'autres plantes comme

- **Chamomilla** - la camomille
- **Bellis Perennis**- la pâquerette
- **Millefolium** - l'achillée millefeuille

Ces 4 remèdes de la famille des composées trouveront
une place privilégiée à différents moments de la maternité.
Nous parlerons prochainement de chacun d'entre eux dans le dossier "**Remèdes** ".

Image 2 Arnica_2.jpg

Les randonneurs connaissent bien cette plante des régions montagneuses de France et d'Europe qui pousse, selon les espèces, entre 1 500 m et 2 700m.

En cas de blessures en montagne et sans granules d'Arnica en poche, mastiquer une fleur sera bien "salutaire" au randonneur !

C'est le **"plantain des Alpes"** ou
" Herbe aux chutes" qui rappelle ses propriétés anti-inflammatoires et analgésiques.

Remarque : Inscrite sur la liste des plantes protégées

Arnica est en voie de disparition.

C'est une plante vulnérable et très sensible aux traitements azotés ainsi qu'aux excréments alcalinisants des ovins qui remplacent les bovins dans ces pâturages (plante acidophile).

La communauté européenne considère Arnica Montana comme

« une espèce végétale d'intérêt communautaire dont le prélèvement dans la nature et l'exploitation est susceptible de faire l'objet de mesures de gestion ».

2. Caractéristiques principales du remède

2.1. Symptômes généraux

1. **Traumatismes :**
   - Douleurs musculaires
     les sensations de courbatures sont dues à des toutes petites hémorragies dans les muscles qui ne sont pas habitués à l'effort.
     ARNICA aidera à résorber ces micro-traumatismes.
   - Traumatismes crâniens
2. **Cœur forcé des sportifs**:
   des efforts physiques intenses peuvent provoquer des sensations de "constriction" cardiaque réveillant la nuit avec angoisse et peur de mourir
3. **Éruptions cutanées**:
   petits furoncles nombreux ou éruptions symétriques qui portent la signature du remède : **aspect violacé**
4. **Insomnie avec difficulté de trouver "une bonne place " dans le lit** :
   le lit paraît "trop dur"
5. **Fragilité vasculaire** qui note la **tendance du remède à saigner facilement** :
   - Tendance à faire très facilement des ecchymoses
   - Varicosités (aspect plutôt violacé)
   - Varices douloureuses et sensibles

ARNICA est aggravé au toucher: crainte d'être touché ou heurté
et est amélioré couché avec la tête basse

3. Autour de la Maternité

Image 3 Arnica_4.jpg

ARNICA trouvera une place importante pour chacun des 3 temps de la Maternité ainsi que pour le nouveau-né quand on retrouvera les principales caractéristiques du remède :

- **sensation de meurtrissure et d'endolorissement**
- **tête chaude et corps froid**
- **aggravation par le toucher**

3.1. Grossesse

Arnica pourra intervenir, **de préférence à distance de l'accouchement** (Cf. Précautions d'emploi) pour les :

- Mouvements fœtaux douloureux qui peuvent réveiller la nuit ou provoquer des nausées (spécifique d'Arnica)
- Suite de traumatismes, chocs physiques, chutes, tendinites, entorses....
- Douleurs lombaires de la grossesse

3.2. Accouchement

- Hémorragie du post-partum immédiat (juste après la naissance)

- Accouchement douloureux : suite de forceps, de travail d'accouchement long et épuisant

S'il est pris immédiatement après l'accouchement, le bénéfice en sera plus grand.

3.3. Post-partum

- Hémorragies dans les suites de couches (dans les 3 jours)
- Déchirures ou épisiotomies douloureuses avec ou sans hématome
- Selles et urines involontaires suite d'accouchement long et douloureux ou bien
- Rétention d´urine dans ce même contexte

3.4. Nouveau-né

- Bosse séro-sanguine suite d'accouchement long et difficile
- Suite de forceps ou de ventouse
- Nouveau-né "douloureux" qui crie dès qu'on le touche
- Rétention d'urine suite d'accouchement difficile

III.ARNICA : au delà des traumatismes

Arnica peut faire encore plus qu'aider dans les traumatismes physiques

1. Remède de fièvre ou de grippe

Image 4 Arnica Montana futura sciences.jpeg

Remède de fièvre ou de grippe quand sont retrouvés les symptômes connus d'Arnica :

- Sensation de courbatures générales et de meurtrissures
- Frissons sur tout le corps avec chaleur de la tête et corps froid
- Hypersensibilité au toucher ou aux secousses
- Grand abattement, absence de réaction et torpeur.

2. Remède de troubles émotionnels

"Arnica est un remède merveilleux pour la fatigue mentale, la fatigue corporelle et cardiaque."
Lucy Margaret TYLER (1875 - 1943)

Arnica peut aider dans :

- Suite de choc psychique grave
- Surmenage intellectuel avec insomnie (trop fatigué pour dormir)
- Volonté brisée par des évènements pénibles avec épuisement

Le comportement des sujets "Arnica" sera de :

- Renvoyer médecin (*"dit qu'il va bien alors qu'il est très malade"*)
- Désirer la solitude et refuser de voir les personnes qu'il aimait auparavant

Remarque

Image 5 Arnica Montana futura sciences.jpeg

Les sujets Arnica ont besoin de se sentir **indispensables** et de ce fait ont du mal à déléguer et à ne pas assister leur entourage.

Pour être indispensables, il leur est nécessaire de se montrer **invulnérables**.

Ils vont mettre tout en œuvre pour dissimuler leur sentiment intérieur de vulnérabilité et leurs craintes.

Les mots-clefs du type constitutionnel "Arnica" sont :

- **utilité**
- **indispensable**
- **invulnérable**

Arnica peut aider ces personnes à accepter davantage leur "vulnérabilité".

IV.ARNICA : précautions d'emploi

1. Prescription

Pour des cas à dominante physique

La prescription devra être de **courte durée (2 jours maximum) avec de faibles dilutions**

Par ex. :

ARNICA 7 CH 3 granules x 3/jour pendant 2 jours ou bien

ARNICA 7 CH 1 dose le 1er Jour puis 9CH 1 dose le 2ème Jour

(ou 1 dose toutes les 6 heures sur 3 ou 4 prises si le choc est plus intense)

Pour des cas à dominante psychique

La prescription s'effectuera par **une seule dose en haute dilution**

Par ex.: ARNICA 30 CH 1 dose 1 Jour

1 autre prise d'1 dose de 30 CH peut être renouvelée 3 à 6 semaines après si nécessaire.

Si l'amélioration n'est pas suffisante, **il sera nécessaire de consulter votre homéopathe** qui suivra l'évolution de votre cas grâce à des dilutions plus spécifiques ou à un remède plus adapté.

2. Précautions d'emploi

Rappel : Théorie homéopathique

L'homéopathie, fondée par Samuel Hahnemann à la fin du 18ème siècle, se base sur des principes rigoureux qui reposent tous sur des expérimentations précises.

Parmi ceux-ci, 3 principes fondamentaux sont à connaître :

1. **"loi de Semblables"**ou **"loi de Similitude"**
   C'est précisément cette loi qui a permis la définition **l'homéopathie** : " *homoios pathos*" = "*maladie semblable*"
   "L'homéopathie permet de soigner une personne par des substances capables de créer des symptômes **"semblables"**
   à cette maladie chez des sujets "sains" et sensibles à cette substance."
   C'est ce principe qui va nous intéresser dans les précautions d'emploi.
2. **"dilution"** des principes actifs avec son corollaire la **"dynamisation"**
3. **prescription d'unremède unique** par **l'individualisation du patient**

Attention : A savoir

1. **Pris indépendamment de tout choc, traumatisme physique ou psychique, donc en absence de "cible", ARNICA peut créer, selon la théorie homéopathique, des réactions « semblables » à un état inflammatoire alors qu'il n'existe ni blessure, ni traumatisme ayant déclenché ce processus.**
2. **ARNICA est donc susceptible, s'il a été pris de "façon préventive", d'augmenter les risques de saignements**
   lors d'une intervention, pourles individus "sensibles"à cette substance .

=> Il reste donc préférable de ne pas prendre ARNICA dans les cas suivants :

- **La veille d'une opération ou d'un accouchement**
- **En cas de traitement anti-coagulant**

V.Bibliographie

- S.HAHNEMANN : Traité de Matière Médicale
- J.T. KENT : Matière Médicale Homéopathique
- W. BŒRICKE : Matière Médicale Homéopathique
- E.B. NASH : Principes de Thérapeutique Homéopathique
- F. VERMEULEN : Synoptic Vol 1
- W.A YINGLING : Manuel des Urgences Obstétricales
- GEMMH (Groupe d'Etude de la Matière Médicale Homéopathique) P. DEROCHE *Essence des remèdes homéopathiques selon la méthodologie du Dr A.MASI*
- G. LOUTAN : Répertoire de thèmes et de la Matière Médicale Dynamique (édition 2002)
- M. MATEU RATERA : Premiers secours en Homéopathie
- Revue Belge d'Homéopathie
- M. BRUNSON : Centre Liégeois d'Homéopathie
- Ph. SERVAIS "Larousse d'Homéopathie"