



Homéopathie, naturopathie et ostéopathie

Comment les distinguer et s'y retrouver?

L'homéopathie, la naturopathie et l'ostéopathie sont trois médecines « alternatives » totalement distinctes. Qu'est-ce qui les distingue, les différencie? Comment éviter la confusion parmi les pathes et les pièges parmi les mille pattes? Comment chercher un professionnel fiable pour toute la famille?

L'HOMÉOPATHIE

Principes fondamentaux de l'homéo :

L'infinésimalité et la similitude : L'homéopathie dispose de quatre mille remèdes de souche végétale, minérale ou animale infinitésimalement dilués et dynamisés et maintes fois, au fil des siècles, testés cliniquement sur des êtres humains volontaires. Ces remèdes ont démontré avoir la capacité de produire, dans des expérimentations (pathogénésies) sur des personnes saines et volontaires, un ensemble de symptômes très semblables à l'ensemble des symptômes de la personne malade. Ces symptômes sont classés et répertoriés dans des matières médicales complètes et

extrêmement précises qui servent de référence aux homéopathes. (La complexité de l'homéopathie exige un minimum de quatre années d'études.)

D'où le principe de

similitude : L'homéopathie va guérir chez une personne malade un ensemble de symptômes, et plus encore, un état physique, physiologique et émotionnel qu'il provoquerait chez une personne saine qui le prendrait inutilement et à répétition. (La gemmothérapie, l'organothérapie et l'oligothérapie ont suivi le procédé de dilution et dynamisation de l'homéo dans la fabrication des remèdes sans toutefois avoir fait de

pathogénésie, et donc sans classer les symptômes dans des matières médicales.)

L'individualisation : Puisque l'ensemble des symptômes, c'est-à-dire l'état physique, physiologique et émotionnel déborde des seuls symptômes de la maladie, un remède homéopathique ne sera pas prescrit sur le simple diagnostic, mais sur une base strictement individuelle, quelle que soit la maladie. L'homéopathie traite avant tout la personne. Puisque les états physiques, physiologiques et émotionnels varient d'une personne malade à l'autre, même si atteintes d'une même maladie, le remède de l'une peut être diamétra-

lement opposé à celui de l'autre. Il est donc impossible, dans un traitement aigu ou chronique de qualité, de prescrire en vitesse et par automatisme un remède X pour un trouble d'eczéma, d'asthme ou de migraine. Le remède doit correspondre aux symptômes spécifiques et à l'état global de la personne. Le remède sur une tablette n'a donc aucun pouvoir curatif s'il n'est pas recommandé par un homéopathe diplômé et professionnel qui saura reconnaître le remède sur mesure pour la personne. Le remède prend tout son sens seulement lorsqu'il est homéo-semblable, pathie-à la maladie. L'homéopathie traite donc uniquement avec des remèdes homéopathiques.

LA NATUROPATHIE

La naturopathie englobe le comportement nutritionnel, l'hygiène de vie, le comportement physique, l'exercice, et les produits naturels. Les produits naturels englobent les herbes, tisanes, teintures mères, suppléments vitaminiques et superaliments... visant le traitement spécifique d'un organe. Il s'agit d'un traitement physique vi-

sant une partie spécifique du corps avec un produit naturel.

À la suite de son bilan, le naturopathe fera appel à des cures visant à désintoxiquer (surcharge toxinique) et revitaliser (carences métaboliques) les organes à l'aide de plantes ou de minéraux afin de redonner force à un organe. Cette pratique a pour mère une des branches de l'Ayurveda de l'Inde.

L'OSTÉOPATHIE

L'ostéopathe ne prescrit aucun remède.

L'ostéopathie est une approche manuelle de diagnostic et de thérapie dont le but est de rétablir l'équilibre structurel et fonctionnel du corps dans son ensemble.

Tout impact (stress, mauvaise posture, accident, maladie, etc.) qui affecte le corps dans l'un ou l'autre de ses systèmes (musculo-squelettique, digestif, neurologique, vasculaire, hormonal, etc.) peut également perturber les autres systèmes.

LES TROIS PRINCIPES ESSENTIELS DE L'OSTÉOPATHIE :

1 Le corps est une unité fonctionnelle/biologique

Il serait techniquement impossible qu'il se passe quoi que ce soit dans une partie du corps sans que les autres ne soient influencées.

Ce qui explique que les manipulations se fassent parfois sur des zones éloignées du centre de la douleur.

Lorsque cette adaptation ne se réalise pas spontanément, il y a un déséquilibre qui joue un rôle important dans l'apparition ou l'aggravation du problème.

2 La structure gouverne la fonction et vice-versa

Il y a une relation évidente entre les os, les articulations, les muscles, les tendons et les nerfs et la façon dont ceux-ci affectent le fonctionnement des systèmes circulatoire, digestif, génito-urinaire, respiratoire, etc.

Une interrelation étroite et réciproque se fait par l'intermédiaire des systèmes nerveux et hormonal.

3 Le corps a une tendance naturelle à s'autodéfendre et s'autoréguler.

Le travail de l'ostéopathe

consiste à libérer le mouvement des structures visant à rendre au patient son potentiel optimal d'adaptation.

L'ostéopathe ouvre la voie vers cette autodéfense naturelle.
(www.montrealosteo.com)

COMMENT TROUVER LES PROFESSIONNELS FIABLES

Pour plus d'infos sur l'homéopathie, visitez mon site www.HOMEOPATHE.ca

Pour trouver un homéopathe professionnel dans votre région, visitez la liste des membres du Syndicat professionnel des homéopathes du Québec. Attention, ne pas vous méprendre, il s'agit de point ORG, le syndicat qui est légalement affilié à la CSN. La seule référence professionnelle en matière d'homéopathie au Québec.
www.SPHQ.org

Pour plus d'infos sur l'ostéopathie, visitez www.MONTREALOSTEO.com

Pour trouver les membres du registre des ostéopathes du Québec (ROQ) www.REGISTRE.org
Pour trouver les membres de l'association des ostéopathes du Québec.(ADOQ) www.osteopathiecanada.ca

MISES EN GARDE

Cherchez le diplôme lorsque vous consultez, mais sur-

tout, avant de consulter, cherchez l'appartenance à une association sérieuse sur Internet.

L'homéopathe professionnel n'a (et ne devrait avoir) aucun intérêt financier à vous vendre mille et un produits pour le grand nettoyage de printemps, d'été, d'automne et d'hiver. Faites confiance aux homéopathes sérieux qui vous donnent ou vous prescrivent peu, voire, un seul remède à la fois.

Les remèdes homéopathiques PEUVENT PROVOQUER les symptômes qu'ils guérissent, ce qui veut dire que ce ne sont pas des bonbons, quoi que certains en disent, et qu'ils peuvent vous faire du tort si vous les prenez de façon répétitive sans suivi professionnel d'un homéopathe professionnel.

Vous partez en voyage? Préparez-vous une trousse homéopathique pour contrer la turista et les mille et un bobos de voyage. Donnez m'en des nouvelles! Vous trouverez les conseils sur mon site et les tubes de remèdes auprès de votre pharmacien qui pourra vous les commander auprès d'un fabricant fiable. Difficulté à trouver les remèdes? Contactez-moi.

Je vous souhaite la santé et de ne pas avoir besoin des granules. Mais si toutefois

vous étiez malade, je vous souhaite alors d'avoir un homéopathe pas trop loin!

Pour consulter Ingrid Schutt 514-991-6316 ou ingrid@homeopathe.ca

Pour plus d'infos sur l'homéo www.HOMEOPATHE.ca

Pour le syndicat professionnel des homéopathes du Québec : www.sphq.org. Vous y trouverez infos et le registre des membres.

