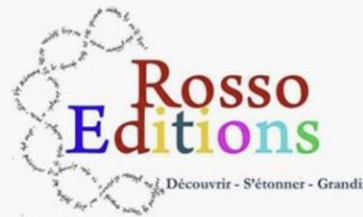


Les médecines alternatives

**Cours 1 Yverdon-les-Bains,
29.11.2024**

- Lia Rosso, PhD en Sciences de la Vie
- www.rossoeditions.com
- liarosso@yahoo.com

-
- Pour toute question ou pour avoir le cours en PDF vous pouvez m'écrire:
 - liarosso@yahoo.com
 - Le cours est disponible sur le site www.rossoeditions.com
 - Mot de passe:
123ConnaissanceLR




[ACCUEIL](#) [LES LIVRES](#) [ACHERER NOS LIVRES](#) [AUTEURS ET ILLUSTRATEURS](#) [VOUS ET NOUS](#) [COURS&CO](#)

Pour les participants de Connaissance 3 il y a la possibilité de télécharger tous les cours et les conférences de biologie.

[Cliquer ici sur coursetconferences](#)

Note importante

Les données scientifiques évoluent continuellement. Ce cours n'a pas la prétention de transmettre des vérités, ni de remplacer des avis médicaux. Le but de ce cours est d'informer, et de permettre de s'informer, donner des pistes de réflexions et créer l'occasion de discuter. La plus grande partie des liens sont vérifiés, mais il se peut que certaines références ne soient pas scientifiquement correctes. Il existe différents points de vue, même parmi les scientifiques. À chacun de forger ses propres opinions.



- Médecine et médicaments (chimiques, phytothérapeutiques, homéopathiques, allopathiques)

: l'art de soigner et de guérir le corps et l'esprit (par ex. médecine psychédélique et médecine par la nature)

- Chirurgie, génétique et autres progrès (entre médecine conventionnelle et médecine alternative)

- Le pouvoir de la pensée (hypnose, effets placebo-nocebo, méditation, respiration, etc.)

Cours 1 Yverdon, 29 novembre 2024

- Quelques définitions
- Médecine: l'art de soigner et de guérir
- Pourquoi on tombe malade?
- Comment guérir?
- L'hygiène de vie et l'alimentation
- Médicaments
- Les plantes sacrées

Médecine: l'art de soigner et de guérir

<http://www.infp.dz/revue/2018/10/15/lart-de-soigner-et-de-guerir-au-fil-des-temps/>

15 OCTOBRE 2018 PAR MOURAD

L'art de soigner et de guérir au fil des temps

L'art s'est souvent fait le médiateur entre la souffrance et la guérison, la pathologie et l'espoir. L'origine des soins échappe à toutes les explorations, on peut penser que l'art de soigner est né du moment où les Hommes ont souffert.

La femme a toujours été guérisseuse, donc les soins s'attachent fondamentalement aux activités de la femme. C'est elle qui met au monde, c'est elle qui a la charge de "prendre soin" de tout ce qui entretient la vie quotidienne de la collectivité[1].

Les soins servent à lutter contre la maladie et la mort, et permettent de prolonger la vie. Initialement, ils étaient une occupation, quasi



*Dr Toumi Rafika Institut
d'archéologie. Université
d'Alger2*

Article intéressant qui donne un aperçu historique des soins dans l'histoire de l'humanité

Médecine: l'art de soigner et de guérir

<http://www.infp.dz/revue/2018/10/15/lart-de-soigner-et-de-guerir-au-fil-des-temps/>

La **femme guérisseuse**: c'est elle qui donne la vie et peut/doit en prendre soin

« Les soins servent à lutter contre la maladie et la mort, et **permettent de prolonger la vie**. Initialement, Ils étaient une occupation, quasi spontanée, fondée sur une tradition orale et empirique (pratique et expérimentale), puis un métier et enfin une profession. Les soins ont derrière eux une longue histoire où **interfèrent magie, croyances et religiosité**. » et depuis 200 ans les découvertes scientifiques.

Quelques soins dans l'histoire: les trépanations, les contentions, soins de rééducations, soins dentaires, amputations, les soins par nettoyage des mauvais esprits.

Guérir chez les Grecs: culte à la déesse Hygie



<https://www.futura-sciences.com/sante/definitions/medecine-trepanation-14368/>

Médecine: l'art de soigner et de guérir

Dans la mythologie grecque, Hygie ou Hygée (en grec ancien Ὑγιεία / Hugiéia ou Ὑγεία / Hugiéia, « santé »), fille d'Asclépios, dieu de la médecine, et d'Épione, est la déesse de la santé, de la propreté et de l'hygiène. Elle représente la santé préservée et symbolise également la médecine préventive.



La coupe d'Hygie.



Enseigne en faïence
d'une pharmacie en
Espagne

Symbolique [[modifier](#) | [modifier le code](#)]

Beaucoup de statues et monuments représentent **Hygie** tenant un *patera* (bol médicinal) ainsi qu'un serpent enroulé autour d'elle et sur le point de se nourrir dans la coupe. Certains voient dans cette coupe et son serpent comme un symbole de vie en harmonie avec la Terre. Le serpent peut symboliser le **patient** qui doit faire le choix de prendre part ou non à la **médecine** pour se soigner (prendre en main son propre bien-être en faisant les bons choix). Le serpent est également lié aux croyances anciennes comme il possédait la **sagesse** et le pouvoir de **guérison**¹.



Statue d'Hygie tenant une coupe où boit un serpent, copie romaine (1^{er} siècle) d'un original grec, musée de l'Ermitage.

https://fr.wikipedia.org/wiki/Coupe_d%27Hygie

Médecine: l'art de soigner et de guérir

Asclépios, dieu de la médecine, et Épione ont eu 9 enfants qui symbolisent les différents types de médecine...

- Six filles :
 - [Hygie](#), déesse de la [santé](#), surtout par la médecine préventive, de la propreté et de l'[hygiène](#) ;
 - [Panacée](#), la guérison par les plantes ;
 - [Méditrine](#), la guérisseuse ;
 - [Acéso](#), le processus de guérison ;
 - [Iaso](#), la guérison par les soins du père ;
 - [Églé](#), la santé rayonnante (surtout après une maladie) et mère des [trois Grâces](#).
- Et trois fils :
 - [Machaon](#), chirurgien, qui combattit à Troie avec son frère Podalire et a été tué par Euripile ;
 - [Podalire](#), médecin généraliste ;
 - [Télesphore](#), dieu de la convalescence.

Nom grec ancien	En
Fonction principale	Dé mé
Fonction secondaire	Mé die
Résidence	Mc
Lieu d'origine	Gr
Période d'origine	An
Parèdre	As
Région de culte	Gr
Conjoint	As
	Six
• Enfant(s)	Mé Ég Po
<small>modifier</small>	

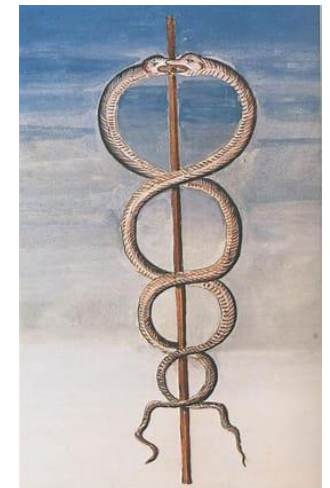
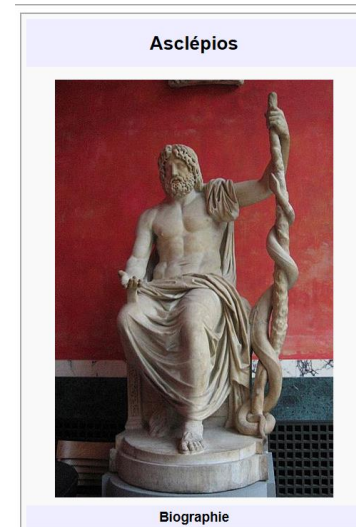
Médecine: l'art de soigner et de guérir

L'attribut principal d'Asclépios est son bâton, le bâton d'Asclépios, autour duquel s'enroule un serpent, symbole de la médecine. Son principal lieu de culte est situé à Épidaure. Il est invoqué dans le serment d'Hippocrate aux côtés de son père Apollon et de ses filles principales Hygie et Panacée. Il est l'ancêtre mythique des Asclépiades, une dynastie de médecins exerçant à Cos et Cnide, dont Hippocrate est le plus illustre membre.

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Asclépios>

Pourquoi le caducée est le symbole des médecins ?

Le caducée, aujourd'hui un emblème universel de la médecine, tire ses origines du dieu Mercure (Hermès en grec), messager des dieux et symbole de la communication. Dans la mythologie, Mercure portait ce bâton en forme de croix, autour duquel deux serpents étaient enroulés, symbole de la vie, de la guérison et de la sagesse. Aujourd'hui, cet emblème est utilisé par de nombreuses organisations professionnelles de santé, y compris celles des infirmiers. En France, par exemple, le Conseil National de l'Ordre des Infirmiers a adopté ce symbole pour souligner son rôle de conseil et de régulation de la profession, représentant la vigilance et la protection des valeurs de soin.



Serment d'Hippocrate | Société Vaudoise de Médecine (SVM)

- “Je jure par Apollon médecin, par Esculape, Hygie et Panacée, par tous les dieux et toutes les déesses, et je les prends à témoin que, dans la mesure de mes forces et de mes connaissances, je respecterai le serment et l’engagement écrit suivant :
- Mon Maître en médecine, je le mettrai au même rang que mes parents. Je partagerai mon savoir avec lui, et s’il le faut je pourvoirai à ses besoins. Je considérerai ses enfants comme mes frères et s’ils veulent étudier la médecine, je la leur enseignerai sans salaire ni engagement. Je transmettrai les préceptes, les explications et les autres parties de l’enseignement à mes enfants, à ceux de mon Maître, aux élèves inscrits et ayant prêté serment suivant la loi médicale, mais à nul autre.
-
- Dans toute la mesure de mes forces et de mes connaissances, je conseillerai aux malades le régime de vie capable de les soulager et j’écarterai d’eux tout ce qui peut leur être contraire ou nuisible. Jamais je ne remettrai du poison, même si on me le demande, et je ne conseillerai pas d’y recourir. Je ne remettrai pas d’ovules abortifs aux femmes.
- Je passerai ma vie et j’exercerai mon art dans la pureté et le respect des lois. Je ne taillerai pas les calculeux, mais laisserai cette opération aux praticiens qui s’en occupent. Dans toute maison où je serai appelé, je n’entrerai que pour le bien des malades. Je m’interdirai d’être volontairement une cause de tort ou de corruption, ainsi que toute entreprise voluptueuse à l’égard des femmes ou des hommes, libres ou esclaves. Tout ce que je verrai ou entendrai autour de moi, dans l’exercice de mon art ou hors de mon ministère, et qui ne devra pas être divulgué, je le tairai et le considérerai comme un secret.
- Si je respecte mon serment sans jamais l’enfreindre, puissè-je jouir de la vie et de ma profession, et être honoré à jamais parmi les hommes. Mais si je viole et deviens parjure, qu’un sort contraire m’arrive!



Serment d'Hippocrate : origine, signification, quand le prête-t-on ?

Puis il a été revu par l'Ordre des médecins en 2012 :

"Au moment d'être admis(e) à exercer la médecine, je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité.

Mon premier souci sera de rétablir, de préserver ou de promouvoir la santé dans tous ses éléments, physiques et mentaux, individuels et sociaux.

Je respecterai toutes les personnes, leur autonomie et leur volonté, sans aucune discrimination selon leur état ou leurs convictions. J'interviendrai pour les protéger si elles sont affaiblies, vulnérables ou menacées dans leur intégrité ou leur dignité. Même sous la contrainte, je ne ferai pas usage de mes connaissances contre les lois de l'humanité.

Quelques définitions

La **médecine** (du latin : *medicina*, qui signifie « **art de guérir, remède, potion** ») est la science et la pratique (l'art) étudiant l'organisation du corps humain (anatomie humaine), son fonctionnement normal (physiologie), et cherchant à préserver la santé (physique comme mentale) par la prévention (prophylaxie) et le traitement (thérapie) des maladies.

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Médecine>

La **santé**: « La santé est un **état de complet bien-être physique, mental et social**, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. » Définition selon l'OMS. Personne d'autre que nous-même, ne peut déterminer de notre état de bien-être.

La **maladie**: absence de santé...

Quelques définitions

La **maladie**: absence de santé... qui se manifeste par des **symptômes**

Un **symptôme** est un **signe, un trouble observable** par un patient et un médecin et qui est la manifestation d'une maladie et de son évolution (ou peut-être de la guérison)

Ex. la fièvre: la fièvre est un symptôme qui indique que le corps essaye de retrouver son équilibre, il est à la fois un symptôme de maladie et de guérison

Ex. l'inflammation à la suite d'une blessure: c'est la même chose, c'est signe que le corps réagit

Attention: nous avons du mal à définir d'une façon objective ces termes. La médecine est très difficilement objective. Chacun de nous est différent et en constante évolution. **Le maintien de la vie est donné par le maintien d'équilibres dynamiques!**

Quelques questions

Qu'est-ce que la médecine officielle et qu'est-ce que c'est la médecine alternative?

Est-il si simple de trouver des définitions?

La réponse des assurances maladie:

[Médecine alternative: les thérapies qui sont payées par les caisses maladie - moneyland.ch](#)

On appelle médecine alternative ou médecine complémentaire la part de la médecine qui ne fait partie de la médecine officielle. Les thérapies et les traitements dans le domaine de la médecine alternative ne sont pris en charge par l'assurance de base qu'en remplissant certaines conditions.

Encore quelques définitions

Le terme « allopathie » (du grec ἄλλος, állos, « autre », « différent » et πάθος, páthos, « souffrance ») est un concept utilisé par les homéopathes et désignant un ensemble de pratiques thérapeutiques ne reposant pas sur le principe de l'homéopathie, voire, pour certains, la médecine dans son ensemble.

En revanche, pour la communauté scientifique, il n'y a pas une médecine allopathique, homéopathique ou autre, mais une médecine tout court, qui accepte toutes les approches pour peu qu'elles aient été validées.

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Allopathie>

Encore quelques définitions d'après l'OMS

Médecine traditionnelle

La médecine traditionnelle est la somme totale des connaissances, compétences et pratiques qui reposent sur les théories, croyances et expériences propres à une culture et qui sont utilisées pour maintenir les êtres humains en bonne santé ainsi que pour prévenir, diagnostiquer, traiter et guérir des maladies physiques et mentales.

Médecine parallèle, alternative ou douce

Dans certains pays, les appellations médecine parallèle, alternative ou douce sont synonymes de médecine traditionnelle. Elles se rapportent alors à un vaste ensemble de pratiques de soins de santé qui n'appartiennent pas à la tradition du pays et ne sont pas intégrées dans le système de santé dominant.

Médicaments à base de plantes

Les médicaments à base de plantes sont des produits médicinaux finis qui contiennent comme principes actifs exclusivement des plantes (parties aériennes ou souterraines), d'autres matières végétales ou des associations de plantes, à l'état brut ou sous forme de préparations.

Un pas en arrière...

Pourquoi on tombe malade ?

- Alimentation pas adaptée
- Accident
- Bactéries, virus, parasites
- Relations pas adaptées
- Conditions de vie pas adaptées

Comment guérir d'une maladie (liste non exhaustive)?

- En absorbant des substances qui stimulent la guérison (aliments, médicaments, mais aussi des parfums, musique, couleur)
- Avec le repos (car souvent la maladie nous met à plat...)
- En respirant correctement (de nombreuses maladies modernes sont causées par une mauvaise respiration)
- En faisant de l'exercice physique (adapté)
- En retrouvant un lien avec la nature
- Par le contact aux autres
- En pensant « positivement », en y croyant (pouvoir de la prière et de la bienveillance)

L'importance de l'hygiène de vie et de l'alimentation

Le docteur Andrew Weil conseille de marcher tous les jours.
La marche est le meilleur sport auquel nous sommes le plus adaptés

Docteur Andrew Weil
<https://www.drweil.com/>



Que ton aliment soit ton médicament... (Hippocrate?, il s'agit très probablement d'une mauvaise traduction, mais son importance demeure intacte.)

Ce qu'on mange est le carburant de notre corps dans le bien comme dans le mal.

Il existe de plus en plus de nouveaux régimes alimentaires pour toute sorte de maladie.
Intéressants les régimes proposés par Laurent Schwartz
<https://www.ledevoir.com/opinion/chroniques/498039/un-docteur-pas-ordinaire>



<https://www.lanutrition.fr/bien-dans-sa-sante/les-maladies/le-cancer/cancer-lespoir-du-traitement-metabolique>

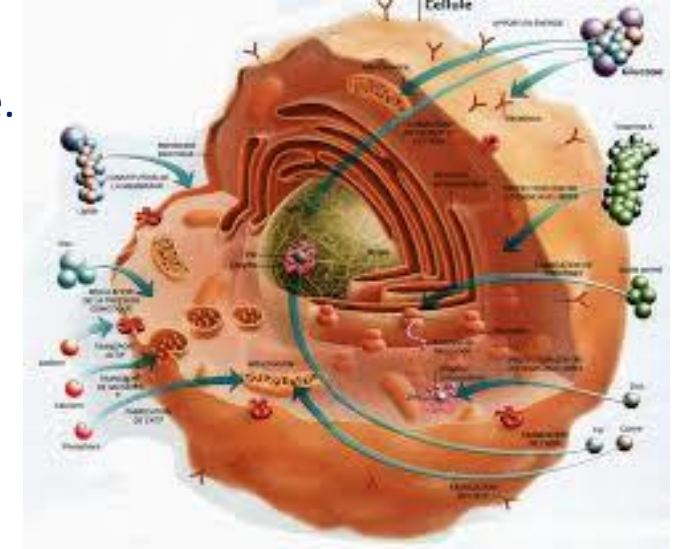
La vie: qu'est-ce que la vie?

D'après la biologie, la limite entre la vie et la non-vie est constituée par l'entité cellule. Ce qui est une cellule (comme la bactérie ou la levure) ou composé de cellules (comme les végétaux et les animaux) est considéré comme vivant, par contre, ce qui ne l'est pas (comme les pierres) ne l'est pas.

Il s'agit ici de la théorie cellulaire qui dit que :

- 1) chaque être vivant est une cellule ou un ensemble de plusieurs cellules ;
- 2) toute cellule provient d'une autre cellule ;
- 3) la cellule est considérée comme l'unité de base de la vie, car elle est capable de réaliser certaines fonctions nécessaires et indispensables à la vie ;
- 4) chaque cellule est séparée de l'extérieur par une membrane cellulaire ou une paroi ;
- 5) chaque cellule contient du matériel génétique nécessaire à sa survie et sa reproduction.

Historiquement on attribue la naissance de la théorie cellulaire au biologiste **Theodor Schwann** (1810-1882) qui publia en 1839 « Les Recherches microscopiques sur la conformité de structure et de croissance des animaux et des plantes (Mikroskopische Untersuchungen über die Übereinstimmung in der Struktur und dem Wachstum der Tiere und Pflanzen).



De quoi sommes-nous faits?

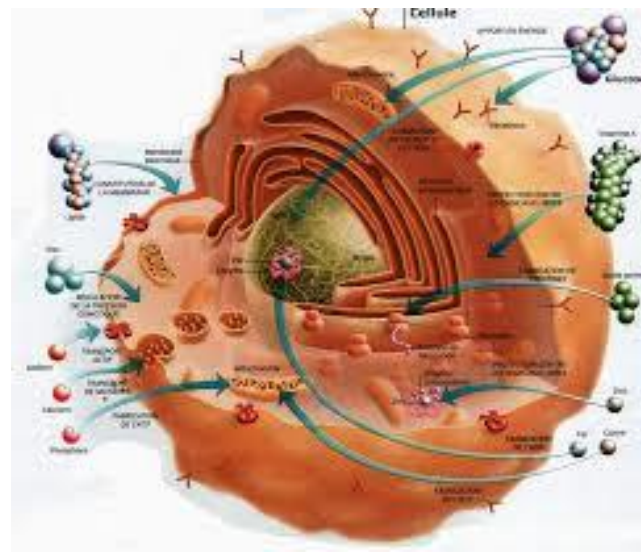
Les cellules – et nous, par conséquent – sont constituées par :

De l'eau à 80%

Des molécules organiques (à base de Carbone) : **acides nucléiques (ADN et ARN) INFORMATION GENETIQUE**, **protéines NOMBREUX ROLES VARIÉS**, **lipides (graisses) STRUCTURE et ENERGIE**, **glucides (sucres) ENERGIE**

Des vitamines

Des éléments minéraux: les macro-éléments ou éléments minéraux majeurs : Na, K, Cl, Ca, P, Mg; et les oligo-éléments ou éléments en traces : Fe, Zn, Cu, Se, I, ...



Les maladies au niveau des cellules

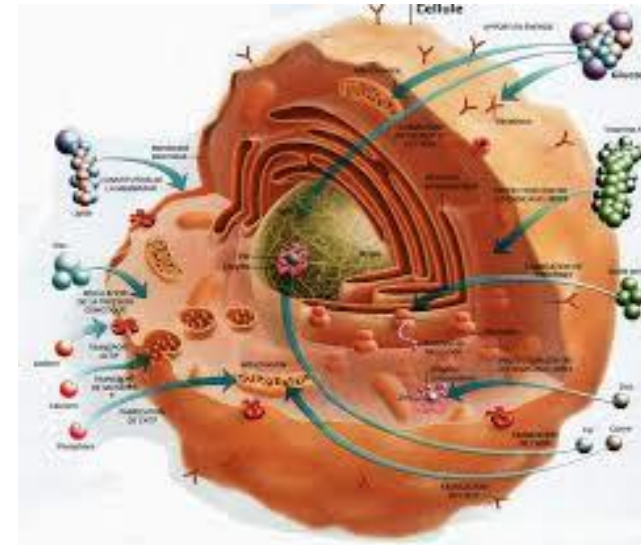
Théodor Schwann avait établi les bases de la théorie cellulaire.

Virchow appliqua ces deux données à la **pathologie cellulaire**, générale ou particulière.

Dans la Zellularpathologie, parue en 1858, il soutient que c'est dans **la cellule** qu'il faut chercher **l'explication ultime des processus normaux aussi bien que des maladies**. Il affirma en outre que toute cellule était produite par une autre cellule, "omnis cellula e cellula"; qui est la paraphrase du célèbre postulat de Harvey - "omne vivum e vivo" - qu'Ehrenberg venait de confirmer avec éclat. Il devenait évident par là qu'on ne pouvait **comprendre l'action des bactéries que par la réaction des cellules par rapport à elles**.



Rudolf VIRCHOW (1821-1902)



Les cellules et l'alimentation

Les protéines qu'on mange sont décomposées en acides aminés

Les ADN, ARN son décomposés en acides nucléiques

Les graisses et les sucres sont aussi décomposés en graisses et sucres plus simples.

Quand les cellules tombent malades leur production et leur besoin d'énergie change.

En particulier quand une cellule devient cancéreuse sa consommation en sucre et oxygène est accrue, car elle a besoin de grandir de plus en plus. Idée simple, si on mange moins de sucres, on prive de nourriture ces cellules...

Cancer, le traitement métabolique, Laurent Schwartz

https://www.payot.ch/Detail/cancer_le_traitement_metabolique-laurent_schwartz-9782365492881

Article intéressant:

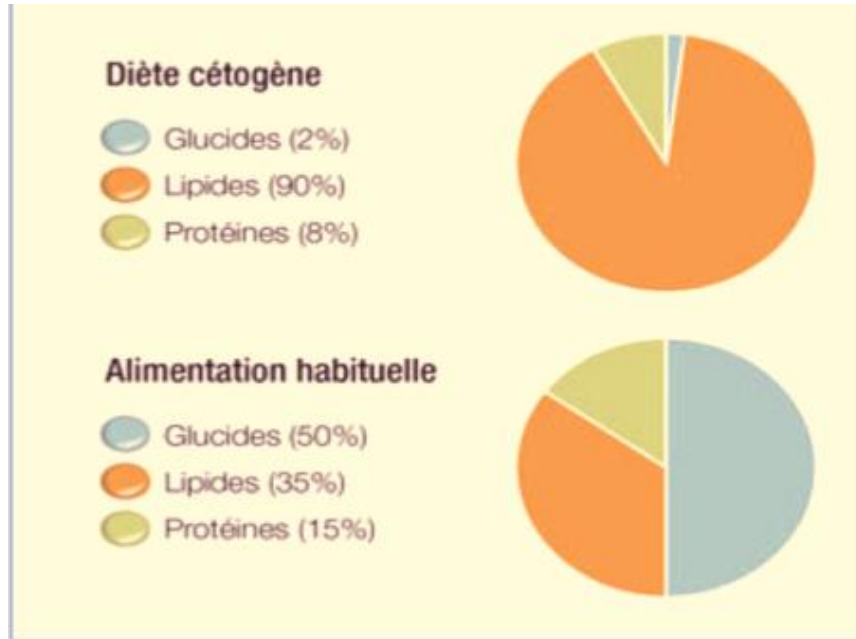
<https://www.futura-sciences.com/sante/actualites/medecine-metabolisme-talon-achille-cellules-cancereuses-45970/>

Article plus général:

<http://theconversation.com/comment-une-cellule-devient-cancereuse-et-ce-quon-peut-faire-pour-leviter-69997>

[La piste nouvelle du Dr Schwartz pour guérir simplement le cancer](#)

Le régime cétogène



Idée: réduire drastiquement la proportion de glucides dans son alimentation et remplacer la source de calorie par les graisses.

Les effets de cette diète se rapprochent du jeûne, en coupant l'organisme de sa source première habituelle d'énergie (les sucres).

Après une période moyenne de trois jours, le corps atteint l'état de cétose, et pour subvenir à ses besoins, il va donc puiser dans les tissus graisseux plutôt que dans ses réserves de sucre.

Le foie transformera ces graisses en différents éléments, dont les corps cétoniques (qui donneront le nom à ce régime), via la cétogénèse.

Source: article de Bastian Oberson (CHUV)

https://www.chuv.ch/fileadmin/sites/cms/documents/le_re_769_gime_ce_769_toge_768_ne_final.pdf