



# homéopathie - l'enfant

Mieux connaître l'homéopathie pour pouvoir l'utiliser au quotidien.

marabou **pratique**

DOCTEUR JACQUES BOULET



contraire abrutissement – il faut consulter un médecin et, en attendant, donner : **Aconitum napellus 15 CH**, 5 granules à renouveler 3 fois en 2 heures, si le visage est très rouge, sans sueur, avec agitation, ou

**Gelsemium sempervirens 15 CH**, 5 granules à renouveler 3 fois en 2 heures, si le visage rouge est couvert de sueur, avec abrutissement et tête très lourde.

## INSOMNIE

Il est impossible de regrouper dans une même rubrique des troubles aussi variés que les pleurs du nourrisson ou les difficultés d'endormissement d'un préadolescent. Leurs origines et leurs traitements sont très différents, c'est pourquoi nous avons préféré nous centrer sur quelques situations les plus fréquentes et faciles à identifier :

### Les pleurs du nourrisson

Le nouveau-né dort, calme ou agité, près de 18 heures par jour et les périodes d'éveils calmes sont rares. Hélas pour les parents, le nourrisson ne semble pas faire la différence entre le jour et la nuit. Petit à petit, le rythme s'inverse et le sommeil de nuit représente plus de 80 % vers l'âge de 1 an.

Cette évolution est souvent marquée, entre 4 et 10 semaines, par une période de pleurs en fin d'après-midi ou début de soirée. Les familles parlent souvent du « cafard du soir ». Le bébé pleure, s'agite et rien ne semble le calmer. L'heure du prochain repas est encore loin. Cette étape précède en général l'installation du sommeil de nuit : l'enfant, enfin, fait ou va faire ses nuits...

Il faut laisser l'enfant dans le calme, le bercer et surtout se rassurer soi-même. Notre propre inquiétude ou agacement ne fait qu'entretenir l'agitation de l'enfant. Aucun traitement ne semble à lui seul décisif.

On peut donner toutefois :

**Lycopodium 9 CH**, 5 granules vers 16 heures, et

**Chamomilla 15 CH**, 5 granules au moment des pleurs.

### Les poussées dentaires

Voir **Dent**.

### Le réveil nocturne du jeune enfant entre 1 et 4 ans

Parfois, il peut simplement être dû à un trouble digestif, un embarras gastrique ou au contraire une fringale.

Lui donner :

**Nux vomica 9 CH**, 5 granules au coucher.

Si le nourrisson est vite rassasié le soir, a faim la nuit et que ballonnement et gaz complètent le tableau, donner :

**Lycopodium 9 CH**, 5 granules au coucher.

Le plus souvent, ce réveil au milieu de la nuit, à 1 heure ou 2 heures du matin, conduit l'enfant à appeler ses parents ou à rejoindre leur chambre. L'enfant semble très anxieux et n'est rassuré qu'en présence de l'un d'eux. Il s'agit d'une angoisse réelle, d'une peur de la nuit, de l'arrêt du jour, de l'activité, du sommeil des parents. Il faut donc être patient et rassurer l'enfant, laisser un peu de lumière, donc un petit peu de vie.

Donner :

**Arsenicum album 15 CH**, 5 granules le soir vers 18 heures, et

**Stramonium 15 CH**, 5 granules au coucher.

### Les difficultés à se coucher du jeune enfant entre 1 et 4 ans

La peur du noir, la séparation, la peur des cauchemars sont autant de difficultés qui rendent la soirée parfois difficile pour l'enfant et ses parents. L'enfant doit apprendre à s'endormir tout seul, sans la présence de ses parents. Bien sûr, les rituels (lavage des dents, histoires, câlins) sont importants et, surtout, il faut proscrire tous les somnifères ou sédatifs. Le traitement homéopathique sans effets secondaires ou accoutumance est rapidement efficace.

Donner :

**Quiétude sirop**®, 1 mesure matin et soir pendant 15 jours.

Ajouter au coucher pendant une semaine 5 granules de :

**Chamomilla 15 CH**, si l'enfant est coléreux et veut être pris dans les bras ;

**Ignatia 9 CH**, s'il est hyperexcité, pleure et rit pour un rien, à la suite d'émotion, d'agitation ;

**Pulsatilla 15 CH**, s'il ne veut pas quitter ses parents le soir, a peur d'être abandonné, d'être laissé seul.

Il faut consulter le médecin

- si l'insomnie dure depuis plus d'une semaine ;
- s'il y a eu un événement « traumatisant pour l'enfant » ;
- si l'insomnie est inhabituelle et évoque une maladie ou un problème organique.

### Les difficultés d'endormissement du grand enfant

Elles peuvent être occasionnelles et toujours liées aux mêmes circonstances.

Donner 5 granules au coucher des médicaments suivants, jusqu'à amélioration : **Gelsemium sempervirens 9 CH** s'il a peur des cauchemars, de la nuit ;

**Hyoscyamus niger 15 CH** s'il y a une envie de dormir qui disparaît dès le coucher chez un enfant agité, avec souvent des problèmes de jalousie ;

**Ignatia amara 9 CH** si un excès d'émotions heureuses ou malheureuses empêchent le sommeil ;

**Arnica montana 15 CH** si, après le sport, l'enfant a trop chaud, le lit lui semble trop dur ;

**Kalium phosphoricum 9 CH** s'il y a trop de travail, d'efforts intellectuels, mal de tête et mauvaise humeur.

### Il faut consulter le médecin

- si l'insomnie dure depuis plus d'une semaine ;
- s'il y a eu un événement « traumatisant pour l'enfant » ;
- s'il y a aussi des réveils nocturnes.

## INTERTRIGO

Il s'agit d'une inflammation de la peau au niveau des plis des articulations, fréquente chez les enfants bien potelés. Elle est due à une macération humide avec des microbes ou des champignons.

Faire une toilette soignée de l'enfant, surtout bien sécher la peau après, mettre une crème au **Calendula** et donner :

**Graphites 15 CH**, 5 granules 3 fois par jour pendant 5 jours.

Les lésions doivent être guéries en 5 jours, sinon il faut consulter votre médecin.