

## La trousse d'homéopathie incontournable pour les enfants

L'homéopathie est une médecine douce qui peut apporter une solution dès le plus jeune âge, et sans effets secondaires. Otite, rhume, toux, nuits agitées, contusion, fièvre, poussée dentaire... voici la trousse d'homéopathie incontournable pour les enfants à posséder dans votre pharmacie.

homéopathie

crédit image : Depositphotos

L'homéopathie : une médecine qui prend en compte les symptômes de l'enfant

L'homéopathie est une médecine douce qui peut apporter une solution dès le plus jeune âge. Les petits maux, troubles ponctuels ou affections chroniques de nos enfants peuvent ainsi être soignés sans effets secondaires.

Le principe de l'homéopathie est de soigner le mal par le mal. Dit comme ça, on se demande tout de suite de quoi il s'agit. Pas d'inquiétude, je vous explique. Après avoir identifié le symptôme du malade, il prendra le médicament homéopathique qui lui correspond (minéral, végétal ou animal).

Ces substances, plus ou moins diluées, vont ainsi déclencher des symptômes similaires à ceux que l'on souhaite traiter. En d'autres termes, elles vont aider à stimuler les défenses de l'organisme de la personne malade, afin qu'elle combatte elle-même sa maladie.

homéopathie

crédit images : Depositphotos

Les différences de dilution de l'homéopathie

Chaque remède homéopathique a une dilution différente (CH) selon les maux à traiter. Quelle que soit sa dilution, les granules seront toujours actifs, mais elles agiront différemment :

Les hautes dilutions (15 CH, 30 CH, 100 K, 200 K) : elles agissent sur le long terme et sur des symptômes comportementaux : difficulté d'endormissement, peur, émotivité, agressivité, etc.

Les basses dilutions (4 CH à 15 CH) : elles agissent en 3 ou 4 jours, sur des symptômes précis et locaux : nez qui coule, diarrhée, érythèmes, contusions, poussée dentaire, etc.

Ces remèdes homéopathiques peuvent être prescrits à un nouveau-né sans danger. Pour l'automédication, en revanche, il est toujours préférable d'attendre que l'enfant ait au moins 2 mois. Jusqu'à 6 mois, préférez les doses dites globules : ce sont des granules en poudre à mélanger dans un fond d'eau. Elles sont à donner avec une cuillère mesure à votre bébé avant son biberon.

Je vous conseille toutefois de consulter un médecin homéopathe qui vous accompagnera dans vos premiers choix.

La trousse d'homéopathie incontournable pour les enfants

homéopathie

crédit images : Depositphotos

Pour pallier à tous les petits bobos du quotidien de nos enfants, voici une sélection de tubes d'homéopathie à posséder dans votre trousse à pharmacie. La posologie est à adapter suivant la prescription médicale. Elle est variable suivant la pathologie à soigner.

1 . Contre les diarrhées

China Rubra 9 CH : 5 granules toutes les ½ heures.

Antimonium Crudum 9 CH : 5 granules toutes les ½ heures, en cas de diarrhée accompagnée de nausées.

Podophyllum 9 CH : 5 granules toutes les ½ heures, en cas de diarrhées abondante.

>> Pensez également à bien réhydrater votre enfant.

## 2 . Contre la fièvre

Belladonna 9 CH : 5 granules, toutes les heures, en cas de fièvre soudaine élevée.

Ferrum phosphoricum 9 CH : 5 granules toutes les heures, en cas de fièvre peu élevée (moins de 38°C).

>> Pensez également à bien réhydrater votre enfant.

## 3 . Contre les vomissements et régurgitations

Aethusa Cynapium 5 CH : 1 granule 3 fois par jour, en cas de vomissements soudains et importants, aggravés ou non par la prise de lait.

Nux Vomica 5 CH : 3 granules plusieurs fois par jour, jusqu'à ce que l'état nauséux s'améliore.

Ipeca 7 CH : 5 granules plusieurs fois par jour, jusqu'à ce que les nausées cessent.

## 4 . Contre les poussées dentaires

Chamomilla 9 CH : 5 granules, 3 fois par jour.

## 5 . Contre les coups et bosses homéopathie

Arnica Montana 5 CH : 5 granules tout de suite après le choc, puis 3 granules toutes les heures. Espacez les prises en fonction de l'amélioration.

Calendula 5 CH : 3 granules 2 fois par jour pour soulager la douleur d'une plaie avec ou sans contusions.

## 6 . Contre les érythèmes fessiers

Medorrhinum 15 CH : 5 granules, matin et soir.

## 7 . Contre les maux de gorge et angine

Belladonna 9 CH : 3 granules toutes les heures en cas de maux de gorge type angine virale.

3 granules de Belladonna 9 CH + 3 granules de Mercurius Solubilis 9 CH + 3 granules de Phytolacca 9 CH : en cas de douleurs, fièvre et rougeurs dans la gorge. À donner toutes les heures.

## 8 . En cas de toux sèche

Coccus cacti 7 CH : en cas de toux sèches avec de fréquentes quintes de toux. 5 granules 3 fois par jour, ou au moment des quintes de toux.

Sticta Pulmonaria 7 CH : en cas de toux sèches sans quintes de toux. 3 granules 3 fois par jour.

## 9 . En cas de toux grasse

Antimonium tartaricum 5 CH : 5 granules toutes les heures.

## 10 . En cas d'insomnies ou pour aider à s'endormir

Ignatia amara 9 CH : 5 granules matin et soir en cas d'inquiétudes ou si votre enfant est préoccupé avant de s'endormir.

Coffea cruda 9 CH : 5 granules au coucher pour les enfants qui peinent à trouver le sommeil.

Gelsemium sepervirens 9 CH : 5 granules avant le coucher. À répéter en cas de réveil durant la nuit.

Passiflora composé 9 CH : 5 granules 3 fois par jour, en cas d'insomnie et de nervosité.

#### 11 . Contre les cauchemars, les terreurs nocturnes

Cina 9 CH : 3 granules le soir au coucher, en cas de terreurs nocturnes.

Stramonium 9 CH : 3 granules le soir au coucher, en cas de sommeil agité et de cauchemars accompagnés d'une peur du noir.

#### 12 . Pour atténuer le stress et l'angoisse

Gelsemium sepervirens 15 CH : 5 granules 3 fois par jour, lors des fortes angoisses.

#### 13 . En cas de piqûres d'insectes homéopathie

Apis Mellifera 9 CH : 1 dose directement après la piqûre, puis 3 granules toutes les heures. Espacez les prises dès qu'il y a amélioration.

#### 14 . En cas d'otites

Ferrum phosphoricum 5 à 7 CH : 3 granules en prises rapprochées en cas d'otite.

#### 15 . En cas de maux de ventre

Magnesia phosphorica 5 CH : 3 granules toutes les heures, en cas de spasmes digestifs.

Gelsemium 10 DH : 3 granules matin et soir, en cas de maux de ventre.

#### 16 . Prévient les états grippaux et renforce les défenses immunitaires

Thymuline 9 CH : (pour prévenir l'état grippal) 1 dose par mois chez l'enfant de moins de 15 ans.

Influenzinum 9 CH : (pour prévenir l'état grippal) 1 dose par semaine pendant 3 semaines, puis une par mois.

Ferrum phosphoricum 10 DH : renforce les défenses immunitaires et peut être utilisé en prévention ou dès les premiers symptômes.

#### Le mode d'administration de l'homéopathie

Le mode d'administration est exclusivement par voie orale. L'homéopathie doit être prise, diluée dans l'eau ou en granules, en dehors des repas.

#### >> Bon à savoir :

La menthe peut créer une interaction avec le traitement homéopathique.

Attention de ne pas toucher les granules avec vos doigts.

Pour l'enfant de plus de 6 ans, laissez fondre les granules sous la langue.

Pour les enfants de moins de 6 ans, pensez à dissoudre les granules dans un peu d'eau.

## L'homéopathie et les précautions d'utilisations

Certaines granules d'homéopathie contiennent du saccharose et du lactose. Si votre enfant est intolérant à certains sucres (glucose, fructose, galactose, etc.), demandez l'avis de votre médecin avant d'utiliser ce médicament.

Les produits et conseils présents dans cet article ne sont donnés qu'à titre indicatif. Je vous conseille de demander l'avis de votre pharmacien homéopathe si vous avez le moindre doute ou questions. Si les symptômes persistent, consultez un médecin homéopathe ou un naturopathe.

>> Attention : certains symptômes doivent pousser à consulter sans hésiter, par exemple en cas de fièvre élevée, convulsions, chute sur la tête, infection urinaire, etc.