



## Et si on parlait d'homéopathie...

Abordons aujourd'hui l'homéopathie dans l'approche intégrative des visions de santé et de maladies. En effet, combien de nos patients n'osent parler des recours aux approches complémentaires telles que l'acupuncture, l'ostéopathie, la naturopathie ou l'homéopathie, à nos traitements traditionnels, de peur de notre jugement exclusif.

Quel est le traitement homéopathique le plus utilisé et ce, depuis plusieurs siècles, étant conservé dans l'usage grand public par le maintien de son efficacité? Bien entendu, nous parlons d'Arnica montana. A quelles fins l'utilise-t-on? Dans tous les traumatismes, blessures ou chirurgies pouvant causer des hématomes ou des ecchymoses, donc tout type d'effusion de sang. D'abord, rappelons l'origine grecque du mot homéopathie: « homeos pathos » qui signifie « la semblable souffrance ». Les substances qui provoquent cette « semblable souffrance », sont choisies comme médicaments et proviennent en général du monde végétal, minéral ou animal. Elles sont alors diluées en centésimale Hahnemannienne, ie un ml doit être dilué dans 99 ml puis 1 ml de cette dilution dans 99 ml et ainsi de suite pour chaque CH<sup>1</sup>. De plus le produit liquide doit être secoué vigoureusement (la succussion) à chaque nouvelle dilution pour obtenir la dynamisation. Là se situe la difficulté de la preuve de son efficacité du point de vue chimique. Pourtant de nombreuses études apportent la preuve de l'action biologique de l'homéopathie et de son efficacité.<sup>2</sup>

En effet, beaucoup de gens sont surpris de découvrir qu'il existe des preuves scientifiques de haute qualité montrant que l'homéopathie est efficace - non seulement chez les humains<sup>3</sup> mais aussi chez les animaux<sup>4</sup> et les plantes<sup>5</sup>. En ce qui concerne plus spécifiquement l'arnica homéopathique, un certain nombre d'études prometteuses ont été menées sur ce médicament bien connu.<sup>6-9</sup>

Donc, nos patients utiliseront le médicament Arnica montana en prévision d'une chirurgie avec saignement potentiel ou formation d'ecchymose. Par exemple, en plastie/ORL pour réparation nasale, où on sait que les patients auront fréquemment un œil au beurre noir. On donne alors de l'Arnica en 9CH, 12CH ou 15CH, selon l'histoire du patient à raison de 5 granules selon l'indication et le patient ajustera selon l'amélioration. Donc on pourrait dire 5 granules aux 15-30 minutes pour le premier 2 heures puis aux 2 heures pour le premier jour et 4 fois par jour selon le besoin pour la douleur les jours suivants. On utilise beaucoup Arnica montana en plastie et dans tous les types de traumatismes. Vous avez une blessure du type entorse de la cheville ou une chute avec contusion, vous pouvez prendre Arnica montana, peu susceptible de provoquer d'effets secondaires ou d'interactions médicamenteuses et ainsi réduire les bleus et les saignements internes.

## And what if we talk about homeopathy...

Today, let's address homeopathy in the integrative approach of health and vision of diseases. Indeed, how many of our patients dare not talk about the use of complementary approaches such as acupuncture, osteopathy, naturopathy or homeopathy, to our conventional treatments, for fear of our exclusive judgment.

What is the most widely used homeopathic medicine, for several centuries, by the general public, because of its effectiveness? Of course, we are talking about Arnica Montana. What is it used for? In all traumas, injuries or surgery that may cause hematoma or ecchymosis, i.e., any type of blood effusion.

First, let us recall that the word homeopathy originates from the Greek "homeos pathos", meaning "the similar suffering". The substances that cause this "similar suffering" are chosen as medicines and typically derive from the plant, mineral or animal sources. They are then potentized in centesimal Hahnemannian, i.e., 1 ml must be potentized in 99 ml then 1 ml of this dilution in 99 ml and so on for each subsequent CH<sup>1</sup>. In addition, the liquid product must be vigorously shaken (the succussion) at each step of dilution to obtain the potentization. This is where the difficulty lies in proving its effectiveness from a chemical point of view. Yet, many studies provide evidence of the biological action of homeopathy and its effectiveness.<sup>2</sup>

Indeed, it surprises many people to discover that there is high quality scientific evidence showing homeopathy to be effective - not only in humans<sup>3</sup> but also in animals<sup>4</sup> and plants<sup>5</sup>. Considering homeopathic Arnica specifically, a number of promising studies have been carried out on this well-known medicine.<sup>6-9</sup>

So our patients will use Arnica Montana prior to undergoing surgery with the potential for bleeding or bruising, a prime example being rhinoplasty or other nasal repair, where black eyes in patients are a common side effect. Arnica is given in 9CH, 12CH or 15CH, depending on the patient's history, in 5 pellets according to the indication and the patient will adjust dosages according to improvement. So, we could say 5 pellets every 15-30 minutes for the first 2 hours then every 2 hours for the first day and 4 times per day as needed for the pain on the following days. Arnica Montana is also widely used in plastic surgery and for all types of trauma. If you have a sprained ankle or a fall with contusion, you can take Arnica Montana, unlikely to cause side effects or drug interactions and thus reduce bruising and internal bleeding.

Les granules peuvent également être dissolus dans l'eau et absorbés par la muqueuse buccale. Aucune intoxication n'est possible en raison de la dilution. Ce type de traitement convient d'emblée tant aux enfants qu'aux aînés. De plus, une étude a démontré qu'aucun retard à la consultation médicale traditionnelle n'a été observé suite à l'usage d'un traitement homéopathique.<sup>10</sup>

En conclusion, le traitement homéopathique peut être utilisé en toute sécurité avec tout autre type de traitement. C'est la beauté de la médecine intégrative qui permet de combiner plusieurs approches pour le bien-être du patient.

The pellets can also be dissolved in water and absorbed through the mucous membrane of the mouth. No intoxication is possible due to the dilution. This type of treatment is suitable for both children and the elderly. In addition, a study has shown that no delay in traditional medical consultation was observed following the use of the use of homeopathic treatment.<sup>10</sup>

In conclusion, homeopathic treatment can be used safely with any other type of treatment. This is the beauty of integrative medicine, which allows the combination of several approaches for the ultimate well-being of the patient.



Sources :

<sup>1</sup> Histoire de l'homéopathie / Qu'est-ce que l'homéopathie? - Syndicat professionnel des homéopathes du Québec - Histoire - Syndicat Professionnel des homéopathes du Québec (sphq.org); Qu'est-ce que l'homéopathie? - Syndicat Professionnel des homéopathes du Québec (sphq.org);

<sup>2</sup> « L'homéopathie: C'est quoi? » - Coalition pour l'homéopathie au Québec (CPHQ) - <https://cphq.ca/2022/11/23/lhoméopathie-cest-quoi/> - "Homeopathy: what is it?" - Quebec Coalition for Homeopathy (QCFH) - <https://cphq.ca/en/2022/11/23/homeopathy-what-is-it/>

<sup>3</sup> HRI Essential Evidence : <https://www.hri-research.org/resources/essentialevidence/experimental-research/>

<sup>4</sup> HRI Homeopathy FAQs: <https://www.hri-research.org/resources/homeopathy-faqs/scientific-evidence-for-homeopathy>

<sup>5</sup> Harrer B. Replication of an experiment on extremely diluted thyroxine and highland amphibians. Homeopathy, 2013; 102(1):25-303

<sup>6</sup> Ücker A, Baumgartner S, Martin D, Jäger T. Critical evaluation of specific efficacy of preparations produced according to European Pharmacopoeia monograph 2371. Biomedicine 2022 Feb 25;10(3):552.

<sup>7</sup> Marzotto M, Arruda-Silva F, Bellavite P. Fibronectin Gene Up-regulation by Arnica montana in Human Macrophages: Validation by Real-Time Polymerase Chain Reaction Assay. Homeopathy. 2020 Aug;109(3):140-145.

<sup>8</sup> Das S, Saha SK, De A, Das D, Khuda-Bukhsh AR. Potential of the homeopathic remedy, Arnica Montana 30C, to reduce DNA damage in Escherichia coli exposed to ultraviolet irradiation through up-regulation of nucleotide excision repair genes. Zhong Xi Yi Jie He Xue Bao. 2012 Mar;10(3):337-46.

<sup>9</sup> Sorrentino L, Piraneo S, Riggio E et al. Is there a role for homeopathy in breast cancer surgery? A first randomized clinical trial on treatment with Arnica montana to reduce post-operative seroma and bleeding in patients undergoing total mastectomy. J Intercult Ethnopharmacol. 2017 Jan 3;6(1):1-8.

<sup>10</sup> Lotan, A.M, Gronovich, Y, Lysy, I et al. Arnica montana and Bellis perennis for seroma reduction following mastectomy and immediate breast reconstruction: randomized, double-blind, placebo- controlled trial. Eur J Plast Surg. 2020. 43, 285-294

<sup>11</sup> La pratique médicale homéopathique démontre son utilité : la preuve par EPI3, Egora, Février 2015. Homéopathie : l'étude EPI 3 prouve son efficacité | egora.fr

### À PROPOS DE L'AUTEUR / ABOUT THE AUTHOR CHRISTIANE LABERGE, M.D.



Médecin de famille depuis 1977, communicatrice à l'écrit, à la radio et à la télé au sein de Videotron, Radio-Canada, Cogéco 98,5 FM et ses stations régionales depuis 1999, Dr<sup>e</sup> Laberge est également conférencière sur la santé globale, en médecine familiale traditionnelle et sur le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH), autant auprès du milieu professionnel de la santé qu'auprès du grand public.

Family physician since 1977, broadcaster in writing, radio and television with Videotron, Radio-Canada, Cogéco 98.5 fm and its regional stations since 1999, Dr. Laberge is also a speaker on global health, traditional family medicine and attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), both for the health professional community and the general public.

### COLLABORATION EN MATIÈRE DE RECHERCHE / RESEARCH COLLABORATION RACHEL ROBERTS, BSc (Hons) MCH RSHom FSHom FFHom (Hon)



Chef de la direction de l'Institut de recherche en homéopathie (HRI), Mme Roberts est titulaire d'un baccalauréat en sciences biologiques avec une spécialité en physiologie de l'Université de Birmingham. Diplômée du College of Homeopathy de Londres, Mme Roberts a pratiqué en tant qu'homéopathe privée et a donné des conférences en homéopathie au Royaume-Uni et à l'étranger avant de rejoindre HRI. Elle a depuis reçu de nombreux honneurs pour son travail hautement estimé en homéopathie et en recherche homéopathique.

Chief Executive of the Homeopathy Research Institute (HRI), Ms. Roberts has a First-Class Honours degree in Biological Sciences specializing in Physiology from the University of Birmingham. A graduate from the College of Homeopathy in London, Ms. Roberts practiced as a private homeopath and lectured in homeopathy in the UK and overseas before joining HRI. She has since been awarded multiple honours for her highly regarded work in both homeopathy and homeopathy research.