

L'approche spécifique homéopathique d'une  
pathologie nutritionnelle répandue :

# Syndrome métabolique et Terrain

Dr Max Tétou  
Paris

## I. Ce que nous entendons par syndrome métabolique (SM)

### 1) D'abord et avant tout : le surpoids

Il explique la plupart des choses. Non **pas l'obésité** franchement pathologique qui à elle seule est une maladie particulière. Mais le **bon vieil excès pondéral**. Il frappe les 2/3 des français, et est le fruit de notre gourmandise, de notre société de consommation. Inutile de prendre un mètre pour mesurer un abdomen ou une paire de fesses, cela se voit à l'œil nu.

**Le juge : la balance.**



### 2) Tout le reste n'est que la conséquence de ce gavage au long cours, véritable «maladie chronique»

Notre besoin : 2000 calories quotidiennes. Nous en consommons de 3000 à 4000.  
D'où les 3 hyper : cholestérol, glycémie, acide urique.

Le diabète 2, « floride », véritable épidémie actuelle, fait des ravages. Les hypoglycémifiants préconisés ne sont pas sans danger.

Apprendre à manger raisonnablement et équilibré est à la base de notre santé ! Mais il n'y a pas de « régime miracle », sauf charlatanisme.

## II. L'IMC sera notre guide

IMC = Indice de Masse Corporelle

Cet indice mis au point génialement par Quetelet sera notre guide.

$$\text{IMC} = \frac{\text{poids en kg}}{(\text{Taille en mètre})^2}$$



IMC < 25 : poids « normal ».

IMC compris entre 25 et 30 : surpoids.

IMC > 30 : un pied dans l'obésité. On s'oriente vers l'obésité sévère (entre 35 et 40) et l'obésité « morbide » (40 et plus) !

Prévoir un différentiel entre homme et femme.

En fait, l'IMC idéal sera à peu près égal au nombre de centimètres au dessus du mètre chez l'homme : 70kg pour 1,70m.

Pour la femme, prévoir un abattement de 10% sur le nombre de centimètres : 54kg pour 1,60m, soit 6kg par rapport à 1,60m.

Une double règle iconoclaste, pour les diététiciens fabricants de régimes la plupart du temps inefficaces.

- D'abord : se peser chaque matin au réveil tant qu'on n'a pas réussi à réguler un poids idéal.

- Puis régulièrement 2 fois par semaine.

- Ensuite : ne manger que quand on a faim. Les repas fractionnés recommandés chatouillent la boulimie et conduisent à une suralimentation génératrice de surpoids.

## III. Un terrain particulier à traiter : la Psore

Derrière tout cela la **Psore** est présente. Elle oriente vers le Syndrome métabolique.

Désir de sucre et de sucreries, goût pour les nourritures grasses et réchauffantes, accès de boulimie, voilà bien des caractéristiques psoriques.

Heureusement, l'eczéma survient qui aide à réguler les choses et sert d'exutoire. Malheureusement des dermatologues de bonne volonté bloquent souvent l'émonctoire cutané.

La **Sycose** peut intervenir, essentiellement sous forme de ces paquets de cellulite qui déforment la silhouette féminine. Elle est d'ailleurs plus rétention d'eau que surcharge alimentaire, donc **diminuer le sel** dont on mange toujours trop.

Injustice : **Luétiqes** et **Tuberculiniques** peuvent manger ce qu'ils veulent. Ils ne prennent pas de poids. Mais la Luèse fragilise nos artères et multiplie l'effet pernicieux des excès de cholestérol et de glucose : gare à l'accident vasculaire.

## IV. Un traitement antipsorique s'impose

La Psore évolue classiquement en 3 étapes : Psore latente, Psore éclatée, Psore décompensée.

Nous interviendrons au niveau des 2 premiers stades. Ils représentent un Syndrome Dismétabolique qui pour nous apparaît comme une **nouvelle Diathèse**, à extraire de la Psore traditionnelle.

### A) 2 médicaments toujours en ligne, couvrant l'évolution pathologique dysmétabolique

**1) SULFUR** : omniprésent. Alternance, périodicité, chronicité marquent sa pathologie. Eruptions cutanées, pieds brûlants la nuit obligeant à les sortir du lit, désir de sucre, une certaine goinfrerie, odeur forte du corps, diarrhée matinale.

4CH : prises quotidiennes, 5CH, 7CH, 9CH, 12CH : prises espacées. Ne jamais prescrire sans drainage préalable.

Satellites : **ALOE FEROX**, **LEDUM PALUSTRE**, **COCCULUS INDICUS**.

A noter : élévation cholestérol, glycémie, acide urique comme pour tous ces médicaments psoriques.

**2) CALCAREA CARBONICA** : gros bébé, enfant gras, adulte carré, scléreux, Eczéma atopique, transpiration abondante et acide, acidité d'estomac, constipation, désir d'œufs et d'aliments indigestes. Remède constitutionnel à prescrire de la 9 à la 12CH. Couvre également le versant sycotique.

## B) 4 médicaments accompagnent SULFUR et CALCAREA CARB

### 1) 2 médicaments sthéniques, surtout chez l'homme.

a) **LYCOPODIUM 4, 5, 7, 9CH** : insuffisance hépatorénale. Son intoxication croît d'année en année. A les yeux plus gros que le ventre : vif appétit vite rassasié, désir intense de sucre et de sucreries, latéralité droite << en fin d'après-midi, vieilli prématurément.

3 satellites : **CHELIDONIUM 4, 5CH, BERBERIS 3, 4CH, BRYONIA 4, 5CH.**

b) **ANTIMONIUM CRUDUM 4, 5, 7CH** : adulte et enfants gloutons et grognons. Indigestion avec nausées et vomissements, langue blanche, désir de charcuteries, de porc, de vins acides. Avec SULFUR, les seuls psoriques chauds : < par la chaleur, > par le froid.

### 2) 2 médicaments asthéniques, surtout chez la femme.

a) **GRAPHITES 4, 5, 9, 12CH** : gras, mou, pâle, frileux et impressionnable, règles peu abondantes. Peau malsaine avec eczéma (atopie) et la « dartre gluante » caractéristique, constipation sans besoin à grosses selles luisantes par un mucus épais, gaz abondants.

b) **SEPIA 4, 5, 9, 12CH** : frilosité et mélancolie, ptoses multiples, désir de vinaigre, d'acidité, règles pauvres, pesanteur dans le rectum, Bearing down, constipation.

Satellites : **CARDUUS MARIANUS 4, 5CH, HELONIAS 4, 5CH.**

## V. Le facteur intestinal : fondamental (ce qu'avaient pressenti Bach et Paterson)

### Le colon et les perturbations de la flore intestinale induisent le syndrome métabolique.

La Psore est toujours associée à des perturbations fonctionnelles du tractus intestinal : grêle et colon. Diarrhées, constipations, syndrome de l'intestin irritable sont permanents.

En cause : les antibiothérapies répétitives et souvent indues. Il y a destruction de la flore intestinale. Les enfants en particulier posent problème.

Un seul traitement antibiotique à doses adéquates détruit le précieux biotope intestinal pour plusieurs mois.

Faciliter le retour à une flore normale et restaurer l'intégralité de la muqueuse intestinale et de ses villosités est notre travail.

Prescrire nos **biothérapies intestinales** en 9CH sur un mois, 1 dose par semaine selon des séquences du type :



Ou du type :



Ce qui n'exclut pas le recours aux compléments alimentaires surtout **probiotiques**, les prébiotiques étant assez mal supportés (gaz).

## VI. Conclusion

Traiter le syndrome métabolique implique nécessairement

- combattre l'excès de poids : ne pas oublier l'importance de l'exercice physique (3/4 H par jour)
- pallier les erreurs alimentaires et surtout combattre sucre et sucreries
- traiter avant tout la Psore sous-jacente
- restaurer la flore intestinale
- drainer le terrain en prescrivant une **gemmothérapie** antioxydante.

Chez l'homme : **SEQUOIA GIGANTEA JP MG 1D** 50 à 100gouttes / jour.

Chez la femme : **VACCINIUM VITIS IDAEA JP MG 1D** 50 à 100gouttes / jour.

Dr M. Tétau