

# Allergies : éclairages d'un homéopathe marseillais



## Résumé de la conférence du docteur J. Gardette-juillet 2014

Jérôme Gardette, médecin homéopathe à Marseille, a animé la conférence annuelle d'AHP-France, qui s'est tenue le 12 juin dernier au Centre socio-culturel d'Endoume et à laquelle vous avez été une vingtaine à participer.

Une conférence « informative » bien sûr, mais également « interactive » et très concrète, puisque le Dr Gardette n'a pas hésité à s'appuyer sur les personnes présentes pour décortiquer de manière très pédagogique quelques clés de la prescription en homéopathie. Au premier rang de la salle, un bébé vif et attentif a attiré l'attention de Jérôme Gardette qui est médecin de 2 crèches et référent d'une halte-garderie. Nous avons ainsi pu suivre le cheminement de la prescription homéopathique au travers de l'analyse du mode de présence à la conférence de la petite fille!

Le Dr Gardette a également illustré ses propos en évoquant le cas de Marcel Proust, génie de la littérature et grand allergique. Proust s'est beaucoup intéressé à ses allergies respiratoires car elles se sont douloureusement intéressées à son nez et ses bronches. L'auteur de la Recherche du temps perdu vivait une forme « d'exacerbation sensorielle », avec une sensibilité aigüe à son environnement qui lui conférait une certaine préscience, lui permettant de « voir l'invisible et d'entendre l'inaudible ». Cette sensibilité hors du commun s'accompagnait d'une relation très forte avec sa mère (Marcel Proust adorait sa maman), un portrait homéopathique d'école qui fait l'objet d'une « ordonnance virtuelle »!

### **L'allergie, une maladie de civilisation ?**

Les allergies touchent de plus en plus de personnes : les études épidémiologiques estiment que 25-30 % des personnes sont allergiques.

L'OMS considère l'allergie comme la quatrième maladie dans le monde après le cancer, les pathologies cardiovasculaires et le sida.

Les réactions allergiques aux conséquences mortelles chez les enfants ont été multipliées par sept au cours des 20 dernières années.

Tous les organes peuvent être touchés. En effet, les allergies peuvent prendre des formes respiratoires (rhinite, asthme...), cutanées (urticaire, eczéma, œdème...), digestives (diarrhée, douleurs abdominales...), allant jusqu'aux manifestations sévères comme le choc anaphylactique, une réaction brutale qui met la vie du patient en jeu. Aliments, médicaments, piqûres de guêpes ou d'abeilles sont les allergènes les plus souvent mis en cause.



Echantillons de pollen colorisé. Le pollen est de plus en plus présent dans l'air, devenant allergène commun.

Les maladies allergiques touchent la plupart du temps des terrains prédisposés. Le facteur génétique est ainsi un facteur aggravant. Avec un parent allergique, la probabilité de développer une allergie augmente de 30 à 40%. Avec deux parents allergiques, cette probabilité passe à 60 à 80%.



Les acariens de la poussière se nourrissent de squames cutanées.

L'allergie alimentaire touche environ 3 % de la population et 8 % des enfants. Aux Etats-Unis, les chercheurs constatent que 90 % des allergies alimentaires reconnues peuvent être imputées à huit catégories de produits alimentaires: arachides, blé, lait de vache, noix, fruits de mer, œufs, soja, poissons.



Différents types d'aliments susceptibles de provoquer des réactions allergiques.

Concernant le lait de vache, le Dr Gardette souligne que les protéines de lait sont spécifiques à chaque mammifère. De nombreuses pathologies ORL cèdent lors de la suppression du lait. Une alimentation diversifiée est garante de l'apport en calcium, présent dans de nombreux végétaux tels que des graines (le sésame contient plus de calcium que le lait), les algues telles que la spiruline etc. Il ajoute qu'on ne consomme pas de lait de vache dans de nombreuses civilisations, comme en Chine. Ainsi, la suppression du lait de vache

peut accompagner le traitement homéopathique, lorsqu'il s'avère que l'allergie est déclenchée ou aggravée par la protéine du lait de vache.

### **Le changement climatique comme démultiplicateur des effets allergiques.**

S'il existe des prédispositions génétiques, la pathologie allergique peut aussi toucher « n'importe quel individu, pour peu qu'il ait subi une exposition suffisamment intense et prolongée. Des études montrent également que l'élévation des températures atmosphériques (qui allonge la durée de pollinisation) et de la concentration en CO2 rend certains pollens plus allergisants », selon le rapport de l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail), publié en mars 2014.

Le rapport évoque la possibilité que les polluants atmosphériques (ozone, dioxyde d'azote, particules) puissent affaiblir la réactivité des bronches et dans le même temps accentuer « l'irritation des muqueuses nasales ou oculaires ». Ces polluants atmosphériques altèrent la structure des grains de pollen en les rendant beaucoup plus petits. De taille microscopique, ils pénètrent le système respiratoire beaucoup plus profondément.

### **L'allergie et le système immunitaire.**

L'allergie est une réaction anormale et excessive du système immunitaire générée par un contact avec une substance généralement étrangère à l'organisme, l'allergène. C'est Von Pirquet qui a inventé le mot allergie en 1905, du grec "allos" et "ergon", soit "une autre façon" de répondre à un stimulus externe.

Nous sommes tous exposés aux pollens des arbres et des graminées ou aux acariens de la poussière de maison. La majeure partie d'entre nous le tolérons bien. Toutefois les personnes allergiques déclenchent une réaction inadaptée, excessive et pathologique. L'allergie résulte à la fois de la nature et de la fréquence des contacts avec les allergènes mais aussi de « l'éducation du système immunitaire » qui démarre in utero et dans l'enfance.

Alors que le système immunitaire devrait reconnaître les substances allergènes comme du « non-soi », le système immunitaire de la personne allergique ne provoque pas leur destruction. Le Dr Gardette souligne l'importance de développer une immunocompétence dès l'enfance. « Plus on stimule le système immunitaire, plus il marche », dit-il, « il faut laisser les enfants jouer dans la nature, ne pas avoir la phobie des germes et la manie du savonnage, limiter le sucre dans l'alimentation, lequel favorise les mycoses », autant de bon sens que nous avons parfois perdu.

Un facteur de protection important est donc la fréquence et la variété de contacts que peut avoir le nourrisson avec une plus grande diversité d'allergènes. Une plus grande diversité de microbes intestinaux diminuerait les risques d'allergies dans le futur si l'enfant est précocement exposé à ces allergènes. Ainsi, on peut comprendre l'augmentation des allergies dans les pays riches où les enfants vivent dans des environnements aseptisés tout en étant exposés à un grand nombre de produits chimiques.

## **Soigner les allergies avec l'homéopathie**

Le premier médecin qui a décrit le rhume des foins était un homéopathe anglais, Charles Brackley.

Face à l'augmentation des allergies croisées liées aux pollutions routière, urbaine, industrielle, de l'air intérieur (induite par l'usage de parfums, cosmétique, pesticides...), et médicamenteuse, l'homéopathie apporte des réponses efficaces et durables.

« Au cours de la consultation homéopathique, nous nous intéressons à trois niveaux », explique le Dr Gardette « Comment je suis malade ? » « Pourquoi je suis malade ? » et « Qui est malade ? ». Ainsi le médecin homéopathe commence déjà à soulager les symptômes qui diminuent en fréquence et en intensité, puis s'attache à faire disparaître le symptôme avant de soigner « le terrain » en profondeur.

La conférence du Dr Gardette s'est terminée par un verre, au soleil dans les jardins du Centre social, avec les désormais traditionnelles graines de tournesol et de courge grillées.

Anne Didier-Pétremant

Vice-présidente AHP-Fr