

# L'homéopathie pour la femme enceinte

La grossesse pour les femmes est un moment merveilleux... ou pas!

Bien souvent, la grossesse est accompagnée de divers maux sans gravité mais quand bien même perturbants pendant 9 mois qui peuvent paraître une éternité pour les futures mamans qui se trouvent désespérées lorsque la médecine allopathique ne peut pas leur venir en aide.

## **Pourquoi choisir l'homéopathie pendant la grossesse ?**

Vous le savez, de nombreux médicaments sont contre-indiqués pendant la grossesse, la médecine traditionnelle n'apporte pas toujours de solution pour soulager les femmes enceintes.

**L'homéopathie**, elle peut leur venir en aide ! Issus de produits naturels (végétaux, animaux et minéraux), les remèdes homéopathiques ne sont aucunement toxiques pour le fœtus, ils sont non résiduels et peuvent soulager la plupart des maux de la femme enceinte.

L'homéopathie est non iatrogène, elle peut se prendre en complément d'autres traitements conventionnels ou non sans aucune interférence.

L'homéopathie est holistique, elle va traiter le problème dans son ensemble de façon permanente. Lorsque le remède choisi est le bon, il peut se révéler efficace dans les 24h après la prise.

## **L'homéopathie va permettre**

- D'améliorer les troubles du caractère de la femme enceinte lors de sa grossesse ( nervosité, dégoût, peur de l'accouchement...)
- De raccourcir sensiblement la durée de l'accouchement (à condition que l'enfant soit bien placé et qu'il n'y ait pas de gêne mécanique) au moyen d'association de plusieurs remèdes pris dès le 8ème mois et de granules absorbées au cours de l'accouchement
- D'éviter souvent les complications de phlébite après l'accouchement
- D'éviter la dépression post-partum (après l'accouchement)
- De favoriser un bon allaitement

Pensez à consulter un médecin homéopathe, il existe autant de remèdes homéopathiques que de pathologies, et bien souvent vous vous reconnaîtrez dans plusieurs sans savoir lequel choisir. Le médecin saura cibler et vous guider vers le bon remède, et, chose non négligeable, si vous avez une prescription des médicaments homéopathiques, vous serez remboursée à hauteur de 30% par la Sécurité sociale.

## **A lire aussi : Rhume et homéopathie pour la femme enceinte**

### **L'homéopathie, une médecine au cas par cas chez la femme enceinte**

Il existe une multitude de remèdes homéopathiques, on peut vite se retrouver perdu face à tant de possibilité qui ont l'air de correspondre pour une seule et même pathologie, néanmoins il existe des subtilités qu'un médecin homéopathe saura relever. Il est important avant de prendre rendez-vous chez l'homéopathe, de prendre le temps d'observer TOUS vos symptômes durant la grossesse. Plus vous donnez de détails à votre médecin, plus sa prescription sera adaptée à votre cas et donc efficace. L'homéopathie fonctionne ainsi, en considérant chaque réaction de votre corps. Par exemple, vos nausées ne seront pas traitées de la même façon si elles sont accompagnées de vomissement, de vertiges, plutôt le matin, si elles se calment en mangeant ou empirent dans les transports...

L'homéopathie est censée agir rapidement, si au bout de 24 ou 48 heures, votre traitement ne fait toujours pas effet, c'est qu'il ne correspond sûrement pas à votre cas. Dans ce cas, arrêtez-le et retournez voir votre médecin !

## **Quelques précautions à prendre avec la prise d'homéopathie**

- Toujours prendre les remèdes homéopathiques à distance des repas, 30 minutes avant ou 30 minutes après.
- Ne rien consommer à base de menthe pendant le traitement car cela annulerait l'effet homéopathique
- Lors des derniers mois de grossesse, ne jamais prendre Arnica montana en dessous de 9CH, cela risquerait de déclencher une hémorragie lors de la délivrance

## **L'homéopathie, pour soigner quels maux durant la grossesse ?**

### **Nausée de la femme enceinte**

L'un des symptômes le plus connu de la grossesse est la nausée, qui est présente bien souvent au cours du premier trimestre. Les nausées sont principalement dûes aux hormones, on constate que les femmes qui se sentent souvent mal ont d'importantes concentrations de l'hormone de grossesse HCG dans le sang. Entre la huitième et la dixième semaine le taux de HCG est à son point culminant, ce qui explique pourquoi les nausées diminuent la plupart du temps après la douzième semaine. Bien que pénibles, les nausées de la femme enceinte sont aussi une ruse de votre organisme pour protéger votre bébé! En effet, les aversions sont dûes essentiellement envers des substances qui peuvent nuire à votre bébé (tabac, alcool, café, viande en raison de la présence de bactéries...). N'oubliez pas que votre corps vous parle, écoutez le !

Néanmoins, les nausées peuvent vite devenir handicapantes, heureusement l'homéopathie est là pour vous soulager !

- Si les nausées de la femme enceinte ne s'améliorent pas même après avoir vomi, qu'elles s'accompagnent d'une hypersalivation, que votre langue est propre (sans dépôt blanc) et que vous avez des désirs alimentaires, prenez Ipeca 9CH, 5 granules homéopathiques au rythme des nausées
- Si vous êtes hypersensible à la moindre odeur et aux contrariétés, que les nausées s'améliorent en mangeant, prenez Ignatia amara 9CH, 5 granules au rythme des nausées
- Si les vomissements sont incoercibles, avec une hypersensibilité aux odeurs de cuisines, avec un fort désir de vinaigre (cornichon), d'acidité avec une aversion pour le lait, prenez Sepia 9CH, 5 granules homéopathiques au rythme des nausées
- Si les nausées ou les vomissements de la femme enceinte sont aggravés au moindre mouvement avec dégoût des aliments, prenez Symphoricarpus 9CH, 5 granules au rythme des nausées

### **Troubles urinaires pendant la grossesse**

De fréquentes envies d'uriner sont un phénomène courant chez la femme enceinte, surtout en début et en fin de grossesse. Au début, c'est le chamboulement hormonal qui en est responsable. En fin de grossesse, c'est la pression de l'utérus sur la vessie qui vous donne ces envies pressantes.

Si vous avez un besoin fréquent d'uriner avec la sensation de pression sur la vessie prenez Sepia 9CH, 5 granules 4 à 5 fois par jour

Si vous ressentez une brûle de l'urètre entre les mictions ou une sensation de goutte qui s'échappe après la miction prenez Staphysagria 9CH, 5 granules homéopathiques 4 à 5 fois par jour

Si les douleurs sont avant et après la miction prenez Cantharis 9CH, 5 granules 4 à 5 fois par jour

Si les douleurs sont après la miction, prenez Equisetum 9CH, 5 granules homéopathiques après chaque miction.

### **Troubles gastriques pendant la grossesse**

Les aigreurs d'estomac sont à mettre, entre autres, sur le compte de la progestérone. Cette hormone dont la concentration augmente pendant la grossesse, réduit l'activité digestive de l'estomac. Les autres raisons sont mécaniques : un relâchement du clapet situé entre l'estomac et l'œsophage, et le bébé qui appuie de plus en plus sur l'appareil digestif de la maman... d'où ces remontées acides.

- Pour y remédier, Robinia 5 CH, 5 granules homéopathiques trente minutes avant les repas, au coucher et/ou au moment des brûlures
  - Si vous avez des ballonnements et des renvois : prenez Kalium Carbonicum 5CH, 5 granules au moment des troubles. A compléter éventuellement par cinq autres granules au moment du coucher
  - Si vos brûlures sont augmentées par les aliments sucrés prenez cinq granules d'Argentum Nitricum 5CH
  - La place prise par votre utérus ajoutée au ralentissement des mouvements intestinaux provoqués par les hormones de la grossesse, peut engendrer une constipation
  - Pour y remédier, prenez chaque jour à jeun, cinq granules homéopathiques de Sepia Officinalis 9CH
  - Si vous sentez que vos intestins sont paresseux, que vous avez du mal pour l'expulsion, avec à l'arrivée des selles molles, prenez cinq granules d'Alumina 5CH matin et soir
- A côté de ces remèdes homéopathiques, bien entendu, il est primordial de suivre des règles diététiques: privilégiez une alimentation riche en fibres (fruits, légumes, céréales complètes voir 1/2 complètes), buvez suffisamment d'eau... et évitez autant que possible de rester sédentaire.

### **Troubles circulatoires chez la femme enceinte**

C'est principalement à partir du 6ème mois de grossesse que l'utérus a une taille suffisamment importante pour comprimer les veines de l'abdomen. La circulation sanguine est alors complètement chamboulée et les varices et les hémorroïdes ne tardent pas à apparaître.

- Pour vous soulager prenez, 3 fois par jour trois granules homéopathiques d'Aesculus Hippocastanum 4 CH et de Collinsonia 4 CH.

Si les symptômes ne passent pas, une consultation est nécessaire, un traitement spécifique peut être indispensable.

### **Préparation à l'accouchement naturellement avec l'homéopathie**

Après avoir traverser tous ces maux pendant 9 mois, arrive le moment qui parfois est tant redouté par les futures mamans, l'accouchement !

L'homéopathie est encore là pour vous aider afin que votre accouchement ce passe pour le mieux. En effet, dès le 8ème mois de grossesse il est recommandé de vous préparer à vivre ce moment, aussi bien physiquement que psychiquement. Pour vous accompagner, il existe quelques remèdes homéopathiques qui vont préparer votre corps mais aussi votre mental pour le grand jour. Même si l'homéopathie ne peut pas vous garantir un accouchement rapide, sans douleur et serein, de nombreuses femmes ayant préparé à l'avance leur accouchement à l'aide de remèdes homéopathiques constatent que ce fut plus rapide, moins douloureux et moins traumatisant pour le corps que ce soit pendant l'accouchement ou après.

### **Prévention du Baby blues avec l'homéopathie**

Le baby blues est caractérisé par une chute brutale du taux d'hormone qui survient à la suite de l'accouchement, mais aussi dans de nombreux cas par l'ocytocine dû à la montée de lait et à la prolactine dans le sang. Ca c'était pour la partie physiologique, mais psychologiquement aussi la maman est chamboulée, c'est la fin d'une aventure de 9 mois, le ventre est « vide », une nouvelle aventure commence qui peut paraître encore plus effrayante que la grossesse.

Pour rééquilibrer les émotions et le corps, 48h après l'accouchement prenez une dose homéopathique de Sepia Officinalis 30CH.

Outre les remèdes homéopathiques, pensez aussi à vous complétez en omega 3. Pourquoi? Car des études ont montré que les oméga 3 qui sont essentiels au bon fonctionnement de notre système nerveux central étaient déficient chez les femmes enceinte car le fœtus mobilise les réserves maternelles pour la constitution de son propre système nerveux. Pendant votre grossesse, vos réserves sont réduites de moitié, et la reconstitution de ces réserves est lente. Un taux bas d'oméga 3 accroît le risque de dépression maternelle post-partum. Une concentration élevée d'oméga 3 réduit de 82% le risque de dépression post-partum

## Sources

[www.onmeda.fr](http://www.onmeda.fr)

[www.xn--homopathie-d7a.com](http://www.xn--homopathie-d7a.com)

[www.xn--homopathie-d7a.com](http://www.xn--homopathie-d7a.com)

Homéopathie le conseil au quotidien, Michel Boiron et Alain Payre-Ficot

En attendant le médecin, comment se soigner par l'homéopathie, Docteur Voisin