

~ ~

"Se tape la tête contre les murs".

Où trouver ce symptôme dans le Répertoire ? Il faut le chercher a deux endroits différents.

A la page 84 à "Mind, Striking, Knocking his head against wall"; c'est-à-dire Intellect - se donne des coups - frappe sa tête contre le mur.

Et page 129 : "Head, Knocks head against things" , c'est-à-dire Tête, se tape la tête contre les choses qui l'entourent, avec les mêmes remèdes que dans la première rubrique.

Dans ces remèdes nous en voyons deux qui sont d'indications fréquentes chez les enfants et qui sont Belladonna et Hyosciamus. Il faut savoir les différencier, et ils ont bien des points communs :

- Tous deux ont la face rouge.
- Tous deux ont la mydriase.

Voici les symptômes différentiels :

<u>BELLADONNA</u>	:	<u>HYOSCIAMUS</u>
- Transpire surtout de la partie supérieure du corps.	:	- <u>Transpiration</u> de la partie <u>inférieure</u> du corps.
- Céphalées aggravées par l'exercice, surtout à l'air.	:	- Céphalées améliorées par la marche.
- Dans les <u>affections oculaires</u> la pupille de l'oeil du côté malade est plus grande que celle de l'oeil du côté sain.	:	- Dans les <u>affections oculaires</u> la pupille de l'oeil malade est plus petite que celle de l'oeil sain.
- Odorat en général hypersensible.	:	- Odorat diminué ou perdu.
- Indifférence à tout désir sexuel.	:	- Désir sexuel excessif.

=====

LES REMEDES DE LA MENOPAUSE

Beaucoup de malades viennent nous consulter pendant leur ménopause, et à cette période de la vie toutes sortes de troubles peuvent se présenter. Et je me suis donné la peine, non seulement de regarder dans le Répertoire de KENT, mais encore de le compléter par les indications données par KNERR, BOGER, CLARKE, BOERICKE et les différentes Matières Médicales homéopathiques sérieuses connues.

REMEDES DE LA MENOPAUSE (p. 724, KENT)

Acon., Agar., alet., aloe., AMYL-N., Apis., aquil., Arg-n., bar-c., Bell., Bellis, bor-ac., Bry., Cact., calc-ars., calc., caps., carb-v., Caul., Chin., Cimic., Cocc., coff., Con., Croc., CROT-C., Crot-h., Cycl., ferr., Gels., Glon., GRAPH., Helon., Hydr., Ign., Jabor., Kali-bi., kali br., Kali-c., Kreos., LACH., mag-c., magnolia, Mancin., MANG., merc-sulph., mosch., MUREX, nit-ac., Nux m., Nux v., Oophor., Phos., Ph-ac., plb., PSOR., Puls., Sang., Sel., semperv-t., SEP., SULPH., Sul-ac., Tab., Ter., Ther., Ust., valer., Verat., vip-r., viscum., xanth., Zinc-valer.

Abdominaux : troubles, pendant la ménopause, avec mauvaise humeur très marquée : Psor.

Agoraphobie: (ne peut aller seule dans les rues) pendant la : Glon.

Air, besoin d', pendant la, désire les portes et fenêtres ouvertes : SULPH.

Aliénation mentale : pendant la : Asier., cycl., hipp., Lach., Lil-t., Puls., Sep., Sulph., ther., Verat.

Alopécie : Lyc., Sep.

Anémie : Chin.

Angine nerveuse ou croupeuse pendant la : Lach.

Anxiété (regard anxieux) : Trill.

Asthénie, au cours d'affections utérines, pendant la : Hydr.

faiblesse, pendant la : CHIN., Cocc., Con., Crot-h., Kali phos., magnol., sul-ac.

Asthme, pendant la : Sars.

Bouffées de chaleur :

Congestives, à la face, au cours de la ménopause : Amyl-n., Bell., GLON., Graph., Kali bi., Kali br., LACH., Lyc., Psor., SUL-AC., Ter.

Nausées, avec, pendant la : Merc., Thyroïd.

Pendant la ménopause (voir "flushes of heat" p. 1365) : Agn., Amyl-n., Arg-n., Bell., chin., con., Crot-h., eucal., GLON., Graph., hydr-ac., jabor., Kali bi., LACH., Lyc., MANG., PLAT., SEP., SULPH., SUL-AC., sumb., Ter., Ust., xanth.

Sèches (sans sueurs) : LACH.

Soudaines, avec transpiration, faiblesse et tendance à l'évanouissement : SEP., Xanth.

Avec transpiration : Con., SUL-AC.

Suivies de transpirations copieuses : Chin.

Bourdonnements, mugissements, au retour de règles, pendant la ménopause : Phys.

Brûlure, paume des mains et plante des pieds, repousse ses couvertures : Sang.

Et la tête chaude : SULPH.

Café, odeur du, aggrave, pendant la : LACH.

Cancer d'estomac qui se développe pendant la : Calc., Lach.

Cardiaques, troubles, pendant la : Amyl-nit., ars., aur-m., cact., Crot-h.,  
dig., Lach., Sang., spong.

Catarrhe gastrique : GRAPH.

Céphalées congestives : Arg-n., bell.

Frontales : Sars.

pendant la : Arg-n., Carb-v., croc., cycl., cyprig., glon., hep.,  
LACH., Phys., Sang., Sep., Ther., ustil., xanth.

Chaleur, vertex, au, pendant la : Carb-an., Cimic., croc., LACH., Sulph.

brûlante : GRAPH., LACH., SULPH.

pulsative : Chin.

Cheveux, chute de, pendant la : Lyc., Sep.

, tire ses, pendant la : Xanth.

Coeur (palpitations) : Crot-h., Kali br., LACH., phys., Sumb., Tab.

Troubles : voir cardiaques.

Congestion pulmonaire, pendant la : Arg-n., LACH.

" " " , surtout du lobe inférieur droit : Sang.

Conjonctivite congestive, au moment de la : Phys.

Constipation pendant la : GRAPH., Verat.

Crampes d'estomac, pendant la : Colch.

Dépression mentale, avec troubles abdominaux pendant la : Psor.

mélancolie : Arg-n., Aur-m., magnol., SEP., SULPH., Tab.

Dermatoses : voir éruption.

Déviations utérines, pendant la : Lach.

Diarrhée : Lach., Sulph.

le matin : Rumex.

Domestiques, chez les : Con.

Dos, douleurs à la plaque sacrée, pendant la : Hydr., ruta., sars.

Dyschromie jaunâtre en placard, de la peau, pendant la : SEP.

Dysménorrhée, au cours de la ménopause : PSOR.

Dyspnée pendant la : Phys., sars.

Dysurie pendant la : Sars.

Enfant qui bouge dans son ventre, sensation d', pendant la : Croc.

Engourdissement, sensation d', pendant la : Cimic.

Epilepsie pendant la : Lach.

Epistaxis : Arg-n., LACH., Puls., Sulph., Sul-ac.

Eruption, poussées de taches hépatiques pendant la : Plb.  
(voir dyschromie)

Estomac : voir cancer, catarrhe, crampes, gastralgies, nausées, plénitude, vomissements.

vide, sensation de : Crot-h., hydr-ac., Lach., Tab.  
avec tête, mains et pieds chauds : SULPH.

Evanouissements, pendant la : ACON., cocc., Coff., hydr-ac., Kali c., LACH.,  
Mosch., Nit-ac., phys., Sulph., Thyroïd., valer., Verat.,  
viol-t.

Expression anxieuse, pendant la : Trill.

Face rouge au cours de la ménopause : Ferr., Graph., Kali bi., LACH., Lyc.,  
Phys., Sang., SUL-AC., ter.  
voir regard.

Foie, troubles du, pendant la : LACH.

Frilosité, grande, pendant la : Chin.

Fringales, pendant la : Sulph.

Froid, sensation de, subjective, pendant la : Tab.

Gastralgie, pendant la : GRAPH., Sang., SULPH.

Goutte, pendant la : Sul-ac.

Hémorragies des moindres blessures, des orifices, vicariantes, pendant la :  
Phos.

Hémorroïdes, pendant la : Lach., Sulph.

Hémoptysie, pendant la : Sang., Sul-ac.

Hépatiques, troubles, pendant la : LACH.

Humeur désagréable, pendant la : Psor.

Hystérie, pendant la : Ph-ac., Ther.

Irritabilité, pendant la : Psor.

Insomnie, pendant la : Acon., Bell., Coff., Gels., Kali br., Senec., Sulph.

Leucorrhées, pendant la : GRAPH., sabin., Sang., SEP.

Lipothymies : voir évanouissements.

Loquacité, pendant la (ce qui la fait tousser) : Phys.

Mains, brûlures des paumes, repousse ses couvertures : Sang.

et tête chaude : SULPH.

Mal de mer et de transport pendant la : Cocc.

Mélancolie, pendant la : Arg-n., Aur-m., Cimic., SEP., Tab., Verat.

Mémoire, perte de, pendant la : Lach., phys.

Ménorrhagies : voir règles abondantes pendant la

Ménorrhagies : voir règles abondantes pendant la

Mentaux, troubles, pendant la : voir agoraphobie, aliénation mentale, expression anxieuse, anxiété, dépression, mauvaise humeur, hystérie, épilepsie, irritabilité, loquacité, mélancolie, mémoire, nervosité, peurs, rires, pleurs, soupçonneuse, tristesse.

Métrorrhagies, pendant la : Alet., Aloe., arg-m., Arg-n., CALC., Carb-v., Croc., CROT-H., Ferr., GRAPH., kali c., LACH., Laur., lyc., Med., Murex., Nux v., Plb., PSOR., Puls., Sabin., SANG., SEC., SEP., SULPH., Trill., Ust.

Meurtri, sensation dans les muscles d'être, pendant la : Cimic.

Mictions intermittentes, pendant la : Con.

Nausées, pendant la : Ferr., Glon., sars.  
constantes, avec vomissements : Sars.

Nervosité, pendant la : Acon., Arg-n., Cham., Coff., Ign., murex, puls., Verat.  
avec agitation continue : Kali br., sul-ac.

Névralgies, pendant la : Ter.

Nez, voir : épistaxis.

Notalgie, nuque et sacro-iliaque : Sang.

Obésité, pendant la : GRAPH.

Oppression, pendant la : Phys.

Ouïe diminuée et confuse, pendant la : Magnol.

Ovarite, avec ménorrhagie, pendant la : Plat.

Palpitations, pendant la : Cocc., Crot-h., Kali br., LACH., phys., Sumb., Tab.,  
thyroïd.

Peau : voir éruption, prurit.  
sèche, pendant : SULPH.

Peur de ne se rétablir pendant la : Sars.  
de perdre la raison pendant la : Cimic.

Pieds brûlants pendant la : Sang.

Plénitude, sensation de, de l'estomac à la gorge, pendant la : Phys.

Pleurs pendant la : SULPH.  
et rires exagérés pendant la : Ferr.

Polypes utérins pendant la : Calc.

Poumons : voir congestion, dyspnée, hémoptysie, oppression, toux.

Prolapsus : avec bouffées de chaleur et chaleur au vertex : LACH., SEP.

Prurit, pendant la : Arg-n., Canth.

Raison, pense perdre la, pendant la : Cimic.

Regard anxieux : Trill.

Règles abondantes (ménorrhagie) : Bov., cimic., croc., helon., LACH., Laur.,  
Nux v., Plat., Plb., SABIN., Sec., SEP., Ust.

réapparition des, au cours de la : LACH.

" " , après une année : Cocc.

Rires et pleurs exagérés pendant la : Ferr.

Sacrum : voir dos.

Sein gauche, douleur sous le, pendant la : Cimic.

Seins gonflés, douloureux, pendant la : Sang.

Sexuel, suppression du désir, pendant la : Con.

Sommeil : voir insomnies.

Soupçonneuse à la : Cimic.

Soupirs constants pendant la : Xanth.

Suffocations pendant la : Sulph.

Suppuration des plaies pendant la : GRAPH.

Taches hépatiques, poussées de, pendant la : Plb.

Tête, battements dans la, pendant la : Crot-h.

chaleur au vertex : Carb-an., croc., LACH., Sulph.

Tousse, car elle parle trop, pendant la : Phys.

Transpiration, pendant la : Crot-h., ferr., Lach., Lyc., Sul-ac., Ter.

calliquatives, pendant la : Amyl-n., thyroïd.

" suivies de frissons aux plis articulaires :  
Merc-sulph.

" froides, pendant la : Sulph., Verat.

" de la partie supérieure du corps : Sul-ac.

Tremblement , pendant la : Kali br.

interne pendant la : Caul., sul-ac.

Tristesse, idées noires, pendant la : Tab.

mélancolie : Arg-n., Aur-m., Tab.

troubles abdominaux, avec : Psor.

Tumeurs des seins pendant la : Con. (tumeurs dures avec tendance néoplasique).

Ulcère du col, pendant la : Calc.

Urines fétides pendant la : SEP.

avec sédiments argileux et adhérents au vase, pendant la : SEP.

Urètre, brûlures, pendant la : Berb.

Utérines, affections, pendant la : Hydr-ac.

polypes : Calc.

ulcère du col : Calc.

voir dysménorrhées, leucorrhées, ménorrhagies, métrorrhagies, poly-  
 pes, prolapsus.

Utérus dévié, pendant la : Lach.

Vertex : voir tête.

Vertiges, pendant la : Con., Crot-h., Glou., Sang., Ust.  
après la : Con.  
en marchant à l'air : Lach.

Vessie : voir dysurie.

Vomissements avec nausées, pendant la : Ferr., sars.

Vue faible, pendant la : Trill.

Yeux : voir conjonctivite.

\*

\* \*

### QUELQUES SYMPTOMES GENERAUX

#### LE MANQUE OU L'EXCES DE CHALEUR VITALE

C'est un symptôme très important qui peut être éliminateur à condition qu'on en soit absolument sûr. Pour ma part quand je fais une étude de cas je ne prends jamais ce symptôme pour commencer. Evidemment il est ennuyeux de donner Sepia à quelqu'un qui a toujours trop chaud, ou qui adore le froid. Mais il y a des gens qui ont une horreur de la chaleur et pour cela nous avons toute une série de remèdes très précieux.

Le Docteur Gibson MILLER a donné la liste des remèdes qui d'une façon prédominante sont aggravés par le froid ou par le chaud; et cette liste ne correspond pas exactement à celle que nous avons dans le Répertoire. Mais, comme Gibson MILLER était un des premiers élèves de KENT, il n'a certainement pas écrit à la légère.

Si vous avez des gens frileux et aggravés par la chaleur, cela correspond à :

Agar., ALUM., Ant-c., APIS., Arg-n., Ars-i., Aur., Bar-c., Bor., BRY., CAMPH., CARB-S., Carb-v., Caust., Cocc., Dig., Dros., Dulc., GRAPH., Guaj., Ip., Kali s., Lach., Laur., LED., LYC., Merc., MEZ., Nat-c., Nat-m., Nat-s., Phos., Ph-ac., PULS., Sabad., Spig., Staph., Sulf., Thuy., Zinc.

Les aggravations par les excès de température, par l'excès de froid et l'excès de chaleur se trouvent page 1349 à la rubrique "Heat and cold", rubrique à laquelle il faut ajouter: Rob., Syph., TUB.

Je vous donne les directions principales que doit suivre notre interrogatoire : à vous à préciser les détails et les finesses.

#### LES AGGRAVATIONS HORAIRES

#### LES AGGRAVATIONS SAISONNIERES

#### AGGRAVATIONS PAR LES CHANGEMENTS DE TEMPS ET DE TEMPERATURE

Ce symptôme perd de son importance si votre malade a des rhumatismes ou des cicatrices aggravées par les changements de temps... Quoique cela puisse, dans bien des cas, quand même être pris en considération.

Pour ma part, je suis aussi un "balaféré", car je possède aussi une cicatrice au pied, suite d'un accident, que je sens de temps en temps. Je ne sais pas si je vous ai déjà raconté comment on m'a opéré de force et dans des circonstances très spéciales...

J'étais tout à fait contre l'opération de l'appendicite puisque l'appendicite est "l'amygdale intestinale". C'est le signal sémaphorique des affections abdominales. J'avais à ce moment-là 21 ans, étais étudiant et très enthousiaste aussi bien pour la botanique que pour la zoologie. J'avais passé mon baccalauréat dans des circonstances épouvantables, car j'avais étudié mon allemand à plat ventre dans les champs et sur cette herbe pas toujours très sèche, j'avais attrapé de violents maux de ventre, à droite naturellement; et j'avais dû passer mes examens de chimie en pleine crise d'appendicite avec 38°5 de fièvre. J'aimais beaucoup la chimie heureusement et c'est ce qui m'a permis de bien passer cet examen, mais je dois dire que ce fut un véritable tour de force.

Depuis ce jour-là, j'avais de temps en temps une petite crise de douleurs, mais cela passait vite. Et voilà que notre professeur de botanique nous annonce un jour qu'il pensait organiser une excursion botanique aux Iles Baléares... Je n'avais jamais voyagé bien loin et pour moi c'était le Pérou et quelle occasion!.. Naturellement je n'avais pas l'argent du voyage et mes parents ne pouvaient pas me l'offrir; mais, ma grand'mère du Württemberg qui était très gentille me dit : "Ecoute, mon cher, puisque tu as bien réussi ton baccalauréat, je t'offre ce voyage aux Baléares !" J'étais fou de joie. Nous étions une douzaine de participants et à peu près quinze jours avant le départ, le professeur nous réunit pour nous interroger, voir si nous avions nos passeports... et nous questionner sur notre état de santé. Certains d'entre vous ont-ils jamais souffert d'appendicite ? Très poliment j'ai levé le doigt... "Eh bien, mon cher ami, je ne vous emmène pas si vous n'êtes pas opéré !"

C'était une condition péremptoire. J'en parle à mon père qui trouve évidemment que c'était bien dommage de rater un aussi beau voyage. Aussi décide-t-il d'aller derechef consulter le professeur G., le chirurgien universitaire le plus en vue à Genève, un homme d'une intelligence extraordinaire, qui avait la coquetterie de faire des cicatrices les plus petites possible. Il connaissait tous les vins de France; vous pouviez l'interroger, il les avait tous goûtés et pouvait nous donner sur eux une appréciation très juste. Et il avait toujours une canne en bois de fer sur laquelle il s'appuyait par derrière lorsqu'il nous parlait.

Nous allons donc chez le Docteur G., et c'est là que j'ai appris le premier geste à faire par le médecin pour accueillir son malade. J'entre donc dans son cabinet, il me pose quelques questions, me fait étendre, remonter les jambes, puis m'appuie sur le ventre. Je fais un bond. Et il me dit: "On vous opère demain à midi !" On lui demande si je pourrai faire mon voyage et il répond que je sortirai au lle jour et que tout ira bien.

Le lendemain matin, dès 11 heures, j'étais dans les transes; je n'avais pas encore la connaissance de l'Arnica à ce moment-là. Et ce fameux Pro-

fesseur G. m'a donc opéré. Je lui fais cependant un petit reproche, car j'ai eu un hématome et j'estime qu'un bon opérateur ne doit pas avoir d'hématome. Mais je n'ai rien dit et ai été discret. Par la suite, mon père est allé le voir pour le remercier, car il ne nous avait demandé aucun frais opératoire, puisque j'étais étudiant en médecine. Et mon père en a profité pour lui faire une demande :

"Professeur, il y a une chose que j'aimerais beaucoup avoir pour mon fils, si vous ne la conservez pas, c'est votre canne." - "Mais, Monsieur, c'est avec plaisir" et il la lui donna pour moi... c'est ainsi que je possède toujours cette canne à laquelle je tiens beaucoup. Pensez donc, pour un jeune étudiant en médecine, la canne du Professeur de chirurgie de l'Hôpital Cantonal de Genève !

Et le 12<sup>e</sup> jour après l'opération je pouvais sortir et marcher. Nous avions rendez-vous trois jours avant le départ pour les derniers préparatifs. Nous arrivons dans le cabinet de notre Professeur qui nous dit qu'il est navré, mais que le voyage n'aura pas lieu parce que la plupart des participants s'étaient récusés !

Ainsi, je n'ai jamais vu les Baléares, et je n'ai plus mon appendice! C'est vraiment vexant !

Ce n'est pas cette cicatrice-là qui me fait mal. Mais un jour à la montagne, pour faire plaisir à mes parents avant qu'ils n'arrivent, j'ai voulu casser du bois pour le fourneau. J'ai pris une hache et de toutes mes forces je m'apprête, hache levée, à fendre une grosse bûche sur un billot de bois; je rate le billot et arrive en plein au milieu de mon soulier gauche. Il m'a même fallu une certaine force pour retirer la hache profondément plantée à travers le cuir dans mon métatarse. Sur le moment je n'ai pas senti grand'chose, mais j'ai eu la présence d'esprit de quitter prestement ma chaussure. Il y a eu un petit jet de sang, puis, j'ai vu quelque chose de blanc, c'était mon premier cunéiforme qui sortait de mon pied ensanglanté et que j'ai remis en place en appuyant dessus avec mon pouce... après quoi je me suis couché par terre et je me suis évanoui! Quand j'ai rouvert les yeux, j'ai vu la domestique près de moi... je lui ai demandé d'aller me chercher une bande et je me suis bandé le pied; je savais qu'il n'y avait pas d'autre alcool à la maison que du curaçao, une vieille bouteille que la domestique est allée me chercher. Elle m'en apporte un bon demi-verre, que j'avale, c'était si fort que j'ai fait une horrible grimace, n'ayant jamais bu d'apéritif, mais je crois bien que cela a fait immédiatement remonter mes esprits... et la cicatrice qui m'en reste est parfois douloureuse quand le temps veut changer et me donne alors l'impression d'avoir le pied cassé en deux.

Voilà donc l'histoire de mon voyage aux Baléares. Je ne sais combien d'occasions se sont présentées par la suite pour faire ce voyage, mais je n'ai jamais pu partir, il y a toujours eu des obstacles. Et voilà maintenant que mon élève LAUDENBERG, qui est en Allemagne mon bras droit au point de vue Kentisme, vient d'acheter à Majorque une petite propriété et m'invite à venir y passer des vacances quand je voudrai. Et j'espère enfin qu'il n'y aura pas d'obstacle pour m'empêcher de partir!... Mais l'année suivante j'ai pu enfin aller dans sa maison et visiter ces fameuses Iles Baléares, avec la satisfaction que vous pouvez penser ! Mieux vaut tard que jamais, dit le proverbe.

Le Répertoire nous donne une rubrique très intéressante pour les cicatrices à la page 1304 à "cicatrices" et vous y trouverez les remèdes pour les cicatrices noires, bleues, qui saignent, qui démangent, qui font mal, etc... Pour les cicatrices "chéloïdes" il faut prendre "cicatrices elevated and hard" et ajouter à "cicatrices hard" Fluoric acid et mettre GRAPH. au 3e degré d'après BOGER.

#### Influences de l'air

- Désir d'air.
- Les courants d'air. Ce qui importe en homoéopathie, ce sont les symptômes bizarres, auxquels on ne s'attend pas. Un désir d'air chez un malade qui a un excès de chaleur vitale ne nous intéressera pas du tout; mais si c'est un frileux qui a un désir d'air, cela devient très intéressant.

De même, l'aggravation par les courants d'air, banale pour les frileux, deviendra un symptôme très curieux chez un malade qui a toujours trop chaud. Il y a des gens qui ont un désir d'air, mais que les courants d'air aggravent et les remèdes correspondants sont les suivants :

Acon., Anac., Ars., Bor., Bry., Calc-s., Carb-an., Carb-s., Caust., Graph., KALI C., Lach., LYC., Mag-c., Mur-ac., Nat-c., Nat-m., Phos., Ph-ac., PULS., RHUS T., Sars., Sep., Spig., Stram., SULF., Zinc.

J'emploie souvent cette rubrique et elle m'aide beaucoup.

#### Les climats

- La mer ou la montagne. Comment vous sentez-vous à la mer et à la montagne? et observez toujours avec attention la mimique et la façon dont le malade répond, pour accepter ce symptôme comme vraiment valable ou pas assez marqué pour être retenu.

#### Les bains

- Bains chauds ou froids ?
- Douches froides ?

En général, j'interdis presque systématiquement à mes malades le bain en baignoire. C'est une chose qui, en fait, n'est pas précisément reluisante... car vous vous baignez dans votre saleté... Par ailleurs, bien sûr, on se sent toujours à l'aise dans un bon bain chaud : tout le sang vient affluer en surface, on se sent relaxé et on a envie de dormir. Mais, c'est beaucoup moins drôle par la suite, car quand on en sort, on prend froid facilement ensuite; et comme le sang est tout à la peau, souvent l'on éprouve comme du vertige.

Evidemment, pour la douche froide, comme pour toute chose il y a le "how to do it" qui est tout le secret. Il vous faut d'abord une brosse à bain, que vous mettez à côté de vous, à portée de votre main. Vous prenez la douche chaude aussi longtemps que cela vous fait plaisir; ensuite, vous passez à la douche froide, que tant de personnes craignent comme la peste, mais tout change quand on sait comment s'y prendre : il faut s'y exposer en commençant par les pieds et les mains : on supporte toujours l'eau froide sur les extrémités. Puis un petit jet froid sur la figure vous fera beaucoup de bien. Ensuite on s'accroupit et on douche copieusement à l'eau froide la région de l'anus, du

périnée et des parties génitales : c'est la méthode de Kuhne qui peut améliorer tant de maladies. Après cela, vous vous relevez et vous passez l'eau froide sur les cuisses; à ce moment un jet froid dans le dos est quelque chose de délicieux, le sang reflue à l'intérieur et vers le cerveau, vous reprenez vos esprits.

Et en dernier lieu, vous aspergez rapidement la poitrine. A ce moment, vous prenez votre brosse et vous commencez à vous étriller les bras, la poitrine, le dos, les cuisses, les jambes, la plante des pieds, après quoi vous vous essuyez les yeux, le nez, la bouche, le cou et vous vous couvrez d'un bon peignoir. Puis vous vous asseyez et restez ainsi quelques minutes dans une courte méditation. Vous ne vous essuyez point le reste du corps et chose extraordinaire, quand vous vous relevez ensuite, à part un peu dans les plis, il n'y a presque plus rien à essuyer.

Pour ceux qui veulent se parfumer, se poudrer, etc... c'est leur affaire. En tout cas, après cette petite séance vous vous sentez régénéré.

Quand vous parlez de bains froids à vos malades, c'est à des bains de lac, d'eau douce, de rivière que vous pensez et certains malades ne les supportent pas si l'eau ne fait pas au moins 19 ou 20°.

#### La position :

- assis,
- debout,
- couché,
- accroupi.

Il y a des gens qui ne peuvent pas rester debout. Il faut leur expliquer, leur demander comment ils supportent de faire une queue, ou de parler longtemps debout au téléphone, ou un essayage de couture. Il y a beaucoup de remèdes, en plus de Sulfur et de Sepia, que tout le monde connaît, qui sont aggravés par la station debout, voir le Répertoire page 1403.

Certains sujets ont un besoin continu d'être étendus; d'autres ne supportent pas de rester couchés dans une certaine position; ou de rester assis.

#### Le mouvement

Je vous ai déjà expliqué toutes les subtilités de l'amélioration ou de l'aggravation par le mouvement. Il faut distinguer le mouvement de la partie malade,

le mouvement continu ou non,

le mouvement des parties saines;

il y a l'aggravation au début du mouvement suivie de l'amélioration pendant, puis d'aggravation à nouveau après le mouvement (Rhus tox.).

Ici, il faut savoir distinguer et considérer la différence du mouvement et de la marche qui est dans une autre rubrique.

Les influences météoropathiques

- La lune,
- Le soleil,
- La pluie,
- Le vent,
- La neige,
- Le brouillard,
- Les orages,
- L'humidité et la sécheresse.

Il y a des gens qui ne peuvent pas supporter de sortir au soleil sans un chapeau ou une ombrelle; certains ne peuvent pas dormir dans une chambre lorsque la lune les éclaire. Nous avons des remèdes qui correspondent à tout cela.

L'aggravation par le vent (du Nord, du Sud, ou le vent en général) est un symptôme également très précieux.

Influence des voyages

- En voiture,
- en bateau,
- des mouvements d'ascension ou de descente.

La latéralité

Ne vous contentez pas de rechercher une latéralité gauche ou droite. Quelquefois pour un malade qui a une latéralité gauche, il faudra chercher le remède à "Symptome on one side", c'est-à-dire symptôme d'un seul côté.

Il y a aussi les latéralités croisées : à gauche en haut et à droite en bas, ou inversement.

La localisation gauche ou droite est un très bon symptôme, mais ce n'est pas un symptôme éliminateur et il n'y a pas d'inconvénient à donner Lachesis pour des migraines du côté droit, si votre malade a par ailleurs tous ses autres symptômes appartenant à Lachesis.

Les plaies

Elles sont intéressantes parce qu'il y a des plaies qui guérissent facilement, d'autres qui sont longues à guérir. Il y en a qui suppurent, qui saignent beaucoup; certains malades ont tendance aux ecchymoses. Bref, il faudra tenir compte de tout ce qui peut toucher les plaies, ou les blessures, les morsures, les coupures, les piqûres, les accidents.

\*

\* \*