

ANNÉE 2022

N°
(complété par la scolarité)

THÈSE
pour le
DIPLÔME D'ÉTAT
DE DOCTEUR EN PHARMACIE

par

Chloë Moreau

Présentée et soutenue publiquement le 7 novembre 2022

Utilisation de l'homéopathie lors de la grossesse, de l'accouchement et du post-partum par le prisme d'une enquête auprès de sages-femmes

Président : **Mme Hélène GAUTIER**, Maître de conférences de Pharmacie Galénique de l'Université de Nantes
Directrice de thèse : **Mme Pascale ROUSSEAU**, Docteure en Pharmacie, Enseignante à l'UFR Sciences Pharmaceutiques et Biologiques de Nantes
Membre du jury : **Mme Christine BOUTIN**, Pharmacienne Directrice de l'établissement Boiron Nantes

Table des matières

Introduction.....	8
I. Généralité sur l'homéopathie.....	10
A) Histoire de l'homéopathie.....	10
1. Fondation par Samuel Hahnemann	10
1. Principes fondamentaux de l'homéopathie.....	11
a) <i>Principe de similitude</i>	11
b) Principe d'infinésimalité	11
c) Principe de globalité	12
3. L'homéopathie aujourd'hui.....	13
a) <i>Marché de l'homéopathie</i>	13
b) <i>Enseignement</i>	14
B) Définition du médicament homéopathique	15
1. Étymologie	15
2. Matières premières	15
a) <i>Sources végétales</i>	15
b) <i>Sources animales</i>	16
c) <i>Sources minérales</i>	16
d) <i>Autres sources</i>	17
3. Définition du Code de Santé Publique	17
C) De la matière première au médicament : développement du médicament homéopathique	18
1. Fabrication du médicament homéopathique.....	18
a) La teinture mère.....	18
b) Les triturations.....	18
c) <i>Les dilutions</i>	19
2. Les différentes formes galéniques	19
a) Granules et globules	19
b) <i>Les formes liquides</i>	20
c) <i>Les suppositoires</i>	20
d) Les formes à application cutanée	20
e) Les autres formes galéniques.....	20
3. La mise sur le marché.....	21
a) Enregistrement et dossier d'Autorisation de Mise sur le Marché.....	21
b) <i>Pharmacovigilance</i>	22

D) Règles d'utilisation de l'homéopathie.....	23
1. Les modalités de prises de l'homéopathie.....	23
2. Les conseils de prise.....	24
3. Les posologies.....	25
4. Règles à l'officine.....	25
II. Utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte.....	27
A) Représentation générale de l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte via un questionnaire.....	27
1. Objectifs et hypothèses.....	27
2. Population étudiée.....	28
3. Outils.....	28
a) <i>Modalités d'envoi des questionnaires</i>	28
b) <i>Analyse du questionnaire</i>	29
4. Limites et biais de l'étude.....	30
B- Utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte à travers la pratique professionnelle des sages-femmes.....	31
1. La prescription homéopathique.....	31
2. Étude sur l'utilisation de l'homéopathie suivant le moment de la grossesse.....	32
3. Étude sur l'utilisation de l'homéopathie suivant le type de grossesse.....	33
4. Complément de traitements allopathiques.....	34
C- Recours à l'homéopathie chez la femme-enceinte.....	36
1. Utilisation en dehors de la grossesse.....	36
2. Principaux symptômes nécessitant un traitement homéopathique.....	36
3. Le choix du médicament homéopathique.....	38
a) Les raisons de ce choix.....	38
b) <i>Les influences extérieures</i>	40
4. En maternité.....	41
a) <i>Utilisation de l'homéopathie en maternité</i>	41
b) Consensus en maternité.....	42
5. Déremboursement.....	44
a) Impact du déremboursement.....	44
b) <i>Changements apportés dans les prescriptions</i>	45
.....	45
c) Solutions.....	46
D- Limite de l'utilisation de l'homéopathie.....	47

1. Réelle efficacité ou effet placebo ?	47
2. Automédication et danger.....	47
III- L'homéopathie durant la grossesse et le post-partum.....	49
A- Physiologie de la femme enceinte.....	49
1. Définition de la grossesse	49
2. Modifications physiologiques	49
3. Type Sepia	50
B- Homéopathie pendant la grossesse.....	51
1. Troubles digestifs	51
a) <i>Nausées et vomissements</i>	51
b) Constipation.....	52
c) Reflux gastriques	52
d) Hypersialorrhée	53
.....	53
e) <i>Ballonnements</i>	54
2. Douleurs	54
a) <i>Douleurs ligamentaires</i>	54
b) <i>Crampes</i>	55
.....	56
c) Lombalgie	56
d) <i>Les douleurs pelviennes</i>	57
.....	57
e) <i>Céphalées</i>	57
3. Troubles circulatoires	58
a) Hémorroïdes	58
b) <i>Jambes lourdes</i>	59
c) <i>Œdèmes</i>	60
.....	60
d) <i>Malaises</i>	60
4. Troubles cutanés et des phanères	61
a) <i>Vergetures</i>	61
b) <i>Masque de grossesse</i>	62
.....	62
c) <i>Chute de cheveux</i>	62
d) <i>Prurit gravidique</i>	63

5. Troubles du sommeil	63
<i>a) Insomnie</i>	63
<i>b) Pollakiurie</i>	64
<i>c) Anxiété</i>	65
<i>d) Asthénie</i>	65
6. Sevrage tabagique	66
7. Bouffées de chaleur	67
8. Troubles alimentaires	68
<i>a) Envies alimentaires</i>	68
<i>b) Aversions alimentaires</i>	69
C – Homéopathie durant l'accouchement	70
1. Angoisse	70
2. Préparation du col	70
3. Gestion des contractions	71
.....	71
4. Césarienne	72
5. Suite immédiate de couche	72
D- Homéopathie en post-partum	74
1. Cicatrisation	74
2. Saignements et pertes de liquides	75
3. Baby-blues	75
4. Tranchées utérines	76
5. Douleurs du périnée	77
6. Lactation	78
<i>a) Physiologie de l'allaitement</i>	78
<i>b) Stimulation de la lactation</i>	78
<i>c) Arrêt de la lactation</i>	79
<i>d) Crevasses</i>	80
<i>e) Douleurs</i>	80
Conclusion	82
IV. Bibliographie	84

Introduction

La grossesse est une étape particulière dans la vie d'une femme et chacune d'entre elles est vécue différemment. Durant cette période amenant à de nombreux bouleversements, la future maman a besoin d'être accompagnée au mieux. En effet, le corps change, les émotions se décuplent et peu de traitements allopathiques peuvent y remédier. Il est alors compliqué pour la femme de trouver le remède le plus approprié et qui soit sans risque pour elle et son bébé. J'ai pu observer cette difficulté dans un contexte familial, j'ai donc souhaité y apporter une réponse à travers cette thèse.

Avec un intérêt croissant pour le retour au naturel, l'homéopathie apparaît de plus en plus comme une solution. Avec les derniers scandales sanitaires concernant certains traitements allopathiques (exemple de l'affaire Médiator®), on observe une crainte des patients envers les traitements conventionnels. Inerte et sans effets indésirables, l'homéopathie permet également de s'adapter au mieux aux besoins de la femme en utilisant des traitements personnalisés. Aussi, l'un des avantages de cette thérapeutique est son action multiple puisqu'elle agit autant sur le versant physique que psychique. Cela explique d'ailleurs qu'elle soit la thérapeutique alternative la plus utilisée dans le monde.

Malgré tout, l'homéopathie reste décriée, jugée non efficace et sans fondements scientifiques. On explique notamment cela par la méconnaissance du mécanisme d'action de cette thérapeutique vieille de 200 ans. Aussi, nous avons essayé de connaître la place de cette médication durant le parcours de grossesse et le post-partum. Nous nous sommes intéressés également aux habitudes d'utilisation de l'homéopathie par les futures mamans et l'opinion des prescripteurs envers cette médication par le prisme d'une enquête auprès de sages-femmes.

A travers cette thèse, nous essayerons donc de répondre à ces questions. Dans un premier temps, nous évoquerons les généralités concernant l'homéopathie et quelles en sont les règles d'utilisation et de prescription. Puis dans un second temps, nous étudierons comment cette thérapeutique est aujourd'hui utilisée durant le suivi de grossesse et le post-partum ainsi que sa place durant ces périodes clés. Enfin dans un dernier temps, nous parlerons des multiples médicaments pouvant être employés durant les différents moments de la grossesse et du post-partum.

I. Généralité sur l'homéopathie

A) Histoire de l'homéopathie

1. Fondation par Samuel Hahnemann

L'homéopathie est une thérapeutique ancienne datant de plus de deux siècles dont le père fondateur est Samuel Hahnemann, né en 1755 à Meissen en Allemagne. Hahnemann réalise des études de médecine à l'université de Leipzig qu'il débute en 1775, en plus de cela, il effectue diverses traductions de textes relatant de médecine et de physiologie.(1)

C'est en 1790 que le docteur Hahnemann traduit l'ouvrage du médecin anglais William CULLEN, intitulé le "Traité de matière médicale". Cette œuvre littéraire contient un chapitre dédié au quinquina. Hahnemann découvre alors que cette plante est proposée dans le traitement du paludisme. Interrogé par ce chapitre, le docteur Hahnemann décide d'expérimenter cette matière première sur lui-même; sans être atteint de malaria, il ingère donc 3 à 4 grammes de quinquina. Il remarque alors une analogie entre ses symptômes et ceux provoqués par la "fièvre paludéenne". Pour vérifier que cette expérimentation n'est pas un cas isolé, Hahnemann réitère ses expérimentations pathogénétiques avec toutes sortes de "remèdes" et identifie leur action spécifique.(2)

A partir de cet instant, Samuel Hahnemann va devenir un pionnier de l'expérimentation. Il appelle d'ailleurs ses recherches des expériences pathogénétiques. Ces dernières découlent de la pathogénésie qui correspond à l'ensemble des signes pathologiques résultant de l'expérimentation chez l'homme sain d'une substance médicamenteuse active. Il détermine alors des pathogénies homéopathiques qui permettent d'alimenter la matière médicale.(3)

Cette nouvelle médication ne fait pas l'unanimité, malgré tout, la thérapeutique homéopathique se propage dans le monde entier notamment par la poursuite de travaux par les disciples d'Hahnemann. Le développement de l'homéopathie s'étend également avec la création de revues de médecine homéopathique ou encore par la fondation de l'association universelle des médecins homéopathes.

1. Principes fondamentaux de l'homéopathie

Lors de ces diverses études et expérimentations, Hahnemann met en évidence trois principes fondamentaux à la thérapeutique homéopathique. Ces principes font partie même de la définition du médicament homéopathique et ne peuvent en être dissociées. Similitude, infinitésimalité et globalité sont donc les fondements de l'homéopathie.(4)

a) Principe de similitude

Le premier principe émis par Samuel Hahnemann est le principe de similitude ou des semblables, principe déjà évoqué par Hippocrate vers 500 avant J-C. En effet, celui-ci écrit que "la maladie est produite par les semblables et par les semblables que l'on fait prendre, le patient revient de la maladie à la santé".

Ce principe est donc posé par Hahnemann en 1796, "*Similia similibus curentur*", soit "les semblables sont guéris par les semblables". Il énonce ce principe de la sorte que toute substance capable d'induire à dose pondérable chez un sujet sain des symptômes est susceptible, à dose très faible dynamisée, de faire disparaître des symptômes semblables chez le malade qui les présente.

Pour trouver les remèdes les plus adaptés à chaque pathologie, le docteur Hahnemann va donc rechercher les coïncidences entre les tableaux toxicologiques et les tableaux cliniques. Plus les deux tableaux sont superposables, plus le médicament homéopathique sera efficace. Pour illustrer ce principe, prenons l'exemple d'*Apis mellifica* obtenue à partir de l'abeille mellifère. La piqûre d'abeille provoque généralement un œdème et une douleur soulagés par l'application de froid. Le médicament homéopathique *Apis mellifica* est donc utilisé pour des symptômes œdémateux et douloureux soulagés par le froid. On pourra donc utiliser ce remède pour des coups, des chocs ou encore des œdèmes d'origine allergique. (5)

b) Principe d'infinitésimalité

Le deuxième principe invoqué par Hahnemann est le principe d'infinitésimalité, aussi appelé principe de haute dilution.

En effet, Hahnemann expérimentait ses médicaments homéopathiques à des doses faibles, néanmoins l'administration de ces remèdes entraînait parfois une aggravation de la maladie. Il décida donc progressivement de diminuer les doses à administrer par dilutions successives. Ainsi selon lui, plus une dose homéopathique est diluée, plus l'effet thérapeutique augmente. L'infinitésimalité permet donc d'éviter tout effet toxique tout en augmentant l'efficacité du remède. Ce principe est contraire à la médecine classique qui consiste à dire que plus la quantité administrée au patient est forte, plus les effets seront forts.

Au-delà de la simple dilution, Hahnemann indique qu'une dynamisation, aussi appelée succussion, permet une plus grande efficacité du médicament homéopathique. Cette dynamisation consiste à secouer vigoureusement le remède homéopathique entre deux dilutions. Permettant également l'homogénéisation, la dynamisation est indispensable à l'efficacité thérapeutique du médicament homéopathique. L'homéopathie se base donc sur le fait que la dilution permet de limiter les effets indésirables et la dynamisation permet de conserver l'efficacité thérapeutique.(6)

c) Principe de globalité

Enfin, le troisième principe évoqué par Hahnemann est celui de la globalité ou d'individualisation.

D'après le médecin Allemand, il ne faut pas s'intéresser uniquement aux symptômes mais envisager le patient dans sa globalité en tenant compte du versant physique et psychique. Pour être le plus efficace possible, le traitement doit donc être personnalisé au patient. Ainsi, pour une même pathologie, le choix du médicament homéopathique pourra être différent d'un patient à l'autre.

Le médecin homéopathe doit s'intéresser au terrain du patient, comprenant notamment la diathèse, c'est-à-dire "l'ensemble de symptômes distincts, atteignant simultanément ou successivement le même sujet et supposer relever de la même cause". Il existe quatre diathèses nommées sycose, tuberculisme, psore et luèse. (7)

Durant sa pratique homéopathique, le médecin homéopathe Léon Vannier va également déterminer différentes constitutions, composé de l'ensemble des facteurs favorisant le développement de certaines pathologies. Il décompte ainsi quatre constitutions basées sur la morphologie et le comportement psychomoteur du patient. Ces constitutions sont appelées carbonique, phosphorique, sulfurique et fluorique. (8)

Le tableau suivant récapitule les caractéristiques des quatre constitutions homéopathiques.

Tableau 1: Caractéristique des différentes constitutions

Constitution	Caractéristiques
Carbonique	Sujet robuste, de petite taille, plutôt lent et qui aime l'ordre, prédisposé aux maladies de surcharge.
Phosphorique	Sujet longiligne, sensible et qui aime le changement, prédisposé aux anémies.
Sulfurique	Sujet normo-ligne, prédisposé aux maladies de peau.
Fluorique	Sujet dystrophique, instabilité psychologique, prédisposé aux troubles de la croissance.

3. L'homéopathie aujourd'hui

a) Marché de l'homéopathie

Malgré une pratique ancienne de 200 ans, l'homéopathie est encore couramment utilisée dans le monde. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, elle fait aujourd'hui partie des thérapeutiques non conventionnelles les plus répandues avec environ 500 millions d'utilisateurs à travers le monde. De nos jours, le marché de l'homéopathie serait estimé à plus de 3 milliards d'euros.(9)

En France, l'homéopathie a été inscrite au Codex de la Pharmacopée Française (8ème édition) en 1965. C'est en 1984 que la ministre de la Santé, Georgina Dufoix accordera son remboursement à hauteur de 65%. Ainsi en 2018, le montant des traitements homéopathiques remboursé par l'Assurance Maladie s'élevait à 126,8 millions d'euros. Malgré tout, on observera une baisse progressive du taux de remboursement au fil des années, marqué par l'arrêt total de la prise en charge par la Sécurité Sociale en janvier 2021. Cependant, l'homéopathie reste une thérapeutique très utilisée puisqu'on comptait en 2017 encore 3581 médecins homéopathes inscrits auprès du Conseil national de l'Ordre. On estime d'ailleurs à 77% le nombre de Français ayant déjà pris de l'homéopathie au cours de leur vie. (10)

b) Enseignement

Aujourd'hui, certaines universités françaises enseignent encore l'homéopathie, tandis que d'autres facultés renoncent à former leurs étudiants sur cette thérapeutique. Il existe notamment des formations diplômantes comme le Diplôme Inter-Universitaire (DUI) de Thérapeutique Homéopathique enseigné à l'Université Paris 13 en partenariat avec diverses universités telles que celles de Marseille ou Lyon. Des formations sont également dispensées par des organismes comme l'Institut National Homéopathique Français ou encore l'École d'Homéopathie Classique.(11)

B) Définition du médicament homéopathique

1. Étymologie

A la découverte de l'homéopathie, S. HAHNEMANN nomma cette thérapeutique à partir du grec *omoios* "semblable" et *pathos* "souffrance, maladie". L'homéopathie se définit donc comme une méthode thérapeutique dont le but est d'administrer à une personne malade, une substance fortement diluée et dynamisée qui à dose élevée provoquerait des symptômes analogues à ceux de la maladie.

L'homéopathie s'oppose à l'allopathie du grec *allos* "autre" et *pathos* "souffrance, maladie". Ce mode de traitement consiste à utiliser des remèdes ayant un effet opposé à la pathologie. En conclusion, si l'homéopathie traite par le semblable, l'allopathie soigne par le contraire.(12)

2. Matières premières

L'homéopathie est caractérisée par les différentes souches qui la constituent, celles-ci sont diverses et variées. En effet, il existe près de 3 500 souches homéopathiques issues de diverses substances actives. Ces souches peuvent être d'origine naturelle, biologique ou encore synthétique et forment ainsi la matière première. Les médicaments homéopathiques sont désignés par le nom latin de la souche et non par leur dénomination scientifique. Parmi les souches d'origine naturelle, on retrouve essentiellement les sources végétales mais aussi animales et minérales.

a) Sources végétales

Les sources végétales sont majoritaires en homéopathie. Sur les 3 000 souches homéopathiques existantes, environ 1 400 sont d'origine végétale. Le laboratoire Boiron, leader

sur le marché français de l'homéopathie, indique que 53% de ses souches sont issues du végétal. (13)

Ces végétaux peuvent être utilisés sous forme de plantes entières fraîches ou séchées. Les formes séchées seront notamment utilisées pour les plantes exotiques nécessitant un long temps de trajet jusqu'au lieu de production. Parmi les différentes souches homéopathiques, on retrouve un certain nombre de végétaux toxiques pour l'homme à dose pondérale. On compte par exemple l'aconit (*aconitum napellus*) ou la belladone (*atropa belladonna*).

b) Sources animales

Il existe environ 500 souches d'origine animale. Pour ces souches homéopathiques, on utilise des animaux sains et les prélèvements doivent être effectués sous contrôle vétérinaire. La réalisation du médicament homéopathique peut nécessiter d'utiliser l'animal en entier, une partie seulement, ses sécrétions ou encore ses excréments. On peut citer l'exemple de la souche *Ambra grisea* obtenue à partir de concrétion intestinale du cachalot ou encore *Vipera redi* réalisée à partir de venin de vipère aspic.

L'Agence Nationale de Sécurité du Médicament (ANSM) a pris la décision, en 1999, de limiter l'utilisation des médicaments homéopathiques d'origine animale aux dilutions supérieures ou égales à 4 CH par mesure de précaution. (14)

c) Sources minérales

Les souches minérales peuvent être des corps simples comme l'iode donnant le médicament *Iodum* ou composés comme *Arsenicum iodatum* issue du triiodure d'arsenic. On retrouve aussi des complexes chimiques d'origine naturelle comme *Calcareo carbonica*, le carbonate de calcium provenant du calcaire d'huîtres. Dans cette catégorie, on trouve par

exemple, *Hepar sulfur* obtenue à partir du calcaire d'huitres et de fleurs de soufre. On compte environ 1 100 souches d'origine minérale.

d) *Autres sources*

On identifie également des sources dites de biothérapies. Ces dernières proviennent de substances définies par la pharmacopée française comme "des produits non chimiquement définis (sécrétions, excrétions pathologiques ou non, certains produits d'origine microbienne)". On compte 27 biothérapies. Ces biothérapies sont divisées en trois catégories. (15)

- **Les biothérapies Codex** : Elles sont issues de vaccins, toxines, anatoxines. Cette catégorie comprend par exemple, *Tuberculinum* dont l'origine est la tuberculine humaine.
- **Les biothérapies simples** : Elles sont obtenues à partir de cultures bactériennes diluées puis dynamisées. Il s'agit notamment de *Staphylococcinum* issue de culture de staphylocoques.
- **Les biothérapies complexes** : Dans cette catégorie, les médicaments sont formulés à partir de prélèvements sur des patients malades encore non traités pour leur pathologie. Par exemple, *Psorinum* provient des lésions de la gale de patients malades.

3. Définition du Code de Santé Publique

La définition du médicament homéopathique est donnée par le Code de Santé Public depuis 1998 comme "tout médicament obtenu à partir de substances appelées souches homéopathiques, selon un procédé de fabrication homéopathique décrit par la pharmacopée européenne, la pharmacopée française ou, à défaut par les pharmacopées utilisées de façon officielle dans un autre État membre de la Communauté européenne. Un médicament homéopathique peut aussi contenir plusieurs principes". (Art.[L. 5121-1](#), alinéa 11, [L.5121-13](#)). (16)

C) De la matière première au médicament : développement du médicament homéopathique

1. Fabrication du médicament homéopathique

a) *La teinture mère*

En médecine homéopathique, la matière première est appelée "souche" et le plus souvent nommée en latin. Le médicament homéopathique est donc désigné par le nom de la souche associé au degré de dilutions.

La préparation du médicament homéopathique commence tout d'abord par la préparation de la teinture mère. D'après la Pharmacopée Européenne (5ème édition), "les teintures mères pour préparations homéopathiques sont des préparations liquides, obtenues par action dissolvante d'un véhicule approprié sur des matières premières".

La préparation de la teinture mère s'effectue en laissant macérer pendant trois semaines la plante ou l'animal dans de l'alcool titrée entre 40 et 90 degrés. Ces préparations obéissent à la réglementation des substances vénéneuses et peuvent donc être listées. Notamment, on retient la teinture mère d'Opium qui ne peut pas s'obtenir sans ordonnance.

Les teintures mères subissent par la suite différents contrôles définis par la Pharmacopée tels qu'une identification par Chromatographie sur Couche Mince, un contrôle de densité ou encore une recherche de résidus secs.(17)

b) *Les triturations*

Pour les médicaments d'origine minérale, insolubles, la fabrication de teinture mère est impossible. Ainsi, on utilise le procédé de la trituration. Pour cela, on effectue un broyage de la matière première qui est ensuite dispersée au sein d'un excipient dit pulvérulent. De fait, il s'agit d'une dilution en milieu solide dont l'excipient utilisé est généralement le lactose.(18)

c) Les dilutions

Après la préparation de la matière première, l'étape prépondérante est la dilution. Elle peut se faire de deux façons, soit de 10 en 10 qui donnera des dilutions en DH (Décimale Hahnemanienne), soit de 100 en 100 qui donnera des dilutions en CH (Centésimale Hahnemanienne). Il existe deux méthodes pour effectuer les dilutions : la méthode Hahnemannienne et la méthode Korsakovienne.(19)

A partir de 11CH, une préparation se trouve en dessous du nombre d'Avogadro. C'est pour cela qu'à partir du XXème siècle, les homéopathes ont séparé les dilutions en deux catégories. La première catégorie concerne les dilutions en deçà de 11CH qui correspondent à l'homéopathie moléculaire. Les dilutions plus élevées font quant à elles partie de l'homéopathie non moléculaire.

La dilution définit également le type d'utilisation. En effet, les dilutions de 5CH sont réservées à des symptômes locaux. La dilution en 9CH convient pour des symptômes généraux et celles à 15 ou 30CH sont utilisées pour les symptômes comportementaux ou psychologiques.

2. Les différentes formes galéniques

a) Granules et globules

Les formes galéniques homéopathiques sont variées mais les granules et les globules restent les formes les plus emblématiques de l'homéopathie. Selon la Pharmacopée Européenne, elles consistent en des préparations de consistance solide. Elles sont obtenues à partir de saccharose, de lactose ou d'autres excipients appropriés. Ces formes sont destinées à être utilisées par voie orale ou sublinguale. Dans la majorité des cas, les remèdes sont dits "unitaires", c'est-à-dire composés d'une seule souche. Ils sont parfois "composés" et contiennent alors plusieurs souches. (20)

Pour cette forme galénique, on utilise des dilutions allant généralement de la première dilution au dixième soit 1DH jusqu'à la trentième dilution au centième soit 30CH.

b) Les formes liquides

Il y a également des formes galéniques liquides comme les gouttes et les ampoules buvables. Leurs formules sont composées de teinture mère, le véhicule est souvent l'alcool. On émet donc des contre-indications pour ces formes, aux femmes enceintes, aux nourrissons ainsi qu'aux personnes sous sevrage alcoolique.

Il existe également des formes liquides injectables où le véhicule est de l'eau pour préparation injectable. Ces injections peuvent être effectuées en voie sous-cutanée, intramusculaire ou intraveineuse.

c) Les suppositoires

Les suppositoires permettent une action locale mais également systémique. Ces formes galéniques sont très utilisées en organothérapie homéopathique.

d) Les formes à application cutanée

On retient également des formes à application cutanée comme les pommades, les liniments, les gels, les crèmes. Ces préparations sont souvent réalisés à partir de teinture mère diluée et incorporée dans un excipient.

e) Les autres formes galéniques

Les formes galéniques homéopathiques sont diverses et variées. On compte parmi elles les collyres pour la voie ophtalmique ou encore les poudres pour la voie sublinguale. Il existe également les comprimés obtenus par compression ou imprégnation, les sirops et les ovules destinés aux les affections vaginales.

3. La mise sur le marché

a) Enregistrement et dossier d'Autorisation de Mise sur le Marché

La fabrication des médicaments homéopathiques s'effectue dans des laboratoires pharmaceutiques, leur vente est ainsi réglementée en pharmacie.

L'enregistrement et l'autorisation de mise sur le marché sont les étapes indispensables avant de pouvoir commercialiser un médicament homéopathique. Ces procédures sont définies par la Directive Européenne 2001/83/CE concernant l'ensemble des médicaments à usage humain.

- L'enregistrement : Celui-ci est réglementé par l'article L.5121-13 du Code de Santé Publique. Il concerne les matières premières appelées également souches. La souche homéopathique ne doit posséder aucune indication particulière sur l'étiquette. (21)
- Le dossier d'Autorisation de Mise sur le Marché : Le dossier d'AMM est requis pour les médicaments revendiquant une indication, une durée de traitement, une voie d'administration et une posologie. Ainsi, si la spécialité ne remplit pas les conditions d'un simple enregistrement, un dossier d'AMM sera nécessaire. La demande d'AMM doit comporter un dossier assurant la qualité, la sécurité et l'usage homéopathique du médicament.

Les demandes, qu'elles soit d'enregistrement ou d'AMM, doivent être effectuées auprès de l'ANSM.(22)

b) Pharmacovigilance

Les médicaments homéopathiques sont généralement considérés comme dépourvus d'effets indésirables. Cependant, comme tous médicaments, après acceptation du dossier par l'ANSM et commercialisation, ceux-ci sont soumis à la pharmacovigilance. Cela permet une surveillance continue des risques éventuels d'effets indésirables liés à l'utilisation du médicament homéopathique.(23)

D'après un rapport de la Haute Autorité de Santé datant de 2019, celui-ci conclue a un « très faible nombre d'effets indésirables » lié à l'homéopathie d'après les données de tolérance recueillies sur une large période à partir d'un échantillon important d'utilisateurs. (24)

D) Règles d'utilisation de l'homéopathie

1. Les modalités de prises de l'homéopathie

Afin de choisir le traitement le plus adapté au patient, il est nécessaire de le questionner sur ses symptômes. Les questions sont ainsi dirigées vers quatre axes représentés par le schéma de Hering, médecin ayant introduit l'homéopathie aux États-Unis.

Le premier axe de questionnement est la localisation, où sont situés les symptômes. Le second axe concerne les sensations, ce que ressent le patient (fourmillement, brûlures, ...). Le troisième axe s'intéresse aux symptômes associés. Enfin, le dernier axe concerne les modalités. Les modalités correspondent à ce qui soulage ou aggrave les symptômes. (25)

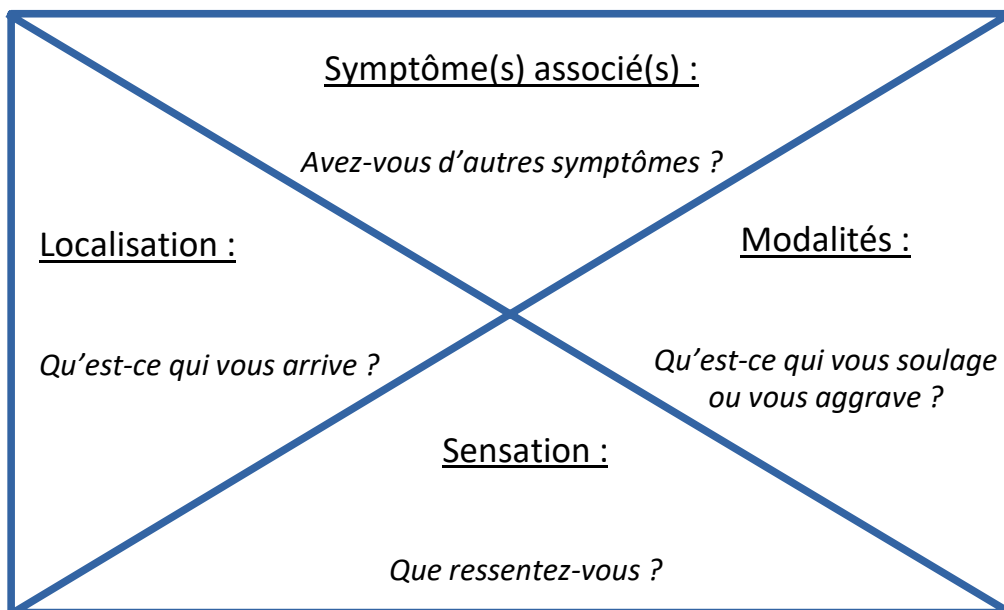


Figure 1: Schéma de Hering

Le prescripteur doit rechercher les similitudes entre le tableau clinique du patient et le tableau pathogénétique du médicament choisie. Ces pathogénésies sont répertoriées dans des ouvrages intitulés « Matière Médicale ».

Ainsi chaque médicament homéopathique possède des modalités. On peut citer plusieurs exemples comme :

Tableau 2: Modalités des médicaments *Chamomilla vulgaris* et *Rhus toxicodendron*

Modalités		
	<u>Amélioration</u>	<u>Aggravation</u>
Chamomilla vulgaris	Par le bercement	Par la chaleur, la nuit
Rhus toxicodendron	Par le mouvement lent et progressif	Par l'humidité

Il faut également s'intéresser aux circonstances d'apparition de la pathogenèse afin de déterminer l'étiologie. La cause de la pathologie ou l'élément déclencheur sont des données primordiales à prendre en compte dans le choix du médicament homéopathique.(26)

2. Les conseils de prise

La prise d'homéopathie s'associe à certains conseils afin que le traitement soit le plus efficace possible.

- Les globules et les granules, formes les plus courantes d'homéopathie, sont à laisser fondre sous la langue et ne doivent pas être croquées. Pour les enfants et nourrissons, ces formes peuvent être dissoutes dans de l'eau. Le passage par voie perlinguale permet une meilleure absorption du médicament.
- La prise du traitement doit être de préférence en dehors d'un repas, soit 30 minutes avant ou 1h30 après. Il faut également éviter de fumer dans les instants précédent ou suivant la prise. Une bouche propre est nécessaire afin d'améliorer l'absorption du médicament.
- Les globules et granules sont aujourd'hui imprégnés en profondeur, il n'existe donc peu de risques de diminuer l'efficacité du médicament en les touchant avec les mains. Cependant

par mesure d'hygiène, cette manipulation n'est pas recommandée.

- La menthe et le café, souvent cités comme incompatibles avec l'homéopathie, ne modifient en rien l'efficacité du traitement homéopathique s'ils sont pris à distance.
- La conservation de l'homéopathie doit se faire à l'abri de l'humidité, de la chaleur ainsi que de la lumière.
- Les médicaments homéopathiques peuvent être gardés plusieurs années s'ils sont correctement conservés.(27)

3. Les posologies

Les posologies homéopathiques sont à adapter au patient et à l'intensité de sa pathologie. Ainsi pour une pathologie aiguë, les prises de traitements seront proches et nombreuses : par exemple, une prise toutes les deux heures. Avec l'amélioration des symptômes, les prises pourront être espacées voire arrêtées. A contrario pour une pathologie chronique, l'intervalle de prise sera plus élevé : par exemple, une prise par jour. Enfin pour un traitement de terrain, la posologie sera plus espacée avec une prise par semaine, toutes les deux semaines, tous les mois ...

A savoir qu'une prise d'homéopathie correspond généralement à cinq granules ou une dose de globules. On note également que la posologie est indépendante du poids ainsi que de l'âge du patient. (28)

4. Règles à l'officine

Le conseil homéopathique à l'officine doit se limiter à certaines indications. L'usage des médicaments homéopathiques doit être restreint à des pathologies aiguës et réversible. Les pathologies chroniques, tel que le diabète, nécessitent quant à elles une prise en charge allopathique et un suivi médical.

Néanmoins, s'il existe des risques d'interactions entre deux traitements allopathiques, ce risque est non présent entre les traitements allopathiques et homéopathiques. L'homéopathie peut donc être utilisé en complément d'un traitement chronique.

De plus, le pharmacien doit s'assurer d'une amélioration rapide des symptômes de son patient. Une évolution doit être observée dans les 24 à 48 heures après le début du traitement homéopathique. Dans le cas contraire, il convient de réorienter le patient vers son médecin. Aussi, pour être efficace le traitement se doit d'être pris le plus tôt possible. Selon la loi de Hering, l'amélioration des symptômes se fait de l'intérieur vers l'extérieur, de haut en bas, du psychique vers le physique. De plus, la disparition des symptômes s'effectuera selon leur ordre d'apparition, ainsi les plus récents s'effaceront avant les plus anciens.(29)

Enfin, l'usage de l'homéopathie peut s'appliquer à la médecine vétérinaire en respectant les règles de prescriptions humaines. (30)

II. Utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte

A) Représentation générale de l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte via un questionnaire

1. Objectifs et hypothèses

Durant leur grossesse, les femmes enceintes sont limitées quant aux thérapeutiques utilisables pour les différents maux auxquels elles sont sujettes. L'homéopathie permet alors d'augmenter les ressources thérapeutiques préventives et curatives disponibles. Cette thérapeutique étant utilisable à tous stades de la grossesse, elle peut être un remède intéressant aux désagréments survenant durant cette période. (31)

Les objectifs de l'étude sont ainsi d'évaluer la place de l'homéopathie durant le parcours de grossesse et du post-partum, d'en apprécier les habitudes de prescription et de connaître l'utilisation de cette thérapeutique par la femme enceinte. Cette étude a pour but de révéler les freins à l'utilisation de l'homéopathie.

Afin de mieux encadrer la période étudiée, nous avons délimité l'étude au premier jour de grossesse jusqu'à 30 jours post-partum. Il a été convenu de restreindre à 30 jours le post-partum permettant ainsi d'y appréhender tous les aspects notamment l'allaitement.



Figure 2: Frise chronologique sur la durée de l'étude

Dans le cadre de cette étude, différentes hypothèses ont été émises :

- L'utilisation de l'homéopathie est largement répandue chez la femme enceinte.
- Les prescriptions sont courantes malgré l'absence de consensus et le déremboursement de cette thérapeutique.
- L'utilisation de l'homéopathie est réservée aux petits maux de grossesse et privilégiée au moment de l'accouchement.

2. Population étudiée

Dans le cadre de cette thèse, j'ai souhaité réaliser une enquête sur l'utilisation générale de l'homéopathie chez la femme enceinte. Pour la réalisation de cette étude, plusieurs sages-femmes ont été questionnées. En effet, les sages-femmes sont au cœur du parcours des soins de la femme enceinte; présentes tout au long de la grossesse et du post-partum. A l'écoute de leurs patientes, elles font partie des professionnels de santé connaissant le mieux les attentes des femmes enceintes. Au 1^{er} janvier 2021, on comptait 23 541 sages-femmes en France. Parmi les centaines de sages-femmes contactées, 107 ont répondu à l'enquête. (32)

3. Outils

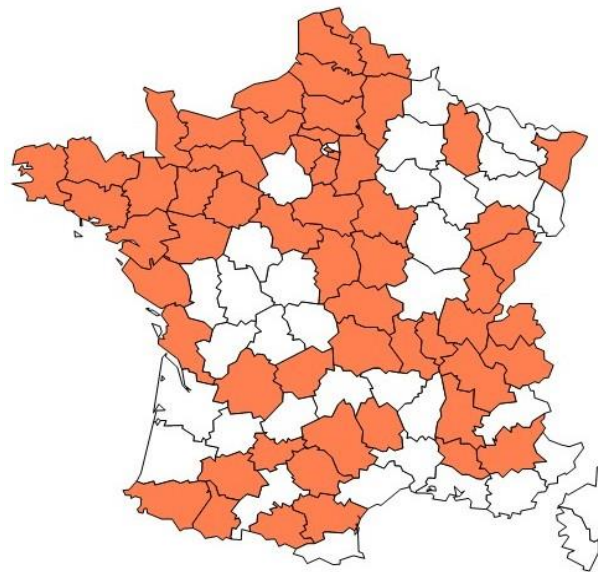
Pour cette étude, l'élaboration d'une liste de sages-femmes à contacter a été nécessaire. De plus, un questionnaire en ligne a été utilisé puisqu'il a permis une plus grande diffusion ainsi qu'une facilité de recueil des réponses.

a) Modalités d'envoi des questionnaires

Le questionnaire a été largement diffusé aux sages-femmes situées dans 58 départements français via des courriers électroniques afin d'avoir une image globale de l'utilisation de l'homéopathie. Ce questionnaire s'adressait autant aux sages-femmes libérales qu'à

celles travaillant en cabinet ou en milieu hospitalier. Le recueil des coordonnées des différentes sages-femmes contactées s'est effectué à l'aide de l'annuaire mis en ligne par le Conseil National de l'Ordre des Sages-Femmes. La période d'envoi des questionnaires s'est étendue du 27 mai 2021 au 12 décembre 2021. Le critère d'inclusion était d'être sage-femme en exercice sur la période d'envoi du questionnaire. (33)

Figure 3: Carte de diffusion du questionnaire



b) Analyse du questionnaire

Le formulaire est divisé en quatre parties et contient seize questions. Les questions utilisées sont des questions fermées à choix simples ("oui" ou "non"), à choix multiples ou à réponses ouvertes. Seules deux questions sur seize sont des questions à réponses obligatoires.

Les questions ouvertes permettent d'obtenir des réponses plus riches et nuancées, cependant leurs taux de réponses est moins important. En ce qui concerne les questions fermées, elles permettent d'obtenir des réponses clairement identifiables et facilement analysables.

La première partie concerne l'utilisation de l'homéopathie dans la pratique professionnelle des sages-femmes. La seconde partie s'intéresse plus spécifiquement à la demande de la femme enceinte. La troisième partie est consacrée à la place de l'homéopathie au sein des maternités. Enfin, la quatrième partie relate l'impact du récent déremboursement de l'homéopathie.

Le questionnaire est tourné vers les sages-femmes utilisant l'homéopathie dans leur pratique professionnelle. Néanmoins une cinquième et dernière partie nommée "autres commentaires" est non orientée et permet aux sages-femmes de partager ouvertement leurs avis sur cette thérapeutique ne faisant pas l'unanimité au sein de la profession. Nous rappelons également que le questionnaire est anonyme.

4. Limites et biais de l'étude

Tout d'abord, ce questionnaire a pour but de mettre en avant les éléments permettant d'obtenir une vue d'ensemble de l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte.

L'un des biais de cette étude est la population interrogée. En effet, le choix a été de questionner les sages-femmes et non directement des femmes enceintes. On obtient donc une image de l'usage de l'homéopathie chez la femme enceinte à travers le prisme des sages-femmes.

De plus, les sages-femmes n'ont pas directement été interrogés, par conséquent, seules celles acceptant de répondre au questionnaire ont été inclus dans l'étude. Il existe donc un biais dans les résultats puisque le questionnaire a été rempli sur la base du volontariat.

On peut également noter la présence d'un biais de mémorisation ainsi qu'un biais déclaratif malgré un questionnaire anonymisé.

B- Utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte à travers la pratique professionnelle des sages-femmes

1. La prescription homéopathique

La prescription des médicaments homéopathiques peut être effectuée aussi bien par des médecins homéopathes que par d'autres professionnels de santé tels que les sages-femmes. D'après une étude menée par Ipsos pour les laboratoires Boiron, Weleda et Lehning en 2019, un médecin généraliste sur trois prescrit quotidiennement de l'homéopathie. Cette étude révèle également que 78% des sages-femmes la prescrivent régulièrement. (34)

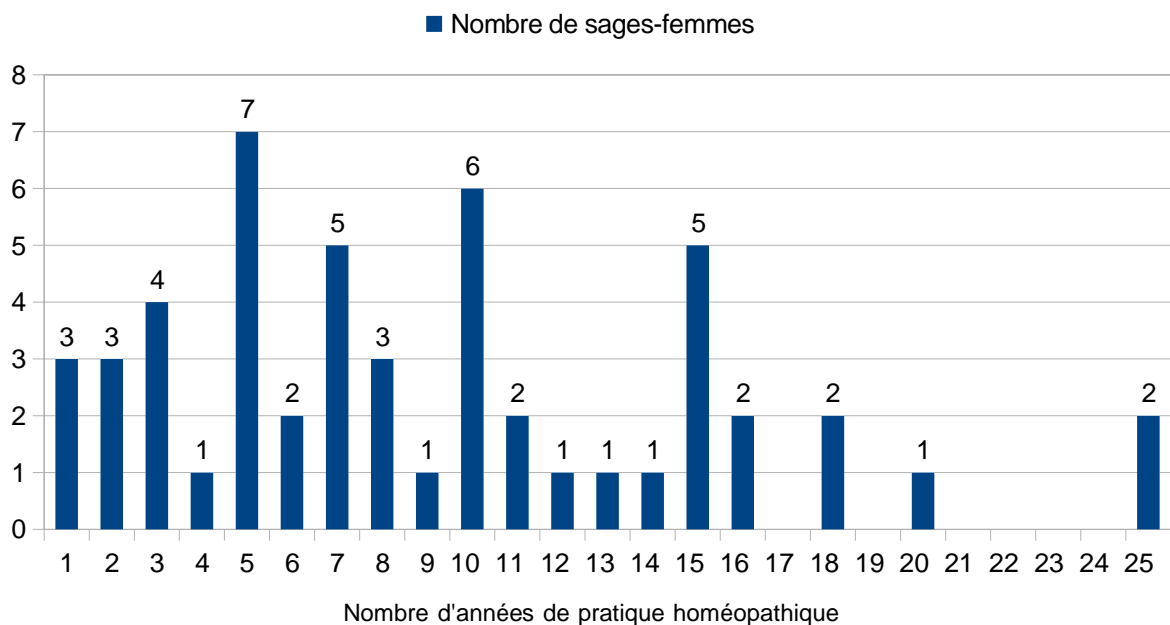


Figure 4: Nombre de sages-femmes en fonction du nombre d'années de pratique homéopathique

En effet, notre recherche montre que l'homéopathie est largement utilisée par les sages-femmes puisque l'âge moyen d'utilisation de l'homéopathie dans leur pratique est en moyenne de 9 ans (m=9,11). L'étude révèle d'ailleurs que certaines sages-femmes ont recours à cette thérapeutique dès l'obtention de leur diplôme. Parmi les professionnelles interrogées, deux

indiquent l'utiliser depuis 25 ans. Ces données mettent en évidence le fait que l'homéopathie est une thérapeutique qui perdure dans le temps puisqu'elle est autant utilisée par l'ancienne que la nouvelle génération de professionnels.

On peut également noter que certaines sages-femmes n'ont jamais eu recours à cette thérapeutique et sont parfois opposées à l'adopter. Leur principal argument à l'encontre de l'homéopathie est le manque de preuves d'efficacité.

2. Étude sur l'utilisation de l'homéopathie suivant le moment de la grossesse

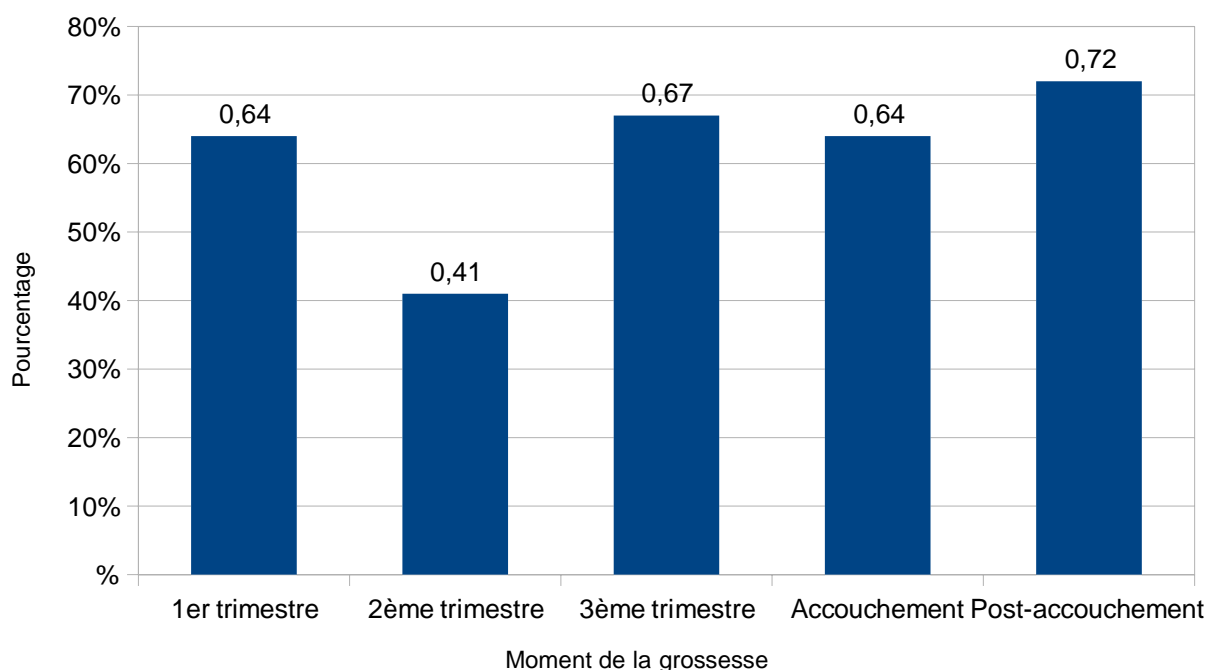


Figure 5 : Utilisation de l'homéopathie en fonction du moment de la grossesse

Le diagramme ci-dessus représente le nombre de sages-femmes utilisant l'homéopathie en fonction de la période de grossesse.

Dans le cadre de cette étude, nous questionnons le principal moment de la grossesse au cours duquel les femmes enceintes ont recours à la prescription homéopathique. 106 personnes ont répondu à cette question. On remarque que les sages-femmes prescrivant l'homéopathie l'utilisent à tous les stades de la grossesse ainsi qu'en post-partum. En effet, pour

chaque trimestre 40% minimum des sages-femmes déclarent prescrire des médicaments homéopathiques.

Cependant, on identifie des distinctions entre les différentes périodes de grossesse. Le post-partum est la période où l'homéopathie est la plus prescrite puisque sur 106 sages-femmes questionnées 78 indiquent l'utiliser pour cette période. A contrario, le 2ème trimestre de grossesse est celui où l'homéopathie est la moins prescrite, seulement 44 sages-femmes sur 106 en ont recours lors de ce trimestre. Ce résultat semble corrélérer avec la réduction de maux de grossesses rencontrés par la femme enceinte lors du second trimestre.

La préparation à l'accouchement s'élabore tout au long de la grossesse mais est largement prédominante dans les derniers jours avant la naissance. Sur les 106 sages-femmes interrogées, 39 d'entre elles prescrivent systématiquement de l'homéopathie en préparation à l'accouchement, soit plus d'un tiers. L'homéopathie a donc une place importante lors de cette étape primordiale de la grossesse.

3. Étude sur l'utilisation de l'homéopathie suivant le type de grossesse

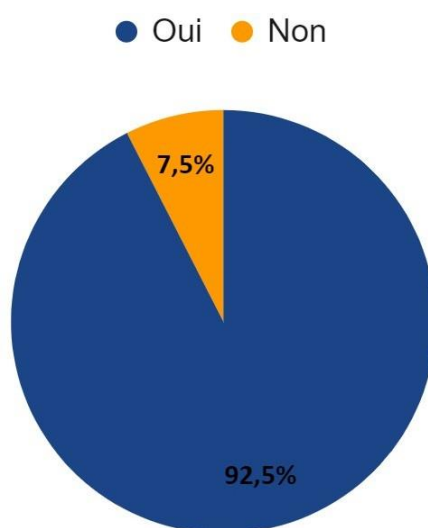


Figure 6: L'homéopathie est-elle utilisée pour des grossesses à risque ?

D'après les réponses obtenues à partir du questionnaire, l'homéopathie est utilisée pour tous types de grossesse sans distinction à 92,5%. Ainsi, que la grossesse soit multiple ou à risque, 99 sages-femmes sur 107 affirment utiliser des traitements homéopathiques. Cependant, les sages-femmes restantes expliquent conseiller l'homéopathie de préférence pour des grossesses physiologiques en évitant les grossesses à risque et/ou nécessitant une prise en charge particulière. On définit une grossesse à risque par l'existence d'une probabilité de maladie ou de décès pour la maman ou le bébé plus importante que la normale. Ces réponses corrélerent avec la considération de l'homéopathie : sans risque pour la femme enceinte et sans contre-indication. Associée à une prise en charge médicale, l'homéopathie peut être utilisée en traitement complémentaire, y compris pour des grossesses à risques.(35)

4. Complément de traitements allopathiques

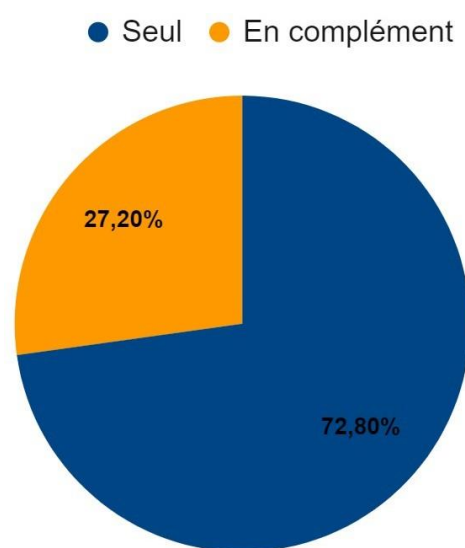


Figure 7: L'homéopathie est-elle utilisée seule ou en complément d'un traitement allopathique ?

L'homéopathie est une thérapeutique très ancienne. Si le père fondateur, Samuel HAHNMANN utilisait l'homéopathie en traitement unique des pathologies; aujourd'hui, il n'en est

pas forcément le cas. De nos jours, le médicament homéopathique peut être administré en complément de traitement, notamment en cancérologie. La thérapeutique homéopathique ne permet pas de traiter un cancer, cependant elle peut accompagner le patient en soulageant les effets indésirables liés aux traitements ou diminuer l'anxiété.

D'après l'enquête Ipsos réalisée en 2018 pour le laboratoire Boiron, 71% des Français conçoivent l'homéopathie comme une thérapeutique complémentaire aux médicaments conventionnels. Parallèlement, notre étude s'intéresse spécifiquement aux femmes enceintes, particulièrement limitées en termes de médicaments allopathiques. Sur les 103 sages-femmes ayant répondu, 72,8 % indiquent prescrire l'homéopathie en traitement seul, contre 27,2% l'utilisant en complément d'un traitement allopathique.(34)

C- Recours à l'homéopathie chez la femme-enceinte

1. Utilisation en dehors de la grossesse

Avant de nous interroger sur l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte lors de sa grossesse, nous souhaitions connaître ses habitudes thérapeutique en dehors de cette période. A partir du questionnaire, nous avons interrogé les sages-femmes sur l'utilisation de l'homéopathie chez leurs patientes en dehors de leur grossesse. D'après l'étude, elles estiment que plus de 80% des femmes utilisent l'homéopathie hors grossesse. Parmi ces femmes, 63% auraient personnellement recours à cette thérapeutique et 82% l'utiliseraient pour leur famille. Seules 18% des femmes ne l'emploient pas en dehors de leur grossesse.

De fait, on note que les femmes enceintes conservent leurs habitudes liées à l'utilisation de l'homéopathie durant leur grossesse. On remarque pareillement que l'utilisation n'est pas limitée à la femme mais est employée plus largement pour toute la famille. Ainsi, il semble que pour les femmes consommant de l'homéopathie pendant leur maternité, cette thérapeutique est souvent déjà connue.

2. Principaux symptômes nécessitant un traitement homéopathique

Lors de sa grossesse, la femme enceinte peut être soumise à divers maux parfois difficiles à soigner avec les traitements allopathiques classiques. Effectivement, les contre-indications liées à la grossesse sont nombreuses.

Cette recherche tente de déterminer les symptômes de grossesse pour lesquels l'homéopathie est la plus employée. A ce titre, nous avons analysé les mots-clés apparaissant le plus souvent dans les réponses. 11 catégories se sont révélées, pour chaque catégorie le nombre de réponses varie entre 7 et 59.

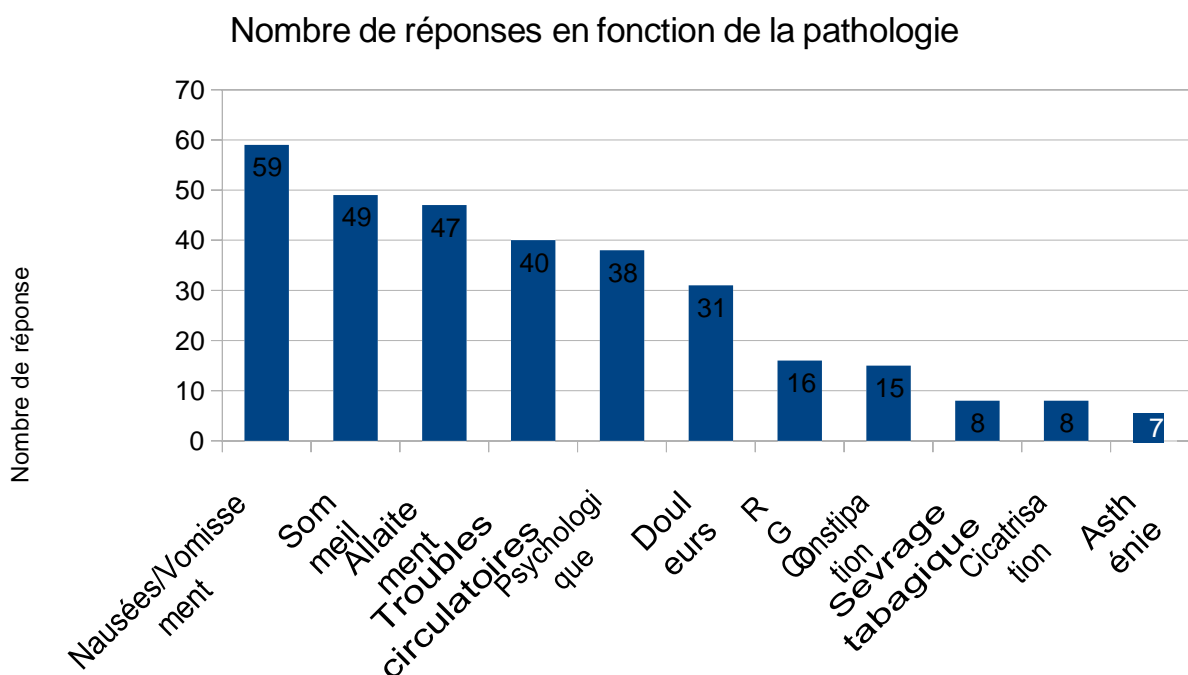


Figure 8 : Classification des pathologies en fonction du nombre de réponses

On remarque que la principale symptomatologie faisant appel à l'homéopathie concerne les nausées et les vomissements. Cela s'explique notamment par le fait que ces symptômes sont les plus fréquents. Selon une méta-analyse de 2013 réalisée à partir de diverses bases de données, ils toucheraient 70% des femmes au premier trimestre. (36)

Le second point important pour lequel l'homéopathie est envisagée est le sommeil. En effet, les insomnies sont souvent évoquées. D'après une étude de 2017 effectuée en Chine, concernant la quantité et la qualité du sommeil chez les femmes enceintes, 23,9% ont déclaré une quantité de sommeil insuffisante et 15,2% une mauvaise qualité de sommeil. (37)

Le troisième point concerne l'allaitement, l'homéopathie est autant utilisée pour le tarissement que pour la stimulation de l'allaitement. Ici, les mots-clés faisant référence à l'allaitement sont apparus 47 fois. Ces résultats s'expliquent de la manière suivante :

- Très peu de traitements permettent un arrêt de la lactation;
- Par ailleurs, la cabergoline, un dérivé de l'ergot de seigle utilisé dans cette indication, présente de nombreux effets indésirables et interactions médicamenteuses.(38)

Ensuite, les maux concernant les troubles circulatoires sont couramment apparues. Cette quatrième catégorie rassemble le syndrome des jambes lourdes ainsi que les œdèmes et les hémorroïdes.

La cinquième catégorie regroupe les aspects psychologiques. Effectivement, la grossesse est source d'angoisse et de stress. Ces mots ont été les plus mentionnés dans les réponses. La dépression et le baby-blues pourraient toucher une femme sur sept durant le post-partum.

Parmi les symptômes majoritairement nommés, on retrouve ensuite les douleurs. Cette catégorie réunit les différents types de douleurs que la femme enceinte éprouve durant sa grossesse. Ainsi, l'homéopathie serait utilisée pour des douleurs de type crampes ou encore ligamentaires. Le syndrome de Lacomme, aussi appelé syndrome "ostéo-musculo-articulaire abdomino-pelvien bénin" est souvent évoqué. Il est source de douleurs au niveau de la ceinture pelvienne.

Enfin, les symptômes tels que la constipation et les remontées gastriques sont particulièrement évoqués. En effet, la prévalence respective de ces deux symptômes pendant la grossesse serait située entre 11% et 38% pour la constipation et entre 17% et 45% pour les brûlures gastriques.(39)

Citée de façon plus anecdotique, l'homéopathie serait utilisée pour favoriser la cicatrisation en cas de césarienne ou d'épisiotomie. Elle serait également employée pour le sevrage tabagique que ce soit pour la femme enceinte ou son entourage. Enfin, le symptôme mentionné à plusieurs reprises est l'asthénie.

3. Le choix du médicament homéopathique

a) Les raisons de ce choix

Nous avons essayé de comprendre le choix des femmes enceintes quant à leur utilisation de l'homéopathie. Ainsi à partir du questionnaire, nous avons mis en exergue différents arguments concernant cette préférence.

● Innocuité ● Réticence allopathie ● Thérapeutique naturelle
● Autres arguments

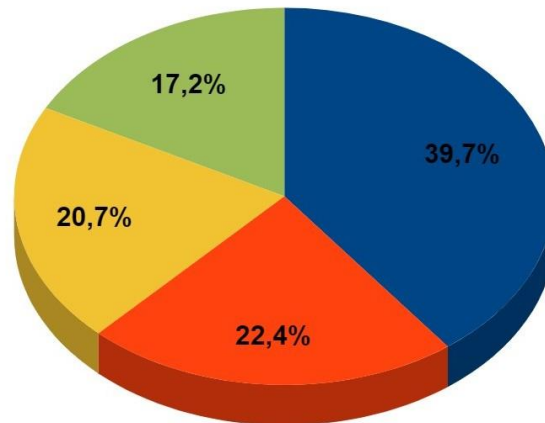


Figure 9: Pourquoi les femmes enceintes choisissent l'homéopathie ?

Le premier élément se démarquant est l'innocuité de l'homéopathie. En effet, les effets indésirables sont minimes voire inexistants. Il s'agit souvent d'un souhait de la part des femmes enceintes d'avoir un traitement ayant le moins de risques possibles. On note une "confiance" à l'égard de cette thérapeutique, avec une "absence de risques" et surtout "sans danger" pour le bébé comme pour la maman.

La seconde raison de l'utilisation de l'homéopathie révélée par le questionnaire est la réticence des femmes enceintes envers les traitements allopathiques. Les femmes enceintes sont plus enclines à prendre l'homéopathie puisque le risque d'effets secondaires est moindre. Les sages-femmes interrogées évoquent même la "peur" des traitements allopathiques. En effet, si la confiance des Français dans les médicaments classiques s'est dégradée, notamment suite aux récents scandales médicamenteux; leur confiance en l'homéopathie a progressé de deux points en 2016. De plus, il existe de nombreuses incompatibilités des traitements allopathiques durant la maternité.(40)

Le troisième point justifiant l'utilisation de cette thérapeutique est la composante naturelle. D'après les femmes enceintes, l'homéopathie serait une médecine plus douce que la médecine allopathique. En effet, les femmes enceintes souhaiteraient se détourner des médecines

dites “chimiques”. Cette tendance au naturel se confirme par les chiffres puisque d’après une étude Ipsos effectuée en 2019, 41% des Français utilisent les médecines naturelles, parmi lesquelles on compte 64% de femmes.(41)

Enfin, on constate d’autres arguments concernant le choix de l’homéopathie. Il s’agit notamment du nombre considérable de traitements allopathiques n’étant pas autorisés pendant la grossesse; de la possibilité de soigner des symptômes de grossesse parfois intraitables par la médecine classique. En effet, l’homéopathie est parfois la seule alternative possible. De plus, la variété de choix dans les médicaments homéopathiques permet d’agir sur un grand nombre de symptômes.

Le questionnaire révèle en outre que l’homéopathie est utilisée par habitude chez les femmes qui continuent d’employer cette thérapeutique durant leur grossesse. On constate pareillement que l’homéopathie est jugée efficace, elle justifie alors son choix.

b) Les influences extérieures

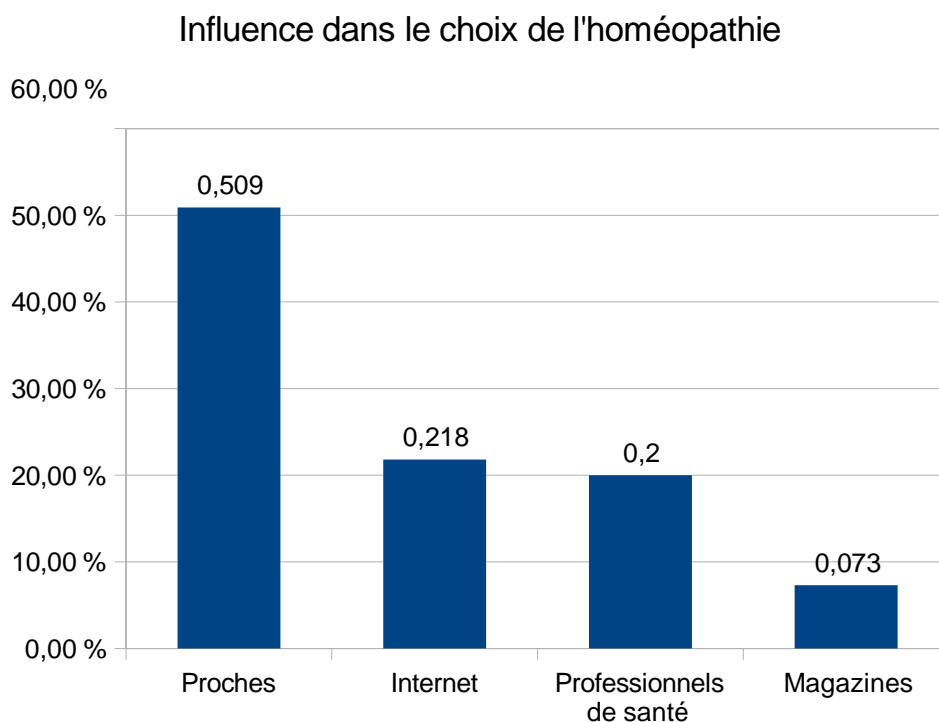


Figure 10: Qu'est-ce qui influence la femme enceinte dans son choix ?

Après avoir déterminé si le choix de l'homéopathie durant la grossesse émanait d'une demande volontaire de la femme enceinte ou si celui-ci était influencé, nous avons étudié ce qui pouvait inciter les femmes vers cette décision, dans le cas où la demande serait influencée.

D'après le questionnaire, dans plus de 89% des cas, la demande d'homéopathie durant la grossesse est une demande volontaire. Généralement, le choix de cette thérapeutique est donc une décision libre de la femme enceinte. Pour les 10% restants, les influences qui encouragent à faire ce choix sont diverses.

On remarque que l'influence majoritaire vient des proches, puisqu'à plus de 50%, ce sont eux qui proposent l'homéopathie. Ils regroupent la famille, les amies et les collègues de travail. Internet constitue également une grande part dans le choix de cette thérapeutique avec de nombreux blogs, articles et forums dédiés à l'utilisation de l'homéopathie. De même, on remarque que les professionnels de santé ont une influence équivalente à Internet. On estime que 20% des femmes enceintes seraient influencées par leurs sages-femmes, leurs pharmaciens ou encore leurs médecins. Enfin, de façon plus minoritaire, les magazines influent la prise d'homéopathie à 7,3%.

4. En maternité

a) *Utilisation de l'homéopathie en maternité*

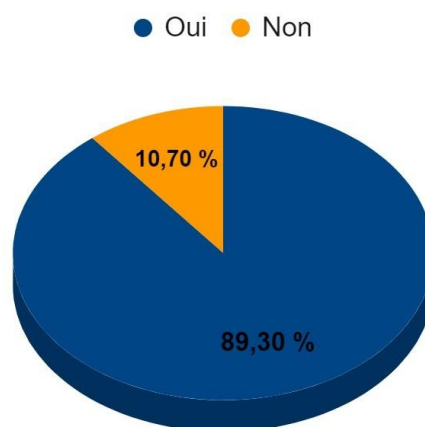


Figure 11: L'homéopathie est-elle utilisée au sein des maternités ?

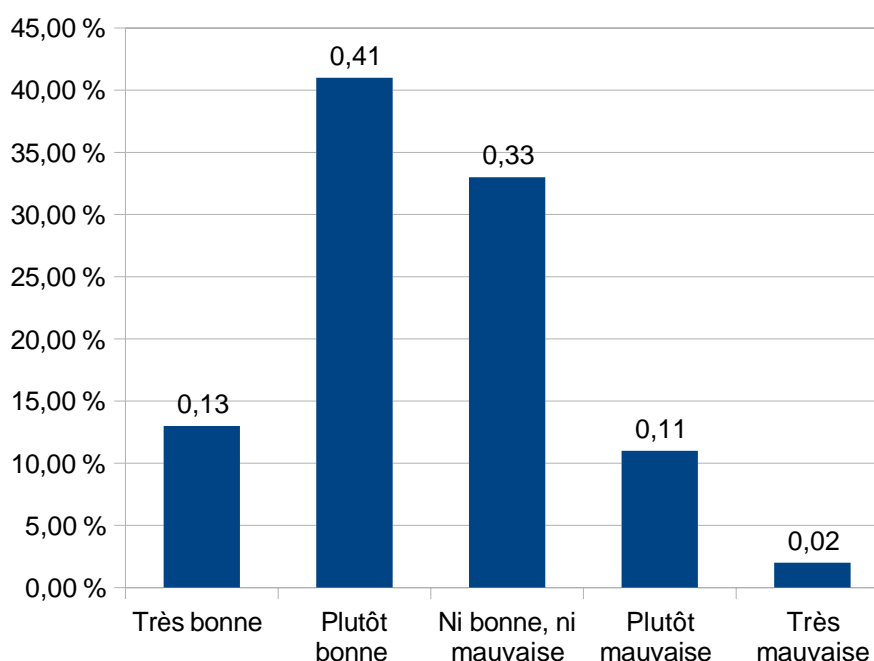
Le questionnaire a permis de questionner les sages-femmes sur l'utilisation de l'homéopathie au sein des maternités. D'après les résultats, cette thérapeutique aurait une place non négligeable puisque 89% disent que l'homéopathie est utilisée dans ces établissements.

Dans une étude menée en 2017 au pôle mère-enfant du Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Nantes, 58% des sages-femmes interrogées déclarent prescrire de l'homéopathie. La plupart de ces prescriptions semblaient être majoritaires dans les Services de Suites de Couches (SSC). La maternité de Nantes comptabilise tout de même plus de 4 300 naissances chaque année. Cependant, cette même étude informe que la pharmacie du CHU ne détient pas d'homéopathie, les femmes doivent donc se procurer les traitements directement auprès de leur pharmacie.(42)

Une seconde étude réalisée en 2011 dans 36 maternités de France, dont le personnel était initié à l'homéopathie, révèle que 22% des sages-femmes déclarent proposer cette thérapeutique en systématique.(43)

b) Consensus en maternité

Au sein des maternités, l'homéopathie ne fait pas l'unanimité. Les avis sur cette thérapeutique sont très partagés. De fait, nous avons évalué la représentation de l'homéopathie dans les maternités.



On note que même si l'opinion à ce sujet est divisée, globalement, l'homéopathie conserve une bonne représentation au sein des maternités. En effet, 13% des sages-femmes estiment que son image est très bonne et 41% la disent plutôt bonne, soit plus de 50% d'avis positifs. On constate que les avis sont parfois divergents car un tiers déclare une représentation de l'homéopathie qui serait "ni bonne, ni mauvaise". Enfin, environ 10% rapportent une vision plutôt négative de l'utilisation de cette thérapeutique.

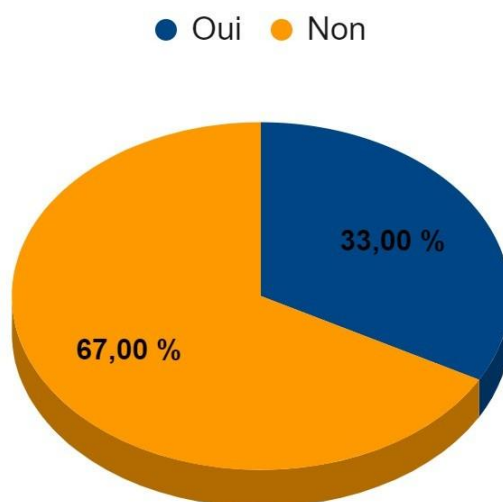


Figure 13: Existe-t-il un consensus au sein des maternités sur l'utilisation de l'homéopathie ?

Les avis étant divisés, nous avons interrogé les sages-femmes afin de savoir si un consensus était présent dans les maternités quant à l'utilisation de l'homéopathie. A titre informatif, un consensus consiste en un accord et un consentement du plus grand nombre. D'après l'étude que nous avons menée, il n'existerait pas de consensus car 67% des sages-femmes interrogées considèrent qu'aucun accord n'est présent au sein des maternités. Cependant, on remarque que certaines maternités développent cette thérapeutique en proposant des consultations homéopathiques à leurs patientes ou possèdent des médicaments homéopathiques à disposition dans leur pharmacie.

5. Déremboursement

a) *Impact du déremboursement*

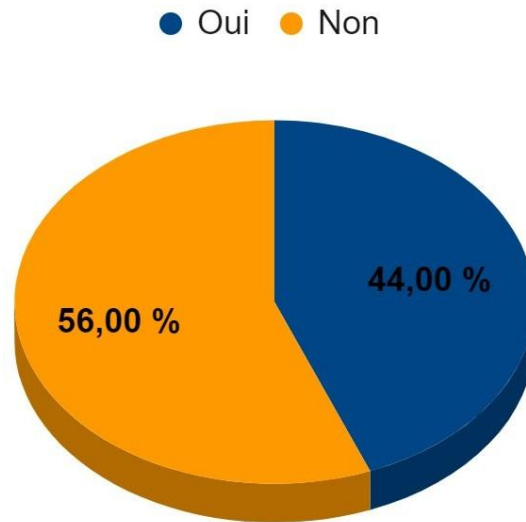


Figure 14: Le déremboursement a-t'il eu un impact sur la prescription homéopathique ?

Depuis le 1^{er} janvier 2021, faisant suite à l'avis de la Haute Autorité de Santé (HAS), plus aucune prise en charge n'existe pour les traitements homéopathiques. D'après l'Assurance Maladie, seule moins de 10% de la population serait concernée par cette décision. De fait, nous avons étudié l'impact que ce déremboursement a eu sur la prescription homéopathique pour la femme enceinte. Pour cela, nous avons interrogé les sages-femmes sur leur pratique. Elles sont 44% à estimer que l'arrêt de la prise en charge à modifier leur manière de prescrire.(44)

b) *Changements apportés dans les prescriptions*

Pour mieux comprendre les modifications apportées aux prescriptions homéopathiques par les sages-femmes, nous les avons questionnées à ce sujet. D'après le questionnaire, 47% des sages-femmes ont répondu moins prescrire d'homéopathie depuis le déremboursement. Certaines sages-femmes affirment ne plus prescrire pour les femmes ayant des

difficultés financières.

Cependant, on remarque une autocensure des sages-femmes à prescrire l'homéopathie. En effet, s'il existe un nombre important de vitamines et de probiotiques non remboursés, ces derniers restent tout de même prescrit contrairement à l'homéopathie.

Le 26 juin 2020, la HAS a conclu à une absence de preuve d'efficacité de l'homéopathie, entraînant son déremboursement. D'ailleurs, les sages-femmes ont témoigné que cet argument a engendré une perte de confiance en l'homéopathie des femmes enceintes. A présent, ces dernières ont tendance à refuser davantage les prescriptions homéopathiques. (45)

c) Solutions

Suite à la fin de la prise en charge par la Sécurité Sociale, quelques sages-femmes ont choisi de modifier leur manière d'utiliser l'homéopathie.

- Tout d'abord, les sages-femmes disent informer les femmes enceintes du non-remboursement de l'homéopathie. Après discussion, le choix de la thérapeutique homéopathique est alors proposé.
- Ensuite, les sages-femmes expliquent limiter leurs prescriptions en "gardant l'essentiel". Beaucoup constatent personnaliser au mieux leurs prescriptions afin de limiter le nombre de médicaments homéopathiques prescrits.
- Les sages-femmes rappellent aussi la prise en charge des prescriptions homéopathiques par certaines mutuelles dans les catégories "médecines douces".
- Enfin, on distingue une modification dans les formes de prescriptions puisque quelques sages-femmes indiquent prescrire plus de tubes granules et moins de doses. Une dose est ainsi substituée par environ dix granules, ce qui permet de diminuer les coûts.

D- Limite de l'utilisation de l'homéopathie

1. Réelle efficacité ou effet placebo ?

Notre étude, ayant pour but de faire un état des lieux de l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte, montre que cette thérapeutique est encore couramment utilisée dans cette population. Cependant, elle met en évidence que l'homéopathie est encore assez décriée. Quelques sages-femmes ont en effet témoigné, ne jamais utiliser ces médicaments par manque de preuves scientifiques quant à leur efficacité.

Si jusqu'en 1974, peu de recherches concernant l'homéopathie ont été effectuées, on compte aujourd'hui plus de 7 000 publications sur le site de données bibliographiques *PubMed*.

Dernièrement, l'étude *EPI 3* menée par le Dr Michael FRASS en 2015 à évaluer l'impact de l'homéopathie en complément de traitements conventionnels sur des patients atteints d'un cancer du poumon non à petites cellules. Cette étude randomisée à trois bras a étudié l'influence de l'homéopathie sur la qualité de vie et la survie de ces patients. Les résultats ont mis en avant une qualité de vie supérieure chez les patients ayant reçu de l'homéopathie comparativement au groupe placebo. On note, par exemple, une réduction significative des scores d'évaluation des symptômes tels que douleurs et nausées dans le groupe homéopathie comparé au groupe placebo. L'impact de la prise de l'homéopathie s'observe également sur la survie avec un temps de survie médian supérieur chez le groupe homéopathie par rapport au groupe placebo. (46)

Cependant, le *National Health and Medical Research Council*, organisme de financement pour la recherche en Australie, a conclu en 2015 "qu'il n'existe aucun problème de santé pour lequel il existe des preuves satisfaisantes de l'efficacité de l'homéopathie".(47)

2. Automédication et danger

L'homéopathie est souvent utilisée en automédication car elle n'apporte pas d'effets indésirables et est utilisable sans limitation d'âge. Toutefois, cela porte ses limites. En effet, l'automédication consiste en la prise d'un ou plusieurs médicaments par une personne ayant établi son propre diagnostic. L'automédication doit donc se limiter à des affections aiguës et bénignes. Cependant, dans certains cas, un avis médical associé à un traitement adapté s'impose. L'automédication à base d'homéopathie doit donc être utilisée avec prudence afin d'éviter tout retard de diagnostic qui exposerait le patient à un danger. Le patient doit être capable d'analyser ses symptômes afin de trouver le traitement le plus adapté. Il peut pour cela être conseillé par son pharmacien.

De plus, l'homéopathie ne peut pas traiter toutes les pathologies. Elle ne peut pas se substituer à certains traitements allopathiques ou encore à certaines chirurgies. Par exemple, dans le cas d'un cancer, si l'homéopathie peut être utilisée dans l'accompagnement des effets indésirables, elle ne peut en aucun cas traiter cette maladie.

III- L'homéopathie durant la grossesse et le post-partum

A- Physiologie de la femme enceinte

1. Définition de la grossesse

La grossesse se définit littéralement comme "l'ensemble des phénomènes se déroulant entre la fécondation et l'accouchement, durant lesquels l'embryon, puis le fœtus se développent dans l'utérus maternel". La grossesse entraîne de nombreuses modifications physiologiques au sein de l'organisme de la femme. Ces modifications peuvent d'ailleurs s'accroître en cas de grossesse multiple. De plus, la durée d'une grossesse physiologique est comprise entre 37 et 41 semaines d'aménorrhée. (48)

2. Modifications physiologiques

Durant les neuf mois de grossesse, le corps de la femme subit de nombreux changements notamment provoqués par des variations hormonales. Ces bouleversements touchent les différentes fonctions de l'organisme maternel afin de répondre aux besoins du fœtus.

Les besoins métaboliques secondaires vont croître tout au long de la grossesse dans le but du développement fœto-placentaire. Au niveau cardiaque, on note une augmentation du débit cardiaque accompagnée d'une augmentation du volume sanguin. Les voies urinaires sont également touchées puisqu'on observe une augmentation du taux de filtration glomérulaire et une dilatation des uretères. En outre, on remarque une diminution de la motilité gastro-intestinale. Le corps se modifie également avec un développement important de l'utérus. En effet, si l'utérus mesure environ 7 centimètres hors grossesse, il peut atteindre jusqu'à 34 centimètres au cours du 9^{ème} mois.

Les principaux bouleversements sont provoqués par les modifications endocriniennes. La montée progressive du taux d'œstrogènes et la surproduction de progestérones peuvent entraîner divers troubles tels que des perturbations de l'axe thyroïdien ou du diabète gestationnel. L'augmentation des récepteurs à l'ocytocine prépare également l'organisme maternel à l'arrivée

du nourrisson puisque cette hormone permettra l'éjection du lait maternel.

Ces divers bouleversements sont parfois sources de désagréments, ils perturbent ainsi la grossesse. Des conseils hygiéno-diététiques permettent de remédier à ces maux, mais ils ne sont pas toujours suffisants. Une prise en charge homéopathique peut alors être envisagée. (49)

3. Type Sepia

Dans la thérapeutique homéopathique, le patient est examiné dans sa globalité. Aussi pour trouver le traitement de le plus adapté, on recherche les correspondances entre la « personnalité » du patient et celle du médicament homéopathique. Cela permet alors de déterminer le type sensible de la personne. Lors de la grossesse, le type sensible prédominant est le type *Sepia*. En effet, les symptômes de la pathogenèse *Sepia* sont souvent retrouvés durant cette période, ce qui fait de *Sepia officinalis* le médicament de référence. Le médicament *Sepia* est obtenue à partir de l'encre de seiche, substance sécrétée par le mollusque pour se défendre.

Le type sensible de *Sepia* se caractérise par une femme plutôt mince, pessimiste et parfois triste. La personne *Sepia* a tendance à se replier sur elle-même et à vouloir rester seule. Elle ressent souvent une sensation de pesanteur pelvienne. Les modalités de *Sepia* sont l'amélioration par le mouvement et la chaleur, ainsi que l'aggravation par le froid et la station debout. Les principaux symptômes retrouvés chez la personne de type *Sepia* sont :

Psychisme	Anxiété, irritabilité, apathie
Digestifs	Nausées matinales, vomissements, éructations, constipation
Peau	Prurit, taches sur le visage
Douleurs	Maux de tête, douleur lombaire, pression pelvienne
Circulation sanguine	Hémorroïdes, jambes lourdes

Pour les parties suivantes, nous évoquerons les médicaments pouvant être utilisés en fonction des besoins de la femme enceinte. Pour chaque médicament homéopathique cité, la dilution choisie est celle définie par consensus et validée par l'usage.

B- Homéopathie pendant la grossesse

1. Troubles digestifs

a) *Nausées et vomissements*

Les nausées et vomissements font partie des symptômes les plus incommodes durant la grossesse. Ils apparaissent généralement lors du premier trimestre à la suite d'une surproduction de progestérones. Les mesures hygiéno-diététiques peuvent parfois suffire à résoudre ces troubles mais l'homéopathie peut compléter la prise en charge.

Suivant le type de nausées, différents médicaments pourront être proposés.

Médicaments	Modalités
Sepia officinalis 9CH	Pour les nausées matinales aggravées par la vue et l'odeur des aliments, et vomissements incoercibles après les repas.
Ignatia amara 9CH	Pour les nausées déclenchées par les odeurs, améliorées par la distraction ou en mangeant.
Ipeca 9CH	Pour les fortes nausées non soulagées par le vomissement.
Nux vomica 9CH	Pour les nausées calmées par le vomissement, semblable aux symptômes ressentis après un repas trop copieux.

Cependant, il convient de surveiller les signes d'alerte tels que la fièvre, les vomissements sanglants ou la déshydratation. En effet, dans certains cas un hyperemesis gravidarum peut être suspecté, il nécessite une consultation médicale.

b) Constipation

Parmi les troubles gastro-intestinaux de la grossesse, on retient la constipation. Les causes de ce désagrément sont diverses : variations hormonales, réduction de l'activité physique, supplémentation en fer et pression de l'utérus sur le rectum. Là encore, une bonne hydratation associée à des règles hygiéno-diététiques résout parfois ce symptôme. Ces précautions ne sont pas systématiquement suffisantes, des médicaments homéopathiques peuvent alors être utilisés.

Médicaments	Modalités
Opium 9CH	Pour la constipation aggravée par la chaleur, ou en cas de peur améliorée par l'air frais.
Alumina 4 CH	Pour la constipation par inertie rectale avec des selles molles difficiles à évacuer.
Ammonium muriaticum 5 CH	Pour la constipation associée à des gaz, avec des selles déshydratées difficiles à évacuer.
Lycopodium 7 CH	Pour la constipation souvent chronique associée à des ballonnements.
Collinsonia canadensis 7CH	Pour la constipation avec des selles volumineuses et difficiles à expulser, associé à la présence d'hémorroïdes.

c) Reflux gastriques

Le retard de vidange gastrique ainsi que le relâchement du sphincter œsophagien sont parfois les causes de remontées acides ou de pyrosis. Ces derniers sont plus fréquents au dernier trimestre de la grossesse. La femme enceinte peut bénéficier de conseils alimentaires et posturaux pour limiter ces reflux gastriques. Parallèlement, l'homéopathie peut également être employée.

Médicaments	Modalités
Robinia pseudo-acacia 5CH	Pour l'acidité gastrique et le pyrosis, aggravés la nuit.
Iris versicolor 9CH	Pour l'acidité gastrique et le pyrosis associé à des éructations et des migraines.
Argentum nitricum 15CH	En médicament de terrain, pour les brûlures gastriques et éructations.
Sulfuricum acidum 9CH	Pour le pyrosis présent le matin associé à des éructations acides.

d) Hypersialorrhée

L'hypersialorrhée correspond à une salivation excessive souvent favorisée par les nausées et les vomissements. Elle apparaît généralement au premier trimestre de grossesse mais peut perdurer jusqu'au dernier trimestre. Ce symptôme n'est pas nocif pour le bébé toutefois il peut être très gênant, forçant parfois la femme à cracher.

Médicaments	Modalités
Jaborandi 5 CH	Pour la sécrétion excessive de salive ou de sueur.
Mercurius solubilis 5 CH	Pour la salivation abondante avec une langue blanche chargée et une mauvaise haleine.
Ipeca 9 CH	Pour l'hypersialorrhée associée à des nausées avec une langue non chargée.

e) Ballonnements

Les ballonnements font partie des désagréments de la grossesse survenant notamment au cours du troisième trimestre. Ils s'expliquent par un ralentissement du transit favorisant la fermentation des aliments. Certains légumes contribuent à cet inconfort intestinal, comme les choux ou les haricots.

Médicaments	Modalités
Carbo vegetalis 5 CH	Pour les ballonnements survenant en post-prandiale avec flatulences, aggravées par les aliments gras.
Nux vomica 9 CH	Pour les ballonnements associés à des douleurs intestinales suite à un repas trop lourd.
Lycopodium clavatum 9 CH	Pour les ballonnements associés à des flatulences survenant le plus souvent en fin de journée.
China rubra 9 CH	Pour les ballonnements associés à un abdomen tendu, avec diarrhées et gaz.

2. Douleurs

a) Douleurs ligamentaires

L'imprégnation hormonale durant la grossesse entraîne un relâchement des ligaments afin de préparer à l'accouchement, associée à une augmentation du volume de l'utérus ou une carence en magnésium, cela peut entraîner des douleurs ligamentaires chez la femme enceinte. Ces douleurs apparaissent généralement au deuxième trimestre; elles sont souvent d'origine mécanique, et surviennent donc principalement lors de mouvements du bassin. Parmi ces douleurs, on note le syndrome de Lacomme se définissant par une douleur au niveau de l'articulation sacro-iliaque survenant souvent à l'occasion d'une grossesse.

Médicaments	Modalités
Natrum muriaticum 9CH	Pour le syndrome de Lacomme avec déséquilibre hydrique.
Bryonia alba 9 CH	Pour les douleurs aggravées par le mouvement et améliorées par le repos et la chaleur locale.
Arnica montana 9 CH	Pour les douleurs.

b) Crampes

Les crampes font partie des douleurs pouvant survenir durant la grossesse. Lorsqu'elles se manifestent la nuit, le sommeil de la femme se voit perturbé. La crampe se définit comme une contraction musculaire involontaire, très douloureuse, localisée à un muscle, se déclarant possiblement aussi bien à l'effort qu'au repos. Les causes sont multiples :

déshydratation, déséquilibre en minéraux, fatigue. Quelques médicaments homéopathiques peuvent être utilisés dans cette indication.

Médicaments	Modalités
Cuprum metallicum 9 CH et Zincum metallicum 9 Ch	Pour les crampes et syndrome des jambes sans repos.
Colocynthis 9 CH	Pour les douleurs violentes de type crampe, améliorées par la flexion et la chaleur.
Dioscorea villosa 9 CH	Pour les douleurs violentes de type crampe, améliorées par l'hyperextension.
Magnesia phosphorica 5CH	Pour les crampes très douloureuses localisées aux mains et aux mollets d'apparition et fin brusques.

c) Lombalgie

Les douleurs lombo-pelviennes sont fréquentes durant la grossesse et sont parfois handicapantes. En effet, la posture de la femme se modifie, la cambrure de son dos augmente, en même temps que son ventre part vers l'avant : ainsi, cela peut générer des douleurs lombaires. Les facteurs favorisant ces douleurs durant la grossesse sont multiples : diminution de l'activité physique, imprégnation hormonale des muscles et prise de poids.

Médicaments	Modalités
Arnica montana 9 CH	Pour les contractures musculaires douloureuses, notamment après un effort excessif ou violent.
Rhus toxicodendron 9 CH	Pour les raideurs lombaires, améliorées par le mouvement lent et la chaleur.
Bryonia alba 9 CH	Pour les douleurs vives, améliorées par l'immobilité absolue.
Ruta graveolens 9 CH	Pour les douleurs musculo-tendineuses de la colonne vertébrale, améliorées par la chaleur et le mouvement.

d) Les douleurs pelviennes

Les douleurs lombaires peuvent être associées à des douleurs pelviennes provoquant une sensation de pesanteur ou de gêne. Les douleurs peuvent être aiguës ou sous forme de crampes. Il convient de surveiller ces douleurs, notamment si elles surviennent en début de grossesse. En effet, elles peuvent être signes de fausse couche ou de grossesse extra-utérine.

Médicaments	Modalités
Sepia officinalis 9 CH	Pour les douleurs pelviennes avec sensation de pesanteur.
Helonias dioica 4 CH	Pour les douleurs pelviennes avec sensation de pression de l'utérus.

e) Céphalées

Les céphalées perturbent de temps à autre la grossesse, il est donc nécessaire de différencier les primaires, sans lésions sous-jacentes, des secondaires, induites par un facteur. Un diagnostic précis à partir d'image cérébrale est donc parfois nécessaire afin d'écartier tous risques. En effet, les céphalées sont quelquefois signes d'éclampsie ou d'hémorragies cérébrales. Dans les cas de céphalées primaires, l'homéopathie peut permettre de soulager la douleur.

Médicaments	Modalités
Cyclamen europaeum 9 CH	Pour les céphalées avec vertiges et troubles visuels.
Belladonna 9 CH	Pour les douleurs pulsatiles avec un début et une fin survenant brusquement et une sensation de chaleur.
Lachesis mutus 15 CH	Pour les céphalées occipitales et sus-orbitaires, normalement améliorées par l'arrivée des règles et le grand air.
Glonoïnum 9CH	Pour les céphalées pulsatiles et violentes comme « si la tête allait exploser ».

3. Troubles circulatoires

a) Hémorroïdes

L'imprégnation hormonale par la progestérone est source de dilatation veineuse. On note aussi pendant la grossesse, une compression des veines péri-anales par l'utérus entraînant une insuffisance veineuse. Cette dernière peut être à l'origine de crises hémorroïdaires, assez

fréquentes durant le dernier trimestre de grossesse. Ces crises peuvent être accentuées par une constipation et un manque d'activité physique. Il est important de traiter les hémorroïdes avant l'accouchement car l'effort de pousser peut aggraver ce symptôme.

Médicaments	Modalités
Aesculus hippocastanum 9CH	Pour les douleurs hémorroïdaires brûlantes et piquantes, aggravées par la chaleur et la station debout, et améliorées par le froid et l'exercice modéré.
Arnica montana 9 CH	Pour les douleurs hémorroïdaires pouvant être associées à des saignements.
Nux vomica 9 CH	Pour les hémorroïdes prurigineuses améliorées par les bains froids.
Hamamelis virginiana 9CH	Pour les hémorroïdes rouges et grosses, saignant facilement.

b) Jambes lourdes

Au cours de la grossesse, on observe une augmentation du volume de l'utérus. Cela peut générer, en fin de grossesse, une compression de la veine cave inférieure. De plus, on note une diminution de l'élasticité veineuse et une augmentation du volume total de sang, ayant pour conséquence une augmentation de la pression sanguine au niveau des membres inférieurs. Le port de bas de contention est souvent nécessaire et peut-être associé à un traitement homéopathique.

Médicaments	Modalités
Arnica montana 9 CH	Pour les douleurs avec ecchymoses spontanées, améliorées par le repos.
Vipera redi 5 CH	Pour des douleurs "d'éclatement" de la veine dilatée, améliorées par la surélévation des jambes.
Hamamelis virginiana 9CH	Pour les sensations de meurtrissures et de distension avec ecchymoses au moindre contact.
Pulsatilla 15 CH	En médicaments de terrain pour les jambes lourdes avec les extrémités gonflées et rougeâtres, ne supportant ni le chaud ni le froid.

c) Œdèmes

Lors de la grossesse, apparaît également une rétention d'eau pouvant provoquer des œdèmes. Ils sont notamment localisés au niveau des jambes qui paraissent alors gonflées mais peuvent aussi concerner les mains. La rétention d'eau devient particulièrement problématique pour la femme qui peut alors avoir des difficultés à porter des bagues ou des chaussures.

Médicaments	Modalité
Hamamelis 9 CH et Sepia 9 CH	Pour les oedèmes.
Natrum sulfuricum 9 CH	Pour les oedèmes généralisés et les rétentions hydriques.

d) Malaises

Au cours du premier trimestre de grossesse, les bouleversements hormonaux peuvent générer une chute de tension. En effet, la dilatation des vaisseaux sanguins entraîne une baisse de la pression sanguine, pouvant engendrer des malaises. En outre, les hypoglycémies peuvent provoquer des étourdissements chez la femme enceinte. Ces malaises se caractérisent par une pâleur, des maux de tête ou encore une forte fatigue. Cependant, certains signes associés sont à surveiller comme les saignements vaginaux ou les fortes douleurs abdominales. L'apparition de ces manifestations doit orienter la femme vers un médecin.

Médicaments	Modalités
China rubra 9 CH	Pour les chutes tensionnelles avec sueurs et fatigue.
Pulsatilla 9 CH	Pour le malaise vagal lié à une température élevée.
Moschus 9 CH	Pour les évanouissements liés aux émotions, aggravés en public et soulagés par l'air frais.
Gelsenium 9 CH	Pour les malaises survenant suite à une émotion trop forte et entraînant une sensation de faiblesse.
Borax 9 CH	Pour les chutes tensionnelles.

4. Troubles cutanés et des phanères

a) Vergetures

La grossesse entraîne une prise de poids plus ou moins importante chez la femme enceinte. On observe durant cette période, une distension des fibres élastiques du derme induisant l'apparition de fines raies cutanées. Ces marques cicatricielles touchent différentes parties du corps et particulièrement le ventre. De plus, l'augmentation de la production de cortisol réduit la sécrétion de collagène qui assure l'élasticité de la peau. Une bonne hydratation n'est pas toujours suffisante pour atténuer ces marques.

Médicaments	Modalités
Calcarea fluorica 4 CH	Pour la prévention des vergetures et des fissures de la peau.
Graphites 4 CH	Pour les vergetures et nombreux autres troubles dermatologiques comme l'eczéma.

b) Masque de grossesse

Le masque de grossesse, appelé également chloasma, correspond à des plaques hyperpigmentées situées sur le visage. En France, ce trouble toucherait environ 5% des femmes enceintes. Là encore, la cause est hormonale et induit une production excessive de mélanine. Cependant, pour éviter l'apparition de ces plaques cutanées, un traitement homéopathique associé à une bonne protection solaire peut être conseillé.

Médicament	Modalités
Sepia officinalis 7CH	En prévention du chloasma et des troubles de la pigmentation cutanée.

c) Chute de cheveux

Lors de la grossesse, la production d'œstrogène augmente notablement. Pour certaines femmes, cette montée hormonale provoque un épaissement des cheveux; pour d'autres, elle déclenche l'effet inverse avec une chute des cheveux. Un manque en fer entraîne également une perte plus accrue de cheveux, il convient nécessairement de vérifier l'absence de carence.

Médicaments	Modalités
Thallium sulfuricum 9 CH	Pour la chute très rapide des cheveux.
Selenium metallicum 4 CH	Pour les chutes de cheveux diffuses et progressives, aggravées par le surmenage.
Phosphoricum acidum 4 CH	Pour l'alopecie dû à une fatigue.

d) Prurit gravidique

L'étirement que subit la peau durant la grossesse peut favoriser son dessèchement. L'une des conséquences sera une démangeaison importante voire une sensation de picotement. Une bonne hydratation de la peau fait partie des solutions pour calmer ce phénomène. Si le prurit est généralement sans gravité, il est parfois un symptôme d'une cholestase gravidique.

Médicaments	Modalités
Dolichos pruriens 4 CH	Pour le prurit intense avec ou sans lésion de grattage, aggravé la nuit et par la chaleur.
Urtica urens 9 CH	Pour le prurit brûlant avec sensation de picotement, aggravé par le froid et le contact avec l'eau.

5. Troubles du sommeil

a) *Insomnie*

L'insomnie survient principalement au premier et troisième trimestre de grossesse. Les causes, multiples et variées, peuvent être résolues avec la mise en place de conseils hygiéno-diététiques. De surcroît, cette mauvaise qualité de sommeil peut avoir des retentissements sur la journée. (50)

Médicaments	Modalités
Aconitum napellus 15 CH	Pour les réveils nocturnes survenant entre 1h et 3h du matin associés à une angoisse.
Nux vomica 15 CH	Pour les réveils matinaux entre 3h et 5h du matin, et impossibilité au réendormissement.
Coffea cruda 9 CH	Pour l'insomnie d'endormissement liée à une hyperactivité intellectuelle.
Passiflora composé (Passiflora incarnata 6DH; Coffea cruda 5CH; Ignatia amara 4CH; Nycteria capensis 4CH; Tellurium metallicum 5CH; Phosphoricum acidum 7CH; Palladium metallicum 5CH; Magnesium metallicum 5CH)	Insomnie associée à un état anxieux et nervosité.

b) Pollakiurie

La pression de l'utérus sur la vessie ainsi que les changements hormonaux pendant la grossesse peuvent déclencher une pollakiurie. L'envie fréquente d'uriner peut notamment être gênante la nuit puisqu'elle perturbe le sommeil. Ce désagrément toucherait 66% des femmes enceintes durant le troisième trimestre. Différents médicaments homéopathiques permettent de limiter ce symptôme.

Médicaments	Modalités
Sepia officinalis 9 CH	Pour la pollakiurie avec sensation de pression au niveau de la vessie.
Pulsatilla 9 CH	Pour l'envie pressante d'uriner en position couchée et la sensation de vessie toujours pleine.
Natrum muriaticum 9 CH	Pour la pollakiurie avec douleurs lombaires et sensation de pesanteur présente surtout le matin.

c) Anxiété

Un sentiment d'angoisse peut survenir pendant la grossesse en raison de l'appréhension liée au moment de l'accouchement. Environ 20% des futures mamans disent avoir peur d'accoucher, et redoutent la douleur de cet événement. Cet état d'anxiété peut perturber le sommeil de la femme enceinte. L'accompagnement des proches est primordial pendant cette période mais un soutien par traitement homéopathique peut être apporté.

Médicaments	Modalités
Gelsenium sempervirens 9 CH	Pour l'angoisse par anticipation avec inhibitions, vertiges, tremblements.
Ignatia amara 9 CH	Pour les angoisses avec comportement paradoxal, palpitations, boule à la gorge, améliorées par la distraction.
Argentum nitricum 15 CH	Pour les femmes agitées qui aimeraient avoir terminé avant de commencer, sujets agités avec tendance diarrhéique.

d) Asthénie

La fatigue est très fréquemment rencontrée chez la femme enceinte, à tous les stades de la grossesse. Ses causes sont variées : troubles du sommeil ou encore perturbation hormonale. De plus, pour le développement du fœtus, l'organisme est plus énergivore malgré un rythme de vie inchangé. Ces faits peuvent ainsi aboutir à une asthénie de la future maman, c'est-à-dire un état d'épuisement physique et psychique. Avant d'envisager une thérapeutique homéopathique, toutes causes organiques, comme l'anémie, doivent être écartées.

Médicaments	Modalités
Kalium phosphoricum 9 CH	Pour l'asthénie psychique, le surmenage intellectuel avec irritabilité et hypersensibilité.
Phosphoricum acidum 15 CH	Pour l'asthénie physique et psychique avec somnolence la journée et insomnie la nuit.
Avena sativa 5 CH	Pour l'asthénie associée à une perte d'appétit.

6. Sevrage tabagique

Environ 37% des futures mamans seraient fumeuses avant le début de leur grossesse. Quant au tabagisme passif, le nombre de femmes enceintes exposées est difficile à quantifier. Cependant, l'exposition au tabac durant la grossesse soumet le fœtus à des risques tels que : retard de croissance in utero, prématurité ou encore mort subite du nourrisson. Il est donc important de conseiller la femme enceinte ainsi que son entourage à un sevrage tabagique. L'accompagnement est primordial durant cette période. Quelques médicaments homéopathiques peuvent soutenir l'arrêt du tabac.

Médicaments	Modalités
Lobelia inflata 5 CH	Pour la désaccoutumance au tabac.
Caladium seguinum 5 CH	Pour les troubles neurovégétatifs survenant durant le sevrage.
Staphysagria 9 CH	Pour la frustration intense, le sentiment d'injustice.
Nux vomica 15 CH	Pour l'irritabilité, la colère, avec une tendance à la constipation.
Ignatia amara 15 CH	Pour l'anxiété, pour la personne qui compense en mangeant, améliorée par la distraction.

7. « Bouffées de chaleur »

A partir du second trimestre de grossesse, la hausse d'hormones va provoquer une augmentation de la température corporelle. Les principales hormones responsables sont les hormones thyroïdiennes. Les conséquences pour la femme enceinte seront une transpiration

excessive ainsi que des « bouffées de chaleur ». Ces phénomènes inconfortables sont souvent transitoires.

Médicaments	Modalités
Lachesis mutus 9 CH	En médicament de terrain, pour les bouffées de chaleur chez la personne ne supportant pas les vêtements serrés.
Glonoïnum 5 CH	Pour les bouffées de chaleur associées à une transpiration excessive et des palpitations.
Belladonna 9 CH	Pour les bouffées de chaleur avec transpiration et rougeur au visage.
Sulfur 9 CH	Pour les bouffées de chaleur nocturnes, pour la personne ayant très chaud la nuit et étant soulagée par le froid.

8. Troubles alimentaires

Dès le début de sa grossesse, la femme enceinte est exposée à divers troubles alimentaires. Si la future maman peut être sujette aux envies alimentaires de femmes enceintes, elle peut aussi avoir des aversions alimentaires, c'est-à-dire un dégoût envers un ou plusieurs aliments.

a) Envies alimentaires

Les envies alimentaires de la future maman sont liées à de nombreux mythes, cependant, elles sont bien réelles. En effet, les hormones jouent un rôle important dans cette symptomatologie puisque celles-ci impactent le goût et l'odorat, modifiant les sensibilités aux aliments. Même si ces dernières sont multiples et variées, elles ne sont pas systématiques.

Médicaments	Modalités
Sulfur 9 CH	Pour les désirs de sucre survenant notamment en fin de matinée.
Pulsatilla 9 CH	Pour la personne ayant des envies de sucreries, d'aliments gras et d'aliments réconfortants.
Nux vomica 9 CH	Pour les envies de stimulants, comme l'alcool ou le café chez la personne qui a tendance à beaucoup manger.
Natrum muriaticum 9 CH	Pour les désirs d'aliments salés.
Calcarea carbonica 9 CH	Pour les désirs d'œufs, de laitages, de féculents.
Phosphorus 9 CH	Pour le désir d'aliments froids, comme la glace.

b) Aversions alimentaires

Le dégoût envers certains aliments est fréquent au premier trimestre de grossesse et concerne principalement les aliments fortement odorants. Cela peut également être un signe de l'organisme afin d'éviter l'ingestion d'aliments pouvant être néfaste durant la grossesse. Ces aversions sont multiples; aussi le médicament homéopathique sera choisie en fonction du type d'aliment concerné.

Médicaments	Modalités
Cocculus indicus 9 CH	Pour les nausées déclenchées par la simple vue et l'odeur des aliments.
Graphites 9 CH	Pour les aversions envers les aliments salés.
Pulsatilla 9 CH	Pour le dégoût des aliments gras qui entraînent des troubles digestifs.
Colchicum 9 CH	Pour les aversions à la vue ou à l'odorat de poissons, d'œufs et de certaines viandes.

C – Homéopathie durant l'accouchement

1. Angoisse

L'accouchement marque la fin de la grossesse et la rencontre de la femme avec son enfant. Cette étape, inconnue chez la femme primipare, est parfois source d'angoisse. Effectivement, il persiste l'inquiétude de la douleur ressentie, ainsi que les potentielles difficultés. Un traitement homéopathique peut donc être utilisé pour accompagner la femme lors de ce moment clé.

Médicaments	Modalités
Gelsenium sempervirens 30 CH	Pour l'angoisse avec anticipation, 1 dose avant le départ à la maternité.
Aconitum napellus 30 CH	Pour la crise d'angoisse.
Argentum nitricum 15CH	Pour l'angoisse avec l'envie d'avoir fini avant d'avoir commencé.

2. Préparation du col

Lorsque la dilatation du col stagne, le travail peut devenir plus compliqué pour la maman. En permettant une meilleure dilatation du col, on prévient un travail trop long et fatiguant. Un soutien homéopathique peut être envisagé pour améliorer la dilatation; cependant, le gynécologue ou la sage-femme doit s'assurer que la dilatation s'effectue correctement. Il est nécessaire que ces traitements soient pris en temps et heure afin de garantir une meilleure efficacité, et d'éviter un effet contre-productif. Le risque étant un arrêt du travail, ce qui pourrait entraîner une fatigue de la maman et du bébé.

Médicaments	Modalités
Actaea racemosa 9 CH	Pour la dilatation du col, médicaments traditionnels utilisés pour faciliter l'accouchement.
Caulophyllum 9 CH	

3. Gestion des contractions

Le début du travail est marqué par la survenue de contractions de plus en plus rapprochées. Dès lors que celles-ci surviennent, il est important de consulter un médecin. Les contractions sont nécessaires car elles favorisent la descente de l'enfant dans le col. Toutefois elles peuvent être très douloureuses pour la femme. La douleur étant subjective, la future maman aura la possibilité d'adapter les prises d'homéopathie en fonction de ses besoins. En plus d'associer les médicaments *Actaea racemosa* et *Caulophyllum*, utilisées dans la dilatation du col, d'autres médicaments homéopathiques pourront être employés.

Médicaments	Modalités
Pulsatilla 5 CH	Pour les contractions inefficaces et irrégulières.
Chamomilla vulgaris 9 CH	Pour les douleurs calmer par le bercement.
Coffea cruda 9 CH	Pour les douleurs intenses avec excitabilité ou euphorie.

4. Césarienne

La césarienne est effectuée dans un accouchement sur cinq, la plupart du temps elle est préalablement programmée. Néanmoins, dans certains cas, la césarienne peut être réalisée en urgence en fonction de l'état de la femme enceinte ou du bébé. Lorsque l'intervention est anticipée, la future maman peut utiliser divers médicaments homéopathiques en prévention.

Médicaments	Modalités
Pyrogenium 9 CH	Pour la prévention d'état septique, en complément de traitements antibiotiques.
China rubra 9 CH	Pour les pertes liquidiennes survenant lors de la césarienne.
Staphysagria 9 CH	Pour les plaies par coupure nette par objet tranchant .

5. Suite immédiate de couche

L'accouchement est un véritable effort physique épuisant pour la maman. Effectivement, en termes de dépenses énergétiques, accoucher équivaut à courir un marathon. En outre, la perte de sang durant l'accouchement peut être importante notamment si ce dernier a lieu par césarienne. Enfin, la péridurale utilisée dans 70% des accouchements pour calmer les douleurs, peut faire ressentir des effets inconfortables pendant un certain temps. Différents médicaments homéopathiques peuvent être employés afin de mieux récupérer après la délivrance.

Médicaments	Modalités
China rubra 9 CH	Pour la récupération suite aux pertes liquidiennes importantes.
Opium 15 CH	Pour la constipation et les difficultés mictionnelles suite à une anesthésie post chirurgicale.
Raphanus sativus niger 5 CH	Pour le transit revenant difficilement à la normale après une intervention chirurgicale, associé à des ballonnements.
Arnica montana 30 CH	A la suite d'un traumatisme obstétrical, calme les douleurs.
Cantharis vesicatoria 5 CH	Pour les brûlures mictionnelles suite à un sondage urinaire.

D- Homéopathie en post-partum

1. Cicatrisation

Chaque accouchement est différent, certains se déroulent en voie basse d'autres par césarienne, nécessitant parfois des instruments d'extraction tels que le forceps ou la ventouse. En effet, environ 20% des femmes enceintes auraient recours à une césarienne au moment de leur accouchement avec une incision souvent pratiquée horizontalement au niveau du pubis. Cette cicatrice nécessite des soins particuliers assurés soit par une sage-femme, soit par une infirmière.

(51)

La césarienne n'est pas la seule cicatrice laissée par un accouchement. Malgré la décroissance du recours à l'épisiotomie, cet acte chirurgical est encore pratiqué et peut laisser une cicatrice de 3 à 6 cm. Aujourd'hui, la déchirure périnéale naturelle est privilégiée mais dans les deux cas une suture est souvent nécessaire.

Médicaments	Modalités
Arnica montana 7 CH	Pour les suites de traumatismes obstétricaux.
Staphysagria 9 CH	Pour la cicatrisation, surtout dans un contexte de vécu difficile d'urgence ou de césarienne non souhaitée, plaies par instrument tranchant.
Ledum palustre 9 CH	Pour les déchirements, améliore la cicatrisation.
Silicea 4 CH	Pour la cicatrisation lente ayant tendance à se surinfecter.
Hypericum perforatum 15 CH	Pour une cicatrice douloureuse sur le territoire d'un trajet nerveux.
Causticum 9 CH	Pour les douleurs vives et brûlantes au niveau de la cicatrice.

2. Saignements et pertes de liquides

Suite à l'accouchement, des pertes liquidiennes peuvent être observées chez la femme. Elles sont appelées lochies et correspondent à l'évacuation des résidus de grossesse : résidus utérins, sang et membrane placentaire. L'aspect des lochies change au fil des jours, ces saignements disparaissent généralement au bout d'un mois. Le port de serviettes hygiéniques, associé à un traitement homéopathique, peut être recommandé. Cependant, la surveillance des lochies est primordiale, ces pertes ne doivent pas être malodorantes, ni associées à des douleurs.

Médicaments	Modalités
China rubra 9 CH	Pour les suites de pertes liquidiennes abondantes (sang, sueurs, ...).
Secale cornutum 9 CH	Pour les saignements utérins plus ou moins douloureux avec présence de caillots noirâtres.
Sabina 5 CH	Pour les pertes sanglantes avec caillots rouges vifs qui durent dans le temps.
Pyrogenium 9 CH	Pour les pertes nauséabondes de suites de couche en association avec un traitement antibiotique.

3. Baby-blues

Après les premières semaines qui suivent l'accouchement, les femmes peuvent ressentir des symptômes émotionnels tels que la tristesse et l'anxiété. Les hormones jouent un rôle dans la manifestation de ces émotions. En revanche, le traumatisme de l'accouchement ainsi que le poids des nouvelles responsabilités peuvent également accentuer ce phénomène. Le *baby-*

blues se différencie de la dépression post-natale nécessitant une prise en charge médicale et psychologique. La maman peut être soutenue par ses proches dans les premiers jours suivant la naissance. Un traitement homéopathique en fonction des besoins pourra être associé.

Médicaments	Modalités
Sepia officinalis 30 CH	Pour le <i>baby-blues</i> , quels que soient les symptômes.
Phosphoricum acidum 15 CH	Pour l'épuisement physique et psychique avec irritation.
Kalium phosphoricum 15 CH	
Ignatia amara 9 CH	Pour le <i>baby-blues</i> avec des symptômes d'hyperémotivité et une humeur variable.
Pulsatilla 30 CH	Pour la personne pleurant fréquemment, et ayant besoin d'être aidée et entourée.
Actaea racemosa 15 CH	Pour le <i>baby-blues</i> avec syndrome du ventre vide.

4. Tranchées utérines

Suite à l'accouchement, l'utérus se contracte afin de reprendre sa taille initiale, il s'agit des tranchées utérines. Ces dernières permettent également de limiter les saignements par compression des vaisseaux sanguins. Certaines femmes ne ressentent pas les tranchées utérines après leur accouchement; néanmoins pour les autres femmes, elles peuvent être douloureuses. Ainsi, on peut utiliser l'homéopathie afin de soulager ces douleurs.

Médicaments	Modalités
Caulophyllum thalictroides 9 CH	Pour les douleurs utérines à type de crampes.
Magnesia phosphorica 9 CH	Pour les douleurs à type de crampes et de spasmes, améliorées par la pression et la flexion, et aggravées par le froid.
Colocynthis 9 CH	Pour la douleur spasmodique, en "coup de poignard", améliorée en position "pliés en deux", la chaleur et la pression.

5. Douleurs du périnée

Le périnée est un ensemble de muscles dont le rôle est de soutenir les organes pelviens. Ces muscles sont extrêmement sollicités lors de l'accouchement. Des douleurs périnéales post-partum peuvent donc être ressenties par la femme, et s'étendre de la fourchette vulvaire à l'anus.

Médicaments	Modalités
Magnesia phosphorica 9CH	Pour les douleurs périnéales de types spasmodiques.
Calcarea fluorica 9 CH	En complément pour la rééducation périnéale.

6. Lactation

Aujourd'hui, l'OMS recommande l'allaitement exclusif pendant les six premiers mois de vie de l'enfant puis une poursuite de celui-ci jusqu'aux deux ans de l'enfant. Cependant, ce

mode d'alimentation reste le choix de la maman et doit être respecté. L'alimentation maternelle permet, en effet, de couvrir tous les besoins de l'enfant mais peut aussi s'avérer contraignante.

a) Physiologie de l'allaitement

Au cours du temps, la glande mammaire d'une femme évolue en fonction des périodes de la vie. De la puberté jusqu'à la ménopause, en incluant les éventuelles grossesses, le sein va s'adapter aux besoins. Cet organe complexe est constitué de différents tissus qui permettent le soutien, la production et l'excrétion du lait ainsi que la protection de la glande mammaire. Durant la grossesse, le sein se prépare à la lactation avec la formation de cellules sécrétrices. Ensuite, le volume des seins augmente en raison du développement du tissu glandulaire. Parallèlement, le nombre de récepteurs hormonaux s'accroît. Enfin, à l'arrêt de la lactation, le tissu glandulaire diminue de volume afin de laisser place au tissu conjonctif.

Deux hormones ont un rôle important dans la lactation, il s'agit de la prolactine et de l'ocytocine. La première assure la production du lait alors que la seconde permet l'éjection du lait. Pour que la lactation soit optimale, un double processus doit être mis en place associant une expulsion active du lait et une succion suffisante du nouveau-né.(52)

b) Stimulation de la lactation

La lactogénèse se met en place deux à trois jours après l'accouchement avec la chute du taux de progestérone. Dans un même temps, la mise en place de l'allaitement peut être compliquée. La stimulation de la glande mammaire est importante en début d'allaitement mais elle peut être complétée par un traitement homéopathique en fonction du besoin. On utilisera les médicaments ayant de faibles dilutions pour stimuler les sécrétions.

Médicaments	Modalités
Ricinus communis 5 CH	Pour l'insuffisance de la montée laiteuse.
Asa foetida 5 CH	Pour les seins douloureux et hypersensibles avec une diminution rapide de la sécrétion de lait.

c) Arrêt de la lactation

L'alimentation maternelle n'est pas systématique soit parce que la femme ne souhaite pas soit parce qu'elle n'est pas dans la capacité d'allaiter. En effet, aussi bien certaines pathologies infectieuses que la reprise du travail peuvent causer le renoncement à l'allaitement. Des traitements médicamenteux diminuant le taux de prolactine permettent un arrêt de la lactation; cependant, ces traitements sont sources d'effets indésirables.

Médicaments	Modalités
Ricinus communis 30 CH	Pour le sevrage de la lactation. On utilise une haute dilution pour diminuer les sécrétions.
Apis mellifica 9 CH	Pour diminuer la douleur liée à une montée de lait quand l'allaitement n'est pas souhaité.
Bryonia alba 9 CH	
Phytolacca 15 CH	Pour diminuer la lactation, associée à un sein dur et sensible.

d) Crevasses

L'allaitement contribue à forger un lien unique entre l'enfant et sa mère. Seulement, ce moment complice génère parfois des douleurs lorsque la maman souffre de crevasses au niveau du mamelon. Une bonne position lors de l'allaitement permet de limiter ce phénomène. Des conseils peuvent également être apportés à la maman tels que : éviter l'excès d'hygiène, limiter les engorgements ou encore limiter le port de sous-vêtements synthétiques.

Médicaments	Modalités
Graphites 15 CH	Pour la fissuration du mamelon, associée à un suintement visqueux, épais et jaune.
Nitricum acidum 15 CH	Pour la fissuration du mamelon avec saignement et sensation de piqûre.
Phytolacca decandra 9 CH	Pour la fissuration du mamelon avec sensation de douleurs irradiantes dans tout le corps.

e) Douleurs

En post-partum, certaines femmes peuvent souffrir de douleurs mammaires. Les engorgements dus à la congestion du sein, sont souvent la cause de ces douleurs, entraînant également la sensation de seins lourds et tendus. Les douleurs mammaires peuvent aussi être causées par des canaux lactifères bouchés empêchant le drainage du sein. Il est nécessaire de prêter attention à ces douleurs afin d'écartier toute présence de mastites. La mastite correspond à une infection bactérienne située au niveau du sein provoquant des symptômes tels que fièvre, douleur et œdème.

Médicaments	Modalités
Apis mellifica 9 CH	Pour la douleur avec sensation de chaleur, améliorée par le froid.
Belladonna 9 CH	Pour le sein chaud, douloureux et rouge.
Bryonia alba 5 CH	Pour les seins lourds et très sensibles, amélioré par la compression.
Folliculinum 15 CH	Pour le gonflement douloureux du sein.
Phellandrium aquaticum 4 CH	Pour les douleurs lors de la tétée du nourrisson.

(53), (54)(42)

Conclusion

L'histoire de l'homéopathie a démarré il y a plus de 200 ans. Malgré de nombreuses critiques à son égard, cette thérapeutique est aujourd'hui l'une des plus utilisées dans le monde. Contrairement à certaines médications alternatives, l'homéopathie fait l'objet de nombreuses réglementations. Cela impose aux prescripteurs de connaître certaines règles d'utilisation.

A travers cette étude, nous avons réalisé l'état des lieux de l'utilisation de l'homéopathie en France chez la femme enceinte et lors de son post-partum.

Tout d'abord, nous avons pu mettre en évidence que l'homéopathie est encore largement utilisée durant la grossesse et notamment durant le post-partum. De plus, la thérapeutique homéopathique, souvent utilisée en complément de traitements allopathiques, est, dans le cas de la grossesse, plutôt utilisée seule, ce qui montre la confiance des patientes en l'efficacité de cette thérapeutique.

Ensuite, nous avons fait ressortir les principaux symptômes nécessitant l'emploi de l'homéopathie, 11 catégories ont ainsi pu être révélées. On retrouve parmi eux les nausées et vomissements, le sommeil et l'allaitement.

Cette étude a également révélé que l'innocuité, la réticence à l'allopathie et l'aspect naturel de l'homéopathie déterminent la future maman à utiliser cette médication en laquelle elles ont confiance. Enfin, l'étude montre que les proches forment la principale source d'influence.

Cette étude s'est également intéressée à la place de l'homéopathie au sein des maternités. En effet, l'homéopathie est très présente dans ces établissements malgré l'absence de consensus sur son utilisation. Nous avons analysé l'image de l'homéopathie dans les maternités qui indique une opinion majoritairement positive.

De plus, depuis le déremboursement de l'homéopathie, nous avons mis en évidence une modification des prescriptions homéopathiques avec notamment une réduction des médicaments prescrits.

Enfin, cette étude expose la variété des médicaments homéopathiques pouvant être employées le long de la grossesse et du post-partum. On dénombre ainsi plus de soixante dix médicaments permettant de répondre au mieux aux besoins de la femme enceinte. Ces médicaments homéopathiques sont utilisés pour diverses affections qu'elles soient physiques ou psychologiques.

IV. Bibliographie

1. Faure O. Et Samuel Hahnemann inventa l'homéopathie: la longue histoire d'une médecine alternative. Aubier; 2015.
2. Samuel HAHNEMANN (1755-1843) [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.medarus.org/Medecins/MedecinsTextes/hahnemann.html>
3. Proving Main guidelines v1 French.pdf [Internet]. [cité 5 mai 2022]. Disponible sur: https://www.lmhi.org/file/proving_guideline/Proving%20Main%20guidelines%20v1%20French.pdf
4. Rabanes O. Zusammenfassung. Ethnol Francaise. 2004;34(3):411-8.
5. Homéopathie – Guide de stage de pratique professionnelle en officine [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://cpcms.fr/guide-stage/knowledge-base/homeopathie/>
6. Présentation générale de l'homéopathie [Internet]. INHF Paris. [cité 5 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.inhfparis.com/index.php/lhomeopathie-uniciste/presentation-generale-2/>
7. Chemouny B. Le Guide de l'homéopathie: Nouvelle édition. Odile Jacob; 2008. 835 p.
8. Professeur Léon Vannier (1880-1963) - Dr Robert Séror [Internet]. [cité 6 juin 2022]. Disponible sur: <http://homeoint.org/seror/biograph/vannier.htm>
9. Homéopathie dans le monde [Internet]. Ecole homéopathie Auvergne Rhône-Alpes. [cité 5 mai 2022]. Disponible sur: <https://ecole-homeopathie-auvergne-rhone-alpes.com/homeopathie-dans-le-monde/>
10. Homéopathie : un marché mondial en forte croissance [Internet]. Les Echos. 2019 [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.lesechos.fr/industrie-services/pharmacie-sante/homeopathie-un-marche-mondial-en-forte-croissance-1037196>
11. 10901126. DU Homéopathie [Internet]. 2020 [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <http://odf.univ-paris13.fr/fr/offre-de-formation/feuilleter-le-catalogue-1/sciences-technologies-sante-STS/diplome-d-universite-1/du-homeopathie-program-bduho-116-2-2.html>
12. française A. Dictionnaire de l'Académie française [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.dictionnaire-academie.fr/article/A9H0830>
13. Une fabrication française [Internet]. Boiron. [cité 1 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.boiron.fr/les-laboratoires-boiron-en-bref/une-fabrication-francaise>
14. Interdiction de fabrication et de prescription de médicaments homéopathiques - Sénat [Internet]. [cité 1 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.senat.fr/questions/base/1999/qSEQ990516319.html>
15. Coiffard L. Cours DFASP2 Officine Université de Nantes. UE7 Homéopathie. Nantes. 2021.
16. Article L511-1 - Code de la santé publique - Légifrance [Internet]. [cité 28 avr 2022].

Disponible sur:

https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000006693416/1998-07-02

17. Homéopathie - Fabrication [Internet]. [cité 1 mai 2022]. Disponible sur: http://unt-ori2.crihan.fr/unsfp/2014_Lille_Bailleul_Homeopathie/co/Contenu_fabrication.html
18. TRITURATION : Définition de TRITURATION [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.cnrtl.fr/lexicographie/trituration>
19. Hahnemann S. Concepts fondamentaux de l'homéopathie. 2005;7.
20. Les tubes granules et les doses globules sont les remèdes les plus emblématiques de l'homéopathie. - PHG [Internet]. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.pharmacie-homeopathie-generale.fr/179-tubes-doses-homeopathie>
21. Article L5121-13 - Code de la santé publique - Légifrance [Internet]. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000025104784/?msclkid=c0f2c33ccea11ecbc80cd948fefc9ab
22. Nos missions - Homéopathie - ANSM [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://ansm.sante.fr/qui-sommes-nous/notre-perimetre/les-medicaments/p/homeopathie>
23. La pharmacovigilance, surveillance des médicaments [Internet]. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/medicaments/la-surveillance-des-medicaments/article/la-pharmacovigilance?msclkid=2bce5decceab11ecae9a5fef93e7eacd>
24. homeopathie_pic_avis3_cteval415.pdf [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-06/homeopathie_pic_avis3_cteval415.pdf
25. Matiere-medicale-homeopathique-ciblee-Max-Tetau.10107_2Avant_Propos.pdf [Internet]. [cité 1 mai 2022]. Disponible sur: https://www.narayana-verlag.de/gesunde-ernaehrung/pdf/Matiere-medicale-homeopathique-ciblee-Max-Tetau.10107_2Avant_Propos.pdf
26. Frei-Erb M, Bichsel B, Schnyder-Etienne H, Bösch P. De la complexité à l'individu – l'accès au patient en homéopathie. (16):2.
27. L'homéopathie, quelques précisions... [Internet]. Pharmacien Giphar. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.pharmacienghiphar.com/medecines-naturelles/conseils-homeopathie/homeopathie-quelques-precisions>
28. FAQ : Homéopathie mode d'emploi [Internet]. Boiron. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.boiron.fr/soigner-sans-nuire/faq-homeopathie-mode-demploi>
29. LoiHering.pdf [Internet]. [cité 6 juin 2022]. Disponible sur: <http://www.homeopathe.org/Docupdf/LoiHering.pdf>
30. CĂLINA DC, DOCEA AO, BOGDAN M, BUBULICĂ MV, CHIUȚU L. The Pharmacists and Homeopathy. Curr Health Sci J. 2014;40(1):57-9.
31. cnsf-dossiers-thematiques-2012-sage-femme-et-petits-maux-de-la-grossesse-autre-regard-autres-pratiques.pdf [Internet]. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://static.cnsf.asso.fr/wp->

content/uploads/2017/11/cnsf-dossiers-thematiques-2012-sage-femme-et-petits-maux-de-la-grossesse-autre-regard-autres-pratiques.pdf?msclid=cae4d9d6ceb111eca85ea5e642d2ea88

32. ans_tableau_des_populations_rpps_28102021.pdf [Internet]. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: https://esante.gouv.fr/sites/default/files/media_entity/documents/ans_tableau_des_populations_rpps_28102021.pdf?msclid=44c80fccceb411ec9aef1f751257ad9
33. Annuaire des sages-femmes libérales [Internet]. Conseil national de l'Ordre des sages-femmes. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.ordre-sages-femmes.fr/annuairefrib/>
34. Les chiffres clés de l'homéopathie en France [Internet]. Boiron. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.boiron.fr/soigner-sans-nuire/les-chiffres-cles-de-lhomeopathie-en-france>
35. Présentation des grossesses à risque - Problèmes de santé de la femme [Internet]. Manuels MSD pour le grand public. [cité 8 mai 2022]. Disponible sur: <https://www.msmanuals.com/fr/accueil/probl%C3%A8mes-de-sant%C3%A9-de-la-femme/grossesse-%C3%A0-risque/pr%C3%A9sentation-des-grossesses-%C3%A0-risque?msclid=355268fccea11ec9271ccc8303fd4a9>
36. Einarson TR, Piwko C, Koren G. Quantifying the global rates of nausea and vomiting of pregnancy: a meta analysis. *J Popul Ther Clin Pharmacol J Ther Popul Pharmacol Clin.* 2013;20(2):e171-183.
37. Xu X, Liu D, Zhang Z, Sharma M, Zhao Y. Sleep Duration and Quality in Pregnant Women: A Cross-Sectional Survey in China. *Int J Environ Res Public Health.* 20 juill 2017;14(7):E817.
38. Berrebi A, Parant O, Ferval F, Thene M, Connan L, Belon P. Traitement de la douleur de la montée laiteuse non souhaitée par homéopathie dans le post-partum immédiat. 2001;30:5.
39. Vazquez JC. Constipation, haemorrhoids, and heartburn in pregnancy. *BMJ Clin Evid.* 3 août 2010;2010:1411.
40. Un niveau de confiance dans les médicaments qui se maintient, une défiance vis-à-vis des vaccins qui progresse | Ipsos [Internet]. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.ipsos.com/fr-fr/un-niveau-de-confiance-dans-les-medicaments-qui-se-maintient-une-defiance-vis-vis-des-vaccins-qui>
41. Etat des lieux du marché des traitements naturels [Internet]. Ipsos. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.ipsos.com/fr-fr/etat-des-lieux-du-marche-des-traitements-naturels>
42. Gasnier Annaëlle. Etat des lieux de l'utilisation de l'homéopathie par les femmes du pôle mère-enfant de Nantes. Université de Nantes; 2017.
43. Dubois C. L'homéopathie comme alternative ou complément aux thérapeutiques classiques en maternité - Enquête et Etat des lieux dans 36 maternités françaises. Université Henri Poincaré, Nancy I; 2011.
44. Déremboursement des médicaments homéopathiques [Internet]. Gouvernement.fr. [cité 28 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.gouvernement.fr/actualite/deremboursement-des-medicaments-homeopathiques>

45. Médicaments homéopathiques : une efficacité insuffisante pour être proposés au remboursement [Internet]. Haute Autorité de Santé. [cité 9 mai 2022]. Disponible sur: https://www.has-sante.fr/jcms/p_3066934/fr/medicaments-homeopathiques-une-efficacite-insuffisante-pour-etre-proposes-au-remboursement
46. Frass M, Lechleitner P, Gründling C, Pirker C, Grasmuk-Siegl E, Domayer J, et al. Homeopathic Treatment as an Add-On Therapy May Improve Quality of Life and Prolong Survival in Patients with Non-Small Cell Lung Cancer: A Prospective, Randomized, Placebo-Controlled, Double-Blind, Three-Arm, Multicenter Study. *The Oncologist*. déc 2020;25(12):e1930-55.
47. Dubé È, Gagnon D, Sauvageau C. Réticence à la vaccination et recours aux médecines alternatives et complémentaires. In: Bramadat P, Guay M, Bettinger J, éditeurs. *La santé publique à une ère marquée par le doute : origines religieuses et culturelles de l'hésitation des Canadiens face à la vaccination* [Internet]. Éditions de l'Université de Sherbrooke; 2019 [cité 28 avr 2022]. p. 174-204. Disponible sur: <http://hdl.handle.net/11143/16022>
48. Larousse É. grossesse - LAROUSSE [Internet]. [cité 6 juin 2022]. Disponible sur: <https://www.larousse.fr/encyclopedie/divers/grossesse/56826>
49. Physiologie de la grossesse - Gynécologie et obstétrique [Internet]. Édition professionnelle du Manuel MSD. [cité 30 avr 2022]. Disponible sur: <https://www.msdmanuals.com/fr/professional/gyn%20cologie-et-obst%20trique/prise-en-charge-de-la-femme-enceinte-et-suivi-de-la-grossesse/physiologie-de-la-grossesse>
50. Clere N, Taillez J. Perturbations du sommeil chez la femme enceinte. *Actual Pharm*. 1 mai 2015;54(546):38-41.
51. Episiotomie, césarienne, allaitement : comment accouche-t-on en France en 2017 ? *Le Monde.fr* [Internet]. 12 oct 2017 [cité 6 juin 2022]; Disponible sur: https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2017/10/12/episiotomie-cesarienne-allaitement-comment-accouche-t-on-en-france-en-2017_5199970_4355770.html
52. Beaudry M, Chiasson S. *Biologie de l'allaitement : le sein, le lait, le geste: Le sein - le lait - le geste*. PUQ; 2006. 628 p.
53. *Guide homéopathique de la Sage-Femme*. Editions Le Manuscrit; 96 p.
54. Masson (Docteur) JL. *L'homéopathie de A à Z*. Marabout; 2012. 322 p.

Annexe

Annexe I : Questionnaire distribué aux sages-femmes sur l'utilisation de l'homéopathie chez la femme enceinte

I- Utilisation de l'homéopathie dans votre pratique :

1. Depuis combien de temps utilisez-vous l'homéopathie dans votre pratique ?
2. Pour quelles raisons utilisez-vous l'homéopathie plutôt que des traitements plus traditionnels ?
3. Utilisez-vous l'homéopathie pour tous les types de grossesse ? (multiple, à risque, primipare, ...)
 - Oui
 - Non
4. Si non, pour quelles types de grossesse ?
5. Prescrivez-vous systématiquement de l'homéopathie pour la préparation à l'accouchement ?
 - Oui
 - Non
6. A quel principal moment de la grossesse prescrivez-vous l'homéopathie ?
 - 1^{er} trimestre
 - 2^{ème} trimestre
 - 3^{ème} trimestre
 - Accouchement
 - Post-accouchement
7. Prescrivez-vous plutôt l'homéopathie seule ou en complément d'un traitement allopathique ?
 - Seule
 - En complément
8. Pour quel(s) symptôme(s) prescrivez-vous l'homéopathie ?

II. Lorsque la demande vient de la femme enceinte :

1. Sa demande est-elle volontaire ou influencée par des proches, magazines, ... ?
 - Volontaire
 - Influencée par des proches
 - Influencée par des magazines
 - Influencée par autres professionnels de santé
 - Influencée par les sites internet
2. Pour quelles raisons ont-elles choisi de recourir à l'homéopathie ?
3. La femme enceinte utilise-t-elle l'homéopathie en dehors de la grossesse ? Pour elle ? Sa famille ?
 - Oui pour elle
 - Oui pour sa famille
 - Non

III. A la maternité :

1. L'homéopathie est-elle utilisée au sein même des maternités ?
 - Oui
 - Non
2. Si oui, l'homéopathie a-t-elle une bonne représentation au sein des maternités ?
 - Oui, très bonne
 - Oui, plutôt bonne
 - Ni bonne, ni mauvaise
 - Non, plutôt pas
 - Non, pas du tout
3. Y-a-t-il un consensus de son utilisation parmi les médecins, sages-femmes, gynécologues, ... ?
 - Oui
 - Non

IV. Déremboursement

1. Le déremboursement de l'homéopathie (janvier 2021) a-t-il eu un impact sur votre manière de prescrire ?

Oui

Non

2. Si oui, de quelle manière votre prescription a évolué ?

V. Autres commentaires

Index des figures

Figure 1: Schéma de Hering.....	16
Figure 2: Frise chronologique sur la durée de l'étude	20
Figure 3: Carte de diffusion du questionnaire.....	22
Figure 4: Nombre de sages-femmes en fonction du nombre d'années de pratique homéopathique ..	25
Figure 5 : Utilisation de l'homéopathie en fonction du moment de la grossesse	26
Figure 6: L'homéopathie est-elle utilisée pour des grossesses à risque ?.....	27
Figure 7: L'homéopathie est-elle utilisée seule ou en complément d'un traitement allopathique ?...	28
Figure 8 : Classification des pathologies en fonction du nombre de réponses	30
Figure 9: Pourquoi les femmes enceintes choisissent l'homéopathie ?.....	32
Figure 10: Qu'est-ce qui influence la femme enceinte dans son choix ?	34
Figure 11: L'homéopathie est-elle utilisée au sein des maternités ?	35
Figure 12: Quelle est l'image de l'homéopathie dans les maternités ?.....	36
Figure 13: Existe-t-il un consensus au sein des maternités sur l'utilisation de l'homéopathie ?.....	37
Figure 14: Le déremboursement a-t'il eu un impact sur la prescription homéopathique ?.....	38

Nom – Prénoms : Moreau Chloë Marie Catherine

Titre de la thèse : Utilisation de l'homéopathie lors de la grossesse, de l'accouchement et du post-partum par le prisme d'une enquête auprès de sages-femmes

Résumé de la thèse :

La grossesse est une période particulière durant laquelle la femme enceinte peut-être sujet à de nombreux maux. Le nombre de traitement allopathique étant limité afin de répondre aux besoins de la future maman, l'homéopathie apparaît alors comme une solution. Cette thérapeutique alternative ancienne de 200 ans est aujourd'hui la plus utilisée dans le monde.

L'objectif de ce travail a donc été de mieux connaître l'utilisation de cette thérapeutique durant le suivi de grossesse et le post-partum. Pour cela une enquête auprès d'une centaine de sages-femmes a été réalisée, elle permet ainsi d'apprécier les habitudes de prescription de l'homéopathie et de connaître l'utilisation de cette thérapeutique par la femme enceinte.

L'homéopathie permet également de s'adapter au mieux aux besoins de la femme en utilisant des traitements personnalisés. Effectivement, plus de soixante dix médicaments homéopathiques sont référencés pour répondre aux différents maux de grossesse.

MOTS CLES : HOMEOPATHIE – FEMME ENCEINTE – SAGES-FEMMES – GROSSESSE – POST-PARTUM

Président : Mme Hélène GAUTIER, Maître de conférences de Pharmacie Galénique de l'Université de Nantes

Directrice de thèse : Mme Pascale ROUSSEAU, Docteure en Pharmacie, Enseignante à l'UFR Sciences Pharmaceutiques et Biologiques de Nantes

Membre du jury : Mme Christine BOUTIN, Pharmacienne Directrice de l'établissement Boiron Nantes