



HAL
open science

La gemmothérapie au service des troubles de la femme

Laëtitia Delarue

► **To cite this version:**

Laëtitia Delarue. La gemmothérapie au service des troubles de la femme. Sciences pharmaceutiques. 2020. hal-03298183

HAL Id: hal-03298183

<https://hal.univ-lorraine.fr/hal-03298183>

Submitted on 23 Jul 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



AVERTISSEMENT

Ce document est le fruit d'un long travail approuvé par le jury de soutenance et mis à disposition de l'ensemble de la communauté universitaire élargie.

Il est soumis à la propriété intellectuelle de l'auteur. Ceci implique une obligation de citation et de référencement lors de l'utilisation de ce document.

D'autre part, toute contrefaçon, plagiat, reproduction illicite encourt une poursuite pénale.

Contact : ddoc-thesesexercice-contact@univ-lorraine.fr

LIENS

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 122. 4

Code de la Propriété Intellectuelle. articles L 335.2- L 335.10

http://www.cfcopies.com/V2/leg/leg_droi.php

<http://www.culture.gouv.fr/culture/infos-pratiques/droits/protection.htm>

UNIVERSITE DE LORRAINE

2020

FACULTE DE PHARMACIE

T H E S E

Pour le Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie

Présentée et soutenue publiquement par

DELARUE LAETITIA

Le 29 octobre 2020

**LA GEMMOTHERAPIE AU SERVICE DES TROUBLES DE LA
FEMME**

DIRECTEUR DE THESE : Pr LAURAIN MATTAR Dominique, Professeur de Pharmacognosie

Membres du Jury

Président : Pr LAURAIN MATTAR Dominique, Professeur de Pharmacognosie

Juges : Dr Nathalie JACQUOT, Docteur en Pharmacie

Dr Jean Michel MOREL, Docteur en Médecine

Dr Khalil TAOUBI, Attaché scientifique chez BOIRON

UNIVERSITÉ DE LORRAINE
FACULTÉ DE PHARMACIE
Année universitaire 2019-2020

DOYEN

Raphaël DUVAL

Vice-Doyen

Julien PERRIN

Directrice des études

Marie SOCHA

Conseil de la Pédagogie

Présidente, Brigitte LEININGER-MULLER

Vice-Présidente, Alexandrine LAMBERT

Collège d'Enseignement Pharmaceutique Hospitalier

Présidente, Béatrice DEMORE

Commission Prospective Facultaire

Président, Christophe GANTZER

Vice-Président, Jean-Louis MERLIN

Commission de la Recherche

Présidente, Caroline GAUCHER

Chargés de Mission

Communication

Aline BONTEMPS

Innovation pédagogique

Alexandrine LAMBERT

Référente ADE

Virginie PICHON

Référente dotation sur projet (DSP)

Marie-Paule SAUDER

Référent vie associative

Arnaud PALLOTTA

Responsabilités

Filière Officine

Caroline PERRIN-SARRADO

Julien GRAVOULET

Filière Industrie

Isabelle LARTAUD,

Jean-Bernard REGNOUF de VAINS

Filière Hôpital

Béatrice DEMORE

Marie SOCHA

Pharma Plus ENSIC

Jean-Bernard REGNOUF de VAINS

Pharma Plus ENSAIA

Xavier BELLANGER

Pharma Plus ENSGSI

Igor CLAROT

Cellule de Formation Continue et Individuelle

Luc FERRARI

Commission d'agrément des maîtres de stage

François DUPUIS

ERASMUS

Mihayl VARBANOV

DOYENS HONORAIRES

Chantal FINANCE

Francine PAULUS

Claude VIGNERON

PROFESSEURS EMERITES

Jeffrey ATKINSON

Max HENRY

Pierre LEROY

Philippe MAINCENT

Claude VIGNERON

PROFESSEURS HONORAIRES

MAITRES DE CONFERENCES HONORAIRES

Jean-Claude BLOCK
 Pierre DIXNEUF
 Chantal FINANCE
 Marie-Madeleine GALTEAU
 Thérèse GIRARD
 Pierre LABRUDE
 Vincent LOPPINET
 Alain NICOLAS
 Janine SCHWARTZBROD
 Louis SCHWARTZBROD

Monique ALBERT
 Mariette BEAUD
 François BONNEAUX
 Gérald CATAU
 Jean-Claude CHEVIN
 Jocelyne COLLOMB
 Bernard DANGIEN
 Marie-Claude FUZELLIER
 Françoise HINZELIN
 Marie-Hélène LIVERTOUX
 Bernard MIGNOT
 Blandine MOREAU
 Dominique NOTTER
 Francine PAULUS
 Christine PERDICAKIS
 Marie-France POCHON
 Anne ROVEL
 Gabriel TROCKLE
 Maria WELLMAN-ROUSSEAU
 Colette ZINUTTI

ASSISTANTS HONORAIRES

Marie-Catherine BERTHE
 Annie PAVIS

ENSEIGNANTS

Section CNU

*

Discipline d'enseignement

PROFESSEURS DES UNIVERSITES - PRATICIENS HOSPITALIERS

| | | |
|--------------------------------|----|--|
| Danièle BENSOUSSAN-LEJZEROWICZ | 82 | Thérapie cellulaire |
| Béatrice DEMORE | 81 | Pharmacie clinique |
| Jean-Louis MERLIN | 82 | Biologie cellulaire |
| Jean-Michel SIMON | 81 | Economie de la santé, Législation pharmaceutique |
| Nathalie THILLY | 81 | Santé publique et Epidémiologie |

PROFESSEURS DES UNIVERSITES

| | | |
|-------------------------------|----|--|
| Ariane BOUDIER | 85 | Chimie Physique |
| Christine CAPDEVILLE-ATKINSON | 86 | Pharmacologie |
| Igor CLAROT | 85 | Chimie analytique |
| Joël DUCOURNEAU | 85 | Biophysique, Acoustique, Audioprothèse |
| Raphaël DUVAL | 87 | Microbiologie clinique |
| Béatrice FAIVRE | 87 | Hématologie, Biologie cellulaire |
| Luc FERRARI | 86 | Toxicologie |
| Pascale FRIANT-MICHEL | 85 | Mathématiques, Physique |
| Christophe GANTZER | 87 | Microbiologie |
| Frédéric JORAND | 87 | Eau, Santé, Environnement |
| Isabelle LARTAUD | 86 | Pharmacologie |
| Dominique LAURAIN-MATTAR | 86 | Pharmacognosie |
| Brigitte LEININGER-MULLER | 87 | Biochimie |
| Patrick MENU | 86 | Physiologie |
| Jean-Bernard REGNOUF de VAINS | 86 | Chimie thérapeutique |
| Bertrand RIHN | 87 | Biochimie, Biologie moléculaire |

MAITRES DE CONFÉRENCES DES UNIVERSITÉS - PRATICIENS HOSPITALIERS

| | | |
|-----------------|----|--|
| Alexandre HARLE | 82 | <i>Biologie cellulaire oncologique</i> |
| Julien PERRIN | 82 | <i>Hématologie biologique</i> |
| Loïc REPEL | 82 | <i>Biothérapie</i> |
| Marie SOCHA | 81 | <i>Pharmacie clinique, thérapeutique et biotechnique</i> |

MAITRES DE CONFÉRENCES

| | | |
|--------------------------------|----|---|
| Xavier BELLANGER ^H | 87 | <i>Parasitologie, Mycologie médicale</i> |
| Emmanuelle BENOIT ^H | 86 | <i>Communication et Santé</i> |
| Isabelle BERTRAND ^H | 87 | <i>Microbiologie</i> |
| Michel BOISBRUN ^H | 86 | <i>Chimie thérapeutique</i> |
| Cédric BOURA ^H | 86 | <i>Physiologie</i> |
| Sandrine CAPIZZI | 87 | <i>Parasitologie</i> |
| Antoine CAROF | 85 | <i>Informatique</i> |
| Sébastien DADE | 85 | <i>Bio-informatique</i> |
| Dominique DECOLIN | 85 | <i>Chimie analytique</i> |
| Natacha DREUMONT ^H | 87 | <i>Biochimie générale, Biochimie clinique</i> |
| Florence DUMARCAÏ ^H | 86 | <i>Chimie thérapeutique</i> |
| François DUPUIS ^H | 86 | <i>Pharmacologie</i> |
| Reine EL OMAR | 86 | <i>Physiologie</i> |
| Adil FAIZ | 85 | <i>Biophysique, Acoustique</i> |
| Anthony GANDIN | 87 | <i>Mycologie, Botanique</i> |
| Caroline GAUCHER ^H | 86 | <i>Chimie physique, Pharmacologie</i> |
| Stéphane GIBAUD ^H | 86 | <i>Pharmacie clinique</i> |
| Thierry HUMBERT | 86 | <i>Chimie organique</i> |
| Olivier JOUBERT ^H | 86 | <i>Toxicologie, Sécurité sanitaire</i> |

ENSEIGNANTS (suite)

Section GNU

*

Discipline d'enseignement

| | | |
|--------------------------------|-------|--|
| Alexandrine LAMBERT | 85 | <i>Informatique, Biostatistiques</i> |
| Julie LEONHARD | 86/01 | <i>Droit en Santé</i> |
| Christophe MERLIN ^H | 87 | <i>Microbiologie environnementale</i> |
| Maxime MOURER ^H | 86 | <i>Chimie organique</i> |
| Coumba NDIAYE | 86 | <i>Epidémiologie et Santé publique</i> |
| Arnaud PALLOTTA | 85 | <i>Bioanalyse du médicament</i> |
| Marianne PARENT | 85 | <i>Pharmacie galénique</i> |
| Caroline PERRIN-SARRADO | 86 | <i>Pharmacologie</i> |
| Virginie PICHON | 85 | <i>Biophysique</i> |
| Sophie PINEL ^H | 85 | <i>Informatique en Santé (e-santé)</i> |
| Anne SAPIN-MINET ^H | 85 | <i>Pharmacie galénique</i> |
| Marie-Paule SAUDER | 87 | <i>Mycologie, Botanique</i> |
| Guillaume SAUTREY | 85 | <i>Chimie analytique</i> |
| Rosella SPINA | 86 | <i>Pharmacognosie</i> |
| Sabrina TOUCHET | 86 | <i>Pharmacochimie</i> |
| Mihayl VARBANOV | 87 | <i>Immuno-Virologie</i> |
| Marie-Noëlle VAULTIER | 87 | <i>Mycologie, Botanique</i> |
| Emilie VELOT ^H | 86 | <i>Physiologie-Physiopathologie humaines</i> |
| Mohamed ZAIOU ^H | 87 | <i>Biochimie et Biologie moléculaire</i> |

PROFESSEUR ASSOCIE

Julien GRAVOULET 86 Pharmacie clinique

PROFESSEUR AGREGÉ

Christophe COCHAUD 11 Anglais

^H Maître de conférences titulaire HDR

*** Disciplines du Conseil National des Universités :**

80 : Personnels enseignants et hospitaliers de pharmacie en sciences physico-chimiques et ingénierie appliquée à la santé

81 : Personnels enseignants et hospitaliers de pharmacie en sciences du médicament et des autres produits de santé

82 : Personnels enseignants et hospitaliers de pharmacie en sciences biologiques, fondamentales et cliniques

85 : Personnels enseignants-chercheurs de pharmacie en sciences physico-chimiques et ingénierie appliquée à la santé

86 : Personnels enseignants-chercheurs de pharmacie en sciences du médicament et des autres produits de santé

87 : Personnels enseignants-chercheurs de pharmacie en sciences biologiques, fondamentales et cliniques

11 : Professeur agrégé de lettres et sciences humaines en langues et littératures anglaises et anglo-saxonnes

REMERCIEMENTS

Au professeur LAURAIN MATTAR Dominique,
Merci, de m'avoir fait l'honneur de diriger ma thèse et d'avoir accepté de présider le jury, pour votre enseignement au cours de ces années d'études, ainsi que pour votre disponibilité tout au long de mon travail.

Aux membres du jury,
Je vous remercie d'avoir accepté de juger ce travail.
Merci à Nathalie, qui sans me connaître a accepté de lire cette thèse et m'a aidée à la peaufiner

A mes parents,
Je tiens à vous remercier car sans vous rien de tout cela n'aurait été possible. Vous m'avez permis de réaliser des études longues en prenant en charge toutes les dépenses. Vous m'avez soutenue et encouragée. Vous avez supporté mes déceptions et partagé mes réussites.

Merci à ma petite maman qui a passé de longues heures à corriger mes nombreuses fautes d'orthographe.

Merci à papa qui m'a imprimé un par un durant plusieurs années mes documents

Merci à mon petit frère, Joshua, qui m'a permis de m'échapper en me faisant voyager dans les airs

A mes amies de la Team Gingko,

Merci à Pauline, Cécile, Perrine, Florence, Virginie et Léa qui ont toujours été là durant ces six années pour subir mon stress à l'approche des examens.

Et surtout merci à ma sœur de cœur, ma petite Tic, Amélie qui me soutient depuis presque quatorze ans.

Merci à Monsieur et Madame Guittin, mes maîtres de stage qui m'ont tout appris sur le métier de pharmacien. Et bien sûr je remercie toute leur équipe Malatourienne, qui m'a donnée envie d'exercer avec passion.

Merci à Monsieur et Madame Josselin qui m'ont donné la chance de travailler à la pharmacie de la gare de Bar le Duc où je pense avoir trouvé ma place. Ainsi qu'à Cindy, Allison et Deborah qui chaque jour me font rire et me donne envie de me lever le matin. Merci à Prudence, mon soutien de thèse, qui va bientôt passer la sienne.

Une pensée à ceux que je n'ai pas cité mais qui se reconnaîtront.... Ma famille, mes amis merci à eux

SERMENT DES APOTHICAIRES

Je jure, en présence des maîtres de la Faculté, des conseillers de l'ordre des pharmaciens et de mes condisciples :

D'honorer ceux qui m'ont instruit dans les préceptes de mon art et de leur témoigner ma reconnaissance en restant fidèle à leur enseignement.

D'exercer, dans l'intérêt de la santé publique, ma profession avec conscience et de respecter non seulement la législation en vigueur, mais aussi les règles de l'honneur, de la probité et du désintéressement.

De ne jamais oublier ma responsabilité et mes devoirs envers le malade et sa dignité humaine ; en aucun cas, je ne consentirai à utiliser mes connaissances et mon état pour corrompre les mœurs et favoriser des actes criminels.

Que les hommes m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses.

Que je sois couverte d'opprobre et méprisée de mes confrères si j'y manque.

« On ne peut pas isoler l'homme de la nature, de son milieu, de son environnement, et c'est au sein de celui-ci que la clé de son équilibre et de sa guérison est universellement inscrite »

Pol Henry

TABLE DES MATIERES

| | |
|--|-----------|
| INTRODUCTION | 7 |
| PREMIERE PARTIE : DE LA PHYTOTHERAPIE A LA GEMMOTHERAPIE | 9 |
| CHAPITRE 1 : HISTOIRE DE LA PHYTOTHERAPIE | 10 |
| I. Aux origines de la phytothérapie | 10 |
| 1. La civilisation gréco romaine..... | 10 |
| 2. La civilisation arabo persane..... | 11 |
| 3. Civilisation Indienne..... | 11 |
| 4. Civilisation chinoise..... | 12 |
| 5. Civilisation occidentale | 13 |
| 6. De nos jours en France..... | 13 |
| II. Les prémices de la gemmothérapie | 14 |
| 1. Les travaux du Docteur Pol Henry..... | 14 |
| a. Présentation du Dr Pol Henry (3)..... | 14 |
| b. Présentation de sa méthode(4) | 15 |
| 2. Les travaux du docteur Max Tétou..... | 15 |
| a. Présentation du Dr Max Tétou(5) | 15 |
| b. Présentation de sa méthode..... | 15 |
| 3. Comparaison Gemmothérapie et Phytembryothérapie | 16 |
| CHAPITRE 2 : L'INGREDIENT PRINCIPAL D'UN MACERAT GLYCERINE: LE BOURGEON | 17 |
| I. Phénotype et fonctionnement | 17 |
| 1. Description des végétaux..... | 17 |
| 2. Les hormones de croissance..... | 18 |
| II. La particularité des bourgeons | 20 |
| 1. Généralité | 20 |
| 2. Types de bourgeons | 21 |
| 3. Les développements des bourgeons..... | 22 |
| CHAPITRE 3: LES METHODES DE FABRICATION | 23 |
| I. Qu'est-ce qu'un macérat glyciné | 23 |
| II. Méthode de la pharmacopée française | 24 |
| 1. Définition | 24 |
| 2. Les étapes de fabrication | 24 |
| III. La Fabrication artisanale | 26 |
| IV. Législation et gemmothérapie | 29 |
| 1. Le macérât mère..... | 29 |
| 2. Le macérât 1DH..... | 29 |
| V. Posologie des extraits gemmothérapeutiques | 30 |
| 1. Composition..... | 30 |
| 2. Posologie de la gemmothérapie | 31 |
| CHAPITRE 4 : LA MISE EN SERVICE | 32 |
| I. Les mises sur le marché | 32 |
| 1. Plantes à usage médical..... | 32 |
| 2. Les compléments alimentaires | 32 |
| 3. Médicaments homéopathiques | 33 |
| II. Lieu de vente | 33 |
| III. Les contres indications | 34 |
| IV. Les effets indésirables potentiels | 34 |
| CHAPITRE 5 : LE SYSTEME ENDOCRINE FEMININ | 35 |
| I. Les différents types d'hormones existantes | 35 |
| II. La sécrétion hormonale par les différents organes | 35 |
| 1. L'hypothalamus..... | 35 |
| 2. L'hypophyse | 36 |
| 3. Les ovaires..... | 36 |
| 4. La surrénale..... | 36 |

DEUXIEME PARTIE : LES SIMPLES UTILISES POUR SOIGNER LES PROBLEMES FEMININS..... 38

| | |
|---|----|
| CHAPITRE I : LES PLUS UTILISES..... | 39 |
| I. <i>Le Framboisier</i> | 39 |
| 1. Description botanique | 39 |
| 2. Période de récolte..... | 39 |
| 3. Phytochimie | 39 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 41 |
| 5. Utilisation | 41 |
| 6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(35) | 42 |
| II. <i>Airelle</i> | 43 |
| 1. Description..... | 43 |
| 2. Période de récolte..... | 43 |
| 3. Phytochimie | 43 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 44 |
| 5. Utilisation | 44 |
| 6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(35) | 45 |
| III. <i>CASSIS</i> | 46 |
| 1. Description..... | 46 |
| 2. Période de récolte..... | 46 |
| 3. Phytochimie | 46 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 47 |
| 5. Utilisation | 48 |
| 6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(35) | 49 |
| CHAPITRE 2 : AUTRES EXEMPLES DE BOURGEONS..... | 50 |
| I. <i>AULNE</i> | 50 |
| 1. Description..... | 50 |
| 2. Période de récolte..... | 50 |
| 3. Phytochimie | 50 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 51 |
| 5. Utilisation | 51 |
| 6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(35) | 52 |
| II. <i>POMMIER</i> | 53 |
| 1. Description..... | 53 |
| 2. Période de récolte..... | 53 |
| 3. Phytochimie | 53 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 54 |
| 5. Utilisation | 54 |
| 6. Schéma d'utilisation(35) | 55 |
| III. <i>BOULEAU VERRUQUEUX</i> | 56 |
| 1. Description..... | 56 |
| 2. Période de récolte..... | 56 |
| 3. Phytochimie | 56 |
| 4. Propriétés thérapeutiques | 56 |
| 5. Utilisation | 57 |
| 6. Schéma d'utilisation(35) | 57 |
| CHAPITRE 3 : LES COMPLEXES EXISTANTS POUR LES PATHOLOGIES DE LA FEMME | 58 |
| I. <i>Complexes menstruations</i> | 58 |
| 1. Complexe de la société Herbalgem..... | 58 |
| II. <i>Complexe mammaire</i> | 59 |
| III. <i>Complexe féminin</i> | 60 |
| IV. <i>Complexe progestérone</i> | 61 |
| V. <i>Complexe grossesse</i> | 62 |
| VI. <i>Complexe ménopause</i> | 63 |
| 1. Complexe chez Herbalgem (54),(55)..... | 63 |

| | |
|--|-----------|
| TROISIEME PARTIE : L'UTILISATION PRATIQUE DE LA GEMMOTHERAPIE | 64 |
| CHAPITRE 1 : APPAREIL REPRODUCTEUR FEMININ..... | 65 |
| I. Troubles du sein | 65 |
| 1. Explications pathologies..... | 65 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 65 |
| 3. Modalités de prise | 65 |
| 4. Conseils associés | 66 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 66 |
| II. Trouble utérin..... | 68 |
| 1. Explication pathologie..... | 68 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 68 |
| 3. Modalités de prise | 69 |
| 4. Conseils associés | 69 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 70 |
| III. Troubles vaginaux | 71 |
| 1. Explication pathologie..... | 71 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 71 |
| 3. Modalités de prise | 72 |
| 4. Conseils associés | 72 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 73 |
| CHAPITRE 2 : EVOLUTION DU CYCLE | 74 |
| I. Menstruation | 74 |
| 1. Explications pathologies..... | 74 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 74 |
| 3. Modalités de prise | 75 |
| 4. Conseils associés | 75 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 76 |
| II. Accouchement..... | 77 |
| 1. Explication pathologie..... | 77 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 77 |
| 3. Modalités de prise | 77 |
| 4. Conseils associés | 78 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutique et homéopathique..... | 78 |
| III. Troubles oestrogéniques | 79 |
| 1. Explications pathologies..... | 79 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 79 |
| 3. Modalités de prise | 79 |
| 4. Conseils associés | 80 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutique et homéopathique..... | 80 |
| IV. Menopause | 81 |
| 1. Pathologie | 81 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 81 |
| 3. Modalités de prise | 81 |
| 4. Conseils associés | 82 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 82 |
| CHAPITRE 3 : AUTRES DESAGREMENTS FEMININ | 84 |
| I. Troubles sexuels : | 84 |
| 1. Pathologies | 84 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 84 |
| 3. Modalités de prise | 84 |
| 4. Conseils associés | 85 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 85 |
| II. Ostéoporose | 86 |
| 1. Explications pathologies..... | 86 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 86 |
| 3. Modalités de prise | 86 |
| 4. Conseils associés | 87 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 87 |

| | |
|--|-----------|
| III. CYSTITE..... | 88 |
| 1. Explication pathologie..... | 88 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 88 |
| 3. Modalités de prise | 88 |
| 4. Conseils associés | 89 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 89 |
| IV. JAMBES LOURDES | 90 |
| 1. Explication pathologie..... | 90 |
| 2. Les simples utilisés en gemmothérapie | 90 |
| 3. Modalités de prise | 90 |
| 4. Conseils associés | 91 |
| 5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques..... | 91 |
| CONCLUSION | 92 |
| LEXIQUE | 94 |
| ANNEXES..... | 97 |
| ANNEXE 1 : LISTE DES TRAITEMENTS GEMMOTHERAPEUTIQUES | 98 |
| ANNEXE 2 : TRAITEMENTS GEMMOTHERAPEUTIQUES | 104 |
| ANNEXE 3 : DOSSIER DE NUTRIVIGILANCE..... | 111 |

TABLE DES ILLUSTRATIONS

| | |
|--|----|
| Figure 1: le médecin grec hippocrate..... | 10 |
| Figure 2: le médecin grec galien larousse.fr..... | 10 |
| Figure 3: avicenne, par mortezâ kâtouziân | 11 |
| Figure 4: conception énergétique de la médecine chinoise | 12 |
| Figure 5: paracelse | 13 |
| Figure 6: le docteur pol henry | 14 |
| Figure 7: max tétau 1975..... | 15 |
| Figure 8: description d'un végétal..... | 17 |
| Figure 9: les hormones de croissance végétales | 18 |
| Figure 10: nature et comparaison des acides aminés des feuilles et des bourgeons frais de ribes nigrum | 21 |
| Figure 11: schéma des différents types de bourgeons | 22 |
| Figure 12: matériel pour la réalisation de gemmothérapie | 24 |
| Figure 13: matériel pour réalisation de macérat glycérimé chez soi | 26 |
| Figure 14: macération de jeune pousse de framboisier j1..... | 27 |
| Figure 15: macération de bourgeon de cassis j1..... | 27 |
| Figure 16: macérat de bourgeon de cassis (a droite) et de jeunes pousses de framboisiers (gauche) a j21..... | 27 |
| Figure 17: macérat filtré de bourgeon de cassis | 28 |
| Figure 18: macérat filtré de jeunes pousses de framboisier..... | 28 |
| Figure 19: flacon compte-goutte contenant les solutions glycérimées. | 28 |
| Figure 20: compléments alimentaires..... | 29 |
| Figure 21: flacon compte-goutte..... | 31 |
| Figure 22: croix des pharmaciens avec le serpent d'epidaure enlaçant la coupe d'hygie | 33 |
| Figure 23: représentation hypothalamus et hypophyse | 35 |
| Figure 24: représentation de la localisation des ovaires..... | 36 |
| Figure 25: représentation des glandes surrénales | 36 |
| Figure 26: schéma récapitulatif des différentes hormones du système endocrinien féminin | 37 |
| Figure 27: planche de rubus idaeus..... | 39 |
| Figure 28: phytohormones..... | 40 |
| Figure 29: jeune pousse de framboisier | 41 |
| Figure 30:schéma d'utilisation gemmothérapeutique du framboisier | 42 |
| Figure 31: planche de vaccinum vitis idaea..... | 43 |
| Figure 32: jeune pousse d'airelle..... | 44 |

| | |
|---|----|
| Figure 33: schéma d'utilisation gemmothérapeutique de l'airelle | 45 |
| Figure 34: planche de ribes nigrum..... | 46 |
| Figure 35: structure du rutoside..... | 46 |
| Figure 36: bourgeon de ribes nigrum..... | 48 |
| Figure 37:schéma d'utilisation gemmothérapeutique du cassis..... | 49 |
| Figure 38: planche de alnus incana | 50 |
| Figure 39:bourgeon d'aulne glutineux | 51 |
| Figure 40:schéma d'utilisation gemmothérapeutique de l'aulne | 52 |
| Figure 41: planche de malus communis..... | 53 |
| Figure 42: bourgeon de pommier | 54 |
| Figure 43: schéma d'utilisation gemmothérapeutique du pommier | 55 |
| Figure 44: planche de betula verrucosa | 56 |
| Figure 45: bourgeon de bouleau verruqueux | 57 |
| Figure 46: schéma d'utilisation gemmothérapeutique du bouleau verruqueux | 57 |
| Figure 47: complexe menstruations - franck ledoux..... | 58 |
| Figure 48: complexe mammaire- franck ledoux..... | 59 |
| Figure 49: complexe féminin -franck ledoux..... | 60 |
| Figure 50: complexe progestérone- franck ledoux | 61 |
| Figure 51: complexe grossesse- franck ledoux..... | 62 |
| Figure 52: complexe ménopause- franck ledoux | 63 |
| Figure 53: douleurs mammaires..... | 65 |
| Figure 54: résumé gemmothérapie et troubles du sein..... | 66 |
| Figure 55: résumé gemmothérapie et troubles de l'utérus | 69 |
| Figure 56: résumé gemmothérapie et troubles vaginaux..... | 72 |
| Figure 57: résumé gemmothérapie et dysménorrhées | 75 |
| Figure 58: résumé gemmothérapie du bourgeon de framboisier et accouchement..... | 77 |
| Figure 59: résumé gemmothérapie et troubles oestrogéniques | 80 |
| Figure 60: résumé gemmothérapie et ménopause..... | 82 |
| Figure 61: résumé gemmothérapie et troubles sexuels | 85 |
| Figure 62: résumé gemmothérapie et ostéoporose | 87 |
| Figure 63: résumé gemmothérapie et cystite | 89 |
| Figure 64: résumé gemmothérapie et jambes lourdes..... | 91 |

INTRODUCTION

A l'heure où de nombreux scandales pharmaceutiques ont fait leurs apparitions dans les médias internationaux, de nombreux patients se tournent vers des alternatives plus naturelles. La demande en officine pour des médicaments « naturels », avec moins d'effets indésirables explose. Les patients ont perdu confiance en l'industrie pharmaceutique et veulent revenir à une médecine dite « de grands-mères », basée sur des traditions et la nature.

La phytothérapie (médecine par les plantes) est la plus vieille thérapeutique au monde. Nous savons que l'homme préhistorique l'utilisait déjà pour soigner ses maux. Dans toutes les civilisations un savoir oral de l'utilisation de la nature, s'est transmis de génération en génération. Les grandes conquêtes romaines (il y a 2000 ans) puis la course au nouveau monde ont créé un brassage de savoir, un partage et une exacerbation des connaissances sur l'utilisation de la nature pour soigner.

C'est principalement au moment des grandes guerres que de nombreux traitements allopathiques ont vu le jour grâce à l'utilisation traditionnelle des plantes ou des minéraux. En effet il fallait répondre vite à une demande massive avec une efficacité maximale.

La gemmothérapie ou médecine des bourgeons a aujourd'hui moins d'un siècle. C'est une branche de la phytothérapie mais aussi de l'homéopathie encore peu connue du grand public. Cependant, la forte concentration en principes actifs, sa facilité de prise et l'absence d'effet indésirable pourraient en faire la médecine de demain.

Malgré cela, le manque d'études cliniques et l'absence d'enseignement sur cette nouvelle discipline, dans les facultés de pharmacie et de médecine, en font la branche pauvre de la phytothérapie.

Ainsi par cette présente thèse, j'espère contribuer à la connaissance et au développement de la gemmothérapie au moment même où l'homéopathie est décriée. J'espère convaincre par ces mots des bienfaits des tissus embryonnaires végétaux et donner aux praticiens l'envie de prescrire et de conseiller la gemmothérapie afin de développer cette solution alternative aux traitements allopathiques.

Au cours de ce travail, nous commencerons par découvrir l'utilisation des plantes à travers les différentes civilisations. Et ainsi comprendre ce qui amena Pol Henry à juger que l'utilisation des tissus embryonnaires végétaux pourrait être une bonne idée.

La deuxième partie consistera en un tour d'horizon des six simples (plantes médicinales) les plus utilisées chez la femme. Ainsi le framboisier, l'airelle, le cassis, l'aulne, le pommier et le bouleau verruqueux seront étudiés et nous verrons leur composition en principes actifs.

La troisième et dernière partie nous fera entrer concrètement dans la thérapeutique par les bourgeons pour soigner les différents maux de la femme de la puberté à la ménopause. Ce sont les recherches de Pol Henry sur l'utilisation des tissus embryonnaires végétaux qui forment les fondements de la gemmothérapie. Nous distinguerons ainsi les traitements pour les douleurs mammaires, les troubles utérins et les troubles vaginaux. Nous découvrirons les médecines utilisées au niveau des menstruations, de l'accouchement, des troubles ostrogéniques et de la ménopause. Nous terminerons par des désagréments moins spécifiques à la femme mais qu'il est important de les mentionner : les troubles sexuels tels que la frigidité, l'ostéoporose, les cystites et les troubles de la circulation sanguine (comme notamment les jambes lourdes).

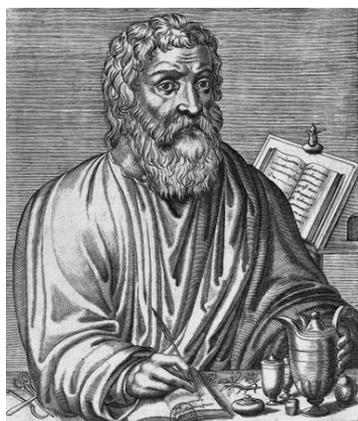
PREMIERE PARTIE : DE LA PHYTOTHERAPIE A LA GEMMOTHERAPIE

CHAPITRE 1 : Histoire de la phytothérapie

I. Aux origines de la phytothérapie

Très tôt, l'homme cherche un moyen de lutter contre les maladies qui l'affaiblissent et l'empêchent de se défendre contre les prédateurs. Pour cela il va se tourner vers son environnement : les plantes en premier lieu puis les minéraux et les animaux. Entre sorcellerie, superstition et tradition, des manuscrits nous sont parvenus à travers les siècles.(1)

1. La civilisation gréco romaine



Vers le IV^e siècle avant Jésus Christ, Hippocrate le premier utilisa une médecine sans pratique magico religieuse. Il établit une théorie basée sur les quatre éléments qui sont l'air, le feu, l'eau et la terre qui agiraient sur les quatre humeurs de l'homme : le sang, la bile, l'atrabile et le phlegme. Eux même en rapport avec quatre organes : le cœur, le foie, la rate et le cerveau. Le tout pouvant être affecté par quatre qualités : le chaud, le froid, le sec et l'humide. Il classe ensuite ses thérapeutiques selon ces dernières.

Le « Corpus Hippocraticum » recense 230 plantes médicinales utilisées de manière courante par ce comme le père de la

médecin grecque considéré médecine moderne.

En 60 après Jésus christ, Dioscoride rédigea un ouvrage nommé « *De Materia Medica* » qui recense 519 plantes avec des schémas détaillés et leurs utilisations courantes. Celui-ci servira de référence à travers l'Europe durant les quinze siècles suivants.

Galien en 131 après J-C était le médecin personnel de l'empereur romain Marc Aurèle et fut le premier à préparer des remèdes à l'aide de plantes, de minéraux ou de parties animales. Il est aujourd'hui considéré comme le père de la pharmacie.



Figure 2: Le médecin grec GALIEN
Larousse.fr

2. La civilisation arabo persane

Au XVIII^e siècle, Ibn al Baytar décrit 1500 drogues d'origine végétale, animale et minérale dans un « traité des simples ». Il expose aussi sa théorie : pour lui la maladie s'installe dès lors qu'il y a une rupture d'équilibre entre les humeurs, à l'image de la théorie d'Hippocrate. A l'inverse des Grecs, il classe les médicaments d'origine naturelle selon leurs effets sur les humeurs, les organes et les tempéraments de l'homme, et non pas selon les qualités (chaud, froid, sec, humide)



Figure 3: Avicenne, par Morteza Kâtouziân

Avicenne, médecin et philosophe du I^e siècle après Jésus Christ, rédige 57 ouvrages de médecine regroupant les savoirs grecs, persans, indiens et arabes. Le « Canon d'Avicenne » sera un ouvrage de référence jusqu'au XVII^e siècle.

3. Civilisation Indienne

Vers le VII^e siècle, Vagbhata, médecin indien, considère que la matière est constituée de cinq éléments : le vide, le vent, le feu, l'eau et la terre. Ceux-ci, en se combinant, forment les dhātu (chyle, sang, chair, graisse, os, moelle, sperme). Cette théorie indienne mène à la description de 107 points vulnérables qui seraient les sièges de l'énergie vitale.

Cette médecine ayurvédique va amener à deux types de traitements : rétablir l'équilibre en utilisant des vomissements, des saignées, des purgatifs et lavements mais aussi des médicaments pour soulager les symptômes. Ceux-ci cohabitent toujours au XXI^e siècle.

4. Civilisation chinoise

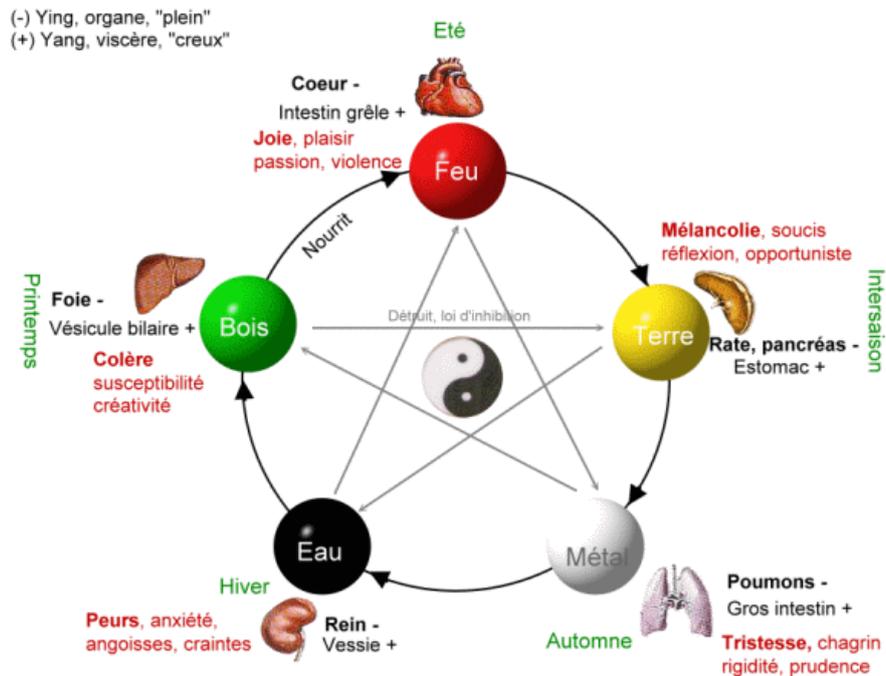


Figure 4: Conception énergétique de la médecine chinoise

La médecine chinoise est basée sur l'alternance de cycle : jour/nuit, les saisons et les périodes de la vie. Elle repose également sur cinq mouvements prédéfinis. Le bois représente la croissance et la souplesse amenant au mouvement. Le feu correspond à la chaleur, au mouvement ascendant. A l'inverse, l'eau caractérise l'humidification et la conservation. La terre est synonyme de production et de transformation. Et pour finir le métal représente la malléabilité, la dureté, la rigueur.

Les différentes plantes médicinales sont classées en fonction de leurs natures : froid, frais, chaud, tiède, et selon leurs saveurs : piquant, doux sucré, acide aigre, amer et salé.

Les premiers textes datent du I^{er} siècle après J-C. Ils recensent 365 drogues médicinales à base de végétaux, minéraux et animaux et auraient été rédigés par Shennong « Herbes fondamentales »

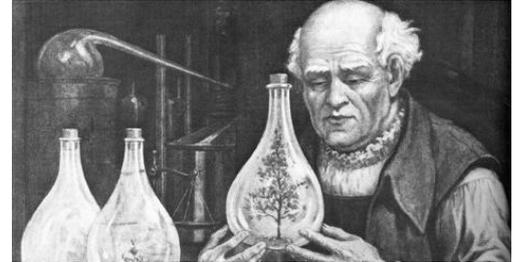
La première pharmacopée officielle chinoise est la plus ancienne de toute. Elle apparaît en 659 après JC et est rédigée par Su Jing « Matière médicale »

5. Civilisation occidentale

La médecine occidentale se basera sur les théories médicales gréco romaines.

Au XIII^e siècle, seuls les apothicaires peuvent préparer, fabriquer et dispenser des drogues. C'est ainsi qu'apparait le monopole pharmaceutique.

Au XVI^e siècle, un médecin suisse nommé Paracelse développe une nouvelle théorie selon laquelle la morphologie de la plante donnerait une indication sur son utilisation thérapeutique. Il appelle celle-ci la théorie des signatures et passera sa vie à la démontrer.



*Figure 5: Paracelse
nationalgeographic.fr*

Le XIX^e siècle est marqué par l'isolement des principes actifs des plantes, amenant par la suite à leur synthèse chimique et à leur fabrication à grande échelle. Du Pavot sont ainsi extraites la morphine en 1804 et la codéine en 1832. De la Colchique sera extraite la colchicine en 1820. Du quinquina sera isolé la quinine en 1820. Du tabac sera isolée la nicotine en 1828 et du cocaïer sera extraite la cocaïne en 1856. Ces molécules serviront principalement durant les deux guerres mondiales qui arriveront quelques années plus tard.

6. De nos jours en France

L'ethnopharmacologie a permis au XIX^e siècle de recueillir les connaissances sur les thérapeutiques traditionnelles et de confirmer ou non, leurs utilisations thérapeutiques grâce à des évaluations pharmacologiques en laboratoire sur des animaux vivants ou des organes isolés.

On estime que 60% des médicaments chimiques utilisés couramment auraient pour origine des usages traditionnels des plantes médicinales.

La pharmacopée française en est actuellement à sa 11^e édition. Elle date de 2012 et regroupe 440 plantes dont les preuves de sécurité et d'efficacité ont été établies suite à des études et 143 plantes dont l'usage traditionnel se fait depuis plus de 30 ans en France.

Suite à de nombreux scandales sanitaires, l'opinion publique a de moins en moins confiance en l'industrie pharmaceutique et souhaite revenir aux usages traditionnels des plantes médicinales. Ainsi, de nouvelles disciplines dites médecine naturelle se développent durant tout le XX^e siècle, basées sur un usage des plantes telle que la phytothérapie, l'homéopathie et la gemmothérapie.

II. Les prémices de la gemmothérapie

L'utilisation des bourgeons, afin de soigner des affections, trouve ses origines il y a plusieurs centaines d'années.

En effet, au XIIe siècle, la mère abbesse Hildegarde de Bingen préconisait déjà l'utilisation de huit bourgeons : le bouleau et le cassis pour les rhumatismes, le châtaigner pour la circulation, l'églantier pour l'immunité, le frêne comme diurétique, le peuplier pour les bronches, le pommier pour ses effets anti inflammatoires et anti œdémateux et le tilleul pour le sommeil.

En 1959, le docteur Pol Henry, un homéopathe belge sera le précurseur de l'utilisation des bourgeons. Il invente une méthode dite de phytembryothérapie basée sur des macérâts glycélinés de bourgeons concentrés.

Quelques années plus tard, en 1987, un médecin français, Max Tétau, ami du Dr Henry modifie quelque peu la méthode. Il va diluer au 1/10^e le macérât mère soit en 1 décimale Hahnemanienne, et ainsi faire naître la gemmothérapie. (2)

1. Les travaux du Docteur Pol Henry

a. Présentation du Dr Pol Henry (3)

Pol Henry est né le 22 octobre 1918 en Belgique. Il étudie la médecine durant la seconde guerre mondiale et se passionne très tôt pour l'homéopathie et la phytothérapie.

Il émit le premier l'hypothèse que le méristème d'une plante, son bourgeon, doit contenir toute l'information nécessaire au développement de la plante adulte. Dès 1959 il développe cette nouvelle méthode médicale qu'il nomme : la phytembryothérapie.

A partir de 1970, il publie des articles sur cette nouvelle approche phytothérapeutique dans *les cahiers de Biothérapie* publiés par la société française de Biothérapie dont il est le président.

En 1982 il développe un programme informatique permettant de relier les résultats biologiques d'un patient avec un avis phytothérapeutique. En effet, sa méthode est basée sur le fait qu'à chaque bourgeon correspond un profil biologique particulier.

Il meurt le 7 octobre 1988 à l'âge de 70 ans.



Figure 6: Le docteur Pol Henry

b. Présentation de sa méthode(4)

Le docteur Pol Henry, dans sa méthode, va imaginer l'association de trois solvants qui vont permettre une extraction. Ceux-ci sont mélangés de manière égale soit 33% d'eau, 33% de glycérine végétale et 33% d'alcool 90°.

D'après ce médecin homéopathe, l'eau a ici une grande importance. En effet, elle a un rôle de transmission énergétique. Elle permet d'extraire les dérivés hydrosolubles tels que les tanins, les sels minéraux, les flavonoïdes hydrosolubles, les vitamines hydrosolubles (vitamines C et B).

L'alcool a pour rôle l'extraction d'alcaloïdes, d'hétérosides et de glucosides.

La glycérine, qui est un liquide incolore, visqueux et inodore, permet l'extraction d'huiles essentielles, de flavonoïdes liposolubles et de vitamines liposolubles (vitamines A, D, E et K). Elle permet également de dissoudre les gommes, les cires, les matières colorantes et les sucres végétaux.

2. Les travaux du docteur Max Tétou

a. Présentation du Dr Max Tétou(5)

Max Tétou est né le 15 janvier 1927 en France. C'est un médecin homéopathe qui a également fait des études de pharmacie.

Lors de sa rencontre avec Pol Henry, il s'intéresse beaucoup à sa méthode de phytembryothérapie et commence de nouvelles recherches sur les bourgeons. Il nomme sa nouvelle méthode basée sur une dilution du macérât mère : la gemmothérapie

Il meurt le 16 juillet 2012 à l'âge de 85 ans. (6)



Figure 7: Max Tétou 1975

b. Présentation de sa méthode

Dans sa méthode le docteur Max Tétou va imaginer un mélange équimolaire d'alcool et de glycérine (50%/50%) qui servira de solvant lors de la macération des bourgeons. (7)

Alors que l'eau était si importante pour le créateur de la méthode sur les méristèmes de bourgeons, celle-ci n'interviendra qu'en second plan dans la gemmothérapie.

En effet le macérât mère ainsi obtenu sera alors dilué au 1/10 e dans un mélange de 16% d'eau 34% d'alcool et 50% de glycérine, ainsi que dynamisé.

Nous obtenons alors une solution homéopathique du fait de la dilution et non plus phytothérapeutique comme la méthode de Pol Henry.

3. Comparaison Gemmothérapie et Phytembryothérapie

Il existe deux méthodes qui sont ainsi utilisées de nos jours, la méthode de Pol Henry sur la phytembryothérapie, plutôt utilisée par les laboratoires Belges tels que *Herbalgemm*. Et la méthode de Max Tétou, la gemmothérapie utilisée par les laboratoires français tels que *Boiron*(8)

Même si les ingrédients de base restent les mêmes : bourgeons, glycérine, alcool, eau, la concentration utilisée en fait des médicaments différents. (9)

Tableau 1: Tableau comparatif Phytembryothérapie et Gemmothérapie

| | PHYTEMBRYOTHERAPIE | GEMMOTHERAPIE |
|-----------------------|---|---|
| Inventeur | Pol Henry en 1959 | Max Tétou en 1987 |
| Principe actif | Tissus embryonnaires végétaux | Tissus embryonnaires végétaux |
| Classification | Macérâts concentrés soit Médicaments phytothérapeutiques | Macérâts dilués au 10 ^e soit Médicaments homéopathiques |
| Remboursement | NON car assimilés à des compléments alimentaires | OUI comme médicaments homéopathiques (en pharmacie uniquement) |
| Méthode | <p>Bourgeon entier</p> <p>↓</p> <p>Macération de 1/20^e de bourgeon durant 20 jours dans un solvant</p> <p>↓</p> <p>Solvant : 33% eau, 33% glycérine, 33% alcool</p> <p>↓</p> <p>Filtration</p> <p>↓</p> <p>Macérât glycérimère</p> | <p>Bourgeon entier</p> <p>↓</p> <p>Macération de 1/20^e de bourgeon durant 20 jours dans un solvant</p> <p>↓</p> <p>Solvant : 50% glycérine, 50% alcool</p> <p>↓</p> <p>Filtration</p> <p>↓</p> <p>Dilution 1/10^e dans un deuxième solvant</p> <p>↓</p> <p>Solvant 2 : 16% eau, 34% alcool, 50% glycérine</p> <p>↓</p> <p>Macérât glycérimère D1</p> |
| Posologie | Adulte : 5 à 15 gouttes par jour Enfant >3 ans : 1 goutte par 10kg de poids corporel | 50 à 150 gouttes par jour |
| Inconvénients | <ul style="list-style-type: none"> • Compléments alimentaires, demande de mise sur le marché à la DGCCRF | <ul style="list-style-type: none"> • Titre alcoolique plus élevé, ce qui pose problème avec les enfants • Rôle de transmission énergétique de l'eau moindre • Nombre de gouttes par jour plus important |

CHAPITRE 2 : L'ingrédient principal d'un macérât glycéro : Le Bourgeon

I. Phénotype et fonctionnement

1. Description des végétaux

Pour qu'un végétal naisse, il faut partir d'une graine. Cette graine contient l'information génétique de la future plante. Elle va d'abord se développer au niveau du sol afin de créer des racines chargées de trouver les minéraux nécessaires à la croissance végétale. Puis la plante va se développer en hauteur afin de capter les rayons du soleil et réaliser la photosynthèse.(10)

De la tige vont se développer des bourgeons. Ceux-ci possèdent l'intégralité de l'information génétique de la plante et peuvent donner toutes les parties de plantes possibles : feuille, fleur, fruit.

La plante capte les rayons du soleil au niveau des feuilles. Ce qui permet ainsi de créer l'énergie utilisable par l'ensemble de la plante ainsi que les substances organiques nécessaires à sa survie. Cela s'appelle la photosynthèse. Elle a lieu au niveau des chloroplastes qui sont des organites spécifiques des plantes (11)

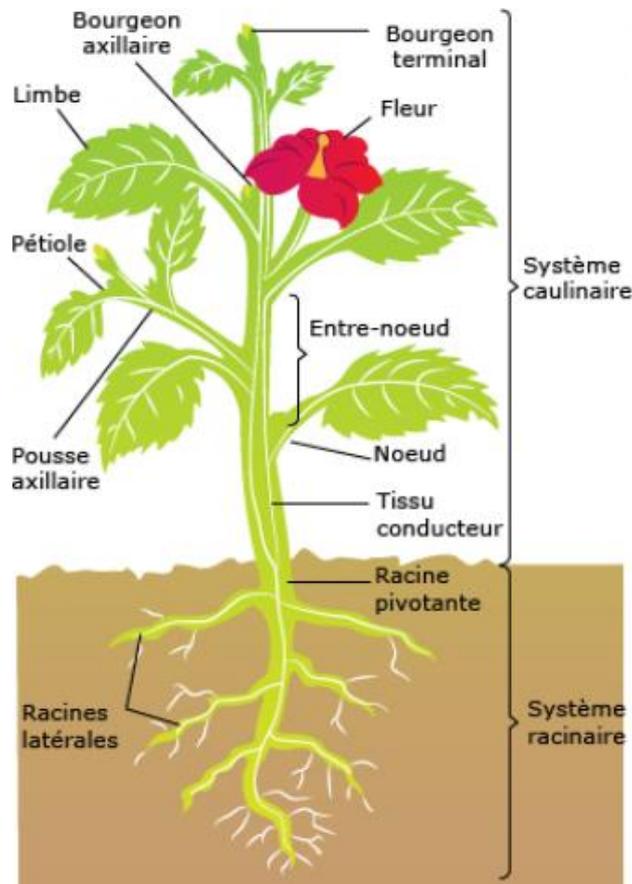


Figure 8: description d'un végétal

2. Les hormones de croissance

Un bourgeon possède l'intégralité de l'information génétique de la plante, ainsi que ses propriétés. Il contient les cellules du méristème qui sont totipotentes. Une seule d'entre elles peut redonner un organisme entier. (12)

Ces cellules sécrètent des hormones végétales qui leur permettent de s'adapter au monde qui les entourent, de communiquer et de se différencier. Nous reconnaissons ces hormones grâce à leurs cycles carbonés. Les trois premières, qui sont les auxines, les gibbérellines et les cytokinines, assurent la croissance et l'évolution. Elles auront un cycle à cinq carbones (cycle pentane). La quatrième hormone, l'abscissine, aura un cycle à six carbones (cycle hexane).

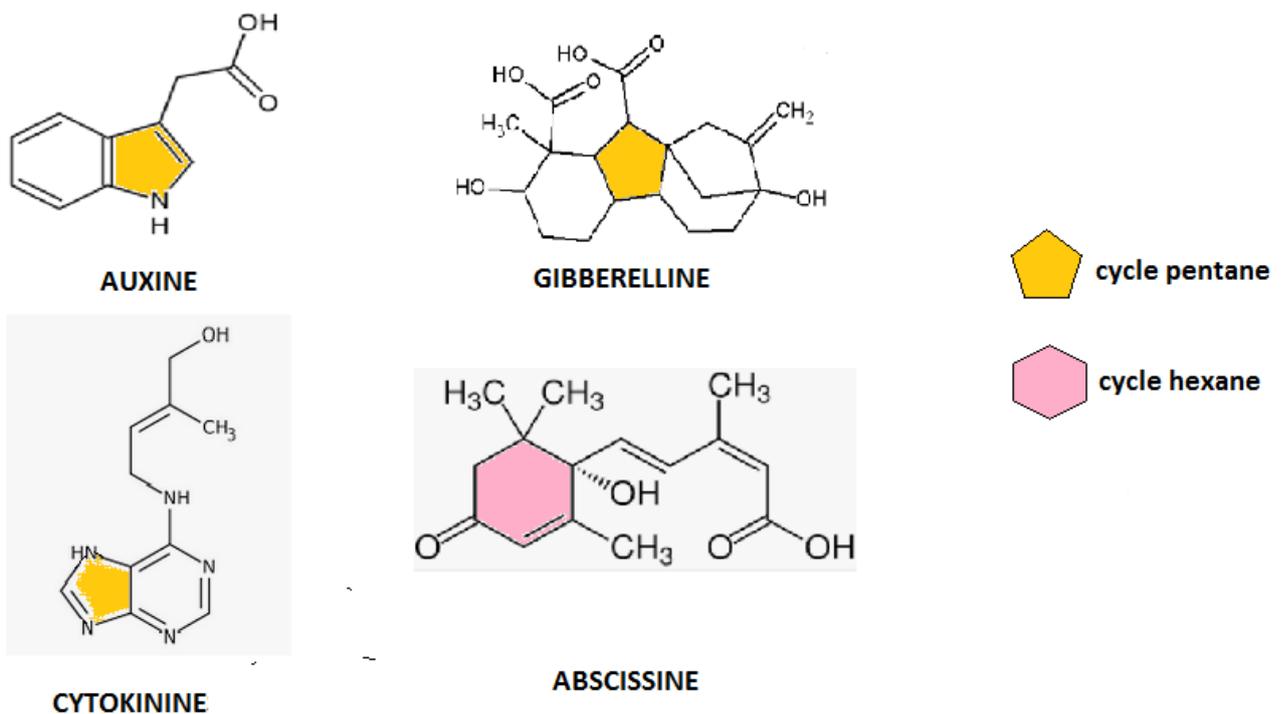


Figure 9: Les hormones de croissance végétales

Les AUXINES sont des hormones de croissance en longueur dont le cofacteur est le zinc. Elles permettent d'augmenter la plasticité de la paroi cellulosique, de stimuler la rhizogénèse (formation et développement de racines chez les végétaux) et l'embryogénèse (formation et développement des parties aériennes de la plante). Elles favorisent ainsi l'accroissement de la racine, de la tige et du bourgeon. Elles ont également un rôle de messenger afin de favoriser la croissance vers le haut.

La GIBBERELLINE stimule la synthèse des méristèmes afin de produire plus de nouveaux organismes. Elle stimule le bourgeon floral afin de favoriser l'accroissement des jeunes feuilles et la floraison. Elle disparaîtra lors de l'apparition de la chlorophylle.

La troisième est en réalité une famille d'hormone ayant comme similarité leurs effets et la présence d'une adénine. Ce sont les CYTOKININES. Elles stimulent le métabolisme des jeunes pousses afin de permettre l'accroissement, l'ouverture de la feuille entraînant la synthèse de chlorophylle. Elles activent ainsi la division cellulaire et retarde la sénescence folliculaire. Les cytokinines naturelles sont la zéatine et isopentényladénine.

La dernière, l'ABCISSINE ou acide abscissique est la seule ayant une action de mise au repos de la plante. Elle sera surtout sécrétée avant le repos hivernal. Elle inhibera ainsi la germination, renforcera les défenses cellulaires et stressera la cellule afin de pallier aux carences. Elle sera aussi activée lors de fortes sécheresses ou lors d'agression ou encore lors de carences hydriques ou en éléments nutritifs.

II. La particularité des bourgeons

1. Généralité

Le terme gemmothérapie vient du latin « *gemmae* » signifiant pierre précieuse et bourgeon. Elle correspond à une branche de la phytothérapie qui utilise des bourgeons végétaux mais aussi des tissus embryonnaires végétaux tel que les radicules ou jeunes pousses.(13)

C'est le médecin homéopathe Belge Pol Henry qui le premier employa des tissus embryonnaires de bourgeons de plantes, alors qu'auparavant n'étaient utilisées que des plantes adultes entières.

Par son inventeur Max Tétau, la gemmothérapie appartient aussi à la branche des médicaments homéopathiques.

Grace aux travaux du docteur Pol Henry et du Docteur Max Tétau la supériorité pharmacologique du bourgeon comparée à une plante entière adulte est démontrée. Ils étudient donc la composition chimique à plusieurs stades de maturation des plantes par chromatographie sur couche mince et par chromatographie liquide haute performance.

Prenons pour exemple, l'étude comparative des feuilles et des bourgeons de *Ribes nigrum* effectuée par les docteurs Netien et Raynaud à la faculté de pharmacie de Lyon. Ils n'ont pas publié d'article mais leurs travaux furent utilisés pour justifier la supériorité de la gemmothérapie.

Ils ont ainsi comparé à l'aide d'une analyse en HPLC (Chromatographie en phase liquide à haute performance) la teneur en principes actifs entre des bourgeons frais de cassis et une préparation à base de feuilles de cassis. Ils ont ainsi montré la présence de sept dérivés anthocyaniques chez le bourgeon contre trois chez la feuille, ainsi de 5 fois plus d'arginine que dans la plante mature (5,7mg/g de bourgeon contre 0,77mg/g de feuilles). (7)

| ACIDES AMINES | BOURGEON | | FEUILLE | |
|----------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | µmol/g | mg/g | µmol/g | mg/g |
| Ornithine | 0,09 | 0,011 | ↓↓ | ↓↓ |
| Lysine | 5,58 | 0,815 | 3,96 | 0,579 |
| Histidine | 4,91 | 0,761 | 3,11 | 0,482 |
| Tryptophané | 1,58 | 0,323 | 4,76 | 0,973 |
| Arginine | 32,71 | 5,699 | 4,43 | 0,771 |
| Ac. Aspartique | ↓ | ↓ | 7,15 | 0,952 |
| Thréonine | 6,61 | 0,787 | 4,38 | 0,522 |
| Sérine | 18,97 | 1,993 | 14,76 | 1,552 |
| Glutamine + Asparagine | 86,53 | 12,457 | 72,31 | 10,062 |
| Ac. Glutamique | 6,30 | 0,926 | 9,76 | 1,436 |
| Proline | 12,23 | 1,408 | 8,78 | 1,011 |
| Citrulline | néant | néant | néant | néant |
| Glycine | 1,62 | 0,121 | 1,01 | 0,076 |
| Alanine | 7,35 | 0,854 | 4,54 | 0,405 |
| Valine | 8,46 | 0,991 | 9,53 | 1,117 |
| Tyrosine | 0,72 | 0,131 | 3,24 | 0,587 |
| Phénylalanine | 2,36 | 0,390 | 5,02 | 0,830 |
| Méthionine | ↓ | ↓ | ↓↓ | ↓↓ |
| Isoleucine | 5,42 | 0,711 | 5,82 | 0,763 |
| Leucine | 3,65 | 0,479 | 1,91 | 0,251 |
| TOTAL ACIDES AMINES | 206,09 | 28,657 | 164,47 | 22,369 |

Figure 10: Nature et comparaison des acides aminés des feuilles et des bourgeons frais de *Ribes nigrum*

Ces différences peuvent s'expliquer par l'aspect du bourgeon qui est protégé des agressions extérieures, comme la pollution et les pesticides, par ses couches externes. Récolté juste avant l'éclosion le bourgeon conserve toute sa pureté et sa vitalité. Il renferme toutes les propriétés pharmacologiques de la plante adulte. Il sera utilisé en tant que plante fraîche juste après la cueillette ou mis en congélation mais jamais il ne pourra être utilisé après séchage.

Ainsi, le macérât concentré de bourgeons de *Tilia tomentosa* possède les propriétés sédatives des bractées fleuries mais aussi les propriétés diurétiques de l'aubier.

2. Types de bourgeons

Bourgeon est un terme vague désignant des parties de plantes contenant une grande quantité d'informations génétiques. Cependant il en existe plusieurs sortes.(14,15)

Un bourgeon péruaire possède en périphérie des ébauches de feuilles épaisses, brunes enduites d'une résine collante appelée propolis. Celle-ci rend l'intérieur du bourgeon imperméable.

Un bourgeon axillaire se situe en position latérale d'une tige, à l'aisselle d'une feuille généralement. Il provient de la fragmentation d'un bourgeon terminal, et donnera à son tour un bourgeon terminal du nouveau rameau dont il est l'origine.

Un bourgeon terminal se situe à l'extrémité d'un rameau et en est à l'origine.

Un bourgeon épïcormique apparaît un peu partout sur la plante : feuille, tige, racine. Il provient de la dédifférenciation des tissus spécialisés qui redeviennent des méristèmes primaires contenant toute l'information génétique de la plante.

Un bourgeon floral donnera forcément naissance à une pousse florale. Il est situé à l'extrémité d'un rameau.

Un dard est un bourgeon indécis. Sa destinée va dépendre de la quantité de sève qu'il recevra au cours de sa croissance, soit un rameau s'il en reçoit beaucoup, soit un bouton floral s'il en reçoit peu

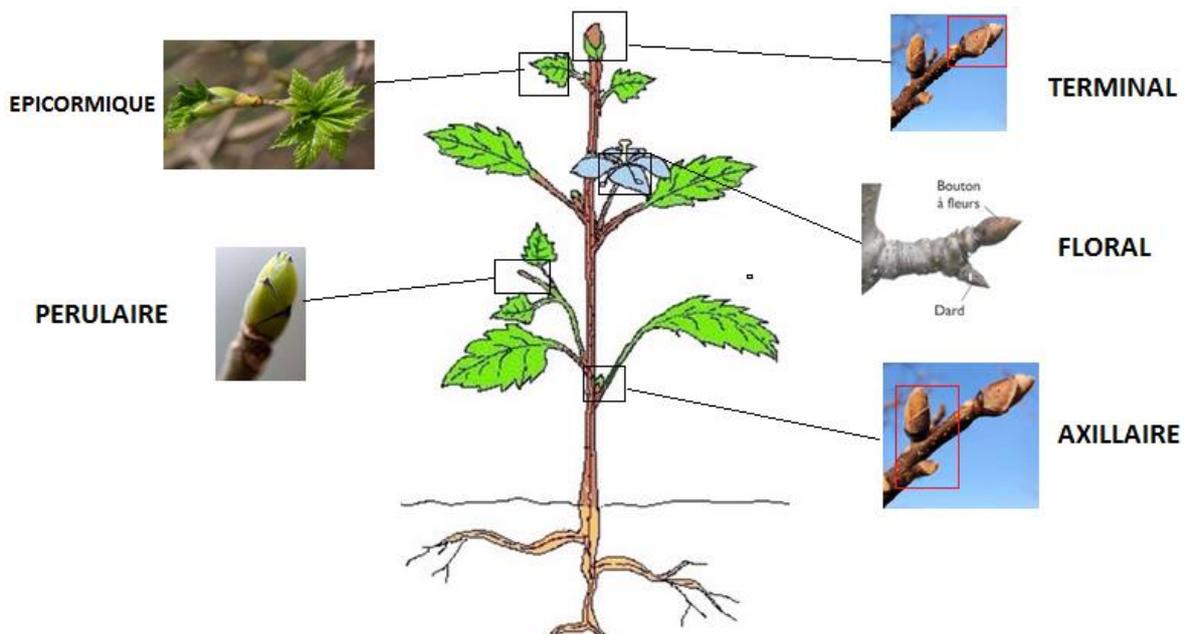


Figure 11: Schéma des différents types de bourgeons

3. Les développements des bourgeons

Un développement monopodial entraîne le prolongement de la tige d'une année sur l'autre à partir du même bourgeon terminal.

Un développement sympodial entraîne le développement de la plante à travers les bourgeons axillaires, suite à la différenciation des bourgeons terminaux.

L'acrotonie est le fait que les arbres alimentent prioritairement en sève les bourgeons les plus terminaux, soit ceux situés près de la cime. Ainsi, le bourgeon terminal va se développer et former une tige sur laquelle les ramifications ne subsisteront pas avant de nombreuses années.

La basitonie est à l'inverse le fait de privilégier la croissance des bourgeons axillaires donnant ainsi des arbustes(14)

CHAPITRE 3: Les méthodes de fabrication

I. Qu'est-ce qu'un macérât glycérimé

Un macérât glycérimé est une solution consistant en la macération de partie de plantes, ici les bourgeons ou les jeunes tissus végétaux, dans une solution hydro alcoolique et de la glycérine. C'est à ce titre une teinture mère glycérimée. (16)

Selon la méthode de Pol Henry, un macérât mère se compose d'un mélange égal d'eau, d'alcool et de glycérine ainsi que de bourgeon (5% de la solution). La macération aura lieu pendant trois semaines avant d'être filtrée par gravité.

Selon Max Tétou, les tissus embryonnaires frais sont mis à macérer dans de la glycérine et de l'alcool de manière égale puis filtrés par gravité. Les restes de bourgeons sont alors pressés à forte pression afin d'en extraire les derniers principes actifs puis filtrés à nouveau, avant d'être dilués au 1/10^e dans un mélange non égal d'alcool, d'eau et de glycérine

Leurs travaux permettent de mettre en lumière la comparaison des macérâts glycérimés de bourgeons avec des teintures mères de plantes adultes.

L'analyse chimique montrera par exemple la concentration deux fois plus élevée en vitamine C dans le bourgeon de cassis par rapport aux feuilles matures(7)

Les propriétés pharmacologiques se feront grâce au test de Halpern, qui tient compte du fait que le système réticulo endothélial accumule dans ses cellules des colorants type bleu tryptan et carmin, et ainsi on peut suivre les composants injectés qui seront fixés par celui-ci.

Pour cela, Max tétou et son équipe utiliseront deux lots de rats : Un avec administration durant 10 jours de macérâts glycérimés de bourgeon de bouleau et un deuxième avec administration durant 10 jours de teinture mère de feuille de bouleau. Ils observent alors une augmentation de la stimulation du système immunitaire avec les bourgeons. Le test fut reproductible avec les bourgeons de tilleul qui ont une action supérieure sur le système nerveux central, avec les bourgeons d'Aubépine qui ont une action plus globale sur le système cardiaque, et avec les bourgeons de romarin qui ont une action plus intense sur le système hépatique. (7)

Vient ensuite l'analyse clinique avec comparaison entre trois groupes : un recevant pendant plusieurs jours des macérâts de bourgeons, un deuxième recevant des extraits de plantes totales et un troisième recevant exclusivement de l'eau distillée. Ces analyses prouveraient l'action supérieure des extraits de gemmothérapie(7)

II. Méthode de la pharmacopée française

1. Définition

La fabrication des macérâts glycélinés est mentionnée dans la pharmacopée française datant de 2012 au chapitre 3 au niveau des préparations homéopathiques.(17,18)

Cette partie renvoie à la procédure simplifiée de la méthode 2.1.3 de la monographie générale intitulée « Méthode de préparations des souches homéopathiques et déconcentration »

Les différents essais à réaliser afin de garantir une norme française, sur les préparations gemmothérapeutiques sont aussi mentionnés dans cette rubrique. Il s'agit de la teneur en éthanol qui doit être précisée notamment pour une utilisation chez les enfants et les femmes enceintes, ainsi que la teneur en Méthanol/ 2 propanol qui doit être inférieure à 0,05%

2. Les étapes de fabrication

La matière première est récoltée dans des zones sauvages, la plupart du temps validées par l'organisme Ecocert et certifiées Agriculture Biologique. (19)



Figure 12: matériel pour la réalisation de gemmothérapie

Une fois cueillis, les bourgeons ou jeunes pousses sont mis en camions réfrigérés et acheminés sur le site du laboratoire dans les 24-48h. A aucun moment, ils ne seront congelés.

Sur place, une équipe va trier, monder et couper la matière première. A ce moment là, un test de perte à la dessiccation va être effectué. Cela permet de déterminer le pourcentage d'humidité contenu dans un échantillon. Pour cela, il suffit de chauffer un échantillon à une température inférieure à 105°C jusqu'à masse constante.

La perte à la dessiccation permet de déterminer la quantité du mélange alcool glycérol (50%-50%) pour obtenir un macérât dilué au 1/20^e. Pour être plus précis, il faut que la masse finale du macérâts glycéliné corresponde à vingt fois celle de la matière première introduite, calculée en fonction de la matière première desséchée.

Le mélange sera mis en macération, environ trois semaines, en agitant de temps en temps

Vient alors l'étape de décantation. La matière solide tombera au fond alors que le surnageant correspondant au macérât liquide sera récupéré en surface.

C'est-à-dire que la masse du macérât glyciné obtenue est égale à 20 fois celle de la matière première introduite, calculée par rapport à la matière première desséchée. La matière solide sera pressée de 100 bars pour récupérer le reste de macérât

Le mélange des deux macérâts ainsi obtenus, sera mis au repos durant quarante-huit heures puis filtré pour obtenir un macérât mère concentré selon la pharmacopée française.

La gemmothérapie consiste en la dilution au 1/10^e de ce macérât dans 16% d'eau, 34% d'alcool et 50% de glycérine.

III. La Fabrication artisanale

Avec la mode du tout naturel, vient la mode du fait main. Les patients veulent comprendre et réaliser eux même afin d'être sûrs de ne pas « être dupés par les industries pharmaceutiques ».

Les macérâts glycélinés sont assez simples à réaliser et les « recettes » sont publiées dans de nombreux blogs et magazines.

Afin de réaliser cette thèse, j'ai voulu tenter moi aussi l'expérience et réaliser mes propres macérâts de bourgeons.

Pour cela il ne faut que peu d'ingrédients :

- de l'alcool à 40°C (réalisé par dilution à partir d'alcool à 90°C ou encore avec de l'alcool de Vodka ou de Rhum qui possède déjà ce titre alcoolique).
Il convient ici de mettre en garde contre l'alcool modifié. Comme il contient du camphre, il est destiné à être appliqué sur la peau et non avalé.
- De la glycérine végétale
- De l'eau distillée ne contenant aucun minéral
- Des tissus embryonnaires
- Un pot de confiture



Figure 13: Matériel pour réalisation de macérât glycéliné chez soi

Pour cette expérience j'ai choisi d'utiliser la méthode de Pol Henry.

J'ai mis en macération pendant 21j des bourgeons de cassis et des jeunes pousses de framboisier, récupérés dans le jardin d'un particulier, ne traitant pas ses plantations avec des pesticides ou autres perturbateurs endocriniens.

J'ai mélangé 33g d'eau, 33g de glycérine et 33g d'alcool, dans un bocal à confiture et j'y ai rajouté 1/20^e de bourgeon soit 5g. Le bocal a été placé à l'obscurité durant trois semaines (du 15 mars 2020 au 5 avril 2020)



Figure 14: macération de jeune pousse de Framboisier J1



Figure 15: macération de bourgeon de cassis J1



Figure 16: Macérât de bourgeon de cassis (à droite) et de jeunes pousses de framboisiers (Gauche) à J21

Le macérât ainsi obtenu a ensuite été filtré à l'aide d'un simple filtre à café

Nous pouvons remarquer que le macérât à J1 ne possédait aucune odeur, à part celle de l'alcool et qu'au bout de 21 jours nous pouvons identifier la plante à son odeur.

Ainsi le macérât de cassis a une odeur caractéristique aigre soufrée caractéristique de son fruit.



Figure 17: Macérât filtré de bourgeon de cassis



Figure 18: Macérât filtré de jeunes pousses de framboisier

Une fois la décantation terminée le macérât glycéринé est mis en flacon compte-goutte.

Comme le procédé est fait main et les composants pas dosés je conseille de l'utiliser à la posologie minimale soit 3 gouttes par jour, une augmentation progressive si il n'y a pas d'effet thérapeutique, mais sans dépasser 10 gouttes. Après cela si aucun effet n'est apparu, il faut changer de souches gemmothérapeutiques.



Figure 19: Flacon compte-goutte contenant les solutions glycéринées.

IV. Législation et gemmothérapie

1. Le macérât mère

Le macérât mère est très concentré en principes actifs. A ce titre il est considéré comme un complément alimentaire.

Un complément alimentaire a pour but de compléter un régime alimentaire en constituant une source concentrée de nutriments ou autres substances ayant un effet physiologique.

Il ne peut donc prétendre au remboursement car sinon il lui faudrait faire la demande de mise sur le marché d'un médicament. Celle-ci prend en moyenne dix ans avec études. Une simple reconnaissance mutuelle permet de diffuser le médicament en Europe.(20)

La mise sur le marché se fait sur simple déclaration à la DGCCRF (Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des fraudes), avec preuve de l'intérêt physiologique des composants du complément alimentaire.



Figure 20: compléments alimentaires

2. Le macérât 1DH

Le macérât glycéринé 1DH, consiste en la dilution au dixième du macérât mère avec dynamisation. Cela le fait entrer dans la catégorie des médicaments homéopathiques.

Un médicament homéopathique est obtenu à partir de substances végétales, minérales et animales selon un procédé de fabrication homéopathique selon la définition de l'agence nationale de santé et sécurité du médicament

Ceux-ci peuvent prétendre au remboursement par la sécurité sociale française jusqu'en 2021.

En raison du degré de dilution, les souches homéopathiques ne représentent pas de toxicité. La demande de mise sur le marché ne nécessite pas d'études d'essais cliniques et de toxicité(21)

V. Posologie des extraits gemmothérapeutiques

1. Composition

Les extraits gemmothérapeutiques seraient composés de toutes les molécules formant la plante adulte, que ce soient les hormones de croissances ou encore les principes actifs.

Nous retrouvons par exemple de nombreuses molécules identifiées et utilisées dans l'industrie pharmaceutique :

- Les alcaloïdes ayant une action variable à tous les niveaux de l'organisme
- Les anthraquinones qui ont des propriétés laxatives.
- Les flavonoïdes qui vont avoir des actions sur les vaisseaux sanguins, la circulation et également une action diurétique.
- Les glucosides ont une action sédatrice sur le cœur et les poumons.
- Les mucilages ou gommes pourront apaiser ou cicatriser. Celles-ci sont plus efficaces par voie externe donc peu utilisées en gemmothérapie.
- Les saponines vont avoir une action émulsionnante et adoucissante.
- Les tanins, ils seront nombreux et auront une action anti inflammatoire et antiseptique.
- Les phytohormones qui vont avoir un rôle dans la croissance et la reproduction végétale. Celles-ci sont des composés très semblables aux hormones sexuelles humaines comme les œstrogènes et la testostérone, au niveau de leur structure chimique et de leur action. (16)

Des vitamines et des oligoéléments sont également retrouvés dans les tissus embryonnaires en grand nombre. En effet, ceux-ci ont un rôle dans la différenciation des tissus et la croissance des tissus. Cependant on en retrouve en plus grande quantité dans les arbres plutôt que les arbustes. En réalité, ce sont les différentes sèves qui vont permettre d'acheminer ces molécules à travers les arbres.

On va retrouver la sève brute qui est incolore. Elle va conduire aux feuilles aux bourgeons et aux fleurs, les substances minérales (phosphore, soufre, potassium, magnésium) et l'eau, à partir des racines qui les pompent du sol. On retrouvera ainsi en grand nombre dans les tissus embryonnaires des ions, des aminoacides et des vitamines.

A l'inverse la sève élaborée provient de la réaction de photosynthèse qui se fait au niveau des feuilles et va permettre d'acheminer dans le reste de l'organisme les gaz et des nutriments tels que les glucides.

Vers le printemps la sève circule plus rapidement et la concentration en minéraux est maximale dans les tissus en croissance tels que les bourgeons(22)

2. Posologie de la gemmothérapie

Les solutions de gemmothérapie se prennent sous forme de gouttes à diluer dans un verre d'eau, de miel ou dans un jus, à consommer immédiatement. Il faut essayer de garder en bouche quelques secondes (30 secondes à 1 minute) afin que la plupart de principes actifs passent directement dans la circulation sanguine. En théorie la prise de gemmothérapie pure sous la langue est possible mais le gout peut être particulier et peu apprécié.

La prise se fait à distance des repas d'en moyenne deux heures, comme pour les granules d'homéopathie. (23)

En moyenne, chez l'adulte, la posologie est de 15 gouttes en une à trois prises par jour pour le macérât concentré. Pour le macérât dilué au 1DH la prise est de 1 goutte par kilo de poids corporel en une ou trois prises par jour.

Pour les enfants de moins de quinze ans, la prise se fait d'une goutte pour dix kilos de poids corporel. Certains laboratoires préconisent une goutte par année d'âge.

La prise de gemmothérapie au macérât 1DH n'est pas recommandée chez l'enfant de moins de douze ans en raison de la teneur élevée en alcool. Il faudra privilégier à ce moment le macérât mère.

La prise de macérât mère est également autorisée chez la femme enceinte pour une posologie de maximum cinq gouttes par jour. Cependant la prise de bourgeon à activité hormonale tels que le framboisier et l'airelle sont à éviter sauf, par exemple, dans le cas du framboisier pour déclencher les contractions.

La durée du traitement recommandée est de trois semaines consécutives, suivis d'une semaine de pause, pour une durée minimale de trois mois, afin d'en voir les effets durablement dans le temps. Bien entendu la prise de bourgeons peut être poursuivie plusieurs mois si une pause thérapeutique est respectée (une semaine par mois ou prise cinq jours sur sept)



Figure 21: flacon compte-goutte

CHAPITRE 4 : LA MISE EN SERVICE

I. Les mises sur le marché

1. Plantes à usage médical

Pour les plantes à usage médical, une demande de mise sur le marché est nécessaire, pour avoir le statut de médicament phytothérapeutique. Il existe différentes procédures pour cela, plus ou moins complexes :

La première et la plus compliquée à obtenir est la demande d'autorisation de mise sur le marché sur la base d'un dossier complet. Pour en faire la demande les industries devront faire des études cliniques et non cliniques et renseigner les informations chimiques et pharmaceutiques de manière précise.

La seconde se base sur un dossier bibliographique complet. Le laboratoire devra fournir des informations sur l'efficacité des plantes, sur le niveau de sécurité et sur un usage médical établi depuis au moins dix ans.

La troisième correspond à une demande d'enregistrement pour les médicaments traditionnels. La plante devra être utilisée depuis au moins trente ans pour montrer son innocuité, selon une évaluation par un comité d'experts. Cet enregistrement ne concerne que l'administration par voie orale, externe ou pour des inhalations.

Le dernier enregistrement se fera par consensus européen. Celui ci peut se faire lorsque la plante a déjà bénéficié d'un dossier d'enregistrement dans un état membre de l'union européenne et qu'elle a été utilisée à des fins médicales depuis une quinzaine d'années en union européenne et une trentaine d'années hors union européenne.

2. Les compléments alimentaires

La mise sur le marché de compléments alimentaires se fait par demande à la DGCCRF, direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes.

Ce sont des denrées alimentaires dont le but est de compléter le régime alimentaire normal et constituant une source de nutriments, vitamines ayant un effet nutritionnel et physiologique.

La déclaration doit comporter un étiquetage lisible avec une allégation de santé, c'est-à-dire ne donnant pas de propriété de prévention ou de traitement. Le dossier doit comporter la nature des ingrédients ainsi que leur but nutritionnel et physiologique, ainsi que une preuve d'efficacité.

Durant toute la vie du complément alimentaire, la surveillance se fera par l'ANSES (agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) grâce au système de nutrivigilance.

3. Médicaments homéopathiques

Pour les médicaments homéopathiques il existe deux systèmes de mise sur le marché

Le premier est l'enregistrement. Il concerne les médicaments sans indication thérapeutique précise.

Le deuxième est l'autorisation de mise sur le marché, qui à l'inverse concerne les souches avec des indications précises.

Les demandes se font auprès de l'agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM). Le dossier complet doit comporter des informations sur la qualité, la sécurité du produit, ainsi que son usage.

Durant toute la vie du médicament homéopathique, la surveillance se fera par l'ANSM à l'aide du système de pharmacovigilance.

II. Lieu de vente

La phytembryothérapie, c'est-à-dire les macérâts de bourgeons non dilués sont considérés comme des compléments alimentaires. Ils peuvent donc être vendus en parapharmacie et en pharmacie ou sur les sites internet des laboratoires fabricant tels que Herbalgem(13), Biogem(24)

La gemmothérapie ou les macérâts de bourgeon dilués au dixième sont considérés comme des médicaments homéopathiques. Ils ne peuvent donc être vendus actuellement qu'en pharmacie. En effet la législation sur les médicaments homéopathiques étant en train de changer, ceux-ci perdent progressivement leur remboursement jusqu'à finir par ne plus être remboursé en 2021. Ainsi le pharmacien n'aura plus le monopole de la vente de ces produits qui pourront également être vendus en magasins bio.



Figure 22: croix des pharmaciens avec le serpent d'Epidaure enlaçant la coupe d'Hygie

III. Les contres indications

Il n'existe à ce jour aucune contre-indication formelle à l'utilisation de bourgeons.

Cependant au vu de la composition des macérâts glycélinés en alcool, il est conseillé d'éviter d'en donner aux personnes en sevrage alcoolique ou à celle souffrant d'épilepsie.

Les femmes enceintes peuvent en prendre mais maximum cinq gouttes par jour, mais il faut pendant faire attention aux bourgeons contenant des phytohormones.

De même que les enfants de moins de quinze ans selon la posologie d'une goutte pour dix kilos de poids corporel. Mais uniquement pour le macérât mère qui a une teneur en alcool plus faible que le macérât 1DH. Ce dernier est peu recommandé chez les enfants de moins de quinze ans.

Concernant les bourgeons destinés à une action hormonale telle que l'airelle, le framboisier, le chêne et le séquoia, il est conseillé de ne pas en prendre en cas d'antécédents de cancer hormono dépendant(25)

IV. Les effets indésirables potentiels

Au vu des volumes ingérés, les risques d'effets secondaires sont faibles.

Il y aura surtout risque de réaction d'hypersensibilité telle que prurit.

On peut constater des difficultés d'endormissement lorsque la prise est faite trop tard (après 14H) pour des plantes activant le système immunitaire tel que le cassis, le séquoia, le romarin et le genévrier.

Chaque effet indésirable est à rapporter, comme tout complément alimentaire, au service de Nutrivigilance, qui est un système national de surveillance mis en place depuis 2019(26,27)

CHAPITRE 5 : LE SYSTEME ENDOCRINE FEMININ

I. Les différents types d'hormones existantes

Nous retrouverons trois types d'hormones sécrétées par les glandes endocrines et agissants dans tout l'organisme.

Les hormones peptidiques : ce sont de petites protéines qui vont circuler librement dans le sang afin de rejoindre les cellules cibles. Soit GH (hormone de croissance), LH (hormone lutéinisante), FSH (hormone folliculo stimulante) et ACTH (hormone adénocorticotrope).

Les hormones stéroïdiennes : ce sont des lipides synthétisés à partir du noyau cholestérol. Ils doivent être transportés par des protéines plasmatiques pour rejoindre l'organe cible, de plus cette liaison les inactive durant le trajet. Soit les androgènes, les œstrogènes et la progestérone.

Les hormones mono amines qui dérivent de la tyrosine et circulent dans le sang grâce à des transporteurs qui les inactivent. Soit l'Adrénaline, la Noradrénaline, la Dopamine, T3 et T4

II. La sécrétion hormonale par les différents organes

1. L'hypothalamus

L'hypothalamus sécrète des neurohormones qui vont agir par contact avec l'hypophyse afin de réguler les différentes fonctions endocriniennes de l'organisme. Il s'agit du premier acteur du système nerveux autonome.

Il va sécréter la GNRH (gonadorophin realeasing hormone) qui provoque la libération de LH et FSH par l'hypophyse, ces dernières vont agir au niveau des ovaires.

Il va aussi libérer CRF (cortico releasing factor) qui va permettre la libération par l'hypophyse de ACTH (hormone adénocorticotrope) qui va agir sur la cortico-surrénale afin de produire les corticostéroïdes.

L'ocytocine va aussi être produite à ce niveau puis sera transportée jusqu'à l'hypophyse où elle sera stockée. Elle a une action sur les muscles lisses et interviendra dans les contractions utérines lors de l'accouchement et dans la production de lait au niveau des glandes mammaires.(28)

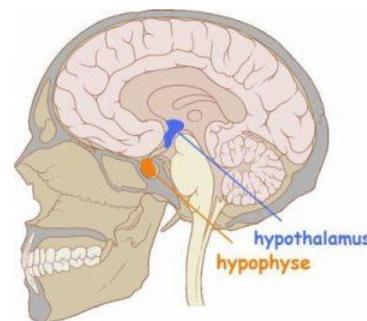


Figure 23: représentation hypothalamus et hypophyse

2. L'hypophyse

En plus de sécréter les hormones évoquées précédemment, elle va aussi sécréter la prolactine qui ira se fixer aux récepteurs des glandes mammaires afin de permettre la production de lait maternel(28)

3. Les ovaires



La FSH (hormone folliculostimulante) sécrétée par l'hypophyse stimule la production des œstrogènes et permet par action sur l'ovaire le recrutement des ovocytes et la croissance des follicules.

La LH (hormone lutéinisante) permet le déclenchement de l'ovulation. Elle stimule la production des œstrogènes et de la progestérone et permet la formation du corps jaune

Figure 24: représentation de la localisation des ovaires

Les ovaires vont sécréter la majorité des œstrogènes de l'organisme (l'autre partie sera produite par la surrénale) qui auront pour rôle la maturation des organes génitaux et permettront la formation des ostéoblastes du tissu osseux.

Ils vont aussi produire la progestérone qui va favoriser le développement des seins et permettre les modifications de la muqueuse utérine permettant la nidation du fœtus. Cette hormone va aussi agir sur les contractions utérines et sur la formation osseuse. (28)

4. La surrénale

Il existe deux glandes surrénales situées juste au-dessus de chaque rein, elles permettent de synthétiser et de libérer dans le sang des hormones.

Ainsi sous l'action de l'hormone ACTH elles vont sécréter les corticostéroïdes qui sont fabriqués à partir du cholestérol.

Nous retrouverons ainsi les minéralocorticoïdes qui entreront dans l'équilibre hydro-électrolytique du sang. Il y aura aussi les glucocorticoïdes qui interviennent dans le métabolisme. Et surtout nous retrouverons la production d'hormone androgène telle que la DHEA (dehydroépiandrostérone) qui va être transformée en testostérone et œstrogène. (28)

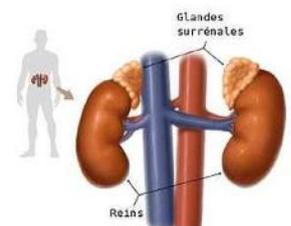


Figure 25: représentation des glandes surrénales

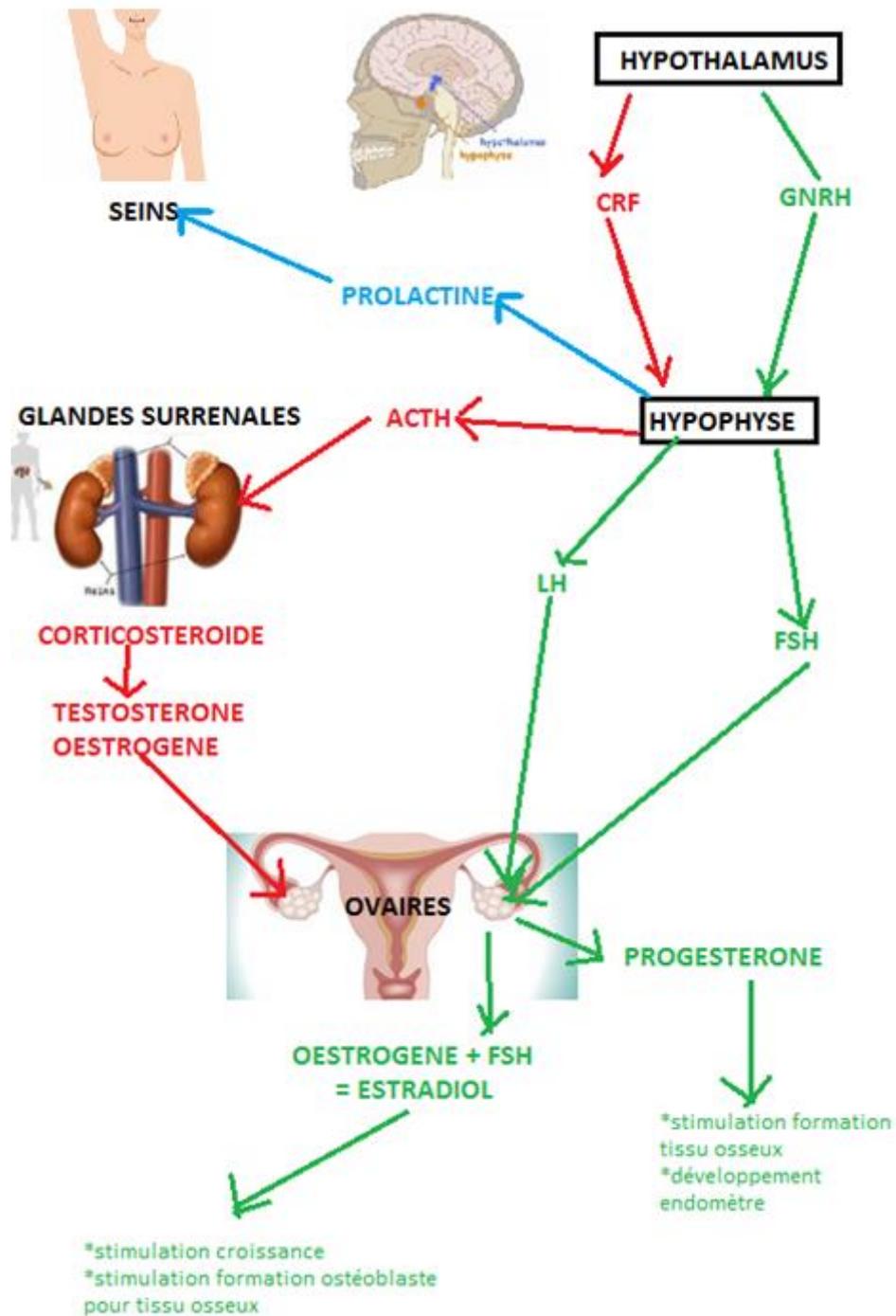


Figure 26: schéma récapitulatif des différentes hormones du système endocrinien féminin

DEUXIEME PARTIE : LES SIMPLES UTILISES POUR SOIGNER LES PROBLEMES FEMININS

CHAPITRE I : LES PLUS UTILISES

I. Le Framboisier

1. Description botanique

Le framboisier, de son nom latin *Rubus idaeus*, est un cousin de la ronce, appartenant à la famille des *Rosaceae*.

C'est un petit arbuste poussant en bordure de forêt à l'état sauvage, ses rameaux bruns sont couverts de petits piquants.

Ses feuilles sont alternes imparinées, vertes sur l'endroit et blanches sur l'envers. Elles sont caduques à trois ou cinq folioles

Les fleurs blanches se forment à l'aisselle des rameaux de l'année précédente. Composés de cinq pétales en corymbe qui fleurissent de mai à juin

Les fruits rouges remplacent les fleurs vers le mois de juillet, ce sont des drupes complexes. (29)



Figure 27: planche de *Rubus idaeus*

2. Période de récolte

La récolte des feuilles se fait idéalement entre juin et aout. Celle des fruits se fera entre juillet et aout.

La récolte des jeunes pousses de framboisier varie d'année en année mais elle se situe généralement entre mars et juin.

3. Phytochimie

Rubus idaeus est connu pour sa composition en tanins, en flavonoïdes, en acide folique et en vitamine C. Cependant leurs concentrations varient en fonction de la partie de plante utilisée.

Les feuilles de framboisier sont riches en magnésium, qui permet de tonifier le muscle de l'utérus tout en entraînant une diminution des crampes menstruelles et permettre de préparer l'utérus à l'accouchement.

Les fruits du framboisier contiennent des sucres naturels, de la vitamine C et des tanins qui vont donner la couleur des fruits et les empêcher de se flétrir trop vite.

Le framboisier sera surtout utilisé pour la présence de phytoestrogènes. Ceux-ci sont des composés non stéroïdiens qui ont une similarité dans leur structure moléculaire avec le 17 β estradiol.

Il en existe deux principales familles : les isoflavones qui agissent directement et avec une forte affinité sur les récepteurs aux œstrogènes présents sur les membranes cellulaires. Ou encore les lignanes qui ne deviennent actifs et se fixent aux récepteurs qu'une fois métabolisés et activés par les bactéries intestinales. Chez *Rubus idaeus* nous retrouvons surtout les phytoestrogènes de la deuxième famille. (30)

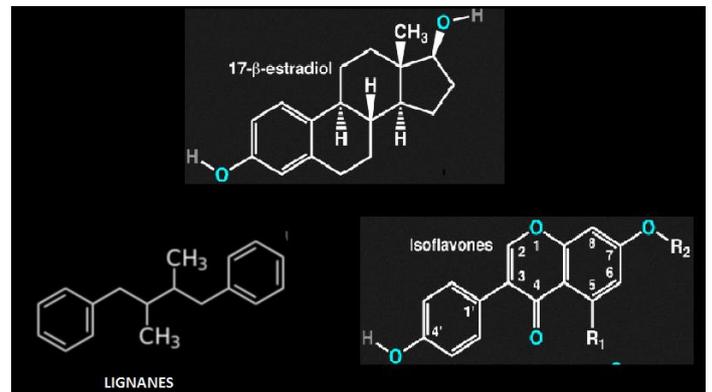


Figure 28: Phytohormones

Les feuilles contiennent un alcaloïde : la Fragrine (aussi appelé en fonction des livres : Framamine, fragerine, avec pour formule $C_{13}H_{11}O_3N$ (31). Celle-ci a une action sur les muscles de la ceinture pelvienne dont l'utérus. Elle serait tonifiante, myorelaxante, antispasmodique. (32,33)

On va également retrouver la génétisine qui est précurseur d'un isoflavone appelé Génistéine. Celle-ci aura un rôle pro oestrogénique ou anti oestrogénique (c'est-à-dire bloquer ou favoriser la sécrétion d'œstrogènes) mais cela est individu dépendant. Le bourgeon de framboisier va aussi stimuler la fonction ovarienne en stimulant la sécrétion de progestérone. En réalité cela va dépendre de la flore, de l'âge, des hormones déjà présentes et de la dose administrée. Ce qui rend complexe la prévision de leur effet. (34)

La prise de macérât glycéринé de jeunes pousses de framboisier, plus concentré que la feuille seule, avant un accouchement a donc son utilité car cela permet d'avoir des contractions utérines plus efficaces donc un accouchement plus rapide et moins douloureux tout en diminuant le risque hémorragique en post partum. En effet lorsque la femme est en travail, la fragrine va détendre le muscle utérin et le magnésium va le tonifier ce qui va amener à des contractions plus puissantes. L'action progestérone like sera utile en cas de syndrome pré menstruel avec règles douloureuses ou lors de pré ménopause (excès d'œstrogènes comparé à la progestérone). Lors d'une ménopause installée c'est le côté œstrogène like qui va prendre le relais afin de mieux gérer les bouffées de chaleur occasionnées par la diminution progressive de la fabrication d'œstrogènes.

4. Propriétés thérapeutiques

Les flavonoïdes sont des pigments généralement jaunes composés de plusieurs cycles phénols. Ils sont responsables de la coloration des tissus superficiels, ainsi ils protègent ces derniers contre l'oxydation et le vieillissement prématurés causés par les rayonnements ultra-violet par leur action anti radicaux libre. Dans la feuille de framboisier, ce sont des anthocyanosides que nous retrouvons en grande quantité. (35)

Ceux-ci sont présents en grande quantité dans les feuilles et dans les bourgeons floraux.

Nous les utilisons principalement pour leur action sur les petits vaisseaux. En effet, ils diminuent la perméabilité des capillaires sanguins grâce notamment à leur propriété vitaminique P (protecteur capillaire) et anti inflammatoire en piégeant les radicaux libres.

Les tanins ont pour propriété de tanner la peau, ce qui la rend imputrescible, c'est-à-dire qu'elle ne peut plus pourrir. Nous en retrouvons en grandes quantités dans les tissus âgés donc peu dans les bourgeons.

Ils seront utilisés par voie externe pour favoriser la régénération des tissus comme en cas de brûlures ou de blessures superficielles. En effet ils ont une action astringente qui permet d'assécher les plaies et les muqueuses, une propriété anti hémorragique, une action antiseptique et antibactérienne peut être retrouvée également. (36)

L'acide folique ou vitamine B9 va agir avec la vitamine C afin de favoriser l'absorption du fer dans l'organisme et éviter les anémies. C'est une vitamine hydrosoluble qui sera extraite grâce à l'eau utilisée dans la fabrication des macérât glycélinés.

La prise de bourgeons de framboisier est déconseillée durant la grossesse à cause de ses actions hormonales pouvant favoriser les contractions utérines. Son utilisation n'est autorisée que lors du neuvième mois de grossesse. (37)

C'est l'association de la vitamine C, des tanins et des anthocyanosides qui va entrainer une action antioxydante puissante en bloquant les radicaux libres, ce qui protège les tissus contre les processus dégénératifs dûs aux réactions inflammatoires.

5. Utilisation

Les feuilles sont riches en tanins, en pectine, en vitamine C et en acides organiques ce qui est intéressant pour des infusions émoullientes (relâche les tissus lors d'inflammation) et souvent dans les troubles gastriques (les tanins peuvent entrainer une constipation par leur effet astringent). On les utilise en infusion, en décoction, en teinture mère ou en gélules(12)

Les fruits sont fébrifuges, c'est-à-dire qu'ils combattent la fièvre, lorsqu'ils sont utilisés sous forme de sirop. Sinon utilisés en l'état, ils sont source de vitamine C, de tanins et de sucres naturels.



Figure 29: jeune pousse de Framboisier

En gemmothérapie chez la femme, c'est la jeune pousse qui est utilisée. Elle a une action de régulation et de stimulation de la fonction ovarienne par son action pro oestrogénique. Nous la prescrivons lors de retard pubertaire ou encore lors de trouble du cycle avec syndrome pré menstruel, dysménorrhée et bouffée de chaleur (pour son action anti oestrogénique). On en donne aussi lors de règles douloureuses par son effet antispasmodique.

C'est un excellent tonifiant utérin utilisé dans les trois premiers mois de la grossesse avec le bourgeon de pommier et ensuite quelque semaines avant l'accouchement

6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(38)

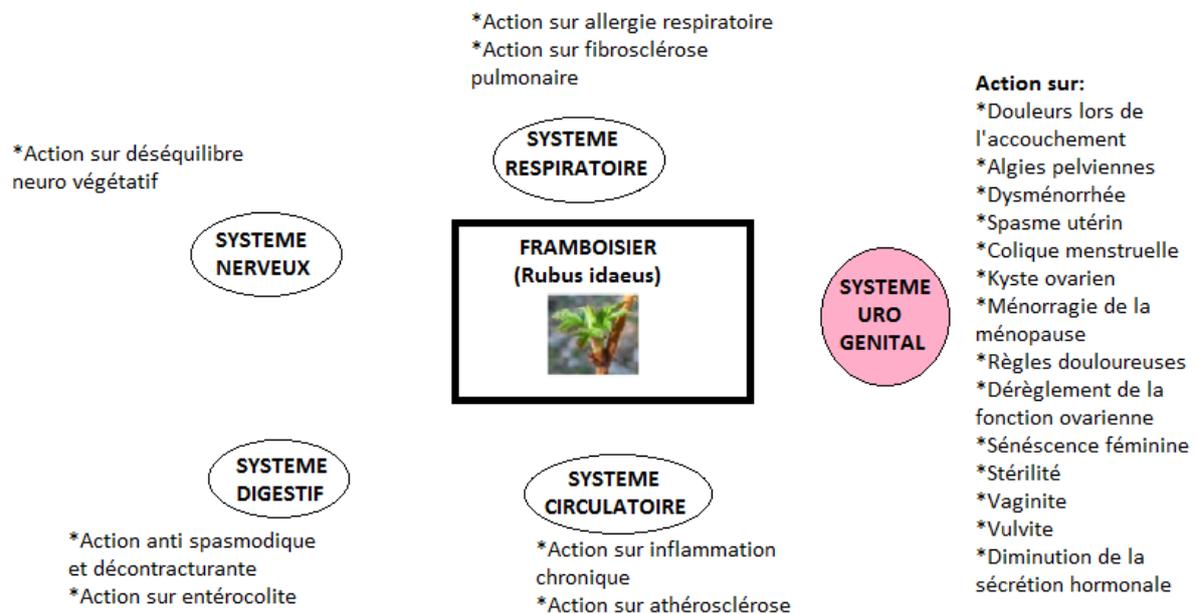


Figure 30:Schéma d'utilisation gemmothérapeutique du Framboisier

II. Airelle

1. Description

L'airelle de son nom latin *Vaccinium vitis idaea* appartient à la famille des *Ericaceae*. C'est un petit arbrisseau poussant en terrain acide et supportant les températures extrêmes de hautes altitudes.

Les feuilles sont alternes persistantes, ovales, ponctuées de brun et d'un vert plus clair sur l'envers.

Les fleurs sont blanches ou roses parfois en grappes terminales, la floraison a lieu vers juin-juillet.

Les fruits sont des petites baies rouges acidulées. (29)



Figure 31: Planche de *Vaccinium vitis idaea*

2. Période de récolte

Les feuilles se récoltent de juillet à août

Les fruits sont ramassés de juillet à septembre

En gemmothérapie c'est la jeune pousse qui est utilisée, elle sera récoltée dès son apparition.

3. Phytochimie

L'airelle contient en grande partie des composés phénoliques dont les proanthocyanidines présents pour 70% des composés phénols. Ceux-ci ont une activité antimicrobienne et anti inflammatoire par inhibition de la production de IL6, IL1 β , et TNF α . (39)

Les fruits de *Vaccinium* sont riches en acides organiques et en vitamine C.

Mais ce qui caractérise le plus la jeune pousse de *Vaccinium vitis idaea* ce sont les lignanes présents en grande quantité. Ceux-ci vont lui donner son activité œstrogène like qui sera utilisée principalement pour les syndromes de la ménopause comme les bouffées vasomotrices ou bouffées de chaleurs, les sautes d'humeur et les sécheresses vaginales(23)

4. Propriétés thérapeutiques

Au niveau de la feuille, de nombreuses molécules d'intérêt pharmacologique sont retrouvées :

Les pro-anthocyanidines sont des composés polyphénoliques avec une activité anti oxydante c'est à dire qu'ils agissent sur l'élimination des radicaux libres, sur la chélation des métaux et sur l'inhibition des enzymes. Ils ont aussi une action de protecteurs contre la peroxydation lipidique et une action antimicrobienne intéressante.(40)

L'action anti oxydante de ces composés se fait par la protection contre le stress oxydatif qui augmente l'acidité et la réponse inflammatoire. Ils diminuent la charge des radicaux libres et évitent ainsi les lésions cellulaires et moléculaires. Ils préviennent ainsi la douleur provenant d'une inflammation comme, par exemple, dans la goutte en bloquant la maturation des IL1 β . Ils stimulent la formation des lymphocytes afin de réduire plus rapidement l'inflammation. (41)

Les dérivés anthocyanidines ont une action antimicrobienne intéressante à l'heure où les antibiotiques actuels rencontrent une résistance bactérienne. En effet ceux-ci auraient une action anti adhésive qui se révèle efficace dans les infections urinaires à *E. coli*. Sur certaines bactéries, ces dérivés perturbent la paroi cellulaire bactérienne, ce qui favorise ainsi la destruction et l'élimination par les macrophages de ces micro-organismes pathogènes. (41)

Les lignanes sont des composés avec une diversité structurelle et des activités biologiques importantes.

Ce sont des polyphénols d'origine végétale imitant structurellement le 17 β estradiol qui intervient notamment dans les cancers du sein.

Ils auront une activité oestrogénique ou anti-oestrogénique en se liant aux récepteurs des œstrogènes. Ainsi ils vont jouer un rôle de modulateur des œstrogènes en diminuant les effets de la ménopause, en augmentant la quantité d'œstrogènes sanguins.

Ceux-ci sont devenus une piste intéressante dans le traitement des cancers du sein grâce à leurs activités cytotoxiques et antimittotique. Ils vont aussi inhiber la synthèse et le métabolisme des œstrogènes par compétition. En effet ils vont prendre la place des hormones humaines (œstrogènes) et ainsi empêcher leur action. Ils auront ainsi un effet sur le développement des métastases et la prolifération tumorale. (42)

L'effet anti inflammatoire des pro-anthocyanidines présents également dans le bourgeon d'Airelle, va aussi éviter les effets indésirables de certains traitements anti cancéreux. (43,44)

5. Utilisation

Dans la phytothérapie traditionnelle les feuilles sont utilisées en décoction pour soigner les infections urinaires, les rhumatismes et comme antidiabétique.

Les baies étaient autrefois utilisées en compote contre les calculs rénaux. De nos jours, nous savons qu'elles sont



Figure 32: jeune pousse d'Airelle

riches en acide oxalique donc déconseillées chez la femme enceinte. Celles-ci auront aussi un rôle dans les colibacillooses (infection urinaire à E coli) car les tanins sont d'excellents désinfectants urinaires.

Les jeunes pousses utilisées en gemmothérapie sont œstrogène-like. Ils sont donc fortement utilisés lors de troubles liés aux œstrogènes, comme lors de la ménopause ou en cas d'ostéoporose (les œstrogènes stimulant la formation des ostéoblastes). Elles ont une action comme protecteur de la microcirculation, combattant ainsi le vieillissement grâce à son action basifiante de l'organisme. (12)

De récentes études envisagent l'utilisation d'Airelle dans le traitement anti cancéreux de certaines tumeurs. (45)

6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(38)

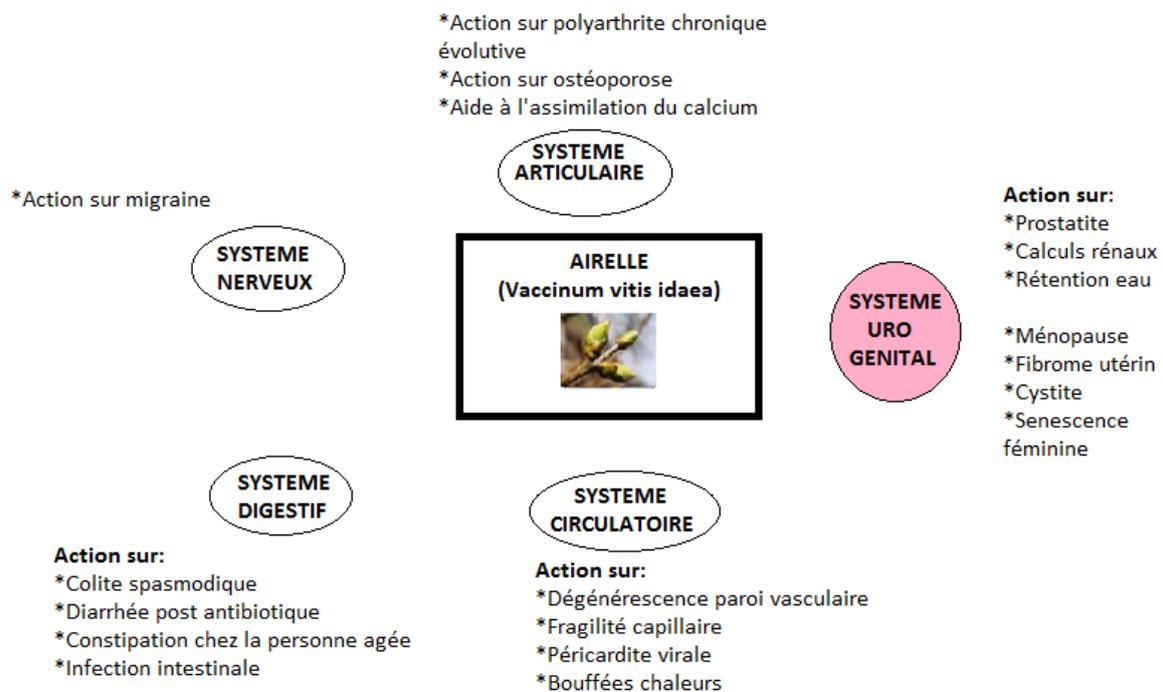


Figure 33: Schéma d'utilisation gemmothérapeutique de l'Airelle

III. CASSIS

1. Description

Le cassisier de son nom latin *Ribes nigrum* appartient à la famille des Grossulariaceae. C'est un petit arbrisseau touffu d'environ un mètre de haut.

Ses feuilles sont odorantes et couvertes de poils et de glandes résineuses, ce qui les rendent granuleuses sur l'envers. Elles sont formées de trois à cinq lobes dentés.

La plante forme des petites fleurs jaunes-vertes en extérieur et rougeâtres en intérieur qui sont en grappes pendantes.

Le fruit est une petite baie noire acidulée(29)



Figure 34: Planche de *Ribes nigrum*

2. Période de récolte

La période de floraison se situe entre avril et mai.

La récolte des feuilles se fait entre juin et août, pour une utilisation phytothérapeutique. Seules celles qui ne sont pas tachées de rouille seront récoltées.

La période de récolte des fruits se situe entre juillet et août.

En gemmothérapie, nous utilisons le bourgeon de feuilles. Nous le récoltons dès son apparition vers mars avril.

3. Phytochimie

Les feuilles du cassis contiennent de nombreux flavonoïdes et phénols, ainsi qu'une petite quantité d'huiles essentielles (limonène, sabinène, phéllandrène).

Les fruits contiennent des anthocyanosides, des flavonoïdes et de la vitamine C

Ce sont les flavonoïdes présents en grande partie dans la feuille qui vont pouvoir lutter contre une inflammation. *Ribes nigrum* sera donc utilisé dans les maladies liées à une inflammation chronique comme l'arthrose, les rhumatismes ou les fibromes utérins. Nous l'utiliserons aussi dans les pathologies aiguës comme la grippe ou encore la mononucléose.

On retrouvera ainsi le Rutoside qui est un puissant antioxydant qui va inhiber la formation de lipoperoxide et piéger les radicaux libres responsables du vieillissement cellulaire. Il va agir en synergie avec la vitamine C qui est en très grande quantité dans ses fruits (quatre fois plus que dans une orange).

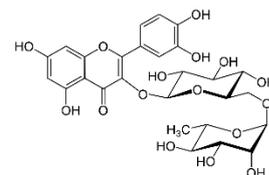


Figure 35: structure du Rutoside

Cependant, ce sont les oligomères pro anthocyanidoliques qui vont nous intéresser pour leur rôle cortisone like. Ainsi ils vont agir sur les substances déclenchant les réactions allergiques et inflammatoires en les inhibant. Cet effet en fait un remède à conseiller plutôt le matin, pour l'effet booster métabolique et anti fatigue. (46)

La présence d'hétérosides anthocyaniques qui auront une activité vitaminique P en font un bon remède contre les maladies de la circulation.

En effet ils vont réduire la perméabilité capillaire et augmenter la résistance de ceux-ci. Ainsi ils réduiront les œdèmes.

Ceux-ci vont aussi avoir un rôle au niveau des vaisseaux de l'œil et ainsi permettre une amélioration de la vision. (47)

Les feuilles de cassis ont une activité diurétique connue depuis plusieurs siècles sans que l'on sache quel composé intervient. Ils vont stimuler la fonction hépatique et les glandes surrénales. Et vont également entraîner l'élimination de l'acide urique et de l'urée. Leur utilisation dans les pathologies de la circulation, dans les œdèmes inflammatoires ou en cas de goutte peut être intéressante. (48)

4. Propriétés thérapeutiques

Le fruit de *Ribes nigrum* est riche en composés phénols ce qui en fait un bon antioxydant et un excellent anti inflammatoire. Des études montrent que le traitement à base d'extrait de feuilles de cassis entraîne une baisse des facteurs pro inflammatoires tels que IL8, OXC2, IL1 α , IL1 β , IL6 et surtout de TNF α (49)

Une étude portant sur l'action des feuilles de cassis sur un œdème du rat a été réalisée par Garbacki and Al. (2004)(50). Celle-ci montre l'action des proanthocyanidines sur l'état inflammatoire. En effet le traitement va réduire les lésions en diminuant la présence de leucocytes dans l'exsudat. Cette étude montre que les feuilles de cassis ont une action au niveau de la migration des leucocytes ce qui réduit l'inflammation de manière maximale a une dose de 30mg/kg.

Une diminution des oxydes de nitrite amène à une baisse du stress oxydatif et donc moins de destructions cellulaires.

De plus, traditionnellement le cassis est utilisé dans les maladies rhumatismales. Des études ont montré que la formation de collagène type II est augmentée en présence de feuilles de cassis et qu'il y a une diminution des prostaglandines E2.

5. Utilisation

Les feuilles sont utilisées en décoction pour rétablir la diurèse rénale, par exemple en cas de calcul rénaux, car elles ont des propriétés diurétiques. Elles sont aussi un très bon remède contre les rhumatismes.

Par voie externe les feuilles servent à réaliser un pansement anti inflammatoire sur une plaie.

Le fruit, est un excellent veinotonique grâce à la présence de flavonoïdes et d'anthocyanosides. La présence de vitamine C aura une action préventive contre les infections hivernales.

L'huile de pépin de cassis est source d'acide gammalinolénique (oméga 6). Celui-ci permet la synthèse d'acide eicosapentaénoïque qui va avoir un rôle dans les défenses immunitaires en régulant les autos anticorps et en renforçant la lutte contre les microorganismes. Il va également réguler les triglycérides et le cholestérol sanguin, permettant ainsi de lutter contre les pathologies circulatoires. (51)

Le bourgeon contient des acides diterpéniques, ce qui en fait un des remèdes phare en gemmothérapie. Il sera utilisé comme stimulant du système immunitaire et comme anti inflammatoire.

Il a une action particulière du fait qu'il amplifie l'action des autres bourgeons. Il sera donc souvent utilisé en synergie avec d'autres thérapeutiques.

Cependant, il faut faire attention, commencer progressivement par trois gouttes puis augmenter progressivement, car il peut en premier lieu raviver les douleurs inflammatoires.(12)

L'Agence européenne du médicament déconseille l'utilisation thérapeutique du cassis pendant la grossesse et chez l'enfant de moins de dix-huit ans.



Figure 36: bourgeon de Ribes nigrum

6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(38)

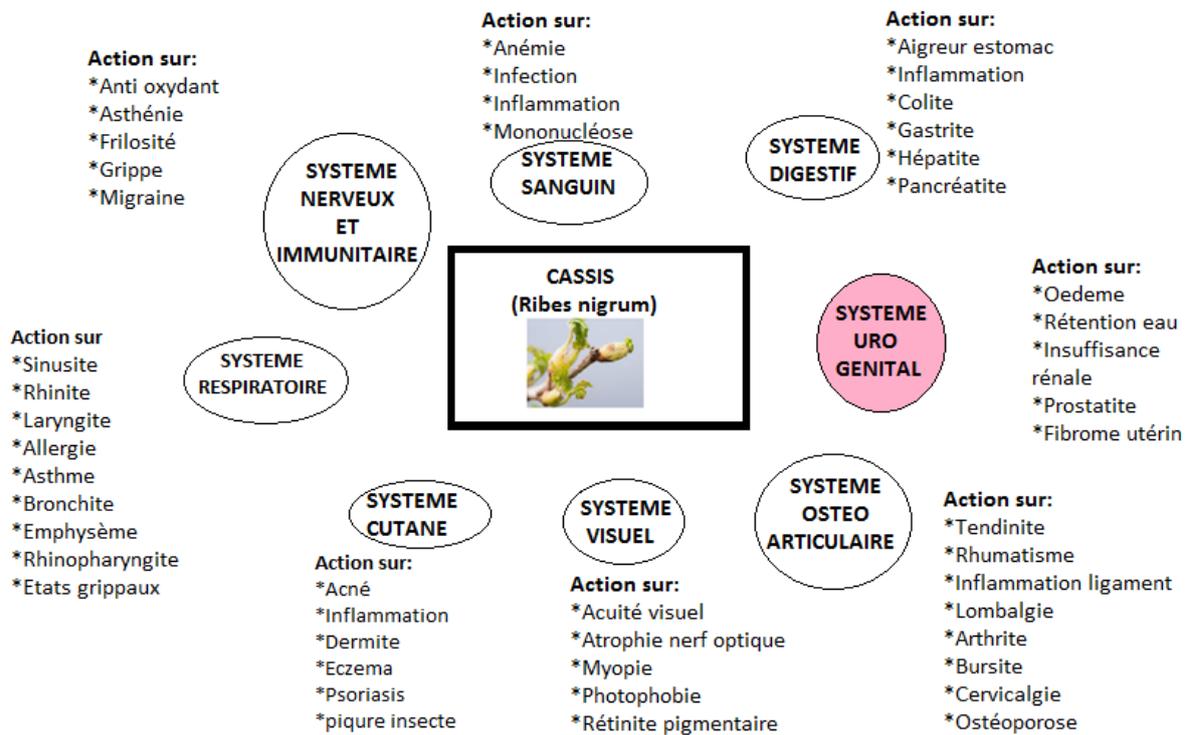


Figure 37:Schéma d'utilisation gemmothérapeutique du Cassis

CHAPITRE 2 : Autres exemples de bourgeons

I. AULNE

1. Description

L'*Alnus glutinosus* est un arbre avec des branches grisâtres et des petites verrucosités dans l'écorce appelées lenticelles de couleur jaune. Le bois à la coupe a une couleur orangée. Il appartient à la famille des *Betulaceae*.

Ses feuilles sont ovales dentées avec la surface supérieure de consistance visqueuse.

C'est une plante monoïque, c'est-à-dire que les fleurs mâles (les châtons) et les femelles (châtons ovoïdes qui se lignifient) cohabitent sur le même pied.

Les fruits sont des akènes sans ailette.(29)



Figure 38: Planche de *Alnus incana*

2. Période de récolte

Les fleurs apparaissent entre février et avril

Les feuilles à usage pharmaceutique sont récoltées entre avril et mai

Les bourgeons sont récoltés dès leur apparition entre mars et avril

3. Phytochimie

Alnus glutinosus a une forte activité anti microbienne. Il est utilisé dans certains pays tel que le Canada contre la tuberculose. La présence de triterpènes pentacycliques serait la raison de son efficacité contre les bactéries pulmonaires. Ceux-ci ont été isolés dans une étude de Haoxin Li and al. (2015), nous retrouvons ainsi la bétuline, l'acide bétulinique, la bétulane et la lupenone. (52)

La présence de phénols a également été trouvée. Cependant leur quantité varie en fonction de l'espèce d'Aulne. *Alnus viridis* aurait la plus grande concentration de phénols et donc l'activité anti oxydante la plus importante(53)

Des tanins et des anthraquinones ont aussi été retrouvés. Cependant leur quantité est assez faible ce qui donne une moindre activité anti oxydante.

4. Propriétés thérapeutiques

Les terpènes ont une activité microbienne prouvée ce qui en fait un excellent remède contre les infections bactériennes, telle que les cystites très fréquentes chez la femme du fait de la proximité entre l'anus et l'urètre.

L'effet anti oxydant (tanins et anthraquinones) qui va éviter la destruction tissulaire lors d'une inflammation n'est pas si important chez *Alnus glutinosus*. Ce n'est donc pas ce bourgeon qui sera retenu en cas d'inflammation.



Figure 39: Bourgeon d'Aulne glutineux

5. Utilisation

Les feuilles sont utilisées jeunes, c'est-à-dire quand elles sont encore bien visqueuses, car leur composition en tanins et en anthraquinone est plus importante. Elles sont utilisées en infusions contre les diarrhées persistantes ou les hémorragies internes. Elles étaient utilisées autrefois en gargarisme dans les cas de stomatite ou d'amygdalite.

En gemmothérapie, c'est le bourgeon frais qui est utilisé. C'est un excellent fluidifiant sanguin qui agit sur tout le système circulatoire sanguin ou encore lymphatique. Il est ainsi utilisé pour réduire les œdèmes, contre les phlébites, contre les soucis de migraine causée par une mauvaise micro circulation, dans les troubles de la mémoire. Il sera utilisé dans les cas de mastite car c'est un bon draineur lymphatique. Nous lui prêtons également des actions sur les rhumatismes et notamment dans les cas d'ostéoporose. Il retarderait l'évolution de la maladie. (12)

6. Schéma utilisation gemmothérapeutique(38)

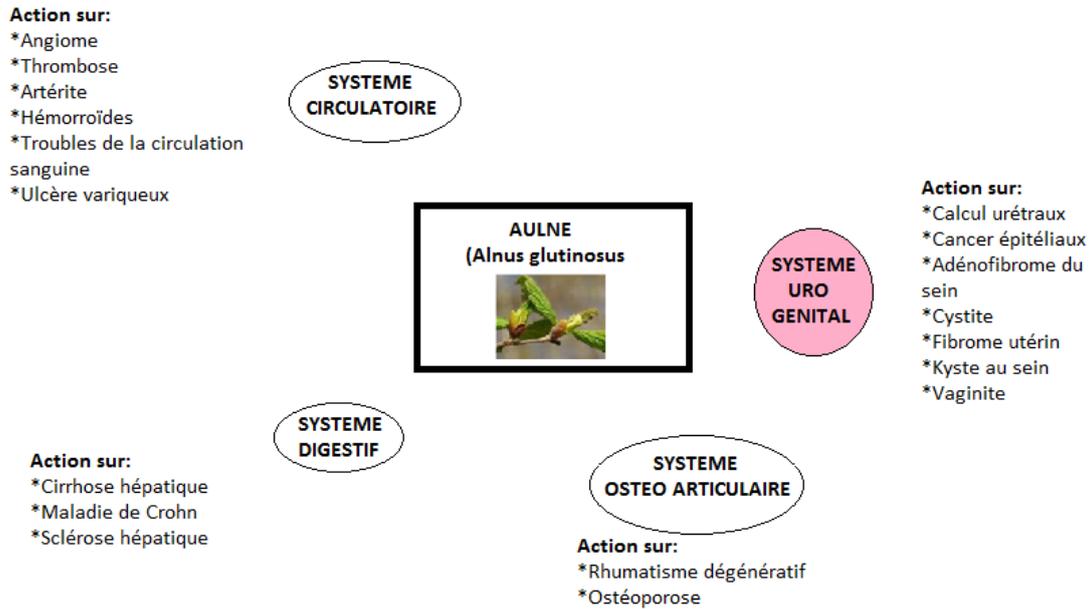


Figure 40:Schéma d'utilisation gemmothérapeutique de l'Aulne

II. POMMIER

1. Description

Le pommier est une *rosaceae*, de son nom latin *Malus communis*.

C'est un petit arbre aux feuilles alternes caduques à limbes dentés.

Les fleurs sont blanches ou roses en petites ombelles de cinq fleurs hermaphrodites.

La pomme est un faux fruit constitué d'un réceptacle floral.

Le pommier est symboliquement associé au sexe, à l'amour et à la fertilité.

Le mot pommade vient de cet arbre, c'est sainte Hildegarde de

Bingen qui au XIe siècle, fabriqua le premier baume à base de jus de pomme, de sève de pommier, de bourgeons de pomme et d'huile d'olive. Elle l'appela pommade(29)



Figure 41: planche de *Malus communis*

2. Période de récolte

Les fleurs de pommier sont récoltées en mai ou juin.

Les bourgeons de fleurs sont récoltés avant l'apparition des fleurs vers mars avril.

3. Phytochimie

Le pommier utilisé en gemmothérapie est le pommier domestique, que nous retrouvons dans la plupart des jardins de particuliers, il s'agit de *Malus communis*. Celui-ci est composé de tanins, d'acide organique et surtout de vitamines tel que la vitamine A (rétinol) ayant pour rôle la croissance osseuse, et l'amélioration de la vue. Nous retrouvons aussi les différentes vitamines B qui sont plutôt impliquées dans la production d'énergie et le bon fonctionnement de l'activité cardio vasculaire et cérébrale. Le pommier est surtout riche en vitamine C (acide ascorbique) qui va intervenir dans de nombreux métabolismes : fixation du fer, assimilation de la vitamine D et encore dans l'immunité en protégeant les cellules contre les radicaux libres et en augmentant la mobilité des globules blancs. (54)

Dans le génome des différentes espèces de pomme a été découverte la présence de plusieurs gènes CIPK (protéine kinase jouant un rôle dans la signalisation hormonale et la réponse au stress). Ceux-ci sont retrouvés dans toutes les parties de la pomme : feuille, racine, fleur et fruit. (55)

Dans la chair et dans les pépins de pommes une molécule semblable à la progestérone a été retrouvée. Celle-ci aurait une action progestérone like dans l'organisme. L'action oestrogène like et progestérone like du pommier permettrait d'harmoniser le cycle menstruel féminin et d'éviter les troubles pré-menstruel (douleur, sautes d'humeur).

4. Propriétés thérapeutiques

Le rôle des tanins est assez vaste. En effet ce sont des antioxydants présents en grande quantité dans les tissus âgés, comme par exemple dans la feuille de pommier, mais peu présents dans les bourgeons.

Ils ont un rôle de protecteur contre les agressions, de régénérateur de tissus et à faible échelle d'anti bactérien et antiseptique.

Certains tanins ont une structure proche des flavonoïdes, ce qui leur confère une légère activité vitaminique P, en protégeant les capillaires sanguins. (36)

5. Utilisation

En phytothérapie, les fruits sont utilisés comme antioxydants, ce qui est utile en cancérologie dans le ralentissement de la prolifération des cellules cancéreuses. Nous l'utilisons aussi pour diminuer le cholestérol sanguin.

Les feuilles sont utilisées comme diurétique, principalement lors de calculs rénaux.

L'écorce de pommier est quant à elle fébrifuge et tonifiante.

En gemmothérapie le bourgeon est utilisé comme diurétique mais surtout comme tonique sexuel à la fois psychique en cas de baisse de libido et physique en cas de défaillance sexuelle.

C'est un phyto œstrogène qui stimule la production de testostérone chez l'homme et d'œstradiol chez la femme. (12)



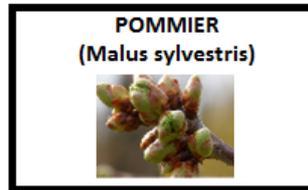
Figure 42: Bourgeon de pommier

6. Schéma d'utilisation(38)

Action sur:

- *Angoisse
- *Inflammation
- *Asthénie
- *Troubles de la concentration
- *Migraine

**SYSTEME
NERVEUX**



Action sur:

- *Frigidité féminine
- *Ménopause
- *Bouffées de chaleur
- *Impuissance masculine
- *Rétention urinaire

**SYSTEME
CIRCULATOIRE**

- *Action sur LDL cholestérol
- *Athérosclérose

Figure 43: Schéma d'utilisation gemmothérapeutique du Pommier

III. BOULEAU VERRUQUEUX

1. Description

Le bouleau verruqueux ou *Betula verrucosa*, de la famille des Betulaceae, pousse sur les sols acides et secs. A l'inverse *Betula pubescens* aime les sols humides avec des climats froids. Nous le retrouvons plus dans nos régions françaises.

Il a des branches tombantes rattachées au tronc à qui il doit son ancien nom de *Betula pendula* et une écorce blanche qui se craquelle en vieillissant. Son cousin le bouleau pubescent a sur ses feuilles un petit duvet soyeux qui lui donne son nom.

Ses feuilles sont pétiolées, visqueuses, et alternes sur les rameaux

C'est un arbre monoïque dont les chatons mâles et femelles se côtoient

Son fruit est un akène ailé(29)



Figure 44: Planche de *Betula verrucosa*

2. Période de récolte

La récolte des feuilles se fait deux mois après leur apparition, en général vers mai ou juin.

Les fleurs apparaissent en avril mai.

La récolte des bourgeons de feuilles se fait vers février environ, dès leur apparition.

3. Phytochimie

Les feuilles de bouleaux renferment une grande quantité de flavonoïdes et des triterpènes dont l'acide bétulinique. Nous retrouvons aussi du bêta carotène et de la vitamine C en faible quantité.

L'écorce de bouleau ainsi que la feuille contiennent aussi une légère quantité d'acide salicylique, néanmoins en plus faible quantité que dans le saule. (1)

4. Propriétés thérapeutiques

Les flavonoïdes présents dans la feuille vont inhiber la metallopeptidase et ainsi augmenter le volume d'urine sécrétée. Ceux-ci vont agir en synergie avec le potassium afin de produire une forte activité diurétique.

L'acide salicylique est synthétisé par plusieurs plantes (Le saule, *Salix alba*, et la reine des prés, *Filipendula ulmara*, en sont les principaux exemples) et a une activité anti inflammatoire et anti coagulante importante. Ce composé, instable dans l'organisme sera utilisé dans l'industrie pharmaceutique pour donner un composé plus stable l'acide acetyl salicylique.

5. Utilisation

Les autorités européennes reconnaissent au bouleau son utilité dans les traitements des infections urinaires d'origine bactérienne et dans les calculs rénaux pour son effet diurétique. Un usage pour les rhumatismes a également été établi.

Les feuilles de bouleau sont utilisées en applications externes pour soigner les rhumatismes et en infusion comme diurétique.

En gemmothérapie, la différenciation entre les deux espèces de bouleau se fait. Le bourgeon pubescens sera utilisé pour le système endocrinologique, alors que le bourgeon du bouleau verruqueux sera utilisé dans les rhumatismes chroniques comme les cervicalgies, l'arthrose et la goutte grâce son action anti inflammatoire.(12)

Des contre-indications existent pour la prise de cette plante. En effet les personnes allergiques au pollen de bouleau doivent en limiter la prise. (56)



Figure 45: Bourgeon de Bouleau verruqueux

6. Schéma d'utilisation(38)

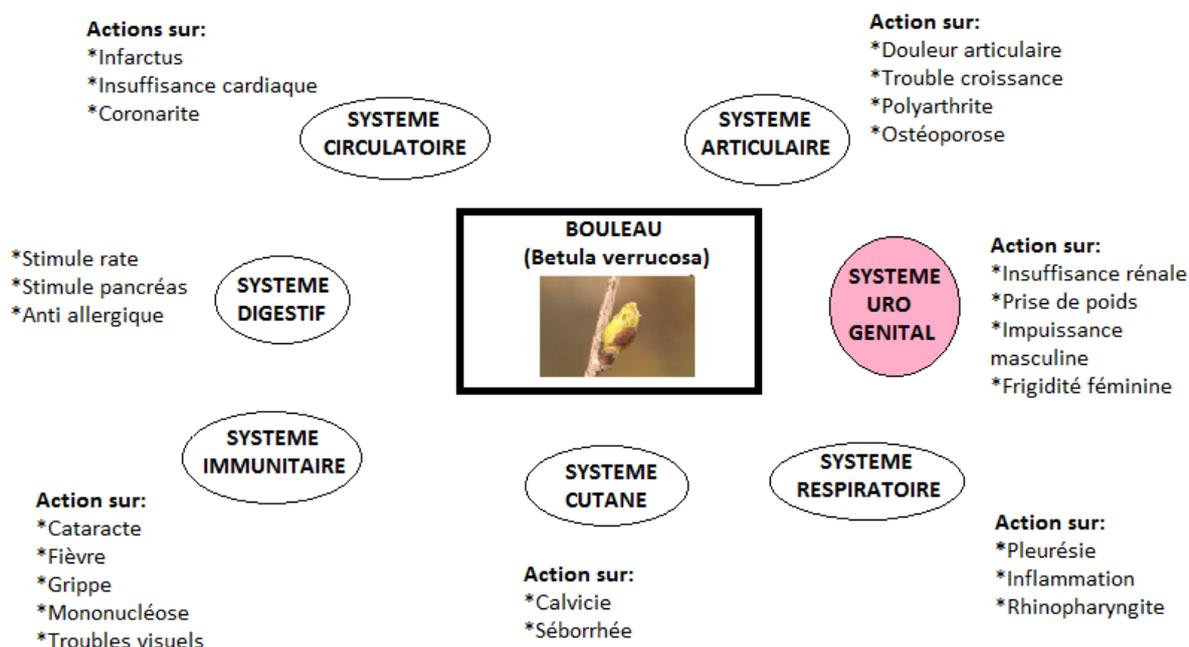


Figure 46: Schéma d'utilisation gemmothérapeutique du Bouleau verruqueux

CHAPITRE 3 : Les complexes existants pour les pathologies de la femme

(12)

I. Complexes menstruations

Chez certaines femmes les règles sont un calvaire. Elles surviennent de manière désordonnée et cause de grandes douleurs. Trois bourgeons interviennent dans ce complexe afin de régulariser celles-ci.

Le bourgeon de cassis est connu pour ses propriétés anti inflammatoires. Il va ainsi réguler la production de prostaglandines pro inflammatoires et diminuer les douleurs menstruelles.

La jeune pousse de framboisier va agir sur les spasmes utérins et va ainsi réguler la douleur.

Le bourgeon de romarin va avoir une action comme draineur hépatique. Le foie entrant dans le métabolisme des œstrogènes, il va ainsi réguler les hormones féminines et donc le cycle féminin.

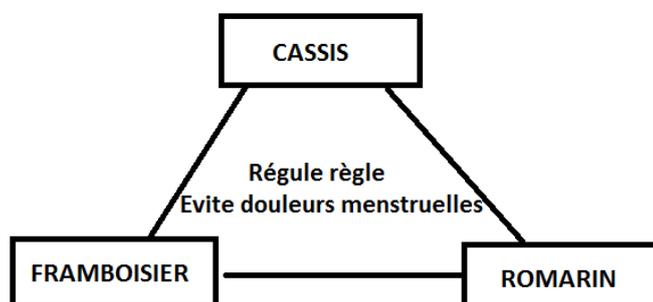


Figure 47: Complexe menstruations - Franck Ledoux

1. Complexe de la société Herbalgem

La société Belge Herbalgem est une des plus importantes en gemmothérapie, une des premières à mettre les macérâts glycéinés sur le marché il y a plus de trente ans. Elle est sollicitée par de nombreux professionnels de santé pour son expertise et son savoir faire.

L'inconfort menstruel est lié à un dérèglement hormonal. La société belge herbalgem va donc jouer avec les bourgeons oestrogène like dans son complexe « FEMINAGEM »(57)

Le framboisier qui est oestrogène like et progestérone like grâce à la présence de phyto-hormone telle que la genistine. La fragrine va permettre de décontracter le muscle utérin.

Le bourgeon de vigne va agir comme anti inflammatoire et diminuer la douleur.

Le bourgeon de vioerne, grâce à sa richesse en calcium et en magnésium, va agir comme antispasmodique et la présence de salicylate va avoir une action antalgique.

II. Complexe mammaire

Chez la femme de nombreuses situations provoquent des problèmes au niveau mammaire, comme par exemple les syndromes pré menstruels qui entraînent de fortes douleurs, ou encore l'apparition de kystes palpables et parfois douloureux. Trois bourgeons peuvent être utilisés en gemmothérapie pour résoudre ces désagréments.

Le bourgeon de pommier qui est un progestérone like, l'augmentation de cette hormone va réguler les autres hormones féminines comme les œstrogènes et éviter les déséquilibres qui entraînent ces désagréments. Il agit aussi contre les migraines pré menstruelles de par son action comme protecteur vasculaire.

Le bourgeon de Houx est un excellent anti fibrosclérose. Il aura une action majeure au niveau du sein.

Le bourgeon de bouleau pubescent est spécifique des troubles endocriniens et va ainsi réguler les différentes hormones.

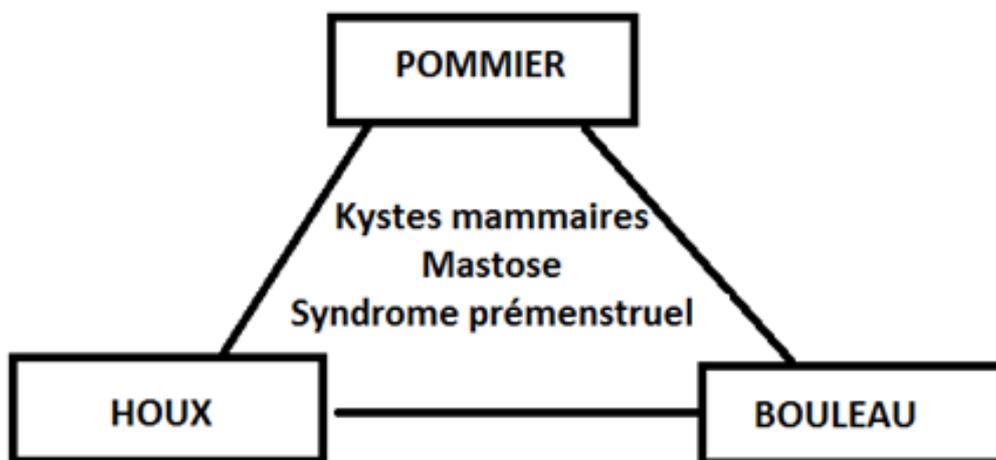


Figure 48: Complexe mammaire- Franck Ledoux

III. Complexe féminin

La baisse de sexualité est souvent associée à un dérèglement hormonal ou à d'autres troubles tels que les dysménorrhées (perte de sang imprévue) entraînant inconfort et gêne. Trois bourgeons vont permettre de stimuler la sexualité des femmes.

Le bourgeon de vigne va agir au niveau de la circulation sanguine en renforçant les vaisseaux. Il va ainsi réguler les pertes de sang, telles que les dysménorrhées et principalement les hyperménorrhées.

Le bourgeon de chêne est un stimulant stéroïdien, c'est le bourgeon contre la frigidité féminine. Il va combattre l'asthénie sexuelle.

Le bourgeon de l'amandier est un anti scléreux, il va ainsi éviter les fibroses des muqueuses utérines qui entraînent douleurs et inconforts lors des rapports sexuels. Il va aussi avoir une action psychique en éveillant la sensibilité de la femme.

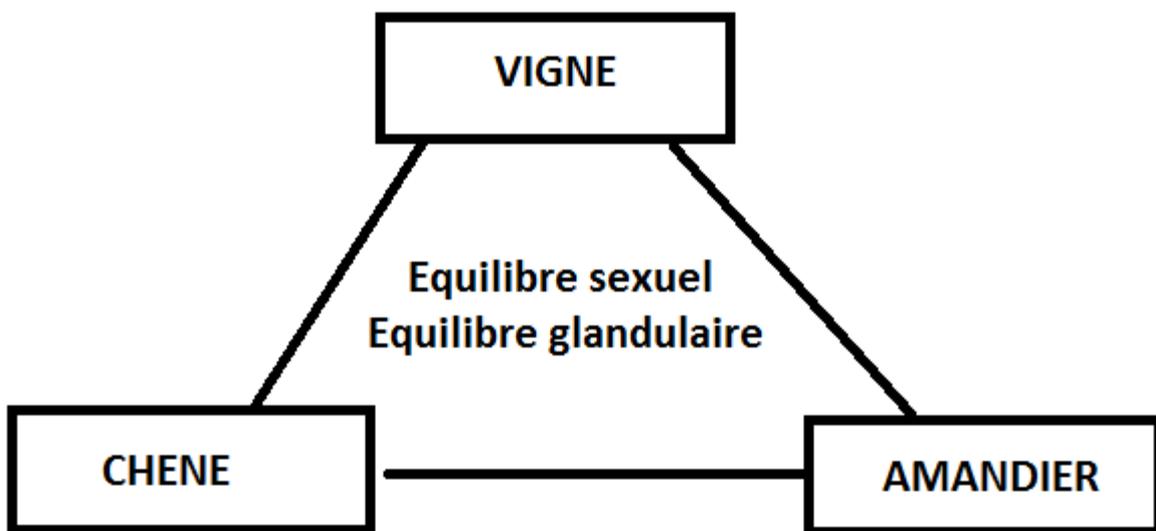


Figure 49: complexe féminin -Franck Ledoux

IV. Complexe progestérone

La progestérone est une des hormones les plus importante du cycle féminin. Elle va réguler la taille de l'endomètre permettant ainsi la nidation du fœtus mais entraînant aussi la destruction de celui-ci et de cette manière les règles. Trois bourgeons vont permettre de réguler cette hormone.

Le pommier qui régule les hormones stéroïdiennes tel que le cholestérol dont sont issus la progestérone et les œstrogènes.

Le genévrier qui détoxifie les vaisseaux, permettant ainsi la régulation des hormones circulant dans le sang. En association avec le bourgeon de pommier, il va potentialiser son action.

Le bourgeon de vigne va agir sur la régulation de la circulation sanguine et ainsi éviter les hémorragies utérines.

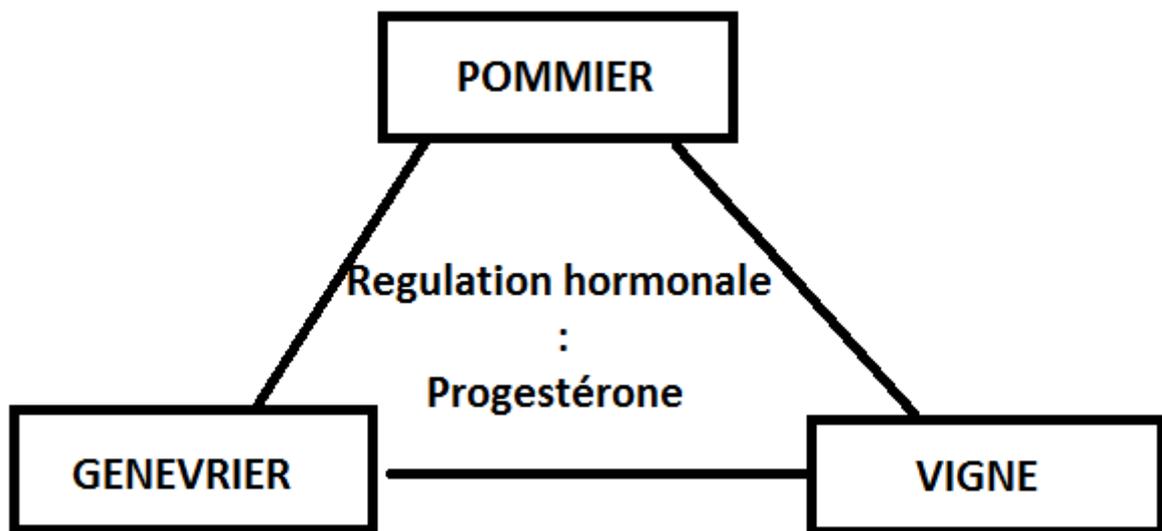


Figure 50: complexe progestérone- Franck ledoux

V. Complexe grossesse

La grossesse entraîne un dérèglement hormonal et physiologique chez la femme. De nombreux troubles vont apparaître au fur et à mesure du développement fœtal. Trois bourgeons vont intervenir afin d'harmoniser la grossesse.

Le châtaignier va agir au niveau du petit bassin et agir comme draineur veino-lymphatique, évitant ainsi rétention d'eau, effet de jambes lourdes et de pesanteur.

Le framboisier est un régulateur ovarien. Il va éviter les contractions spastiques de l'utérus et éviter les accouchements prématurés et les douleurs. Cependant l'utilisation de framboisier au cours de la grossesse est très controversée. Il faut généralement attendre le dernier mois de gestation avant d'en prendre.

Le romarin est un draineur hépatique qui va réguler le taux d'hormones dans le sang. Son action rééquilibrante du système nerveux va permettre à la patiente de moins subir sa grossesse.

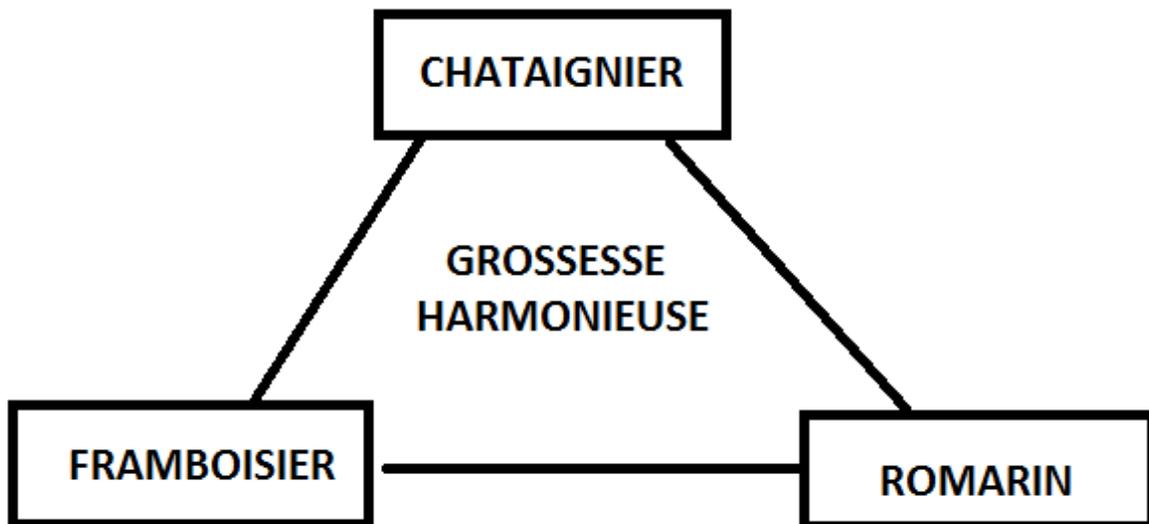


Figure 51: Complexe grossesse- Franck Ledoux

VI. Complexe ménopause

Avec la chute des hormones dans la cinquantaine, apparaissent les désagréments de la ménopause, telles que bouffées de chaleur, saute d'humeur, irritabilité et ostéoporose. Trois bourgeons vont alors intervenir pour réguler les hormones et la perte de densité osseuse.

Le *Pinus montana* va agir au niveau de l'ostéoporose en protégeant os et en augmentant la synthèse de cartilage. Il va aussi agir comme draineur lymphatique.

Le framboisier va permettre de réguler les bouffées vasomotrices et les pertes sanguines telles que les ménorragies.

L'airelle aura une action oestrogène-like et ainsi permettre de maintenir un taux hormonale et éviter les désagréments liés à leur chute.

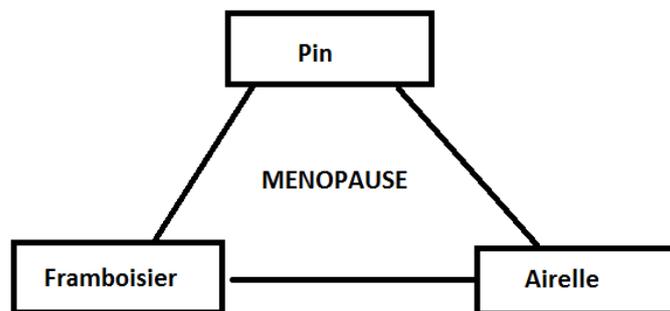


Figure 52: Complexe ménopause- Franck Ledoux

1. Complexe chez Herbalgem (57),(58)

Le complexe « FEM50+ » de la société Herbalgem va permettre de réguler la diminution de la progestérone et des oestrogènes. C'est la baisse de ces hormones qui entraîne des bouffées de chaleur et de l'ostéoporose.

Le bourgeon d'airelle est un œstrogène like qui va diminuer les bouffées de chaleur, faciliter l'assimilation de calcium et donc diminuer l'ostéoporose. C'est un bourgeon riche en zinc et en magnésium.

Le pommier va harmoniser la dégradation des hormones stéroïdiennes et augmenter la progestérone entraînant ainsi une action sur la frigidité.

L'aubépine a une action calmante sur les nerfs évitant ainsi les sautes d'humeur et favorisant l'endormissement.

Le bourgeon de ronce riche en zinc va permettre de sensibiliser l'utérus à l'action de l'airelle. Il va aussi permettre de stimuler les ostéoblastes pour lutter contre l'ostéoporose.

La teinture mère de sauge (*Salvia officinalis*) va diminuer l'effet diaphorétique (effet sudorifique), soit avoir une action anti transpirante, efficace dans les sueurs nocturnes, fréquente en période de ménopause.

TROISIEME PARTIE :

L'utilisation pratique de la gemmothérapie

CHAPITRE 1 : APPAREIL REPRODUCTEUR FEMININ

I. Troubles du sein

1. Explications pathologies

Les pathologies du sein ne sont pas propres à la femme. Elles sont la plupart du temps liées aux œstrogènes présents dans les deux sexes.

Nous retrouvons, par exemple les douleurs mammaires ou tensions mammaires qui ont lieu à certains moments du cycle menstruel.

Nous connaissons aussi les mastites, qui consistent en l'inflammation des seins suite à un engorgement des canaux lactifères. La douleur va alors s'accompagner de gonflement, de rougeur et parfois de chaleur.(59,60)



Figure 53: douleurs mammaires

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Il n'y a pas de gemmothérapie spécifique au sein. Il faudra agir sur le symptôme pour diminuer les douleurs.

En cas de mastite, le noyer (*Juglans regia*) sera intéressant à utiliser en raison de son action anti inflammatoire. Le noyer est un arbre qui pousse généralement seul, pour cette raison son utilisation est la plupart du temps seule.

Lors de mastalgie, ou de douleur mammaire, l'action de trois bourgeons peut s'avérer utile. Tout d'abord le Bourgeon de framboisier (*Rubus idaeus*) qui est le régulateur hormonal par excellence, associé au bourgeon de feuille de charme (*Carpinus betulus*) et d'Aulne (*Alnus glutinosa*) qui vont agir comme draineur et diurétique pour éliminer les engorgements mammaires. (12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisée en gemmothérapie.

Les gouttes seront plus efficaces si elles sont déposées directement sur la langue hors des repas. Mais cependant il est possible de les diluer dans un verre d'eau pour atténuer le goût de certains simples.

Les macérâts étant concentrés il est recommandé de faire des pauses dans les prises. Ici il faudra conseiller de prendre les macérâts que cinq jours sur sept. (23)

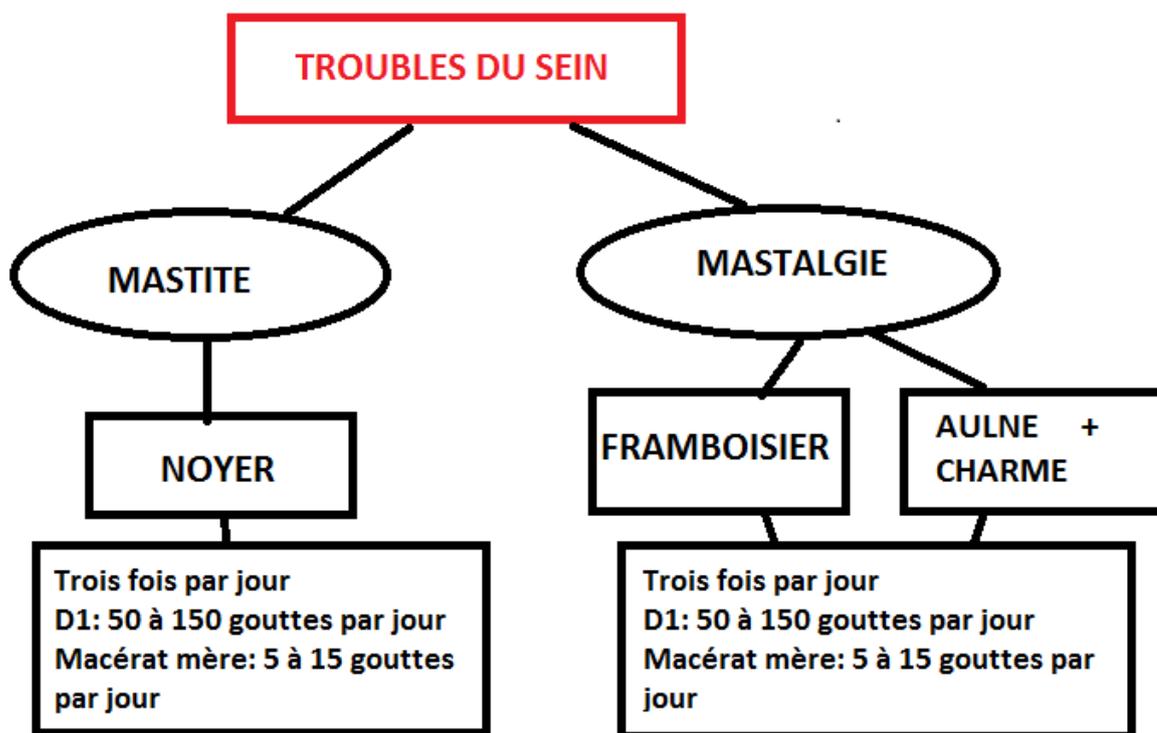


Figure 54: résumé gemmothérapie et troubles du sein

4. Conseils associés

Pour aider au drainage des canaux lactifères engorgés, il est conseillé de stimuler l'allaitement ou de masser avec une compresse chaude le sein.

A l'inverse pour une mastalgie il faut utiliser de la glace pour calmer la douleur et masser le sein pour améliorer le drainage lymphatique.(61)

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

Pour une mastite, nous retrouverons les traitements homéopathiques de l'infection tels que *Belladonna*.

Les souches recommandées sont :

- *Pulsatilla* 15CH une dose par jour jusqu'à la fin de la pathologie,
- *Belladonna* 9CH et *Phytolacca decandra* 9CH trois à cinq granules trois fois par jour
- *Anthracinum* 9CH trois granules par jour(62)

Pour les mastalgies, le traitement sera fonction du type de douleur :

- En systématique *Phytolacca* 5Ch à raison de cinq granules trois fois par jour
- Si la douleur irradie dans le dos, nous l'associerons à *Folliculum* 9Ch cinq granules matin et soir
- Si la douleur augmente avec le contact, sera ajouté à *Lac caninum* 9CH cinq granules trois fois par jour
- Si la douleur est pulsatile : *Belladonna* 5CH cinq granules trois fois par jour seront préconisés
- Si le sein est engorgé et dur : *Bryonia* 5CH cinq granules trois fois par jour sera nécessaire.

En phytothérapie, nous utiliserons plutôt le pissenlit qui va permettre de drainer l'organisme et d'éliminer la lymphe qui provoque l'inflammation. (63)

Les phytohormones telles que le soja qui vont nous permettre de diminuer les fluctuations hormonales. En effet, ces plantes possèdent des isoflavones qui vont prendre la place des œstrogènes sur leurs récepteurs.

Cependant, il faut se méfier des phytoestrogènes. Ceux-ci sont fortement déconseillés chez la femme enceinte suite à des risques de malformations du fœtus, et chez les enfants de moins de trois ans qui risquent d'avoir un développement précoce des organes sexuels.

Les phytoestrogènes sont contre indiqués aux personnes ayant des déséquilibres hormonaux telle que l'hypothyroïdie ou ayant des antécédents de cancers hormono-dépendant. Les isoflavones augmentent alors les risques de développement de tumeurs. (64)

Il existe des huiles essentielles à action galactogène, c'est-à-dire qu'elle favorise la production de lait maternelle en vue de l'allaitement :

- HE Carvi (*Carum carvi*) : La molécule de D carvone a une action galactogène

II. Trouble utérin

1. Explication pathologie

L'utérus est quant à lui propre à la femme, il est le siège de nombreuses pathologies souvent dues aux variations hormonales du cycle féminin.

Nous retrouvons, par exemple les kystes. Ceux-ci correspondent à des sacs remplis de liquide qui se développent la plupart du temps au niveau des ovaires. Parfois ceux-ci vont entraîner de fortes douleurs lors de leur évolution, c'est-à-dire en cas de rupture, de torsion ou d'augmentation de volume. Une nécrose ovarienne apparaît alors. Les kystes fonctionnels disparaissent d'eux même et ne sont pas douloureux, ils sont liés au cycle menstruel et sont très courants. (65)

Les kystes contenant du sang sont liés à l'endométriose. Au cours du cycle il y a épaissement de l'endomètre afin de permettre la nidation du fœtus. Les règles sont dues à la dégradation de celui-ci. Cependant en cas d'endométriose il n'y a pas de dégradation complète mais une prolifération de l'endomètre au niveau des trompes et des organes voisins ce qui entraîne des douleurs et des perturbations des menstrues (métrorragie, spotting). (66)

L'utérus peut être le siège de fibrome qui est une tumeur bénigne au niveau de la paroi utérine. Celui-ci peut entraîner saignements, douleurs, infertilité et pollakiurie. Selon certaines études, les œstrogènes stimuleraient sa croissance.

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Aucun simple ne sera spécifique aux pathologies de l'utérus. Ce sera un ensemble de plusieurs simples qui vont jouer sur les paramètres influençant la pathologie. Nous ne traiterons pas la maladie en soit mais les symptômes ou nous éviterons sa prolifération.

Le framboisier (*Rubus idaeus*) est le bourgeon féminin par excellence car il régule le taux d'œstrogènes en prenant leurs places sur les récepteurs. Il va ainsi éviter l'accroissement des kystes.

En présence de fibrome, il va aussi falloir réduire le taux hormonal, le bourgeon de Framboisier sera de nouveau utilisé. L'association avec le sequoia (*Sequoiadendron giganteum*) qui est le bourgeon de la masculinisation sera intéressante afin de réduire la prolifération d'œstrogènes. Le bourgeon de cassis (*Ribes nigrum*) utilisé comme anti inflammatoire naturel va éviter la prolifération tumorale. Le bourgeon de Hêtre (*Fagus sylvatica*) va agir comme un stéroïde et entrainera ainsi la baisse de la production d'œstrogènes.

Pour traiter l'endométriose ce sera le bourgeon de Noyer (*Juglans regia*) qui sera utilisé. Il va jouer sur les inflammations chroniques et va ainsi éviter la prolifération trop rapide des cellules de l'endomètre. Son action anti inflammatoire naturelle va également permettre de réduire la douleur. Le cassis sera utilisé comme potentialiseur des effets anti inflammatoires.(12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisée en gemmothérapie.

Les macérâts étant concentrés il est recommandé de faire des pauses dans les prises. Ici il faudra conseiller de ne prendre les macérâts que cinq jours sur sept.

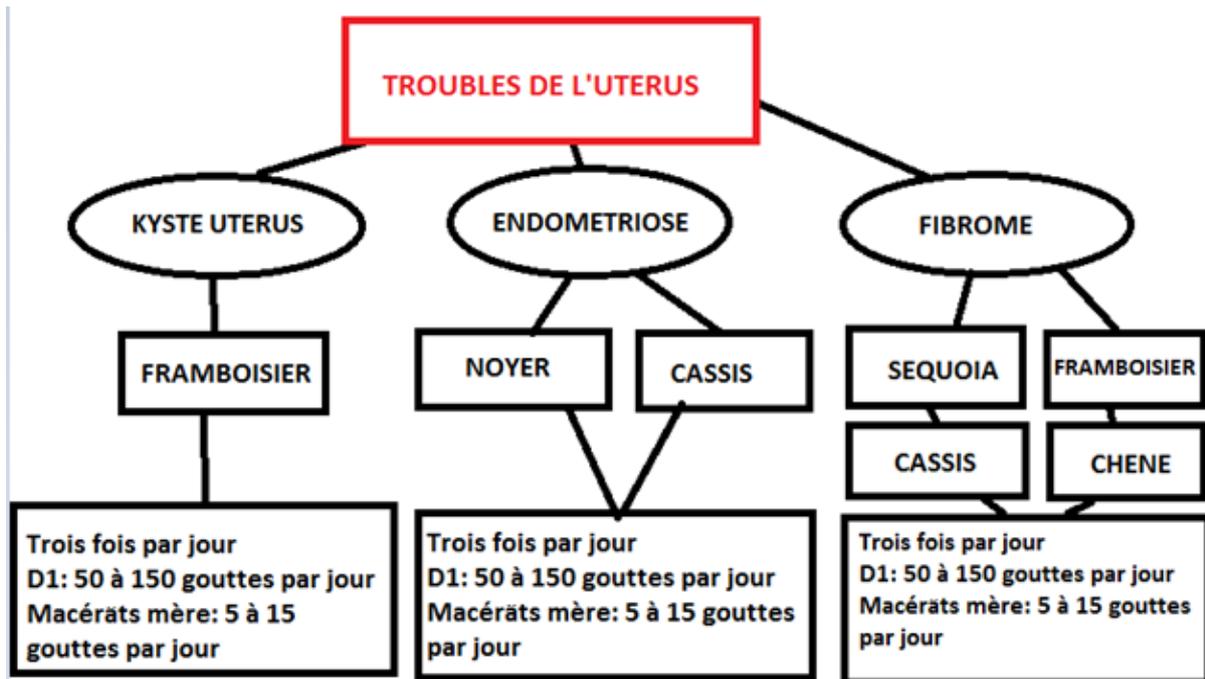


Figure 55: résumé gemmothérapie et troubles de l'utérus

4. Conseils associés

Pour calmer la douleur qui sera souvent présente dans les pathologies de l'utérus, il est conseillé d'appliquer une bouillotte au niveau du bas ventre, afin de détendre les muscles de l'abdomen.

La prise de bain peut aussi être considérée afin de détendre les muscles et éviter la sensation de poids dans le ventre.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

Même si l'homéopathie est beaucoup décriée de nos jours, elle est encore très utilisée par certaines femmes, du fait de son absence de toxicité et d'effet indésirable. (62)

Pour un kyste c'est surtout les douleurs associées qui seront traitées. Il faudra utiliser :

- *Apis mellifica* 9CH trois granules trois fois par jour pour un kyste dans l'ovaire droit
- *Lachesis* 4CH à la même posologie s'il s'agit de l'ovaire Gauche.

Il existe plusieurs souches pouvant traiter un fibrome à raison de trois granules matin et soir.

- S'il provoque des hémorragies il faudra utiliser *Aurum muriaticum* 5CH
- S'il provoque de fortes douleurs plutôt *Fraxinus americana* 5CH,
- S'il y a peu de saignements plutôt *Conium maculatum* 5CH.
- Lorsqu'une femme frigide souffre de fibrome, on utilisera *Sabal serulata* 5CH
- En cas de mastose associée la patiente devra prendre *Calcarea fluorica* 5CH

Pour l'endométriose il existera aussi plusieurs souches possibles à utiliser en prise de cinq granules trois fois par jour :

- *Chamomilla* 9CH en cas de douleurs vives
- *Actaea racemosa* 9CH si la maladie provoque des règles très abondantes.
- Il faudra y associer *Colocynthis* 9CH en cas de crampes ou de spasmes.
- Si la douleur est pesante et irradie dans le dos ou dans la cuisse, la souche *Lilium tigrinum* 9CH sera intéressante à utiliser.

Pour ce type de pathologies hormono-dépendantes, il faut se méfier des phytoestrogènes qui peuvent aggraver ou améliorer le problème. Leur prise devra être suivie d'une consultation médicale évaluant leur effet sur la femme.

Il existe plusieurs huiles essentielles à action emménagogue, c'est-à-dire qu'elles provoquent les menstruations :

- HE d'Anis Vert (*Pimpinella anisum*) : la molécule de E-anéthole a une action oestrogénique, emménagogue et galactogène
- HE Fenouil (*Foeniculum vulgare*) : à la même action que l'huile essentielle d'anis vert

III. Troubles vaginaux

1. Explication pathologie

La vaginite est un trouble vaginal courant. Il s'agit comme son nom l'indique d'une inflammation du vagin la plupart du temps suite à une infection. Cela peut aussi être causé par une perturbation de la flore vaginale suite à la prise d'antibiotiques, à une hygiène accrue ou à l'inverse absente, à une sécheresse vaginale suite à une chute hormonale.

Cette pathologie entraîne de fortes démangeaisons pouvant s'accompagner de douleur. Une dyspareunie (douleur lors de rapports sexuels) peut apparaître et une leucorrhée. (67)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Plusieurs simples vont être utilisés pour traiter une vaginite. Ils ne sont pas spécifiques de la pathologie, mais vont intervenir sur les symptômes principalement. (12)

Nous retrouverons le Framboisier (*Rubus idaeus*), très présent dans les pathologies féminines. Il va intervenir ici pour réguler le taux d'œstrogène pouvant être responsable du dérèglement de la flore vaginale.

Le Noyer (*Juglans regia*) va agir ici pour réguler l'inflammation. Il va aussi avoir un rôle anti parasitaire en cas de vaginite causée par un microorganisme.

La Bruyère (*Erica vulgaris*) est l'anti infectieux des voies basses par excellence. Elle empêche la fixation bactérienne en cas de cystite et a une action calmante en cas de brûlures et de démangeaisons.

Pour que le traitement soit complet il va falloir ajouter un anti infectieux tel que l'Aulne glutineux (*Alnus glutinosa*) qui pourra éventuellement être aussi associé au Cassis (*Ribes nigrum*) qui va potentialiser ses effets.

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisée en gemmothérapie.

La durée du traitement correspondra à la durée des symptômes.

En cas de vaginites récidivantes, la patiente peut suivre le même traitement de manière chronique à raison de 3 semaines par mois, suivi d'une semaine de pause.

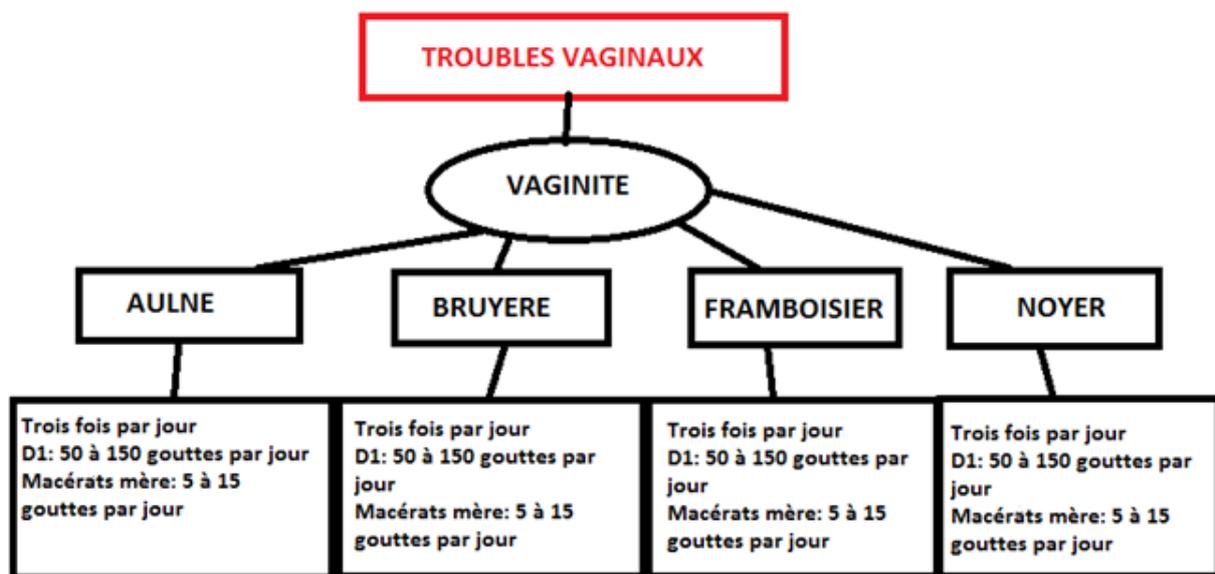


Figure 56: Résumé gemmothérapie et troubles vaginaux

4. Conseils associés

Pour limiter les démangeaisons liées à des irritations, les sous-vêtements en coton sont préconisés.

La toilette intime doit être faite avec un savon adapté à pH neutre de manière quotidienne, et avec parcimonie.

Pour les patientes souffrant de sécheresse, il est conseillé de lubrifier la zone avant un rapport pour éviter les irritations ou même une infection.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

La vaginite est principalement causée par un déséquilibre de la flore vaginale, les probiotiques sont alors fortement indiqués dans ce cas. (68)

Nous pouvons les associer à des traitements phytothérapeutiques tels que des tisanes de Bruyère qui vont réduire l'infection et empêcher la prolifération bactérienne.

Au niveau local en cas de vulvite associée, des crèmes à base de bardane ou de calendula peuvent être utilisées pour calmer les démangeaisons et éviter les surinfections liées aux lésions de grattage.

En homéopathie les symptômes vont conditionner la souche utilisée. Celle-ci sera prise à raison de 5 granules trois fois par jour.

- En cas de prurit associé à une vulve rouge et douloureuse : *Belladonna* 9CH.
- En cas de douleur sous forme de piqures : *Apis mellifica* 9CH.
- En présence de Leucorrhée si celle-ci a une odeur fétide : *Carbonicum acidum* 9CH
- Si l'écoulement est jaune et entraîne un fort prurit : *Kreosotum* 15CH(62)

En aromathérapie, une huile essentielle sera intéressante

- He sauge sclarée (*Salvia sclarea*) : La molécule d'acétate de linalyle lui donne une action spasmolytique et tranquillisante, alors que la molécule de sclaréol est oestrogénique (intéressante dans les sécheresses vaginales)

CHAPITRE 2 : Evolution du cycle

I. Menstruation

1. Explications pathologies

L'utérus, selon un cycle d'en moyenne vingt-huit jours va se développer afin de pouvoir accueillir un potentiel fœtus. L'endomètre qui le tapisse va s'épaissir et se gorger de sang. En cas de non fécondation le taux hormonal va chuter et entrainer les menstruations.

Les règles durent entre cinq et sept jours et correspondent à l'écoulement périodique d'un fluide biologique à base de sang, de cellules de la paroi utérine et d'autres éléments évacués par le vagin.

Cette destruction de la muqueuse utérine peut entrainer de fortes douleurs chez certaines femme de type dysménorrhées, avec des douleurs crampoïdes durant un peu moins de trois jours. (69)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

En gemmothérapie le bourgeon de feuille de framboisier (*Rubus idaeus*) va être utilisé afin de réguler le taux hormonal et d'éviter ainsi la chute brutale amenant à des saignements trop abondants et douloureux. C'est son action progestérone like qui sera rechercher à ce moment là

Deux autres bourgeons vont pouvoir être utilisés comme toniques hépatiques. En effet le foie produit les hormones stéroïdiennes qui liées à un récepteur spécifique deviennent des œstrogènes et des progestatifs. C'est pourquoi protéger le foie éviterait les dérèglements hormonaux et les fortes douleurs.

On retrouvera ainsi le bourgeon de Romarin (*Rosmarinus officinalis*) et le bourgeon du Séquoia (*Sequoiadendron giganteum*). Ce dernier est le bourgeon masculin par excellence car stimulateur de la spermatogénèse et excellent tonique sexuel.(12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisée en gemmothérapie.

Ces bourgeons seront à prendre durant la semaine de menstruation soit une semaine par mois. Si les douleurs restent présentes la patiente peut commencer une semaine avant ses menstruations.

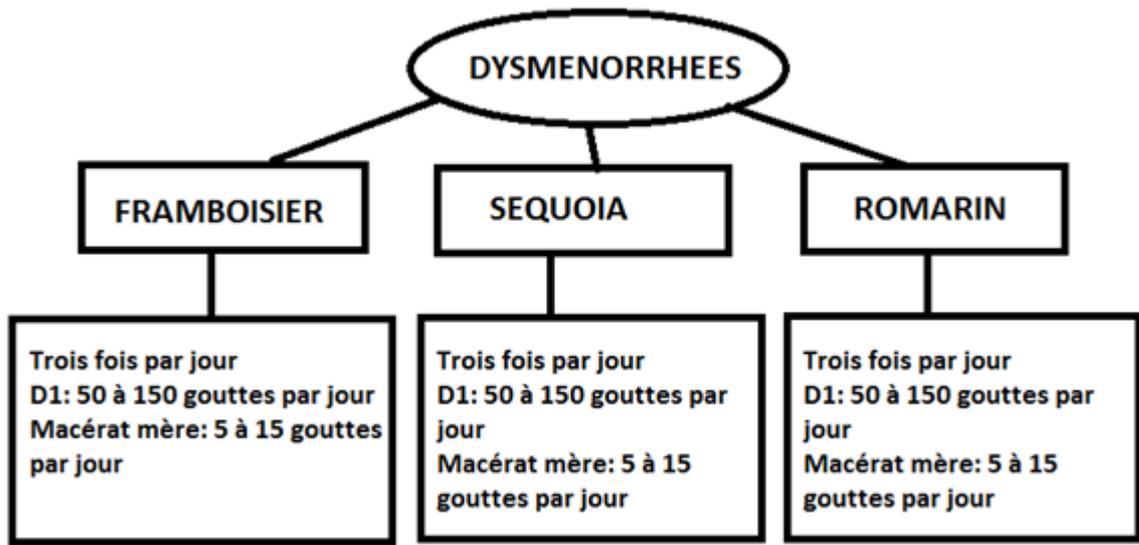


Figure 57: résumé gemmothérapie et dysménorrhées

4. Conseils associés

Les douleurs de type crampes sont généralement calmées par la chaleur, l'application de bouillotte ou de linge chaud sur le bas ventre peut diminuer l'inconfort.

La pratique d'exercice léger type marche peut permettre de détendre les muscles du périnée et calmer la douleur.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

Plusieurs plantes peuvent être utilisées en phytothérapie pour soigner les dysménorrhées telles que le fenouil (*Foeniculum vulgare*) en graines ou en huile essentielle, avec sa composition riche en Fenchone. Il aura ainsi une action antispasmodique puissante. Il est conseillé d'en prendre durant maximum quatorze jours avant et pendant les règles. On peut l'associer avec de l'huile essentielle de Camomille romaine et une huile végétale sèche comme l'huile de Macadamia en massage du bas ventre avec une dilution à 10%.

Le curcuma (*Curcuma longa*) par ses actions anti inflammatoires naturelles et fluidifiant sanguin vont permettre d'éviter la formation de caillots douloureux et l'inflammation trop importante de la muqueuse utérine(70)

En Homéopathie les symptômes vont à nouveau influencer la souche utilisée. Le traitement sera à commencer quatre jours avant les règles et la prise de cinq granules trois fois par jour sera recommandée.

- Si sensation de pesanteur avec irritation et amélioration en position assise : *Sepia* 9CH
- Si l'assise n'apporte aucun confort : *Lilium tigrinum* 9CH
- Lors de règles douloureuses avec fortes crampes : *Borax* 5CH
- En présence de caillots avec un sang très foncé : *Ustilago* 5CH
- Si douleur en poignard : *Murex purpurea* 5CH.
- Si la patiente a tendance à avoir des coliques et que la chaleur améliore la douleur : *Magnesia phosphorica* 5CH et *Colocynthis* 9CH(62)

II. Accouchement

1. Explication pathologie

Un accouchement entraîne des modifications au niveau du périnée, progressivement durant la grossesse le bassin va s'élargir. Quelques heures avant l'expulsion du bébé le col de l'utérus va se raccourcir et s'élargir.

Les contractions vont déclencher le passage du bébé à travers un espace étroit pouvant entraîner des douleurs. (71)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Le bourgeon de framboisier est tout indiqué pour aider dans cette étape. Son action œstrogène-like va aider à la dilatation du col et calmer les maux de fin de grossesse.

En effet en post accouchement, le col va reprendre son aspect normal et les œstrogènes vont l'y aider. Cependant des saignements douloureux peuvent survenir ainsi que des règles anarchiques. Le bourgeon de framboisier va aider à réguler les menstruations plus rapidement(12)

3. Modalités de prise

Le bourgeon de Framboisier sera à prendre trois fois par jour à raison de 1 à 5 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie. La dilution D1 utilisée en gemmothérapie est interdite chez la femme enceinte compte tenu de sa forte teneur en alcool.

La prise se fera une semaine avant l'accouchement jusqu'à la régulation du cycle menstruel à raison de cinq jours sur sept.

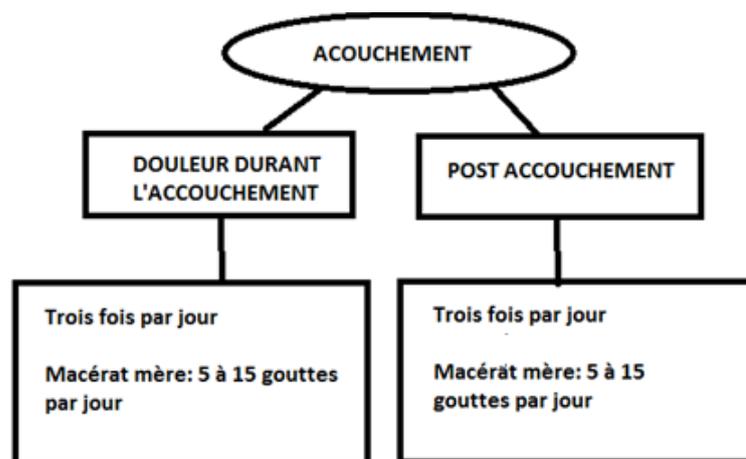


Figure 58: résumé gemmothérapie du bourgeon de framboisier et accouchement

4. Conseils associés

L'accouchement entraîne un grand stress. La patiente doit trouver une activité qui la détende avant le jour J.

La marche est recommandée par de nombreux spécialistes. Elle faciliterait la circulation sanguine et éviterait les inconforts veineux comme les jambes lourdes. Elle permettrait aussi au bassin de se mettre en place plus rapidement.

En post accouchement, l'application de chaud sur le bas ventre, peut diminuer les douleurs.

5. Autres traitements phytothérapeutique et homéopathique

La phytothérapie est conseillée chez la femme en fin de grossesse. Un mélange de trois huiles essentielles est recommandé pour le bon déroulement de l'accouchement. Ce mélange est à prendre en fin de grossesse par voie orale à raison de quatre gouttes sous la langue toute les heures, ou par voie cutanée avec six gouttes dans le bas du dos toute les vingt minutes. Dans certaines maternités la diffusion de ces trois huiles durant l'accouchement se fait de plus en plus. (72)

Nous retrouverons ainsi l'huile essentielle de clou de girofle qui est issue du bourgeon floral de giroflier. Elle aurait des propriétés anesthésiantes et utérotoniques. Elle diminuerait ainsi la douleur et permettrait un accouchement plus rapide.

L'huile essentielle de palmarosa a pour action de tonifier le muscle utérin pour diminuer la durée du travail.

La dernière huile essentielle sera utilisée pour diminuer le stress. Ce sera l'huile de lavande vraie.

En homéopathie le traitement sera à commencer une semaine avant le terme théorique.

- Jusqu'à l'accouchement : cinq granules deux fois par jour *Actea racemosa* 9CH et *Caulophyllum thalictroides* 9CH
- Durant le travail : *Coffea cruda* 9CH à raison de cinq granules dès que la douleur n'est plus supportable et *Actea racemosa* 9CH cinq granules par quart d'heure pour réguler le travail.
- Pour les douleurs post accouchement : *Magnesia phosphorica* 9CH à raison de cinq granules à répéter autant de fois que possible(62)

III. Troubles oestrogéniques

1. Explications pathologies

Le foie transforme le cholestérol en ester d'acides gras et en hormones stéroïdiennes qui sont transportés par le sang. Elles arrivent aux ovaires qui bio synthétisent ainsi les œstrogènes.(73)

Ces derniers vont avoir un rôle important chez la femme. Ils vont intervenir dans la régulation du cycle menstruel, dans les humeurs, la lubrification vaginale, le développement des caractères secondaires comme les seins chez la femme, les bouffées de chaleur.

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

La régulation des hormones féminines va faire intervenir principalement deux bourgeons.

Tout d'abord le Framboisier (*Rubus idaeus*) dont l'action sur les œstrogènes n'est plus à démontrer

Puis le Romarin (*Rosmarinus officinalis*) qui aura une action sur le foie. En effet c'est un tonique hépatique et son rôle protecteur va permettre de maintenir la production des hormones stéroïdiennes précurseurs des œstrogènes(12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

La prise des bourgeons va dépendre de la fréquence des symptômes. En cas de troubles durant la période pré menstruelle la prise se fera à ce moment là et jusqu'à la fin des règles en continue. Par contre en cas de troubles chroniques hormonaux la prise se fera trois semaines par mois, suivie d'une pause d'une semaine.

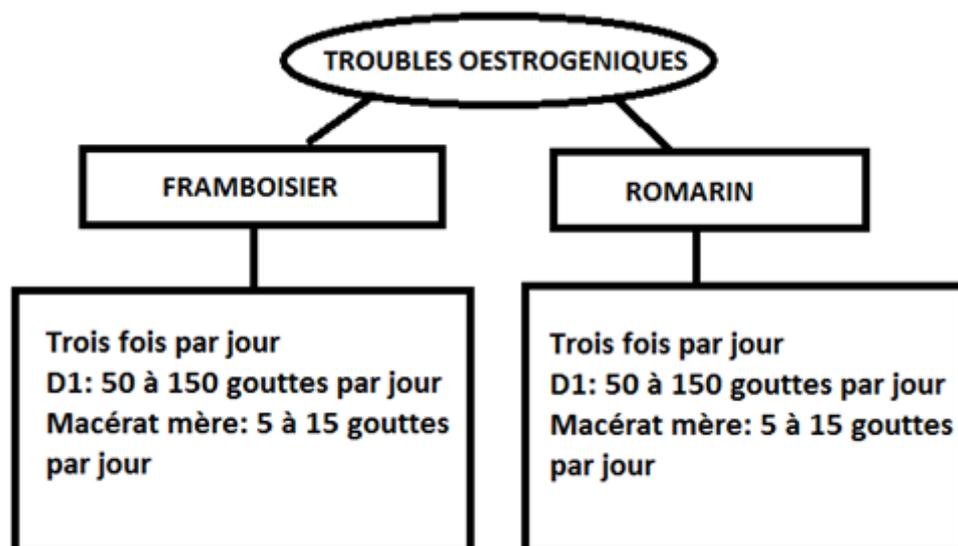


Figure 59: résumé gemmothérapie et troubles oestrogéniques

4. Conseils associés

Il n'y a pas de véritable conseil à donner dans le cas de troubles oestrogéniques. En effet ces troubles peuvent être physiologiques et liés à l'âge ou pathologiques et dans ce cas le suivi par un professionnel de santé est recommandé.

5. Autres traitements phytothérapeutique et homéopathique

La prise de phyto-hormones peut aider à réguler la sécrétion des œstrogènes et ainsi réduire les bouffées de chaleur ou l'ostéoporose. Elles vont également faire diminuer le cholestérol responsable d'hypertension, ou encore éviter des problèmes cardio vasculaires, en le transformant en œstrogène.(74)

Il y a trois familles de phytohormones : les isoflavones qui sont présents dans le soja, les lentilles ou les pois, les lignanes qui sont dans le seigle, le soja, l'avoine et les coumestranes qui sont présents dans la luzerne.

Pour rappel, il faut faire attention avec la prise de ces plantes en excès chez les personnes ayant des antécédents familiaux ou personnels de cancer hormono dépendant.

Nous pouvons envisager la prise de *Folliculum* 9CH pour son action régulatrice des œstrogènes, cinq granules trois fois par jour. La prise de *Folliculum* 15CH sera préconisée en cas d'excès d'hormones entraînant des tensions mammaires par exemple. (75)

IV. Ménopause

1. Pathologie

La ménopause c'est la fin de la période où la femme est féconde. Elle est causée par une carence en œstrogènes. Ces changements hormonaux vont déclencher une suite de pathologies et de symptômes.

Les patientes se plaignent surtout de bouffées de chaleur. Ce sont des sensations de chaleur subites accompagnées de sueurs et de frissons. Elles surviennent principalement la nuit.

Le pharmacien officinal devra être attentif à la prévention de l'ostéoporose, qui est la perte de densité osseuse due à la baisse hormonale et pouvant provoquer un risque de fracture en cas de chute. (76)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Le bourgeon de framboisier (*Rubus idaeus*) est un stimulateur de la production d'hormones féminines telles que la progestérone et les œstrogènes. Il va pouvoir être utilisé dans les troubles oestrogéniques comme la ménopause.

Le bourgeon d'airelle (*Vaccinium vitis idaea*) va agir sur les ovaires en stimulant la production d'œstrogènes. Ainsi elle aura une action sur les bouffées de chaleur mais aussi sur l'irritabilité ressentie durant la ménopause. Elle va également permettre de réduire la perte de densité osseuse.

Le bourgeon de Tilleul (*Tilia tomentosa*) spécialisé dans les troubles du système nerveux. Il va permettre de tonifier ce dernier et de l'apaiser. Il va ainsi harmoniser les modifications de l'humeur et améliorer les troubles du sommeil.(12,58)

Le bourgeon de Pommier (*Malus sylvestris*) par son action progestérone like, sera intéressant dans la lutte contre les bouffées de chaleur

Le bourgeon d'Aubépine (*Crataegus monogyna*) sera utilisé dans les cas de dépression ou lors des troubles du sommeil pouvant survenir avec la ménopause. En effet les œstrogènes étant des anti déprimeurs naturels leur chute peut entraîner des troubles de l'humeur.

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

Le traitement sera à prendre trois semaines par mois avec pause d'une semaine afin de reproduire un cycle.

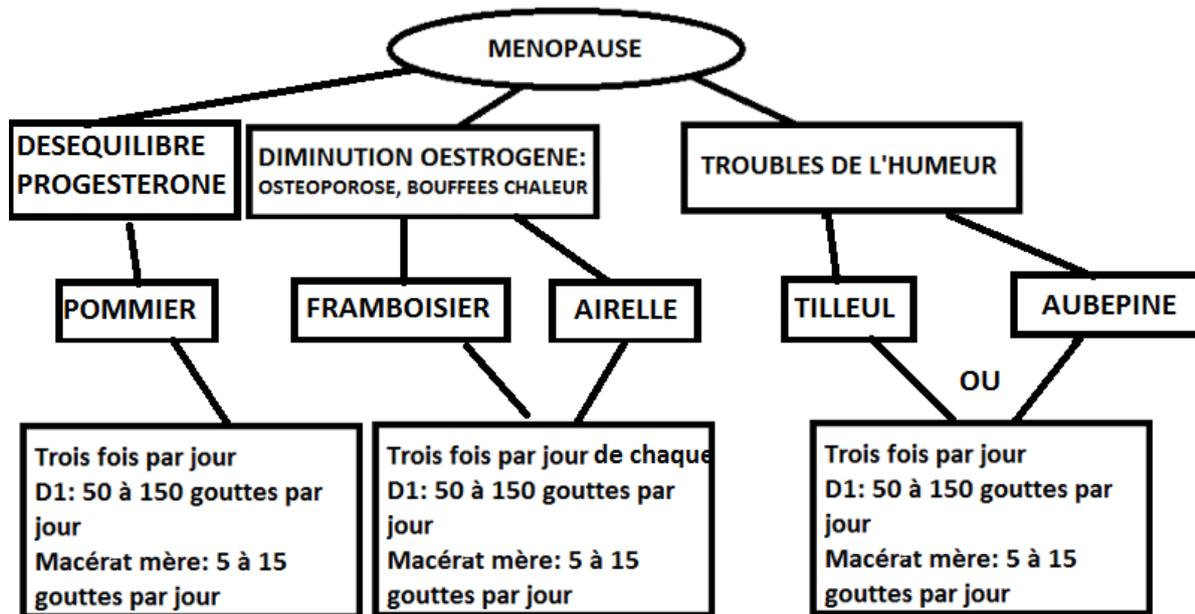


Figure 60: résumé gemmothérapie et Ménopause

4. Conseils associés

Lorsque les bouffées de chaleur ont une prédominance nocturne, une diminution du chauffage dans la chambre avec éventuellement des ventilateurs peut permettre de réduire la fréquence de survenue du symptôme gênant.

Il est conseillé d'éviter les aliments stimulant la chaleur corporelle comme le café, l'alcool, les épices et les boissons chaudes.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

Comme vu dans la partie précédente la prise de phyto hormones, tels que le soja, les lentilles, le seigle, peut améliorer les symptômes et les désagréments de la ménopause.

Selon l'organisme mondial de la santé la prise d'Actée à grappes noires (*Cimicifuga*) agirait sur les bouffées de chaleur et l'irritabilité. Pour plus d'efficacité, le traitement doit être de minimum trois mois. (77)

La prise d'homéopathie, peut être intéressante surtout pour les personnes dont le traitement de substitution hormonale est contre indiqué suite à des antécédents familiaux ou personnels de cancers hormono dépendants.

- Trois souches vont être utilisées pour réduire les symptômes généraux de la ménopause: *Lachetis mutus*, *folliculum* et FSH.

Ensuite plusieurs souches vont pouvoir être utilisées pour réduire les bouffées de chaleur. La prise sera de cinq granules au moment du symptôme.

- En cas de visage rouge avec augmentation de la fréquence cardiaque : *Amylium nitrosum* 5CH
- Si il y a présence de fortes sueurs : *Belladonna* 5CH
- Si il y a présence de céphalées : *Glonoinum*5CH.
- En cas de tension mammaire associé à la bouffée de chaleur : *Asterias rubens* 5CH.
- En cas de picotements au niveau des pommettes et dans les oreilles avec congestion du visage : *Sanguinaria canadensis* 5CH (62)

En aromathérapie on retrouve l'huile essentielle de Sauge sclarée (*Salvia sclarea*) efficace contre les bouffées de chaleur de survenue nocturne principalement grâce à son action anti diaphorétique (anti transpirante). La posologie recommandée est de deux gouttes trois fois par jour par voie orale (sur du pain, du miel ou un support neutre).

CHAPITRE 3 : Autres Désagréments féminin

I. Troubles sexuels :

1. Pathologies

Avec l'âge les femmes ont des sécheresses vaginales pouvant entraîner des douleurs et un inconfort durant les rapports.

Cela est dû à la baisse des hormones qui entraîne un retard de lubrification.

C'est une des causes principales de consultation de sexologie. La lubrification vaginale correspondrait à l'équivalent de l'érection chez l'homme. (78)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Les bourgeons les plus couramment utilisés en cas de troubles sexuels vont être ceux intervenants au niveau du système hormonal féminin.

Le bourgeon de framboisier (*Rubus idaeus*) chez les femmes en période féconde ou l'airelle (*Vaccinium vitis idaea*) chez la femme ménopausée. Ces deux bourgeons auront une action oestrogène like.

Le bourgeon utilisé comme progestérone like sera celui du pommier qui va aussi agir comme régulateur hormonal en diminuant le mauvais cholestérol (LDL) et en renforçant le bon cholestérol (HDL)

Le bourgeon de bouleau (*Betula pubescens*) va montrer son efficacité en tant que stimulateur endocrinien et agir ainsi sur la frigidité féminine

Le macérât de jeunes pousses de romarin (*Rosmarinus officinalis*) aurait aussi une action sur la sexualité de l'homme et de la femme. (12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

En cas de frigidité ou de baisse de la lubrification suite à une baisse des hormones féminines, il faudra recréer un cycle en donnant en première partie (de J1 à J14) les bourgeons d'airelle ou de Framboisier et en deuxième partie le bourgeon de pommier

Le bourgeon de Bouleau sera à prendre cinq jours sur sept tout au long du cycle

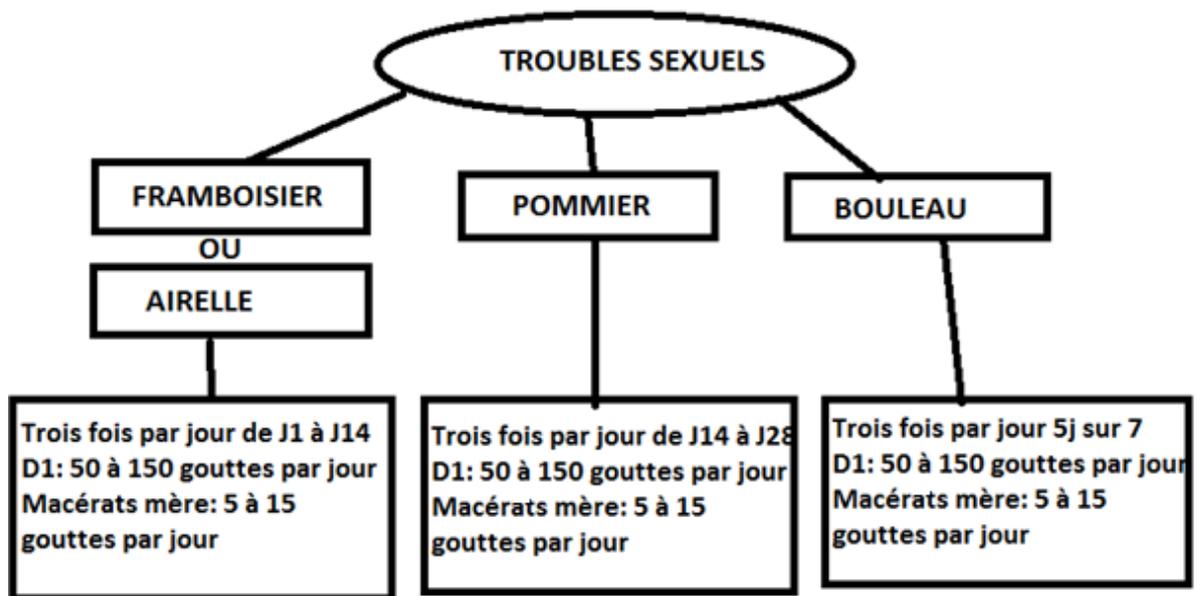


Figure 61: Résumé gemmothérapie et troubles sexuels

4. Conseils associés

Les conseils seront surtout d'ordre psychologique : ne pas hésiter à en parler à son partenaire, envisager une consultation psychologique ou sexologique. Surtout garder en tête que l'anxiété peut aggraver les symptômes.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

La littérature renvoie à divers traitements phytothérapeutiques utilisés traditionnellement. Nous retrouverons par exemple la macération de 80g de feuille de sauge dans un litre de vin (79).

En homéopathie, la posologie est de trois granules trois fois par jour, vingt jours par mois.

- en cas de frigidité : *Onosmodium* 9CH
- en cas de manque de désir : *Caladium Seguinum* 9CH
- En cas de sécheresse vaginale : *Lachetis mutus* 9CH et *Sépia* 9CH (62)

II. Ostéoporose

1. Explications pathologies

L'ostéoporose est une maladie diffuse du squelette causée par la diminution de la densité osseuse. Cela rend les os plus fragiles et augmente le risque de fracture.

La cause de celle-ci est la baisse des hormones sexuelles qui contrôlent le remodelage osseux et favorisent la formation des jeunes os.

L'ostéoporose survient souvent à la ménopause et aura une incidence plus accrue chez la femme à la suite de la ménopause. (80)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Les bourgeons à action hormonale auront bien sûr un rôle primordial : ainsi nous retrouverons l'airelle pour son action oestrogène like et le pommier pour son rôle de progestérone like.

Des bourgeons à action ostéoblastique seront envisagés tel que le bourgeon de ronce (*Rubus fruticosus*) qui va consolider le tissu osseux) ou le bourgeon de Séquoia (*Sequoiadendron giganteum*)

Des bourgeons à visé anti inflammatoires et agissant sur la croissance osseuse peuvent aussi être utilisés tel que le Pin (*Pinus montana*) qui combat la destruction du cartilage articulaire et l'aulne glutineux (*Alnus glutinosa*) ou encore le Bouleau (*betula alba*) qui de plus stimule les ostéoblastes. Le Cassis (*Ribes nigrum*) renforce le rôle anti inflammatoire des autres bourgeons. (12,81)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mère utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

La prise en continu est déconseillée, il est recommandé d'en prendre cinq jours sur sept ou trois semaines sur quatre.

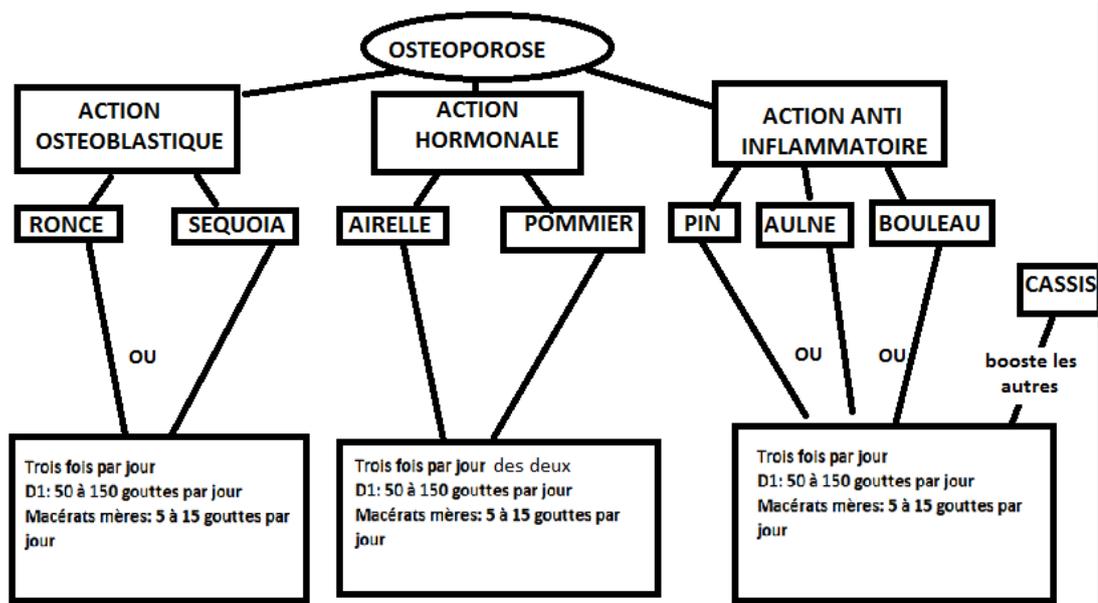


Figure 62: Résumé gemmothérapie et ostéoporose

4. Conseils associés

Comme lors de toutes pathologies à évolution chroniques, il est recommandé d'avoir une bonne hygiène de vie en limitant alcool et tabac.

Il est recommandé de consommer du calcium présent de manière importante dans les eaux Hépar et San pellegrino par exemple.

L'exposition au soleil est recommandée afin de permettre la synthèse de vitamine D responsable de l'absorption du calcium.

L'exercice physique tel que la marche est conseillé afin de maintenir la coordination et l'équilibre(82)

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

En phytothérapie c'est le bambou qui aurait une action sur l'ostéoporose du fait de sa richesse en silice qui joue un grand rôle dans la reminéralisation osseuse.

Mais dans le cas de l'ostéoporose causée par la chute des hormones, c'est la Luzerne qui sera intéressante (*Medicago sativa*). En effet c'est une plante phyto œstrogène riche en Isoflavone et en coumestrol, mais elle est riche en minéraux ce qui en fait une plante de choix dans la reminéralisation osseuse

Le thé aurait aussi un rôle dans la densité osseuse et serait bénéfique en cas d'ostéoporose. (83)

En homéopathie il y a peu de traitement pour traiter ou prévenir l'ostéoporose. La prise quotidienne de cinq granules trois fois par jours de dilution d'hormones parathyroïdiennes aurait montré une efficacité relative : Parathyroidinum 15CH. (62)

III. CYSTITE

1. Explication pathologie

Lorsque des bactéries tel que *E. coli* remontent la vessie, elles entraînent une inflammation de la paroi vésicale.

Cela amène aux symptômes : douleurs, brûlures à la miction, envies fréquentes d'uriner.

La femme du fait de la proximité entre l'orifice anal d'où provient *E. coli* et le conduit vésical est plus sujette aux cystites que les hommes. (84)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Le bourgeon de Bruyère (*Calluna vulgaris*) par son action diurétique et anti bactérienne apparait comme la thérapeutique de gemmothérapie de choix dans le traitement de la cystite. Cependant la présence d'Arbutoside le contre indique chez la femme enceinte.

On peut associer le bourgeon d'Airelle (*Vaccinum vitis idaea*) qui aura une action diurétique et désinfectante. Son action oestrogène like sera intéressante dans les cas de cystite causée par une fragilisation de la muqueuse due à la baisse des œstrogènes lors de la ménopause.

L'aulne (*Alnus glutinosa*) aura une action dans les inflammations aiguës. Son association avec le bourgeon de cassis (*Ribes nigrum*) renforcera celle-ci. (12)

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mères utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

Ces deux bourgeons sont à prendre durant toute la crise inflammatoire. Chez les personnes ayant des cystites récidivantes (plus de deux par an) la prise trois semaines par mois de manière chronique est recommandée.

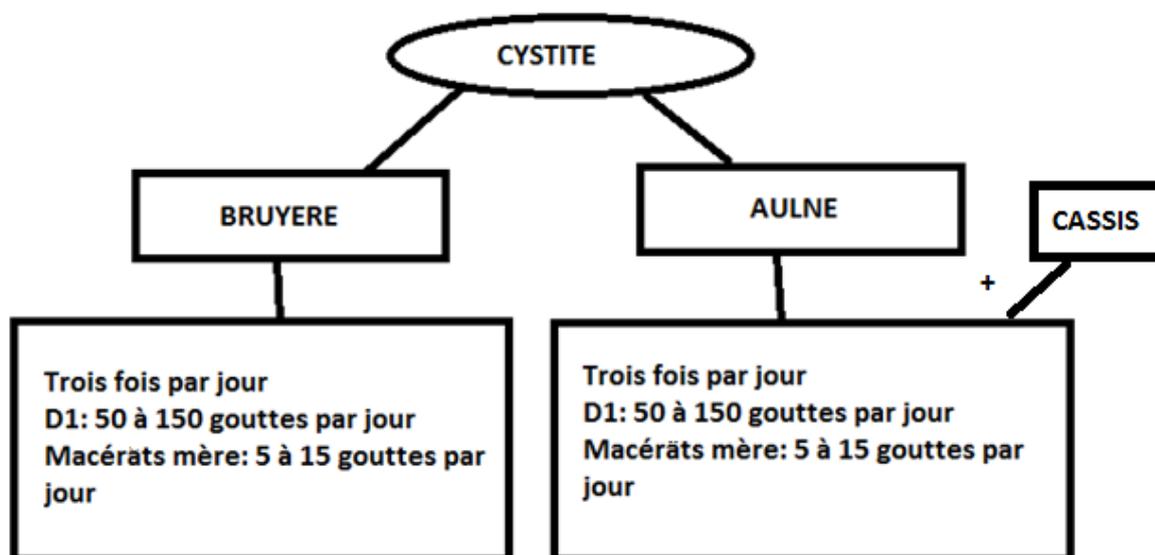


Figure 63: résumé gemmothérapie et cystite

4. Conseils associés

Il est conseillé de boire beaucoup et de ne pas se retenir d'aller uriner.

En prévention, le port de sous-vêtements en coton et le fait de s'essuyer la vulve d'avant en arrière et non l'inverse, permet d'éviter la propagation des bactéries anales dans le conduit vésical.

Chez certaines personnes, il est recommandé d'uriner après chaque rapport sexuel pour éviter l'infection.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

Le traitement de phytothérapie consistera en la prise de plantes diurétiques (cela augmente le volume des urines afin d'irriguer les voies urinaires pour éliminer les bactéries). Nous retrouvons ainsi le Bouleau, le pissenlit, la piloselle, l'ortie, le théier et la bruyère.

La Canneberge diminue la fixation des bactéries sur les parois urinaires grâce à la présence de proanthocyanidine. (85)

En homéopathie trois souches vont intervenir :

- *Cantharis vesicatoria* 9CH en cas de douleurs augmentant en urinant,
- *Staphysagria* 9CH lorsque la cystite est provoquée suite à des rapports sexuels.
- *Causticum* 9CH suite à un sondage vésical(62)

IV. JAMBES LOURDES

1. Explication pathologie

« Jambes lourdes » est un terme courant pour dire gonflement et douleur au niveau du mollet. Cela est dû à un mauvais fonctionnement des valvules des veines superficielles qui amène à la stagnation du sang par endroit avec la dilatation des veines.

Ce syndrome touche tout le monde homme ou femme mais la fréquence d'apparition chez la femme est supérieure. De plus ce phénomène de mauvaise circulation augmente en période pré menstruelle et lors de la grossesse. (86)

2. Les simples utilisés en gemmothérapie

Les bourgeons qui vont être utilisés pour soigner les « jambes lourdes » vont être des toniques veineux et draineurs lymphatiques comme le marronnier (*Aesculus hippocastanum*) et le châtaignier (*Castanea sativa*).

Nous pourrions également y associer l'Aulne glutineux (*Alnus glutinosa*) qui est le bourgeon des états inflammatoires circulatoires, régulant ainsi le phénomène de stase veineuse. (12)

Le bourgeon de Sorbier (*Sorbus aucuparia*) peut être utilisé aussi grâce à son action drainante du système veineux et fluidifiant sanguin.

3. Modalités de prise

Chaque bourgeon sera à prendre trois fois par jour à raison de 5 à 15 gouttes journalières pour les macérâts mères utilisés en phytoembryothérapie et de 50 à 150 gouttes par jour pour la dilution D1 utilisés en gemmothérapie.

Soit cinq jours sur sept ou trois semaines sur quatre. La prise en continue est déconseillée du fait de la forte concentration de molécules dans le macérât.

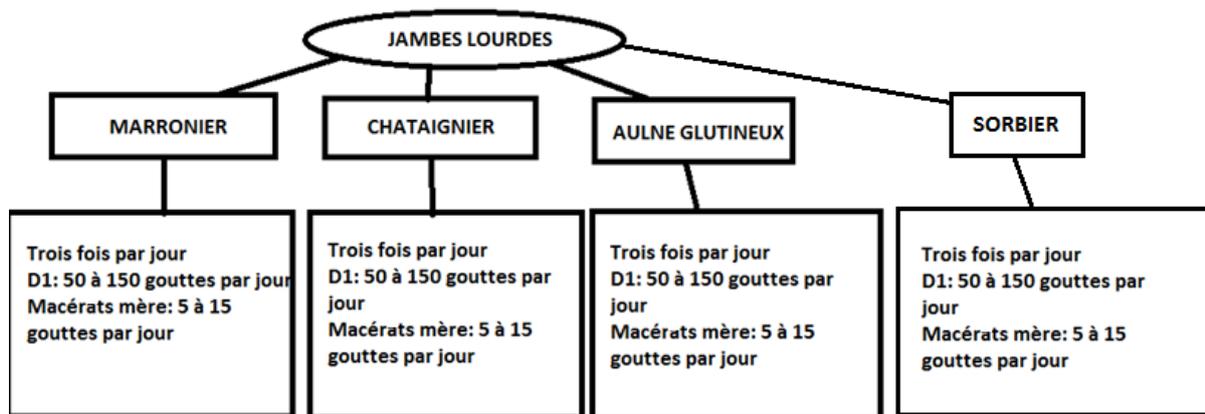


Figure 64: résumé gemmothérapie et jambes lourdes

4. Conseils associés

Il est fortement recommandé d'être actif, comme faire de la marche pour favoriser le retour veineux. Le port de bas de compression permet de soigner la maladie veineuse.

Pour apaiser la douleur, une douche froide sur la jambe en partant du bas vers le haut est souvent utilisée.

5. Autres traitements phytothérapeutiques et homéopathiques

En phytothérapie la feuille ou l'écorce d'hamamélis, par sa richesse en flavonoïdes et en tanins, permettront de réguler la perméabilité et le tonus vasculaire.

L'écorce de marronnier d'inde permet de stimuler et de protéger les vaisseaux sanguins.

Les feuilles de vignes rouges riches en flavonoïdes diminuent la perméabilité des vaisseaux et ainsi diminuent les œdèmes.

Le *Gingko biloba* possède des substances antioxydantes et anticoagulantes intervenant dans la micro circulation. (87)

Le traitement homéopathique doit se faire au minimum trois mois en continu à raison de 5 granules deux fois par jour de *Vipera redi* 5CH et de *Arnica montana* 9CH.

Nous retrouverons aussi l'hamamélis composée à raison de vingt gouttes buvables trois fois par jour ou cinq granules trois fois par jour(62)

CONCLUSION

Comme nous avons pu le voir, la gemmothérapie est utilisée depuis plus d'un siècle en Europe et principalement en Belgique où elle a vu le jour grâce au docteur Pol Henri. Ce parent pauvre de la phytothérapie aurait sa place dans le traitement des troubles de la femme. Que ce soit au niveau des troubles hormonaux généraux ou au niveau des symptômes plus précis. Que ce soit pour répondre aux différents stades de la vie d'une femme ou encore pour répondre à des pathologies silencieuses à fortes incidences chez la gente féminine.

Bien entendu elle reste une médecine de prévention à prendre pour éviter une crise ou que les symptômes incommodants persistent dans le temps. Elle est plus longue à agir qu'un traitement classique.

C'est une médecine qui se prend sur le long terme. Des fenêtres thérapeutiques sont à prendre en compte, soit une semaine par mois soit deux jours par semaine.

Pour résumé c'est une méthode utilisant l'alcool, la glycérine et l'eau comme véhicule pour extraire l'ensemble des molécules actives présentes dans les tissus embryonnaires végétaux. C'est donc une phytothérapie par voie orale comprenant des principes actifs concentrés, avec peu d'effets indésirables et de contre-indications. Cependant, sa teneur en alcool peut freiner au niveau de l'utilisation chez la femme enceinte, principalement pour le macérât à la dilution 1D.

Il faut néanmoins se méfier des phytohormones présentes dans les plantes qui peuvent avoir une incidence lors de cancer hormono-dépendant. Cependant, dans cette thèse nous avons vu que c'est justement leurs effets hormonaux qui étaient recherchés pour soigner les différents maux de la femme.

Avec cette présente thèse, j'espère avoir pu contribuer à faire découvrir et connaître cette médecine. La proposer à nos patientes lorsque la médecine allopathique est en échec, ou que les traitements hormonaux substitutifs (TSH) ne suffisent plus, ou au moment où elles s'inquiètent des risques augmentés de cancer. Il faut savoir mettre en avant nos connaissances phytothérapeutiques. Notre rôle est de soulager le patient sans lui nuire, selon notre devise « *Primum non nocere* ». Nous devons donc répondre à son besoin de manière naturelle sans lui perturber son équilibre hormonal pour autant.

Peut-être l'avenir donnera à la gemmothérapie une place de choix dans nos rayons de phytothérapie ? Bien que son coût soit élevé, certaines patientes lui trouveront une valeur autre qu'économique. Le confort avant l'argent, le bien-être primant sur l'économie.

C'est à nous, pharmaciens de demain, médecins phytothérapeutes, d'approfondir nos connaissances sur chaque plante, chaque bourgeon, chaque souche afin de répondre aux demandes croissantes de médecines douces de nos patients.

Que ce soit pour l'homéopathie, l'aromathérapie, la phytothérapie ou la gemmothérapie, peu d'études ont pu démontrer leur efficacité, mais l'usage est là et leur bonne utilisation permet de soulager nos patients. Ce sera à nous de présenter les produits, de savoir convaincre de leur efficacité malgré les discours de nos dirigeants. Nous devons croire aux bienfaits de la nature sur notre santé.

LEXIQUE

SIMPLES : nom donné au moyen âge aux plantes médicinales unitaires, par rapport aux remèdes complexes, qui pouvaient guérir une maladie

DROGUES VEGETALES : Ensemble des plantes, parties de plantes, algues champignons, lichens, principalement entiers, fragmentés ou coupés, utilisés en l'état, frais ou desséché (le plus souvent)

BILE : Utilisé dans la médecine hippocratique, c'est un caractère ancien venant du foie, désigne les personnes bileuses, enclin à la violence. Correspond à l'élément feu dans la médecine hippocratique

ASTRABILE : caractère ancien venant de la rate, désigne la bile noire symptôme de la mélancolie malade. Correspond à la mauvaise humeur, et à l'élément Terre. Il sera utilisé dans la médecine hippocratique

PHLEGME ou LYMPHE: une des quatre humeurs de la médecine hippocratique, elle est rattachée au cerveau. Correspond à l'eau. Elle désigne la maîtrise de soi et le calme

SANG : une des quatre humeurs de la médecine hippocratique, rattaché au cœur. Montre un caractère sanguin, jovial, chaleureux

ETHNOPHARMACOLOGIE : étude scientifique interdisciplinaire de l'ensemble des matières végétales, animales ou minérales et des savoirs et pratiques s'y rattachant, que les cultures vernaculaires mettent en œuvre pour modifier les états des organismes vivants, à des fins thérapeutiques, curatives, préventives ou diagnostiques.

MERISTEME : tissu cellulaire spécialisé dans la croissance. Celui-ci a des cellules indifférenciées qui vont ensuite donner les différents organes de la plante

MEDICAMENT : substance ou composition présentée comme possédant des propriétés curatives, préventives à l'égard des maladies humaines. Ils peuvent être administrés en vue d'établir un diagnostic médical et de restaurer, corriger ou modifier des fonctions physiologiques

PLANTES FRAICHES : utilisation juste après la récolte ou suite à une congélation

PLANTES SECHES : plantes fraîches mises à sécher jusqu'à l'obtention d'une teneur en eau résiduelle inférieure à 10%

VITAMINES HYDROSOLUBLES : vitamines solubles dans l'eau et non stockées dans l'organisme

VITAMINES LIPOSOLUBLES : vitamines soluble dans les graisses ce qui permet une mise en réserve par l'organisme

BIODISPONIBILITE : Quantité de médicament absorbée et vitesse d'absorption de celui-ci

EFFETS INDESIRABLES : réactions nocives se produisant dans des conditions normales d'utilisation d'un médicament ou suite à un mésusage

COMPLEMENTS ALIMENTAIRES : Denrée alimentaire dont le but est de compléter le régime alimentaire normal et de constituer une source concentrée en nutriment et ayant un effet physiologique marquant

AMM : autorisation de mise sur le marché incluant droit d'exploitation d'un médicament

MEDICAMENT HOMEOPATHIQUE : Médicament obtenu à partir de souches extraites selon procédé de fabrication homéopathique décrit dans la pharmacopée. Celles-ci sont diluées un grand nombre de fois afin d'obtenir des doses infinitésimales selon le principe de similitude. Toute substance capable d'induire un effet chez un patient sain doit à des doses infinitésimales pouvoir faire disparaître le symptôme d'un individu malade.

HORMONE : Messenger chimique véhiculé par le sang et sécrété par une glande endocrine

GLANDE ENDOCRINE : Structure spécialisée dans la sécrétion d'hormone qui sera véhiculée par le sang vers un autre organe

MASTITE : infection du tissu mammaire causée généralement par des bactéries

MASTALGIE : Douleurs au niveau des seins, aussi appelée mastodynne

POLLAKIURIE : Troubles de la miction entraînant une envie fréquente d'uriner

OSTEOBLASTE : C'est la forme jeune d'une cellule osseuse, provenant des cellules souches de la moelle osseuse

ANNEXES

ANNEXE 1 : LISTE DES TRAITEMENTS GEMMOTHERAPEUTIQUES

Réalisée selon cours de Gemmothérapie du centre de formation à distance de Belgique, 2018(38)

- ABCES : ORME et NOYER (un jour l'un, un jour l'autre)
- ACIDE URIQUE : BOULEAU, FRENE, GENEVRIER, CASSIS
- ACIDITE ESTOMAC : FIGUIER
- ACNE : CASSIS, GENEVRIER
- ACOUPHENE : SORBIER
- AEROPHAGIE : NOYER, AIRELLE
- ALLERGIE : GENEVRIER, BOULEAU, CASSIS, PROPOLIS, ROMARIN
- ANDROGENE : BOULEAU, SEQUOIA → stimulation masculine
- ANEMIE : FIGUIER, NOISETIER
- ANGINE DE POITRINE : AUBEPINE
- ANGOISSE : FIGUIER, AUBEPINE, TILLEUL
- ANTIBIOTIQUE : NOYER, AULNE GLUTINEUX
- ANTIFONGIQUE : NOYER
- ANTIHISTAMINIQUE : CASSIS, BOULEAU
- ANTI INFLAMMATOIRE : CASSIS, BOULEAU, AULNE GLUTINEUX
- ANTI VIRAL : ROSIER SAUVAGE
- APHTES : FIGUIER, AULNE GLUTINEUX
- APPETIT : FIGUIER
- ARTEROSCLEROSE CEREBRALE : CASSIS, GENEVRIER, OLIVIER
- ARTERITE : PEUPLIER, NOYER, AULNE GLUTINEUX, CORNOUILLER
- ARTHRITE : BOULEAU, GENEVRIER
- ARTHROSE : CASSIS, FRENE
- ARTHROSE GENOU : ROSIER SAUVAGE, CASSIS
- ARTICULATIONS DOULOUREUSES : ROSIER SAUVAGE, BOULEAU, CASSIS
- ARYTHMIE : AUBEPINE, CORNOUILLER
- ASTHENIE : CASSIS, SEQUOIA, CHENE
- ASTHME : NOISETIER, VIORNE, CHENE

- BALLONEMENT : NOYER, AIRELLE
- BOUFFEES DE CHALEUR : AIRELLE, FRAMBOISIER
- BOURDONNEMENT OREILLE : SORBIER
- BRONCHITE : CASSIS, RONCE
- ASSIMILATION CALCIUM : SAPIN PECTINE, AIRELLE
- CALCUL BILAIRE : ERABLE, FRENE
- CALCUL URINAIRE : BOULEAU, GENEVRIER
- CALMANT : AUBEPINE, POMMIER, TILLEUL, FIGUIER
- CANCER : GENEVRIER, BOULEAU, GUI
- CARIE DENTAIRE : SAPIN PECTINE
- CARTILLAGE : PIN DES MONTAGNES
- CELLULITE : CHATAIGNIER, GENEVRIER
- CEPHALEE : FIGUIER, NOISETIER, CASSIS, AULNE GLUTINEUX
- CERVEAU : FIGUIER, OLIVIER, SEQUOIA, AULNE GLUTINEUX
- CHEVEUX : AIRELLE
- CHOLAGOGUE : BOULEAU, GENEVRIER, ROMARIN
- CHOLESTEROL : BOULEAU, CASSIS, TILLEUL, GENEVRIER, OLIVIER, NOISETIER
- CIRCULATION CEREBRALE : AULNE GLUTINEUX
- CIRCULATION SANGUINE : CHATAIGNIER, AULNE, ROMARIN, SORBIER
- CIRRHOSE : GENEVRIER, NOISETIER, NOYER
- COLITE INTESTINALE : AIRELLE, FIGUIER, VIGNE, AULNE, ROMARIN
- CONGESTION VEINEUSE : MARINNIER, CHATAIGNIER
- CONSTIPATION : AIRELLE
- CONVALESCENCE : CASSIS, CHENE, BOULEAU, SEQUOIA
- CORONAIRE : CASSIS
- CORYSA : CASSIS, CHARME, ROSIER SAUVAGE
- COURBATURE : CASSIS, VIGNE
- COXARTHROSE : BOULEAU
- CROISSANCE : BOULEAU, ROSIER SAUVAGE, SAPIN PECTINE
- CYSTITE : GENEVRIER, AIRELLE
- DEMANGEAISON : BOUEAU, ORME, CASSIS, CEDRE
- DEMINERALISATION : SAPON PECTINE
- DENTITION INFANTILE : SAPIN PECTINE, BOULEAU

- DEPRESSION : FIGUIER, BOULEAU
- DEPURATIF : BOULEAU
- DERMATOSE : AIRELLE, CASSIS, NOYER
- DESINTOXICATION GENERALE : GENEVRIER, CASSIS, ROMATIN
- DIABETE : NOYER, GENEVRIER
- DIARRHEE : AIRELLE, NOYER, CHENE
- DIARRHEE POST ANTIBIO : NOYER, AIRELLE
- DIURETIQUE : GENEVRIER, BOULEAU, TILLEUL
- DOULEUR OREILLE : CASSIS
- DYSMENORRHEE : FRAMBOISIER, ROMARIN
- ECZEMA : CASSIS, ORME, NOYER, CEDRE
- ENURESIE : FIGUIER
- EPILEPSIE : FIGUIER, GUI
- ERYSIPELE : BOULEAU, AULNE GLUTINEUX
- ESTOMAC : AULNE GLUTINEUX, FIGUIER
- FATIGUE : CASSIS, SEQUOIA, CHENE
- MANQUE DE FER : NOISETIER, SAPIN PECTINE, TAMARIS
- FIBROME : RONCE, AIRELLE, NOISETIER
- FIEVRE : AULNE GLUTINEUX, FRENE
- FLATULENCE : NOYER, AIRELLE
- FLORE INTESTINALE : NOYER
- FLUIDIFIANT SANGUIN : CITRONNIER
- FOIE : BOULEAU, GENEVRIER, ROMARIN
- FORTIFIANT : CASSIS, CHENE, BOULEAU, SEQUOIA
- FRACTURE : CASSIS, SAPIN PECTINE, SEQUOIA
- FRIGIDITE : BOULEAU, CHENE, ROMARIN
- FROID EXTREMITÉ : CASSIS, ROMARIN
- FURONCULOSE : ROSIER SAUVAGE, ORME
- GASTRITE : FIGUIER, TILLEUL, AULNE GLUTINEUX
- GENCIVE SAIGNANTE : CHENE
- GOITRE : NOISETIER, VIORNE, AUBEPINE, CORNOUILLER
- GOUTTE : CASSIS, BOULEAU, FRENE
- GRIPPE : CASSIS, AULNE GLUTINEUX

- HEMORRAGIE : CORNOUILLER, CHARME
- HEMORROIDES : MARONNIER, SORBIER
- HEPATITE A ET B : GENEVRIER, SEIGLE, BOULEAU
- HERPES : ROSIER SAUVAGE, CHENE, ORME
- HOQUET : FIGUIER
- HYPERTENSION : AUBEPINE, GENEVRIER, GUI
- HYPOTENSON : AUBEPINE, CHENE, CASSIS
- HYPOGLYCEMIE : GENEVRIER, BOULEAU, NOYER
- HYPOTHYROIDIE : NOISETIER, VIORNE, AUBEPINE, CORNOUILLER
- IMMUNITE : CASSIS, NOYER
- IMPUISSANCE MASCULINE : SEQUOIA, ROMARIN
- INCONTINENCE URINAIRE : FIGUIER
- INFARCTUS : CORNOUILLER, MAIS, AULNE GLUTINEUX
- INFECTION : NOYER, BOULEAU, AULNE GLUTINEUX, ROSIER SAUVAGE
- INFLAMMATION : ROSIER SAUVAGE, NOYER, VIGNE, AULNE, CASSIS
- INFLAMMATION INTESTINALE : VIGNE, AIRELLE, ROMARIN
- INSECTE : CASSIS
- INSOMNIE : FIGUIER, TILLEUL, ROMARIN, OLIVIER
- INTESTIN : AIRELLE
- JAMBES LOURDES : VENAGEM
- KYSTE OVARIEN : AULNE GLUTINEUX, VIGNE
- LARYNGITE : AULNE GLUTINEUX, ROSIER SAUVAGE
- LIGAMENT : CASSIS, VIGNE VIERGE
- LYMBAGO SCIATIQUE : CASSIS
- LYMPHATIQUE : CHATAIGNIER, NOISETIER
- MAL DES TRANSPORTS : FIGUIER
- MEMOIRE : AULNE GLUTINEUX, ROMARIN, OLIVIER
- MENOPAUSE : AIRELLE, FRAMBOISIER
- MIGRAINE : FIGUIER, NOISETIER, CASSIS, AULNE GLUTINEUX
- NAUSEE : FIGUIER, ROMARIN
- NECROSE TISSULAIRE : CORNOUILLER, OLIVIER, AIRELLE
- NEPHRITE : GENEVRIER, BOULEAU
- NERVOSITE : FIGUIER, TILLEUL, ROMARIN, OLIVIER

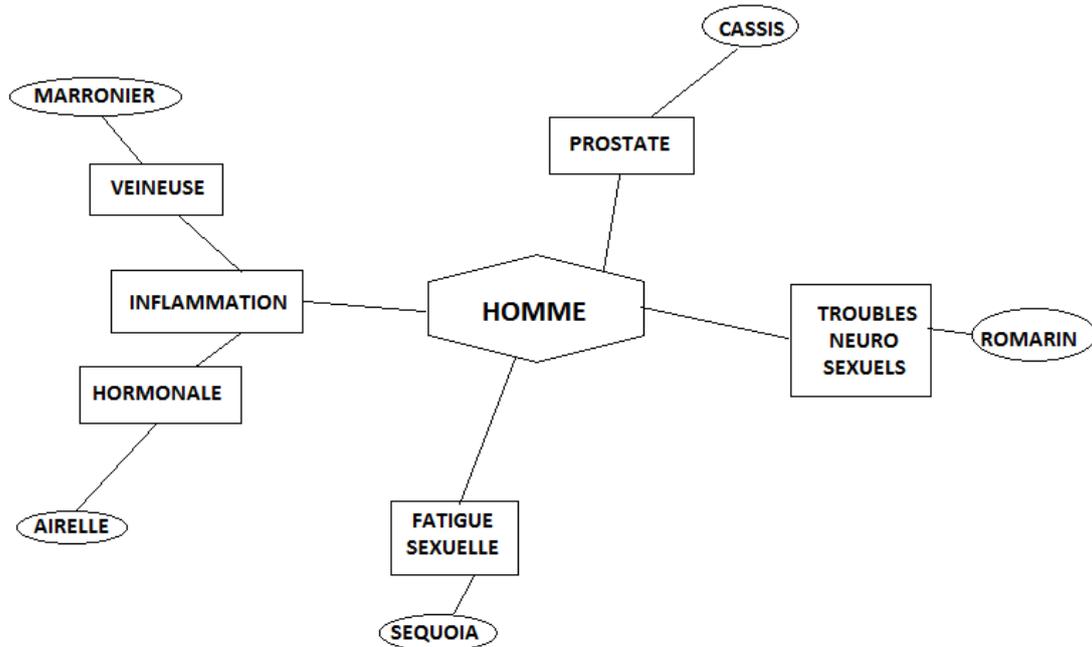
- NEVRALGIE : FIGUIER, OLIVIER, GUI, NOISETIER
- NEVROSE : FIGUIER, OLIVIER, TILLEUL
- OBESITE : BOULEAU, FIGUIER
- OEDEME : BOULEAU, CASSIS, GENEVRIER
- ORL : CASSIS, ROSIER SAUVAGE
- OS : BOULEAU, SEQUOIA, PIN DES MONTAGNES, RONCE
- OSTEOPOROSE FEMME : SEQUOIA, RONCE
- OSTEOPOROSE HOMME : AIRELLE, RONCE
- OSTEOPOROSE MIXTE : BOULEAU, CASSIS
- OTITE : ROSIER SAUVAGE
- PALPITATION : AUBEPINE, TILLEUL, GUI
- PANCREAS : BOULEAU, CASSIS, NOYER, OLIVIER
- PEAU : BOULEAU, ORME, CASSIS, CEDRE
- PHARYNGITE : AULNE GLUTINEUX, ROSIER SAUVAGE
- PHLEBITE : AULNE GLUTINEUX, BOULEAU, CHATAIGNIER
- PIQURE INSECTE : CASSIS
- PLAQUETTE SANGUINE BASSE : CHARME
- POLYARTHRITE CHRONIQUE EVOLUTIVE : GENEVRIER, BOULEAU, CASSIS, AIRELLE
- POUMON : NOISETIER, CASSIS, ROSIER SAUVAGE
- PROSTATE : AIRELLE, SEQUOIA, CASSIS
- PSORIASIS : CASSIS, NOYER, CEDRE
- RADICAUX LIBRE : ROMARIN
- RATE : BOULEAU
- REFLUX GASTRIQUE : FIGUIER, TILLEUL
- REGLES DOULOUREUSES : FRAMBOISIER
- REMINERALISATION : BOULEAU, PIN DES MONTAGNES, SAPIN PECTINE
- RHUMATISME : CASSIS, FRENE
- RHUME : CASSIS, CHARME, ROSIER SAUVAGE
- SANG PEU FLUIDE : CORNOUILLER, ROMARIN, AULNE GLUTINEUX
- SCLEROSE : NOISETIER, GENEVRIER, OLIVIER, NOYER
- SEDATIF : AUBEPINE, POMMIER, TILLEUL, FIGUIER
- SINUSITE : CASSIS, AULNE GLUTINEUX, CHARME
- SPASME : FIGUIER, TILLEUL

- STRESS : FIGUIER, TILLEUL
- SURRENALES : CASSIS
- TESTOSTERONE : CHENE
- THROMBOSE : CORNOUILLER, AULNE GLUTINEUX, PEUPLIER
- THYROIDE PARESSEUSE : BOULEAU, AMANDE DOUCE
- TONIQUE : CASSIS, BOULEAU, SEQUOIA
- TOUX : AULNE GLUTINEUX, PEUPLIER, ROSIER SAUVAGE
- TRANSIT : ROMARIN
- TRANSPIRATION : BOULEAU, FIGUIER
- ULCERE INTERNE : FIGUIER, AULNE GLUTINEUX
- ULCERE VARIQUEUX : CHATAIGNIER, SORBIER, NOYER
- VARICE : SORBIER, MARRINIER
- VARICELLE : NOYER
- VERRUE : FIGUIER, VIGNE
- VERTIGE : FIGUIER
- VESSIE : BOULEAU, GENEVRIER, AIRELLE
- VIRUS : ROSIER SAUVAGE, CASSIS
- ZONA : FIGUIER

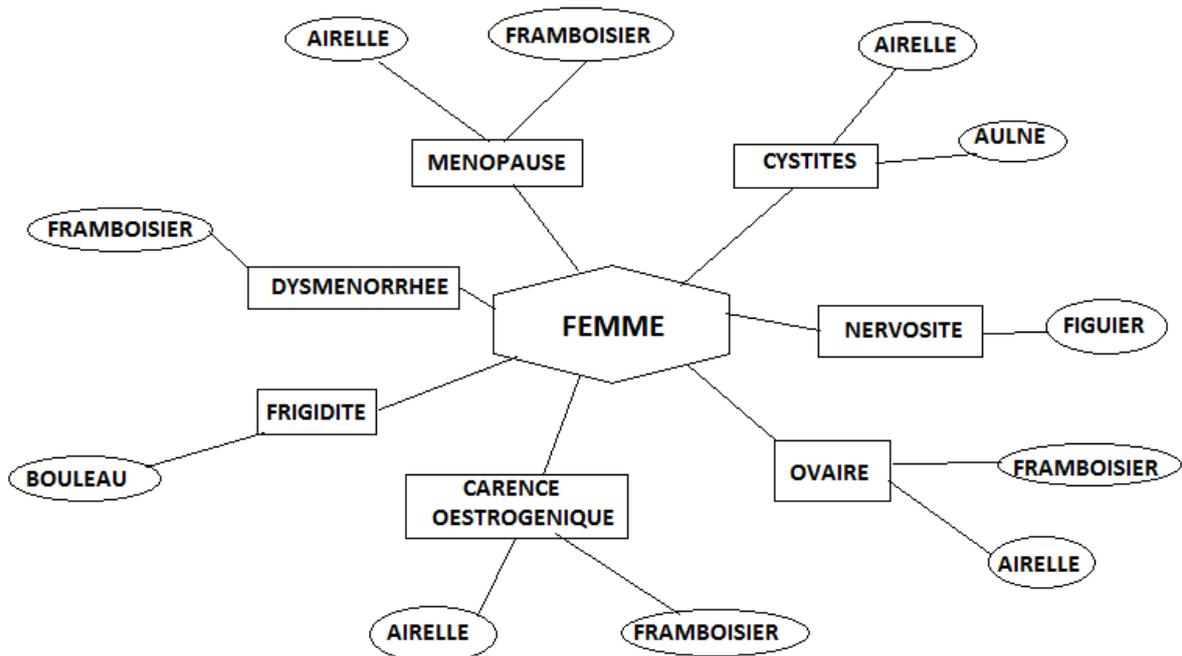
ANNEXE 2 : TRAITEMENTS GEMMOTHERAPEUTIQUES

Réalisé selon cours de Gemmothérapie du centre de formation à distance de Belgique, 2018(38)

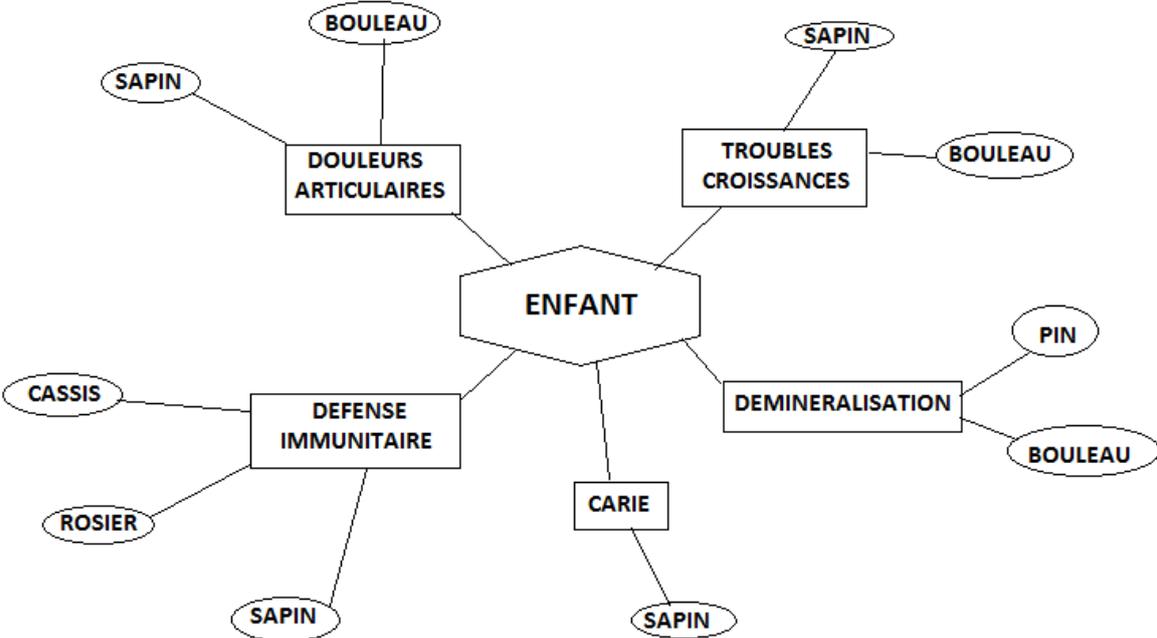
GEMMOTHERAPIE DE L'HOMME



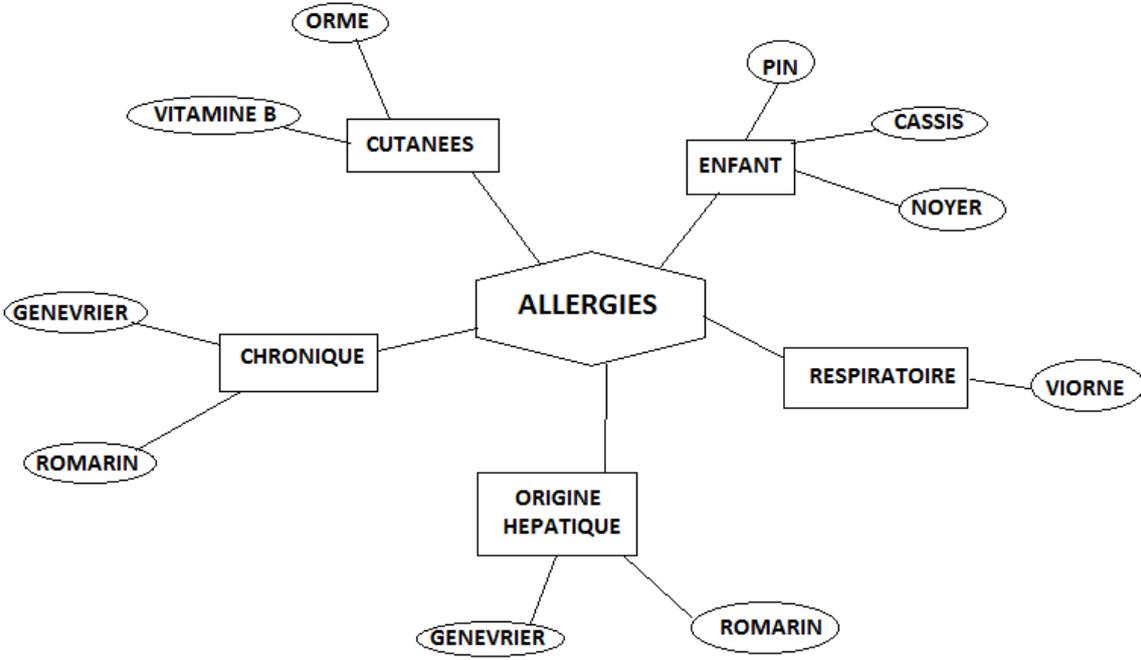
GEMMOTHERAPIE DE LA FEMME



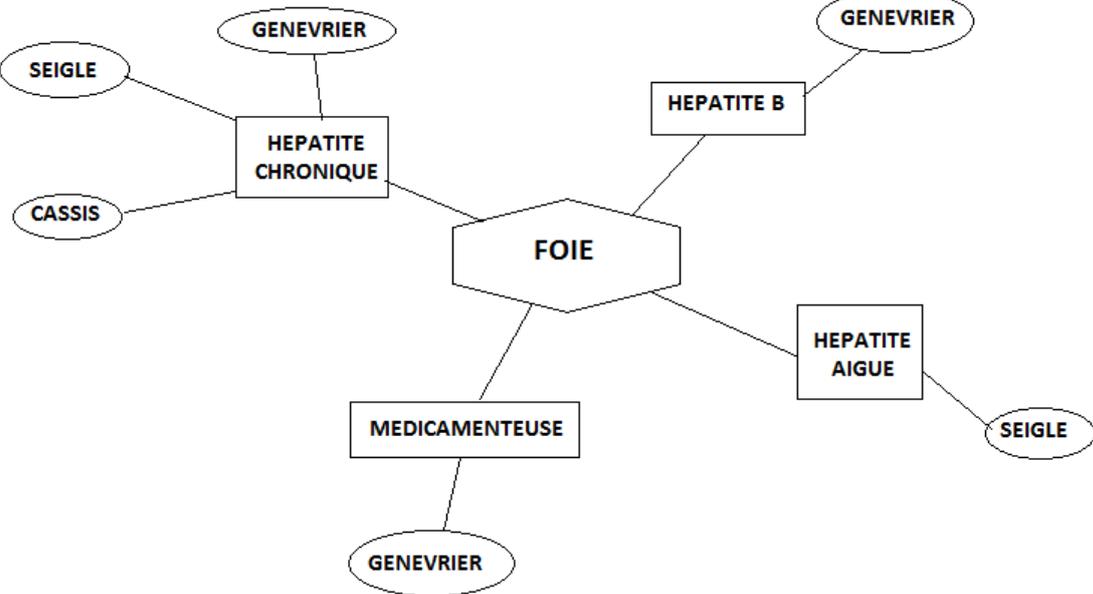
GEMMOTHERAPIE DE L'ENFANT



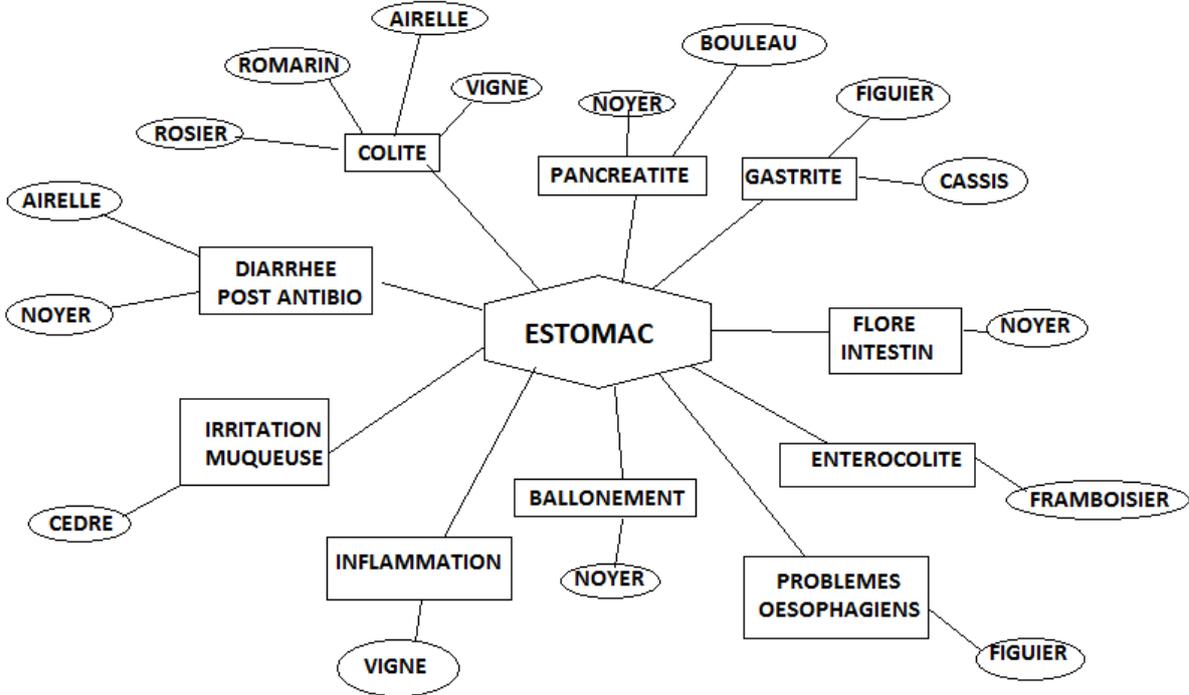
ALLERGIES



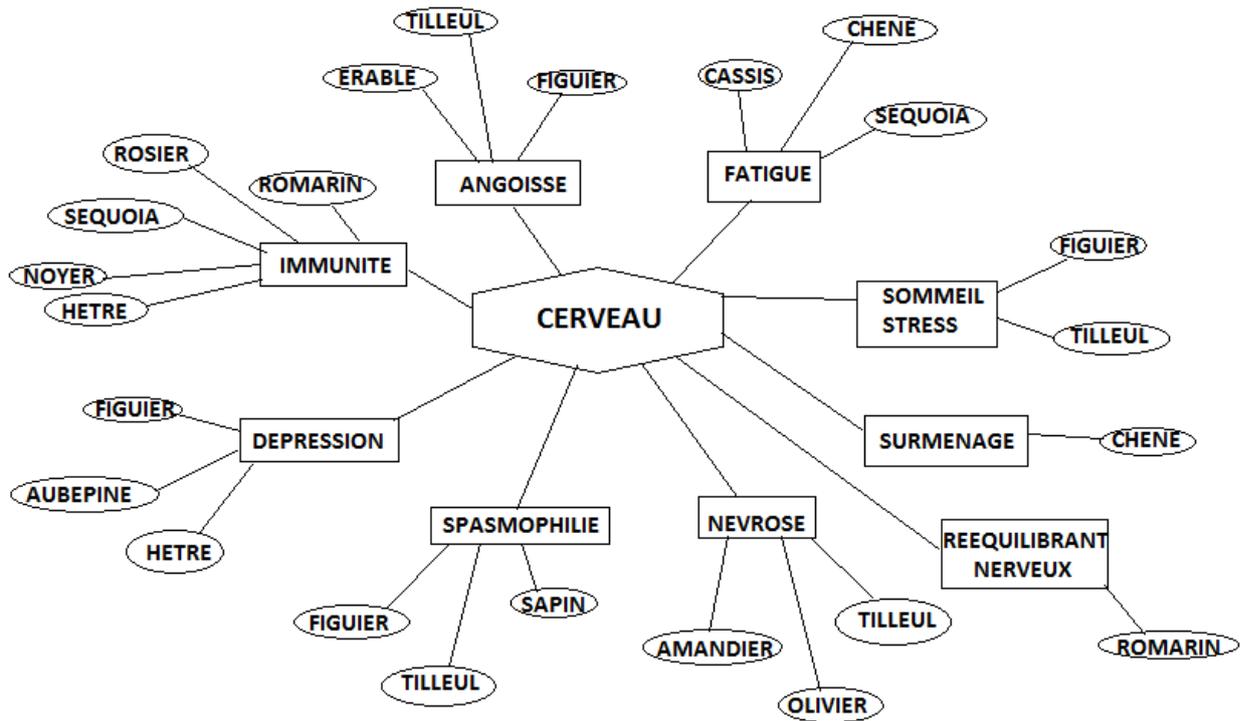
FOIE



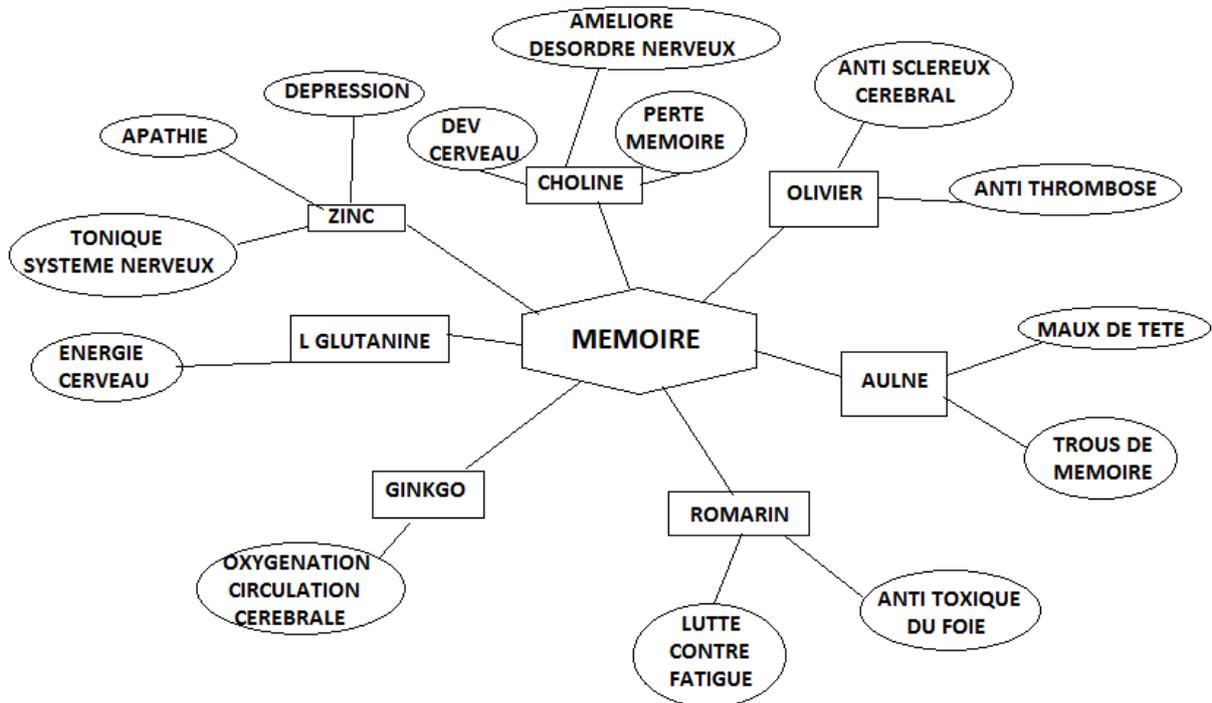
ESTOMAC



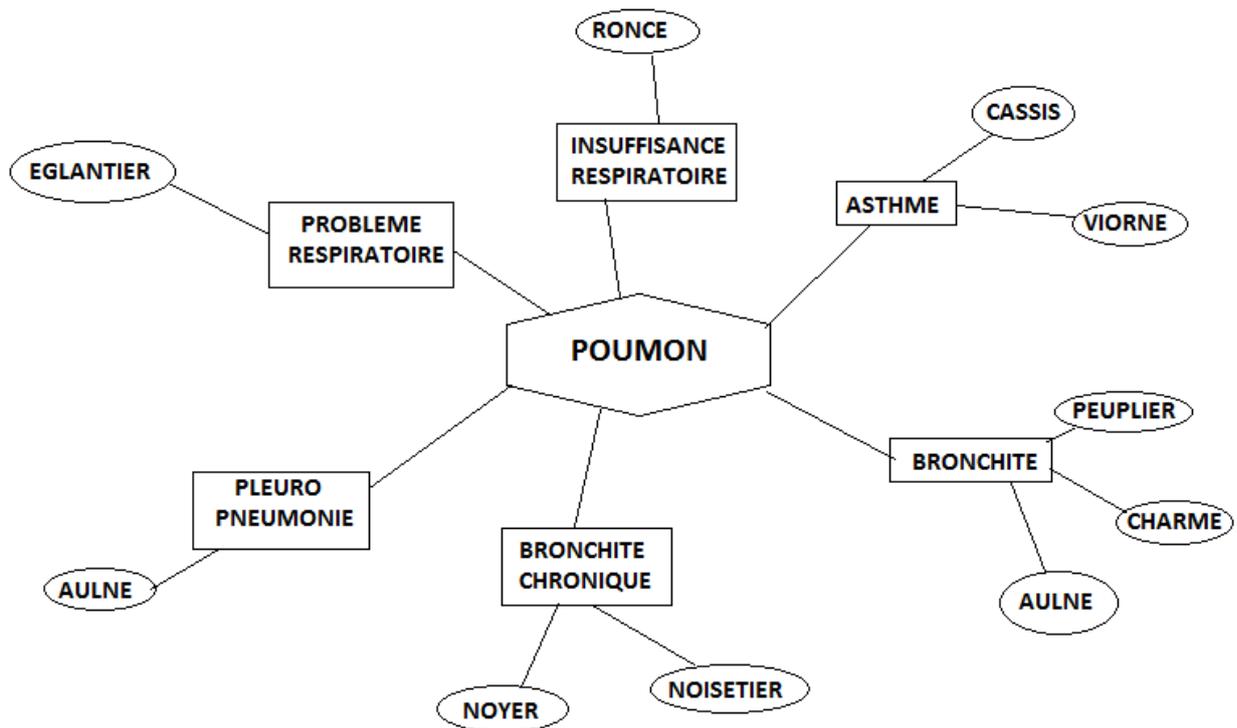
CERVEAU



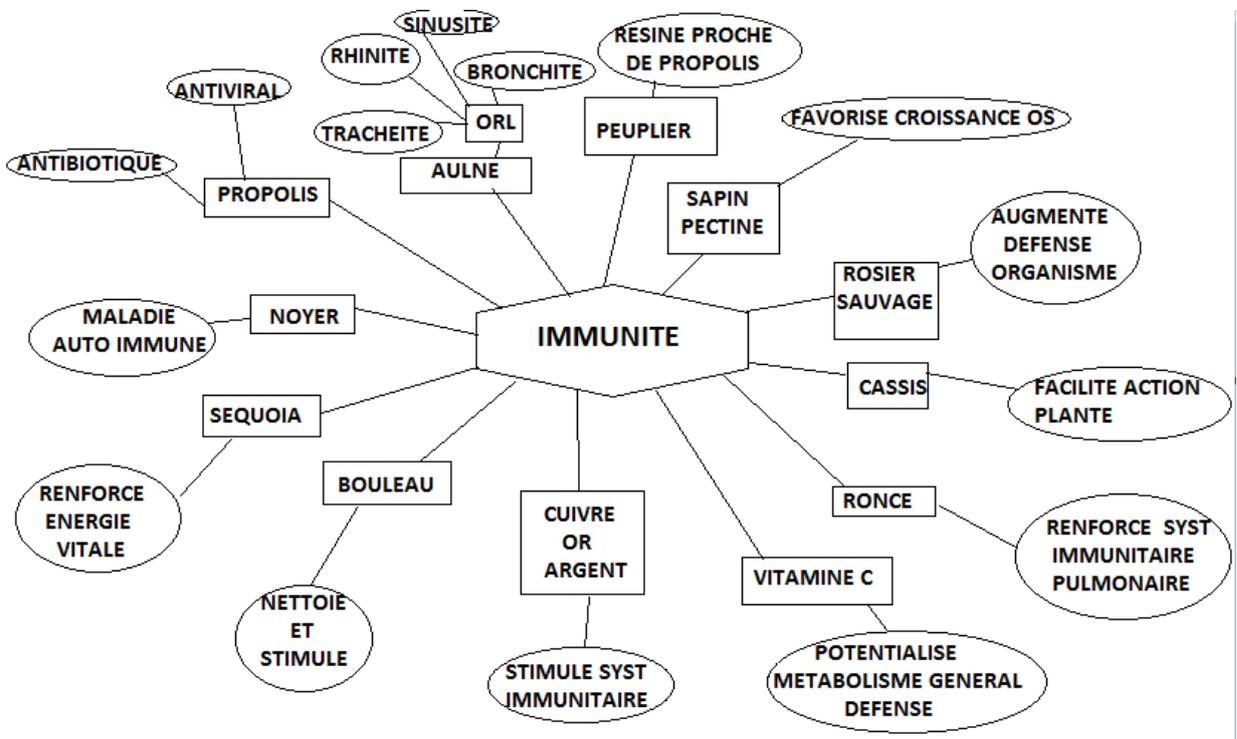
MEMOIRE



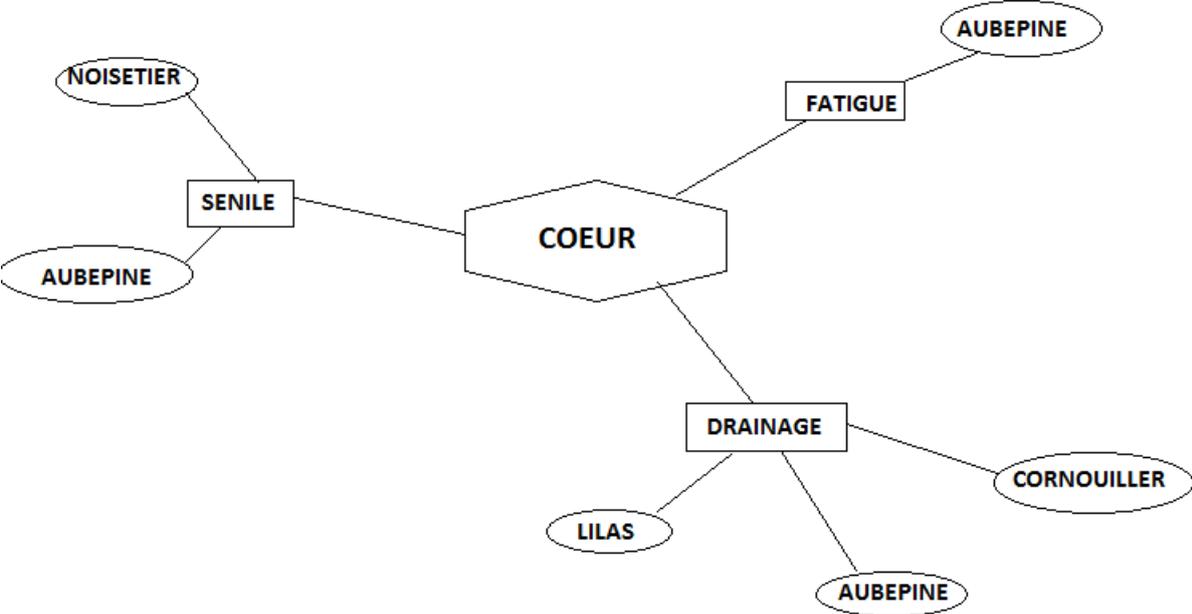
POUMON



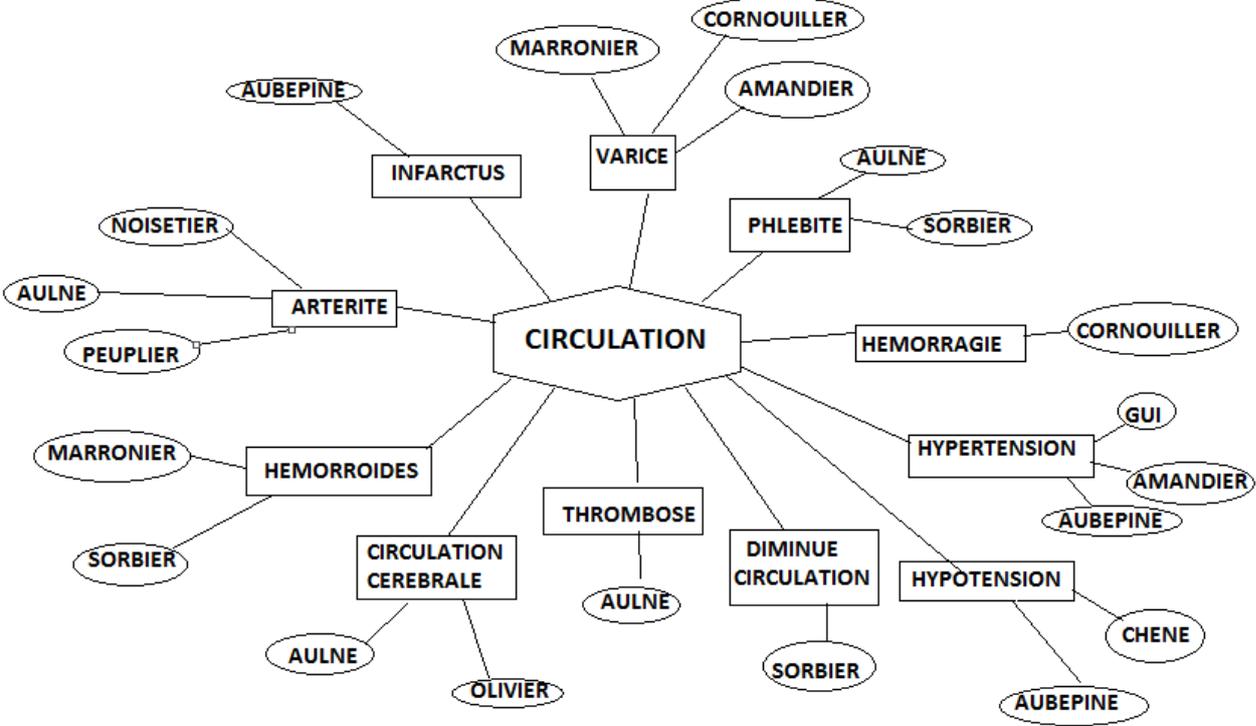
IMMUNITE



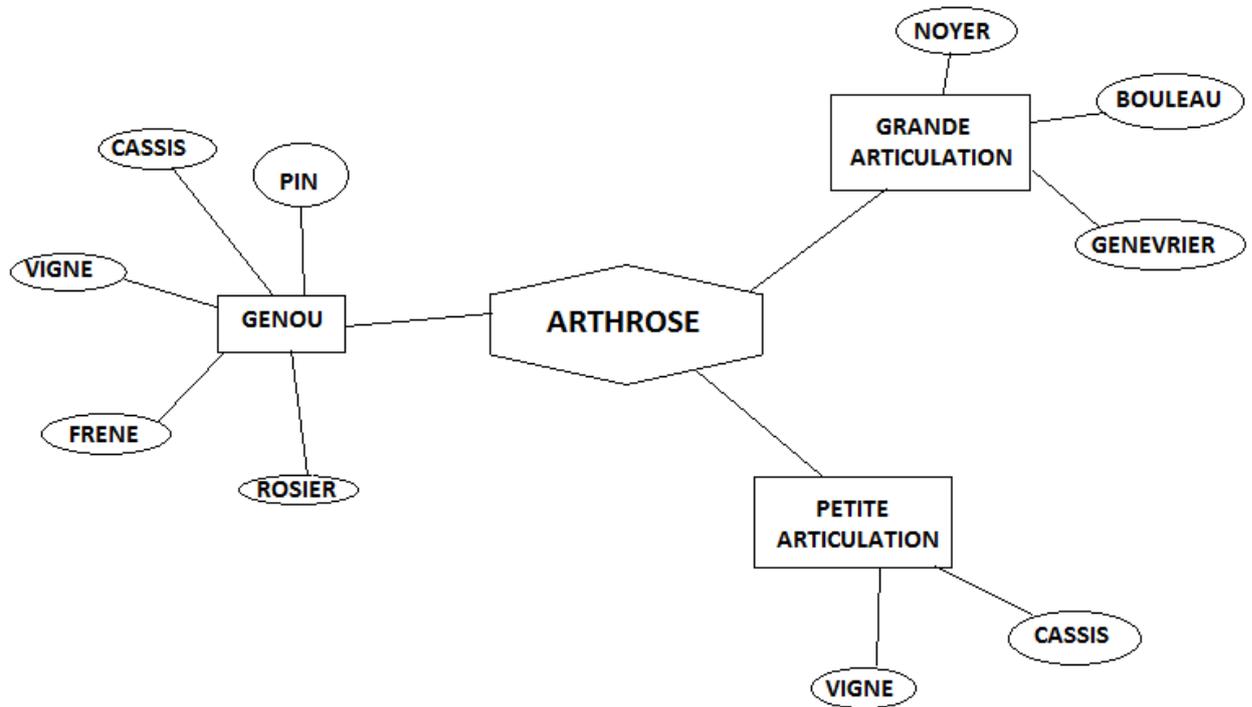
CŒUR



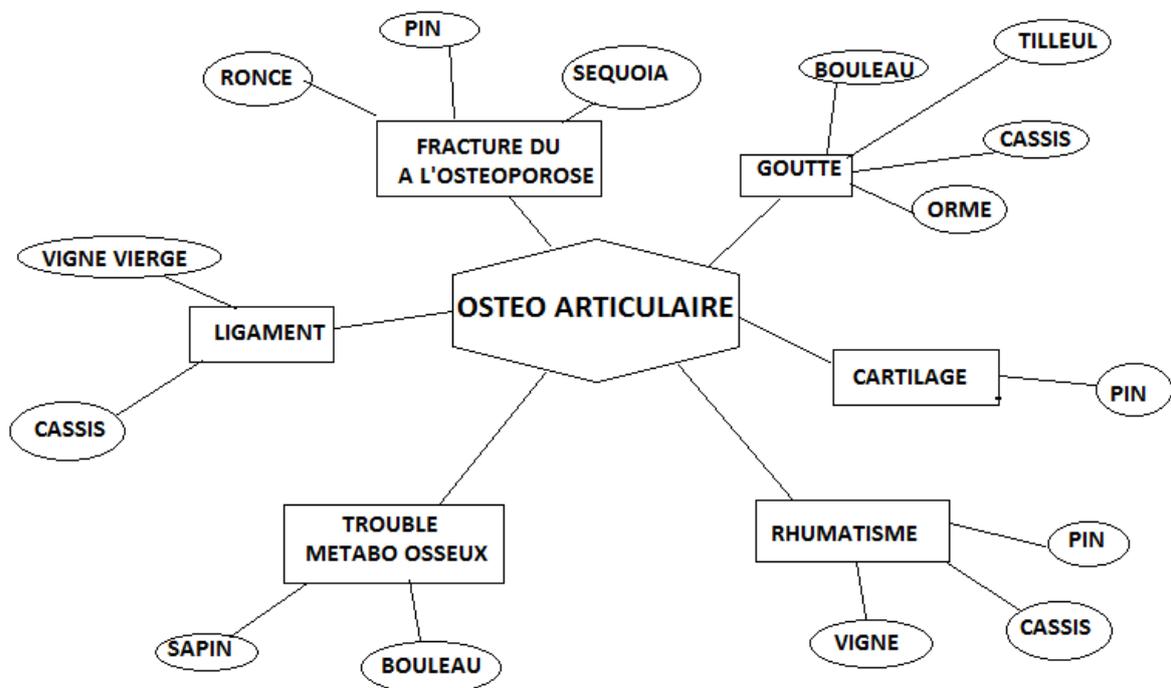
CIRCULATION



ARTHROSE



TROUBLES OSTEO ARTICULAIRES



ANNEXE 3 : DOSSIER DE NUTRIVIGILANCE

Formulaire de pharmacovigilance du site internet de l'ANSES(88)

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Déclaration à envoyer à :
Anses
Direction
de l'évaluation des risques
Nutrivigilance
14, rue Pierre et Marie Curie
94701 MAISONS-ALFORT Cedex
ou par mail : nutrivigilance@anses.fr

Dispositif de nutrivigilance

Déclaration d'effet indésirable
susceptible d'être lié à la consommation
de **complément(s) alimentaire(s)**
ou de **certain(s) produits alimentaires** ¹

Art. L. 1313-1 et R 1323-1 à -6 du Code de la santé publique



agence nationale de sécurité sanitaire
alimentation, environnement, travail

1 Les produits alimentaires concernés par la nutrivigilance sont les nouveaux aliments, les aliments qui font l'objet d'adjonction de substances à but nutritionnel ou physiologique, les compléments alimentaires et les denrées alimentaires destinées à une alimentation particulière.

A - Déclarant (Les coordonnées du déclarant sont requises pour permettre, si nécessaire, de compléter l'information) * Champs obligatoires

Profession Médecin Pharmacien Autre Autre, précisez

Nom * ou cachet du déclarant

Adresse

Ville * Code postal *

Téléphone Télécopie

Adresse électronique

B - Données relatives au consommateur * Champs obligatoires

Nom * (2 premières lettres) Prénom (première lettre) Age OU Année de naissance (aaaa)

Sexe Homme Femme Grossesse en cours oui Non Ne sait pas si grossesse date dernières règles

Poids en kg (nombre entier) Profession Taille (cm)

Antécédents du consommateur

Description des facteurs/ antécédents ayant pu favoriser l'effet indésirable

sans information

C - Produits alimentaires suspectés * Champs obligatoires

| | Produit 1 | Produit 2 | Produit 3 |
|--------------------------|--|--|--|
| Nom commercial* | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |
| Fabricant | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |
| N° de lot | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |
| Motif de la consommation | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |
| Dose de consommation | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |
| Lieu d'achat | <input type="radio"/> Pharmacie <input type="radio"/> Internet <input type="radio"/> Autre | <input type="radio"/> Pharmacie <input type="radio"/> Internet <input type="radio"/> Autre | <input type="radio"/> Pharmacie <input type="radio"/> Internet <input type="radio"/> Autre |
| Autre : précisez | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> | <input style="width: 90%;" type="text"/> |

| | Produit 1 | Produit 2 | Produit 3 |
|---|---|---|---|
| Date du début de la consommation | | | |
| Arrêt du produit | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas |
| Date de fin de la consommation | | | |
| Réversibilité des effets à l'arrêt | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas |
| Reprise de la consommation du produit | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas |
| Si oui, l'effet indésirable est-il réapparu ? | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Ne sait pas |

D - Description de l'effet indésirable

Date d'apparition des premiers effets

 / /

Délai d'apparition (en nb d'heures, de jours, de semaines)

Description des symptômes et examens réalisés * (si le cadre n'est pas assez grand, il est possible d'envoyer un document plus long)

Consultations

- Médecin
 Urgences
 Hospitalisation

Mise en œuvre de traitement

- oui
 Non
 Ne sait pas

Évolution

- Guérison général
 Guérison en cours
 Pas de guérison
 inconnue

Si traitement, lequel ?

E - Consommations associées

Important pour juger de l'imputabilité du complément alimentaire ou du produit alimentaire dans l'apparition de l'effet indésirable

Prise de produits associés dont médicaments ? (posologie, nom commercial...)

sans information

| | | | | | |
|----------------|---------------------------|---------------------------|-----------------------------------|----------|----------------------|
| Alcool | <input type="radio"/> Oui | <input type="radio"/> Non | <input type="radio"/> Ne sait pas | Quantité | <input type="text"/> |
| Tabac | <input type="radio"/> Oui | <input type="radio"/> Non | <input type="radio"/> Ne sait pas | Quantité | <input type="text"/> |
| Café | <input type="radio"/> Oui | <input type="radio"/> Non | <input type="radio"/> Ne sait pas | Quantité | <input type="text"/> |
| Cannabis | <input type="radio"/> Oui | <input type="radio"/> Non | <input type="radio"/> Ne sait pas | Quantité | <input type="text"/> |
| Autres drogues | <input type="radio"/> Oui | <input type="radio"/> Non | <input type="radio"/> Ne sait pas | | |

F - Commentaire éventuels

Autre informations et commentaires

Merci pour votre déclaration.

Conformément à la loi n°78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez exercer ce droit par courrier électronique et/ou par voie postale auprès de la Direction de l'évaluation des risques (unité nutrivigilance). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.

BIBLIOGRAPHIE

1. Fleurentin J. Du bon usage des plantes qui soignent. Ouest france. 2018. 378 p.
2. Andriane P. Traité de Gemmothérapie, la thérapeutique par les bourgeons. AMYRIS. 2011. 381 p.
3. Phytoembryothérapie- Partie historique [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <http://www.phytembryotherapie.com/FR/Historique.php>
4. Henri P. Gemmotherapie, Thérapeutique par les extraits embryonnaires végétaux. 1959. 125 p.
5. Tétau Max [Internet]. data.bnf.fr. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: https://data.bnf.fr/fr/11926273/max_tetau/
6. Tétau Max [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.babelio.com/auteur/Max-Tetau/116561>
7. Tetau M. Nouvelles cliniques de Gemmothérapie. SIMILIA. 1987. 156 p.
8. Vie-Santé 2018. Différences entre la Phytembryothérapie et la Gemmotherapie [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <http://vie-sante.fr/differences-entre-la-phytembryotherapie-et-la-gemmotherapie/>
9. L'officine naturelle 2018. La Gemmothérapie : une véritable « phytothérapie cellulaire énergétique globale » [Internet]. [cité 21 nov 2018]. Disponible sur: <http://lofficinenaturelle.fr/gemmotherapie-veritable-phytotherapie-cellulaire-energetique-globale/>
10. Baetes Marc, Bourmout Vanessa, Baetens Sylvie. La morphogenèse végétale et l'établissement du phénotype [Internet]. [cité 21 nov 2018]. Disponible sur: https://www.cap-concours.fr/sanitaire-et-social/concours-paramedicaux/viser/la-morphogenese-vegetale-et-l-etablissement-du-phenotype-cc_bio_15
11. Qu'est ce qu'un végétal? [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://handivert.wordpress.com/theorie-du-jardin/la-botanique/1-generalites/>
12. Ledoux F, Gueniot G. La phytoembryothérapie, l'embryon de la gemmothérapie. AMYRIS. 2012. 367 p.
13. Laboratoire Herbalgem. Gemmothérapie - Herbalgem [Internet]. [cité 18 nov 2018]. Disponible sur: <https://www.herbalgem.com/fr/gemmotherapie>

14. Les différents types de bourgeons [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.futura-sciences.com/planete/dossiers/botanique-pas-bourgeon-pas-foret-1187/page/3/>
15. Futura Planète-Définition Bourgeon [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.futura-sciences.com/planete/definitions/botanique-bourgeon-12057/>
16. Halfon R. La gemmothérapie, la santé par les bourgeons. Dangles. 2011. 116 p.
17. ANSM. Preparations homéopathiques [Internet]. 2012. Disponible sur: https://ansm.sante.fr/var/ansm_site/storage/original/application/7961d665567390b5ca9b990a9c28bac2.pdf
18. ANSM. Pharmacopée Française 11e ÉDITION. 2016.
19. Adrapharm (Association pour la Recherche Appliquée à la Pharmacopée), Pharmacopée française; chapitre Préparations Homéopathiques. 1983.
20. Compléments alimentaires - Présentation générale [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/s%C3%A9curit%C3%A9/produits-alimentaires/complements-alimentaires>
21. Les médicaments d'homéopathie - EurekaSanté par VIDAL [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/medicaments/homeopathie/medicaments-homeopathie.html>
22. Dambrine E, Carisey N, Pollier B, Girard S, Granier A, Lu P, et al. Dynamique des éléments minéraux dans la sève xylémique d'épicéas de 30 ans.
23. V. Anne-Claire Thèse: Un point sur la gemmotherapie en 2012. 2015.
24. Biogemm -Gémmothérapie et macérats mère de bourgeons bio - [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.biogemm.fr/>
25. Bagot J michel. Gemmothérapie Herbalgem: posologie, contre indications effets indésirables [Internet]. [cité 21 nov 2018]. Disponible sur: <https://www.pharmaciedesdrakkars.com/guides/gemmotherapie-herbalgem-posologie-contre-indications-effets-indesirables->
26. Laboratoire Herbalgem. Guide de Gemmothérapie-Des bourgeons pour votre santé. Edition Amarys- Bruxelles; 2018.
27. Morel JM. Le guide de la gemmothérapie- Se soigner par les bourgeons. FIRST;
28. Ben Ali. Anatomie et physiologie des glandes endocrines [Internet]. 2015. Disponible sur:<https://www.ch-carcassonne.fr/imgfr/files/Anatomiephysiologiedesglandesendocrines.pdf>

29. Grund. Plantes médicinales- 256 illustrations en couleurs. 1983.
30. Phyto-estrogène — WikiPhyto [Internet]. [cité 28 oct 2020]. Disponible sur: <http://www.wikiphyto.org/wiki/Phyto-estrog%C3%A8ne>
31. Islam S, Mia M, Apu AI, Halder J, Rahman F, Islam M. A comprehensive review on region based traditional Ayurvedic practitioner's plants secondary metabolites and their phytochemical activities in Bangladesh.
32. ScienceDirect Topics -Red Raspberry Leaf - an overview [Internet]. [cité 10 sept 2020]. Disponible sur: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/red-raspberry-leaf>
33. Fragrine — WikiPhyto [Internet]. [cité 31 oct 2020]. Disponible sur: <http://www.wikiphyto.org/wiki/Fragrine>
34. Jardin Alchimique. 2019-Le Framboisier pour accompagner les femmes [Internet]. [cité 26 avr 2020]. Disponible sur: <https://www.jardinalchimique.com/le-framboisier-pour-accompagner-les-femmes/>
35. Gao W, Wang Y, Hwang E, Lin P, Bae J, Seo SA, et al. Rubus idaeus L. (red raspberry) blocks UVB-induced MMP production and promotes type I procollagen synthesis via inhibition of MAPK/AP-1, NF- κ B and stimulation of TGF- β /Smad, Nrf2 in normal human dermal fibroblasts. J Photochem Photobiol B. 1 août 2018;
36. Catier O, Roux D. Cahiers du préparateur en pharmacie: Botanique, pharmacognosie et phytothérapie. 3e édition. 2007. (PORPHYRE).
37. Bruneton J. Pharmacognosie: phytochimie, plante médicinale. 2016. (Lavoisier Tec et Doc).
38. Formation à Distance. Cours de Gemmothérapie du Centre de Formation à Distance de BELGIQUE. 2018.
39. Kylli P, Nohynek L, Puupponen-Pimiä R, Westerlund-Wikström B, Leppänen T, Welling J, et al. Lingonberry (*Vaccinium vitis-idaea*) and European Cranberry (*Vaccinium microcarpon*) Proanthocyanidins: Isolation, Identification, and Bioactivities [Internet]. American Chemical Society; 2011 [cité 19 mars 2020]. Disponible sur: <https://pubs.acs.org/doi/pdf/10.1021/jf104621e>
40. Cos P, Bruyne TD, Hermans N, Apers S, Vlietinck DVB and AJ. Proanthocyanidins in Health Care: Current and New Trends [Internet]. Vol. 11, Current Medicinal Chemistry. 2004 [cité 19 mars 2020]. p. 1345-59. Disponible sur: <http://www.eurekaselect.com/61998/article>
41. Rauf A, Imran M, Abu-Izneid T, Iqbal H, Iqbal H, Iqbal H, et al. Proanthocyanidins: A comprehensive review. Biomed Pharmacother. 1 août 2019;116:108999.

42. Barker D. Lignans. *Molecules* [Internet]. 11 avr 2019 [cité 19 mars 2020];24(7). Disponible sur: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6479724/>
43. Basu P, Maier C. Phytoestrogens and breast cancer: In vitro anticancer activities of isoflavones, lignans, coumestans, stilbenes and their analogs and derivatives. *Biomed Pharmacother*. 1 nov 2018;107:1648-66.
44. Davis SR. Phytoestrogen therapy for menopausal symptoms? *BMJ*. 18 août 2001
45. Darne M. Auto-médication chez 222 patientes atteintes de cancers gynécologiques et traitées par chimiothérapie à l'hôpital de la croix-rousse entre octobre 2014 et septembre 2015 : focus sur 14 plantes et 4 substances naturelles les plus utilisées. 2018.
46. Plantes et Santé -Feuilles de cassis - Une alternative aux corticoïdes [Internet]. [cité 27 avr 2020]. Disponible sur: <https://www.plantes-et-sante.fr/articles/plantes-medicinales/2121-feuilles-de-cassis-une-alternative-aux-corticoides>
47. Plantes et Santé-Le cassis, veino-tonique et anti-inflammatoire [Internet]. [cité 27 avr 2020]. Disponible sur: <https://www.plantes-et-sante.fr/articles/jardin-medicinal/1859-le-cassis-veino-tonique-et-anti-inflammatoire>
48. EurekaSanté par VIDAL- Cassis [Internet]. [cité 27 avr 2020]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/parapharmacie/phytotherapie-plantes/cassis-ribes-nigrum.html>
49. Olejnik A, Kowalska K, Olkowicz M, Juzwa W, Dembczyński R, Schmidt M. A Gastrointestinally Digested Ribes nigrum L. Fruit Extract Inhibits Inflammatory Response in a Co-culture Model of Intestinal Caco-2 Cells and RAW264.7 Macrophages. *J Agric Food Chem*. 19 oct 2016
50. Garbacki N, Tits M, Angenot L, Damas J. Inhibitory effects of proanthocyanidins from Ribes nigrum leaves on carrageenin acute inflammatory reactions induced in rats. *BMC Pharmacol*. 21 oct 2004.
51. EurekaSanté par VIDAL- Oméga-6 (acide gamma-linolénique, acide linoléique) [Internet]. [cité 27 avr 2020]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/parapharmacie/complements-alimentaires/omega-6-acide-gamma-linolenique-acide-linoleique.html>
52. Li H, Webster D, Johnson JA, Gray CA. Anti-mycobacterial triterpenes from the Canadian medicinal plant *Alnus incana*. *J Ethnopharmacol*. 13 mai 2015
53. Dahija S, Cakar J, Vidic D, Maksimović M, Parić A. Total phenolic and flavonoid contents, antioxidant and antimicrobial activities of *Alnus glutinosa* (L.) Gaertn., *Alnus incana* (L.) Moench and *Alnus viridis* (Chaix) DC. extracts. *Nat Prod Res*. 2014
54. Médecine intégrée. 2013 - *Malus communis* [Internet]. [cité 26 mars 2020]. Disponible sur: <https://www.medecine-integree.com/malus-communis/>

55. Characterization and Comparison of the CPK Gene Family in the Apple (*Malus × domestica*) and Other Rosaceae Species and Its Response to *Alternaria alternata* Infection [Internet]. [cité 26 mars 2020]. Disponible sur: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4871508/>
56. EurekaSanté par VIDAL - Bouleau [Internet]. [cité 29 mars 2020]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/parapharmacie/phytotherapie-plantes/bouleau-betula-alba.html>
57. Laboratoire Herbalgem. Dossier technique: La gemmothérapie et les femmes; règles douloureuse et Ménopause. HERBALGEM; 2013.
58. laboratoire Armony de vivre. PHYTO GEM N°11 MENOPAUSE 40 ml Gémmothérapie [Internet]. [cité 18 nov 2018]. Disponible sur: https://www.armonydevivre.fr/ complexe-de-bourgeon-pour-lutter-contre-les-problemes-de-menopause-xml-290_349-1088.html
59. Netgen. Infections du sein [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.revmed.ch/RMS/2014/RMS-N-427/Infections-du-sein>
60. Douleur mammaire : - Problèmes de santé de la femme [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.msdmanuals.com/fr/accueil/probl%C3%A8mes-de-sant%C3%A9-de-la-femme/maladies-du-sein/douleur-mammaire>
61. Santé Magazine - 5 techniques pour soulager les seins douloureux [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.santemagazine.fr/medecines-alternatives/therapies-manuelles/massotherapie-et-massage/5-techniques-pour-soulager-les-seins-douloureux-178674>
62. Masson JL. L'homéopathie de A à Z. Poche Marabout; 2013.
63. Top Santé -5 plantes qui soulagent les troubles gynéco [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.topsante.com/medecine/gyneco/petits-maux/gyneco-5-plantes-qui-font-du-bien-53835>
64. EurekaSanté par VIDAL -Isoflavones (phytoestrogènes) [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/parapharmacie/complements-alimentaires/isoflavones-phytoestrogenes.html>
65. Santé Magazine -Kyste de l'ovaire : définition, symptômes, traitement [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.santemagazine.fr/sante/fiche-maladie/kyste-de-lovaire-177615>
66. Association EndoFrance - Qu'est ce que l'Endométriose [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.endofrance.org/la-maladie-endometriose/qu-est-ce-que-l-endometriose/>

67. Ameli.fr- Reconnaître la vaginite et ses causes [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/vaginite/definition-symptomes-facteurs-favorisants>
68. Passeport santé- Approches complémentaires de la vaginite - infection vaginale (mycose) [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=vaginite-pm-approches-complementaires>
69. Garitte L, De Moor P. Les Menstruations [Internet] [cité 21 nov 2018]. Disponible sur: <https://www.gynandco.fr/accueil-menstruations/>
70. EurekaSanté par VIDAL -La phytothérapie dans le traitement des règles douloureuses [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/maladies/sexualite-contraception/regles-douloureuses-dysmenorrhees.html?pb=phytotherapie-plantes>
71. Accouchement, délivrance et suites de couches normales [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <http://campus.cerimes.fr/gynecologie-et-obstetrique/enseignement/item22/site/html/cours.pdf>
72. Plantes et Santé -Préparer son accouchement [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.plantes-et-sante.fr/articles/solutions-naturelles/2020-preparer-son-accouchement>
73. Les hormones sexuelles [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: https://www.gfmer.ch/Presentations_Fr/Hormones_sexuelles.htm
74. Encyclopædia Universalis - PHYTOHORMONES ou HORMONES VÉGÉTALES - [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.universalis.fr/encyclopedie/phytohormones-hormones-vegetales/>
75. Homéopathie et médecines complémentaires à la une [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.homeophyto.com/>
76. Inserm- Ménopause [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/menopause>
77. EurekaSanté par VIDAL - La phytothérapie dans le traitement de la ménopause [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/maladies/sexualite-contraception/menopause.html?pb=phytotherapie-plantes>
78. Santé Magazine - Sécheresse vaginale : quelles sont ses causes ? [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.santemagazine.fr/sante/maladies/maladies-gynecologiques/secheresse-vaginale-queelles-sont-ses-causes-170854>
79. Saugé : posologie [Internet]. [cité 3 sept 2020]. Disponible sur: <http://www.guide-phytosante.org/anti-inflam-antalgiques/sauge/sauge-posologie.html>

80. Ameli.fr- Comprendre l'ostéoporose [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/osteoporose/comprendre-osteoporose>
81. Dursus C. Thèse- La gemmothérapie appliquée aux pathologies ostéo-articulaires fréquemment rencontrées à l'officine.
82. Tout sur l'Ostéoporose [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <http://tout-sur-osteoporose.fr/>
83. Ooreka - Ostéoporose [Internet]. Ooreka.fr. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <//osteoporose.ooreka.fr>
84. Infection urinaire : symptômes, traitements, prévention de la cystite [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=infection_urinaire_pm
85. EurekaSanté par VIDAL - Infection urinaire (cystite) [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/maladies/reins-voies-urinaires/infection-urinaire-cystite.html>
86. Ameli.fr - Jambes lourdes : symptômes et causes [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://www.ameli.fr/meurthe-et-moselle/assure/sante/themes/jambes-lourdes/symptomes-causes-facteurs-favorisants>
87. EurekaSanté par VIDAL - La phytothérapie dans le traitement de l'insuffisance veineuse [Internet]. [cité 9 déc 2019]. Disponible sur: <https://eurekasante.vidal.fr/maladies/coeur-circulation-veines/jambes-lourdes.html?pb=phytotherapie-plantas>
88. VigFormInterac.pdf [Internet]. [cité 27 avr 2020]. Disponible sur: <https://pro.anses.fr/nutrivigilance/Documents/VigFormInterac.pdf>

DEMANDE IMPRIMATURE

FACULTE DE PHARMACIE

UNIVERSITE DE LORRAINE

DEMANDE D'IMPRIMATUR

Date de soutenance : 29 octobre 2020

| | |
|--|--|
| <p>DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN PHARMACIE</p> <p>présenté par : DELARUE Laetitia</p> <p><u>Sujet :</u> LA GEMMOTHERAPIE AU SERVICE DES TROUBLES DE LA FEMME</p> <p><u>Jury :</u> Président : Mme LAURAIN MATTAR, Professeur Directeur : Mme LAURAIN MATTAR, Professeur Juges : Mme Nathalie JACQUOT, docteur en pharmacie Dr Jean Michel MOREL, docteur en médecine Dr Khalil TAOUBI, attaché scientifique chez BOIRON</p> | <p>Vu, Nancy, le 17/10/2020</p> <p>Le Président du Jury Directeur de Thèse</p> <p>Mme LAURAIN MATTAR, Professeur</p>  |
| <p>Vu et approuvé, Nancy, le 02.10.2020</p> <p>Doyen de la Faculté de Pharmacie de l'Université de Lorraine,</p>  <p>Pr. Raphaël DUVAL</p> | <p>Vu, Nancy, le - 9 OCT. 2020</p> <p>Le Président de l'Université de Lorraine,</p>  <p>Pierre MUTZENHARDT</p> <p>N° d'enregistrement : 11465C</p> |

TITRE

**LA GEMMOTHERAPIE AU SERVICE DES
TROUBLES DE LA FEMME**

Thèse soutenue le 29 octobre 2020

Par DELARUE LAETITIA

RESUME :

La gemmothérapie est peu connue en France, il s'agit d'une médecine naturelle, à partir de tissus embryonnaires végétaux. Celle-ci s'administre sous forme de gouttes à diluer dans un verre d'eau. Sa forte teneur en principe actif en fait un remède de choix.

Tout au long de sa vie, la femme va souffrir de plusieurs maux, telles que les douleurs menstruelles qui sont historiquement soignées avec des feuilles de framboisiers. Mais que se passerait-il si nous utilisions un bourgeon qui contient toute la puissance thérapeutique, tous les principes actifs de la plante adulte ?

Les désagréments liés à la ménopause sont des préoccupations souvent évoquées par les femmes en officine. Mais celles-ci rejettent les traitements hormonaux substitutifs, les patientes demandent des méthodes naturelles. Et si le bourgeon d'airelle riche en phytoestrogènes était la solution ?

La gemmothérapie peut être utilisée dans de nombreuses pathologies, pas forcément spécifiques à la femme, comme l'ostéoporose, les troubles de la circulation sanguine ou encore les troubles sexuels.

Cette thèse n'est pas exhaustive mais elle sera un bon point de départ pour découvrir la gemmothérapie au service de la femme.

MOTS CLES :

GEMMOTHERAPIE, PHYTOTHERAPIE, BOURGEON, MENOPAUSE, JAMBE LOURDE, PUBERTE

| Directeur de thèse | Intitulé du laboratoire | Nature |
|--------------------|-------------------------|---|
| PR LAURAIN MATTAR | PHARMACOGNOSIE | Expérimentale <input type="checkbox"/> Bibliographique <input checked="" type="checkbox"/> Thème <input type="checkbox"/> |

Thèmes

1 – Sciences fondamentales
③ – Médicament
5 - Biologie

2 – Hygiène/Environnement
④ – Alimentation – Nutrition
6 – Pratique professionnelle