

TRAITEMENT DE LA FATIGUE

=====

La fatigue n'a jamais été définie d'une façon précise, mais elle peut être considérée comme un symptôme indiquant des troubles de l'homéostasie. Etant donné que la glande surrénale est un des facteurs régulateurs de l'homéostasie (1), il était intéressant de déterminer les changements obtenus dans l'activité de cette glande, après administration d'un produit ayant une action définie sur la fatigue, tels que les aspartates.

L'expérience a été faite au Japon sur des rats. Si la déplétion de l'acide ascorbique dans la surrénale indique l'activité de cette glande, les altérations produites dans le taux d'acide ascorbique après administration d'un aspartate quelconque, indiqueraient une activité du cortex surrénal. Les sels aspartiques de Na, K et Mg ont été injectés à des souris par voie intraveineuse ou sous-cutanée. L'administration de ces sels a produit une diminution significative du taux d'acide ascorbique dans le cortex surrénal; davantage avec les sels de K et Mg que ceux de Na. Les changements de taux de vitamine C ont suivi une courbe diphasique : baisse pendant les premières vingt-quatre heures, puis phénomène de "rebound" atteignant un taux plus élevé qu'au début de l'expérience.

La déplétion de l'acide ascorbique dans la glande surrénale, après l'injection d'aspartates de Na, K ou Mg, a pu être inhibée par l'ingestion de doses importantes d'acétate de cortisol; prouvant ainsi que l'activation du cortex surrénal par les aspartates se fait par l'intermédiaire de l'axe hypophyse-surrénale.

* * * * *

La fatigue dans le Répertoire

C'est un sentiment douloureux, avec difficulté d'agir, que cause un travail excessif ou trop prolongé, ou un exercice quelconque.

Le prolétaire, dit Bourdon, doit sa fatigue à ses travaux excessifs.

Le sédentaire désœuvré à ses promenades ou ses passions;

l'homme de génie à ses veilles;

l'homme dissolu à ses excès et ses débauches;

le malheureux à ses chagrins;

l'indigent à ses abstinences et ses carences;

le malade, enfin, à ses douleurs.

1) L'homéostasie, c'est quand toutes les constantes biologiques sont normales chez un individu.

C'est aussi l'asthénie, c'est-à-dire la diminution du pouvoir fonctionnel avec la sensation pénible d'épuisement qui l'accompagne.

Le terme fatigue se traduit par faiblesse, énervation et se trouve au Répertoire, à la fin du volume, page 1413, à Weakness.

Il ne comprend pas moins de sept pages à doubles colonnes remplies d'indications précieuses. Encore faudra-t-il consulter des chapitres analogues tels que

Weariness - 1421 = las, dégoûté, fatigué avec langueur.

Lassitude - 1370 = impuissance pour le travail, le mouvement et le plaisir.

Flabby feeling - 1361 = mou, accablé, amorphe, manque d'énergie.

Et pour la fatigue cérébrale ou psychasthénie, à Prostration of mind - page 69.

Vous trouverez dans le chapitre Weakness :

la fatigue du matin;
celle provoquée par la montée d'escaliers;
la fatigue chez les enfants;
celle qui suit, chez certains individus les rapports sexuels ou d'autres émissions;
celle résultant de diarrhée abondante, par exemple :
la fatigue post-prandiale ou celle par la faim;
la fatigue au moindre exercice;
la fatigue au cours de la fièvre;
celle ressentie avant, pendant ou après les règles;
par le travail intellectuel;
la fatigue nerveuse;
celle des infirmières ou des amis devant longtemps soigner un malade;
la fatigue des gens âgés;
la fatigue par la transpiration;
celle éprouvée avant, pendant ou après la défécation;
la fatigue soudaine;
celle provoquée par la conversation;
la fatigue tremblante;
celle produite par des émotions, des vexations, etc... etc...

* * * * *

Travaillez... remuez la terre, c'est le fond qui manque le moins... disait le laboureur à ses enfants !

Travaillez, étudiez votre Répertoire et vous serez largement récompensés de vos efforts.

* * * * *

Le Docteur GALLAVARDIN recommande Natrum carb. comme étant un des meilleurs remèdes de la fatigue intellectuelle des jeunes qui préparent des examens. En général, nous donnons Kali phos. 6 ou 30 pour les

étudiants en période d'examens, un ou deux mois avant, deux fois par jour. Mais les derniers jours, quand ils sont épuisés, une dose de Natrum carb. les remet vraiment en forme (200 ou, mieux, XM). Et avant l'examen je leur donne toujours une dose de Gelsemium 200 pour l'oral. Bien entendu s'ils sont bien préparés, cela va très bien, mais s'ils n'ont que peu travaillé, cela ne leur donne pas l'intelligence!

De même quand vous avez un musicien qui doit passer un examen, un organiste par exemple, qui tremble des pieds et des mains sur le "grand jeu", j'aime mieux vous dire que cela fait plutôt du bruit! Et pour les violonistes qui transpirent terriblement, pour ceux qui doivent chanter et tout d'un coup chevrotent, Gelsemium 200 donné un peu avant le concours, le matin au réveil, parfois une seconde dose juste avant, et vos malades seront étonnés de leur calme, de leur contrôle et de leur sang-froid!

Si chaque fois avant d'aller à une réunion qui leur fait plaisir, comme par exemple l'opéra, et si à l'occasion d'une émotion ils ont une diarrhée, vous avez alors Argentum nitricum, et d'ailleurs aussi Gelsemium. En général, Gelsemium répond admirablement bien à l'état émotif et appréhensif. On pensera à Argentum nitricum s'il y a en plus des ballonnements, de l'anxiété...etc... surtout si en plus il y a des symptômes oculaires : Car Argentum nitricum a le pôle oculaire avec le pôle intestinal et le pôle émotif.

Quand c'est un malade qui a un chagrin, qui a perdu quelqu'un de sa famille et qui doit aller à l'enterrement, vous penserez à Ignatia qui agit tellement bien qu'ensuite certains viendront vous faire des reproches parce qu'ils n'ont pas pu pleurer, et parce qu'ils n'ont pas été assez tristes!.

*

* *