

Le Supplément

Foie et médecines complémentaires

ORIGANUM VULGARE
Illustration des Fleurs et
des Feuilles
Ferdinand Heide





FATIGUE, RÉVEILS NOCTURNES, MAUX DE TÊTE, DIFFICULTÉS DIGESTIVES, MANQUE D'ENTRAIN VOIRE DÉPRIME, ET SI CES MESSAGES D'ALERTE ÉMANAIENT TOUT SIMPLEMENT DE VOTRE FOIE !

VÉRONIQUE BAUMANN

Sommaire

- Le foie c'est quoi et ça sert à quoi
- La bile et la vésicule biliaire
- Le drainage du foie avec l'homéopathie
- Le drainage du foie avec les plantes
- Gros plan : Le Pissenlit pour évacuer les toxines et stimuler la perte de poids
- Ces plantes qui protègent notre foie
- Gros plan, le chardon marie, protecteur hépatique
- J'ai mauvaise haleine, et si c'était mon foie
- LYCOPODIUM, un médicament homéopathique pour le foie et bien plus
- Mes migraines, et si c'était un appel au secours de mon foie
- La crise de foie
- Soigner son foie avec la gemmothérapie
- En savoir plus sur le foie
- Médicaments homéopathiques et plantes, les liens utiles



Le foie, c'est quoi et ça sert à quoi ?

Le foie est l'organe le plus volumineux du corps humain, il pèse entre 1,4 et 1,6 kg, c'est également l'organe qui opère le plus de transformations chimiques. Il se situe à l'avant du corps, et le médecin le palpe sous les dernières côtes et à droite.

C'est une formation peu configurée, comparable à une éponge plongée dans l'eau. Sa consistance est très plastique, il renferme 71 % d'eau.

Il a des capacités de régénération extraordinaires, en effet, l'expérimentation sur l'animal montre qu'après une ablation de 80 %, le foie retrouve au bout de six semaines sa dimension habituelle.

Il est principalement "alimenté" par la veine porte qui lui apporte les nutriments issus de l'alimentation.

Il assure entre autres

- Le stockage et la répartition des nutriments issus de la digestion
- La dégradation des substances toxiques
- La synthèse de la plupart des protéines du sang
- La production de la bile.

En médecine conventionnelle, le lien n'est pas fait entre foie et pathologies chroniques telles que l'eczéma, l'allergies, la migraine, ...

Et pourtant, dans toutes les médecines alternatives, homéopathie, phytothérapie, médecine chinoise... le drainage du foie est un complément précieux dans l'abord de ces maladies.

Le printemps est le moment privilégié pour le faire, et nombre de traditions, le carême par exemple vont dans ce sens.

La bile et la vésicule biliaire

Indissociable du foie, la vésicule biliaire stocke et concentre une partie la bile produite par le foie en attendant que celle-ci soit nécessaire à la digestion. La bile est composée de mucus, de pigments biliaires, de sels biliaires, de cholestérol et de sels minéraux (calcium).

Elle intervient dans la digestion des graisses. Elle permet d'émulsionner les matières grasses en microgouttelettes et ainsi faciliter leur absorption et leur digestion par les enzymes (comme du liquide vaisselle).

■ Pour aller plus loin, voir en fin de document.



Le drainage du foie avec l'homéopathie

Contrairement à d'autres organes, **le foie souffre en silence**. Quelques petits signes peuvent cependant nous alerter :

Un manque d'entrain de matin, des réveils nocturnes surtout vers une heure du matin, moment où le foie se « réveille » il est peut-être temps de le chouchouter un peu et au moins de le laisser se reposer.

Le drainage est un concept développé par les naturopathes, mais nombre de médecins, notamment les homéopathes et phytothérapeutes appliquent ce type de thérapeutique. Il est utilisé dans les cas où l'état du patient évoque une paresse des fonctions hépatiques, mais également lorsqu'ils souhaitent préparer l'organisme à l'action de médicaments homéopathiques plus profonds, dans le traitement d'un eczéma, par exemple, ou lorsque le foie est fortement sollicité par des traitements conventionnels lourds, comme les chimiothérapies. Les changements de saison, plus particulièrement les équinoxes sont également des moments propices au drainage du foie. Au printemps, la nature nous envoie un indice précieux, juste avant que les prés se teintent d'un jaune éclatant... avec les jeunes pousses de pissenlit.

- J'ai la langue sale qui garde l'empreinte des dents, parfois des douleurs dans la zone du foie :

CHELIDONIUM en 4 CH, 3 granules avant chaque repas.

- J'ai un goût amer dans la bouche, j'ajoute

HYDRASTIS en 4 CH à la même posologie.

- Je suis ballonné, j'ai mal dans la zone du foie et je suis fatigué : **CHINA** 5 CH, 3 granules avant chaque repas.

Tout cela est trop compliqué pour moi, pour me simplifier le drainage et donc la vie, **CHELIDONIUM COMPOSÉ** est un mélange tout fait de souches homéopathiques dédiées au foie, 3 granules avant chaque repas, il me faudra compter deux tubes. Sa composition :

- Chelidonium majus 3 DH
- Taraxacum dens leonis 3 DH
- Carduus marianus 3 DH
- Solidago virga aurea 3 DH
- China rubra 3 CH
- Hydrastis canadensis 3 CH
- Magnesia muriatica 3 CH

Drainage du foie avec les plantes

Nous l'avons dit, le foie est au carrefour de notre métabolisme, il joue un rôle fondamental dans la destruction et l'élimination des toxiques et toxines.

Il est le lieu de synthèse et de stockage de substances nécessaires à l'organisme et assure la libération de substrats énergétiques utiles au développement, au renouvellement, voire à la réparation tissulaire.

Largement utilisée, le Boldo, la fumeterre, l'aubier de tilleul, le pissenlit et le radis noir sont des draineurs hépatobiliaires. Non seulement ces plantes stimulent la production de la bile (cholérétique) mais elles stimulent aussi sa libération par la vésicule biliaire (cholagogue). Elles aident à retrouver un confort digestif en optimisant les capacités d'élimination du foie et évitant qu'il ne s'engorge ou ne s'enflamme.

Les posologies sont variables selon la forme et le fabriquant.

Gros plan: Le Pissenlit pour évacuer les toxines et stimuler la perte de poids

Ses racines sont réputées actives sur le foie et la vésicule, elles sont aussi diurétiques et vont inhiber une enzyme pancréatique, la lipase, et de ce fait limiter l'assimilation des graisses et favoriser la perte de poids.

La dose recommandée est de 20 g de racine par litre en décoction de 20 minutes. Boire 1 litre par jour à raison de 10 jours par mois.

Le pissenlit, **Taraxacum dens leonis** également appelée dent-de-lion est une plante commune et familière qui pousse partout dans le monde. C'est l'un des cauchemars des jardiniers et paysagistes car elle est extrêmement difficile à éliminer dans les sols riches.

Les parties actives du pissenlit sont les feuilles et les racines

Les racines

- Elles sont très riches en sucre : près de 20% de fructose au printemps et de l'inuline jusqu'à 40 % en automne
- Elles contiennent des quantités variables de pectine, résine et mucilage

- Elles renferment des lactones sesquiterpéniques et triterpènes, autrefois appelés principes amers, qui possèdent une action de stimulation enzymatique hépatique et rénale.

La racine de pissenlit est un puissant dépuratif. Elle agit sur le foie, la vésicule biliaire et le rein, et facilite ainsi l'élimination des toxines, quelle que soit leur origine. Ces propriétés expliquent en partie l'action positive du pissenlit sur certains troubles cutanés (eczéma, psoriasis, furonculose, acné), ainsi que sur certains troubles rhumatismaux (goutte, arthrose).

Les extraits de racines ont en outre la propriété d'inhiber les lipases pancréatiques, et donc l'assimilation des graisses apportées par l'alimentation.

Les feuilles

- Elles contiennent des vitamines A, C et B
- Ainsi que des minéraux
- Des flavonoïdes
- Leur amertume est due aux hétérosides des lactones sesquiterpéniques