sfcd
ffcd formation

Nouveau !

LES CAHIERS DE LECTURE

N°3

AVRIL 2020

SPÉCIAL RATTRAPAGE DE LECTURE :
RETROUVEZ UNE SÉLECTION D'ARTICLES

Nous sommes encore et toujours auprès de vous !

sfcd.fr

Dans cette période inédite, toute l'équipe SFCD/FFCD est mobilisée.

SFCD et FFCD continuent à vous accompagner durant cette 4ème semaine de confinement.

SFCD/FFCD vous proposent des réflexions qui permettent de nuancer la dichotomie entre les médecines traditionnelles « douces » passéistes et la médecine conventionnelle « chimique » moderne. Petit rappel et rattrapage de lecture crucial pour la compréhension des besoins des patients et la sécurité de leur prise en charge, en ce temps de crise sanitaire :

Page 3 à 5 : Prévenir les risques du covid-19

Page 6 : Intégrer les médecines traditionnelles aux formations initiales et continues

Page 7 : Pourquoi intégrer les médecines alternatives et complémentaires dans vos protocoles thérapeutiques

Page 8 à 10 : Des alternatives aux antibiotiques bientôt nécessaires

qui apportent un éclairage sur la pluralité des pratiques de soins.
Il permet de mieux comprendre l'actualité : les savoirs se transforment, empruntent et s'hybrident pour faire face à l'inconnu.

Dr Marion Lagunes

Nouveau !

LES CAHIERS DE LECTURE

Ont participé à ce numéro :

Alain Huot
Aromatologue, naturopathe, nutritionniste
Formateur FFCD

Dr Pascale Videau-Viguié
Chirurgien-Dentiste

Dr Catherine Rossi
Chirurgien-Dentiste

Dr Nicole Vinot
Chirurgien-Dentiste

sfcd SYNDICAT DES FEMMES CHIRURGIENS DENTISTES

ffcd formation FORMATION FEMMES CHIRURGIENS DENTISTES

Vous avez des questions sur le CODIV-19 suivez-nous
ou contactez-nous : info@sfcd.fr

sfcd.fr

GUIDE SPÉCIAL CORONAVIRUS

CAHIER DE LECTURE N°3 AVRIL 2020

CONTAGION

ALORS QUE NOUS SOMMES MAINTENANT AU STADE 3 DE LA PANDÉMIE DU CORONAVIRUS COVID19

ET QUE, POUR LIMITER LES RISQUES DE CONTAGION, LE CONFINEMENT EST IMPOSÉ PAR LES AUTORITÉS, QUE POUVONS-NOUS FAIRE EN PLUS DES RECOMMANDATIONS OFFICIELLES ?

Ce stade 3 signifie que le virus circule activement dans notre pays. Aussi, les mesures et précautions instaurées ne peuvent que freiner la propagation de cette hôte indésirable dans nos organismes.
Toutefois, nos systèmes immunitaires ne sont pas égaux pour lutter contre ce virus plus dangereux qu'une simple grippe.

Placer l'hygiène de vie au premier plan des outils préventifs des risques d'infections virales est donc une nécessité et la meilleure assurance de ne pas rentrer dans les statistiques.

Mon premier conseil est tout d'abord d'éviter d'être soumis au stress chronique qui altère l'immunité

Tous les agents stressants ne peuvent, bien sûr, pas être évités, mais prendre de la distance par rapport aux situations permet de réduire l'impact négatif du stress. Dans cette logique, écouter en boucle les informations anxiogènes à

propos de la situation sanitaire en France et ailleurs n'est pas des plus pertinent. Une fois que les instructions officielles ont été données à quoi bon se les passer en continu…

Le deuxième conseil est de pratiquer une activité physique régulière

Ainsi, une marche d'oxygénation d'une heure, idéalement 2 à 3 fois par semaine, permet de booster votre immunité. À défaut de pouvoir sortir, pratiquez des respirations complètes (abdomen et thorax) très régulièrement dans la journée, en pensant à bien ventiler votre habitation.
Profitez du temps qui vous est offert pour vous aérer, bouger et mobiliser vos humeurs (sang, lymphe, liquides intra et extra cellulaires). Celles-ci seront mieux purifiées rendant votre métabolisme et donc votre immunité plus efficace, si vos conditions de vie le permettent, bien sûr.

Mon troisième conseil est, si votre vitalité est très bonne, à titre préventif, de pratiquer un court jeûne de 1 à 3 jours afin d'acidifier votre sang

À défaut de jeûne strict, ne prenez que des bouillons de légumes sur cette même durée.
En effet, les recherches de Louis Claude Vincent en bioélectronique ont montré que les virus se développent sur des terrains alcalins et oxydés.
Il est donc légitime de penser que modifier son terrain, à l'inverse, amplifierait votre protection. Ainsi, en acidifiant passagèrement votre sang puis ensuite en consommant des aliments riches en antioxydants (fruits, légumes, huiles vierges, super aliments comme le pollen frais ou la spiruline, voire des compléments alimentaires), cela créera, au niveau de votre terrain, un milieu défavorable au développement de virus.

GUIDE SPÉCIAL CORONAVIRUS

Par ailleurs, les affections virales se développent surtout dans contexte froid et humide

Aussi, pour ceux qui en ont la possibilité, s'immerger ponctuellement dans un milieu inverse, à savoir chaud et sec, avec la pratique du sauna serait opportun. C'est, en réalité, ce que fait notre corps lorsqu'il provoque de la fièvre pour détruire les pathogènes (virus, bactéries…)
La fièvre est utile. Il faut la respecter et éviter de la combattre à coup d'anti-inflammatoires tant qu'elle est inférieure à 40 °C.

Une façon efficace de créer une fièvre « artificielle », et plus aisée que de pratiquer un sauna (en ces temps où la circulation est plus que réduite), consiste à pratiquer des bains hyper caloriques ou ceux préconisés par le Dr Salmanoff. **Pour cela, après avoir bu un bon ½ L d'eau, rentrez dans un bain chaud à 38° environ**, faites monter la température du bain jusqu'au maximum de ce que vous pouvez supporter, sans pour autant dépasser les 40 °C. Si besoin, demandez à un proche de vous surveiller, surtout pour les hypotendus, car la chaleur fait baisser la tension.
Après une vingtaine de minutes, votre température corporelle, que vous pouvez contrôler sous l'aisselle, devrait atteindre les 38,5 °C. Un autre signe positif est la transpiration sur le visage indiquant que vous êtes en bonne voie. Buvez à nouveau un à deux grands verres d'eau, de source idéalement.
Après cette vingtaine de minutes, sortez du bain, enveloppez-vous dans une serviette de bain ou un peignoir après vous être rapidement séché.
Restez ainsi couvert, avec, également, une serviette autour de la tête et allongé dans votre lit tant que vous transpirez (idéalement de 30 mn à 1 heure, voire 2 heures si vous avez toujours bien chaud).
L'objectif est de transpirer et de conserver cette hyperthermie destructrice de virus.

Du côté de l'alimentation, nous rechercherons une alimentation à forte densité micronutritionnelle

Pour cela, favorisez les végétaux de saison et variez-les (légumes, légumineuses, oléagineux, algues marines, céréales non raffinées). A contrario, **fuyez les aliments ultra transformés, les plats industriels et tous les sucres ajoutés**.
L'objectif doit être d'apporter le plus possible des micronutriments indispensables au bon fonctionnement cellulaire et immunitaire.

Deux vitamines impliquées dans l'immunité doivent retenir toute votre attention : les vitamines C et D

Les meilleures sources de vitamine C que vous pouvez apporter dans votre assiette sont le persil, les poivrons (en saison), les épinards crus et le chou rouge cru. Du côté des fruits, bien avant les kiwis et les oranges, les baies de cassis sont une belle source de vitamine C.
Mais en période de risque infectieux, la complémentation permet d'augmenter de façon substantielle les apports en vitamines C et D. Ce qui est plus que recommandé !
Je conseille, idéalement, une vitamine C d'origine naturelle issue du fruit concentrant le plus fort taux de cette vitamine et qui va muscler notre immunité : **l'acérola**. En effet, elle contient 10 à 40 fois plus de vitamine C que l'orange !
Cette petite cerise, originaire des Caraïbes, garantit une vitamine C la plus bio disponible et la plus efficace qui soit, car elle apporte en plus de sa précieuse vitamine des flavonoïdes.
Pour rendre votre immunité la plus performante possible, il vous faudra 250 mg de vitamine C issue de l'acérola (sans vitamine C de synthèse ajoutée), 4 fois par jour.
Quant à la vitamine D, elle est présente dans les poissons gras (harengs, sardines, maquereaux, saumon, truite et thon), en accordant votre préférence aux petits poissons gras (harengs, sardines, maquereaux) qui ont pour avantage de moins concentrer les métaux lourds présents dans les océans. En période de contamination par le coronavirus, une complémentation quotidienne avec, si possible, une vitamine D3 d'origine naturelle de 3000 UI est nécessaire pour un soutien optimal de l'immunité.
Le zinc est également impliqué dans l'immunité. Aussi pouvez-vous en prendre sous forme de picolinate (forme la plus bio disponible), 30 à 45 mg par jour en deux prises.
Ne négligez pas l'importance d'un microbiote équilibré pour soutenir l'efficacité de votre système immunitaire. En période d'infection, une complémentation en **probiotiques** qualitatifs est nécessaire durant 1 à 2 mois.

Du côté des huiles essentielles, il existe de nombreuses solutions préventives, qui ne se substituent pas aux directives officielles, mais qui les complètent

Le problème que rencontre notre système immunitaire est la protection qui entoure le virus.
En effet, celui-ci pour vivre doit parasiter une cellule. Aussi a-t-il tout intérêt à passer inaperçu au regard de notre immunité, ce qui est le cas avec sa membrane protectrice.
Or, certaines huiles essentielles sont capables de se fixer sur l'enveloppe externe des virus et ainsi de détruire leur protection.
Les virus sont alors repérés par notre système immunitaire qui peut donc agir.
En conséquence, certaines familles moléculaires en aromathérapie sont capables de « brûler » les membranes cellulaires des virus. Elles sont considérées comme virucides.
Les quatre grandes familles concernées par cette action cruciale en période de contamination virale sont :
• Les oxydes terpéniques et parmi eux, je retiendrai pour notre usage, le **ravintsara** et le **laurier noble**, mais le **niaouli** est également intéressant.
• Les phénols, avec l'**origan** compact et le **thym à thymol**, sont des plus adaptés pour notre situation. Mais cette famille est tellement puissante qu'elle ne peut pas être utilisée chez les enfants de moins de 6 ans ou les femmes enceintes.
• Les aldéhydes aromatiques, avec, par exemple, l'huile essentielle provenant de la **cannelle de Chine ou de Ceylan** pour votre gel désinfectant.
• Les alcools terpéniques, avec de nombreuses huiles essentielles comme le **tea tree**, le **thym à linalol** et celui à **thujanol**.

Avant de passer à ma proposition d'un complexe, j'aimerais souligner les travaux menés par Monica R. Loizzo et son équipe de la faculté de Pharmacie de Calabre.

Elle a effectivement montré dès 2003 **l'activité in vitro de l'huile essentielle de laurier noble sur le virus SARSCoV**, responsable de l'épidémie de SRAS de 2003, comme le rappelle le grand spécialiste de l'aromathérapie Pierre Franchomme.

Dans ces conditions, vous comprendrez que cette huile essentielle occupera une place de choix dans mon mélange.

Pour les novices en aromathérapie, sachez qu'en plus d'être de superbes anti-infectieux à large spectre (virus et bactéries), les phénols et les aldéhydes aromatiques sont d'excellents boosters de l'immunité.

Voici mes conseils à titre préventif ou en début de contamination :

Mélange préventif des infections virales (grippe, rhume, coronavirus) par voie cutanée

Le mélange suivant est à appliquer en massage le long de la colonne vertébrale matin et soir, 6 jours par semaine pendant la période à risque.

- **HECT Ravintsara -> 3 gouttes**
- **HECT thym à thujanol -> 2 gouttes**
- **HECT Laurier noble -> 3 gouttes**

En cas de début d'infection, à prendre par voie orale (sauf pendant la grossesse et chez les enfants de moins de 7 ans)

Dès les premiers signes d'infection, il est possible d'ajouter par voie orale des capsules d'origan compact dosées à 75 mg. Celles-ci sont vendues en pharmacie prêtes à l'emploi.

- **La posologie est la suivante -> 1 capsule 6 fois jour pendant 7 jours**, avant ou pendant les repas.

Enfant de 6 à 10 ans

Prendre une ½ dose adulte, tant pour le mélange d'huiles essentielles à appliquer dans le dos que pour les capsules d'origan. La durée de prise est identique.

Enfin, en guise de gel désinfectant en plus ou en cas de rupture des gels hydro alcooliques, **dans 100 ml d'alcool à 70 °C mettre le mélange suivant** (0,5 ml = 15 gouttes) :

- **HE cannelle de Chine -> 0,5 ml**
- **HE clou de girofle -> 0,5 ml**
- **HE niaouli -> 0,5 ml**
- **HE Tea tree -> 0,5 ml**

Prévention de maladies virales contagieuses (grippe, coronavirus…) mélange à diffuser

Certaines huiles essentielles répandues dans l'atmosphère à l'aide d'un diffuseur électrique permettent d'assainir l'atmosphère en détruisant les germes se trouvant dans l'air. Ce sont de beaux antiseptiques atmosphériques, mais également des antiseptiques de contact.

Voici ma proposition pour votre diffuseur :

- **HECT Eucalyptus radié -> 2 gouttes**
- **HECT Pin maritime -> 1 goutte**
- **HECT Niaouli -> 1 goutte**
- **HECT Cajeput -> 2 gouttes**

Déposer l'ensemble des gouttes d'huiles essentielles sur l'eau d'un diffuseur ultrasonique. **Diffuser 5 à 10 minutes toutes les heures.**

Nous prêtons à Louis Pasteur, symbole de la médecine microbienne, la citation suivante prononcée dans ses derniers jours :

« Béchamp avait raison, le microbe n'est rien, le terrain est tout ! »

Alors prenez soin de votre terrain, ainsi microbes et pathogènes ne pourront que se tenir à l'écart !

Alain Huot
Aromatologue, naturopathe, nutritionniste, Formateur FFCD

Intégrer les médecines traditionnelles
aux formations initiales et continues

À travers le monde, la médecine traditionnelle (MT) constitue soit le mode principal de prestation de soins de santé, soit un complément à ce dernier. Dans certains pays, la médecine traditionnelle ou non conventionnelle est appelée médecine complémentaire (MC).

Médecine traditionnelle (MT) : La médecine traditionnelle est très ancienne. C'est la somme de toutesles connaissances, compétences et pratiques reposant sur les théories, croyances et expériences propres à différentes cultures, qu'elles soient explicables ou non, et qui sont utilisées dans la préservation de la santé, ainsi que dans la prévention, le diagnostic, l'amélioration ou le traitementde maladies physiques ou mentales.

Médecine complémentaire (MC) : Les termes « médecine complémentaire » ou « médecine alternative »font référence à un vaste ensemble de pratiques de santé qui ne font pas partie de la tradition ni de la médecine conventionnelle du pays et ne sont pas pleinement intégrées à son système de santé prédominant. Dans certains pays, ils sont utilisés de manière interchangeable avec le terme « médecine traditionnelle ».

Médecine traditionnelle et complémentaire (MT/MC) : La MT/MC fusionne les termes de MT et de MC, englobant les produits, pratiques et praticiens.Ces soins sont proches des gens et faciles d'accès et financièrement abordables. Ils sont également culturellement acceptables et un grand nombre de personnes leur font confiance. Le caractère financièrement abordable de la plupart des médicaments traditionnels les rend d'autant plus attrayants à l'heure où les frais de santé explosent et où l'austérité est quasiment universelle. La médecine traditionnelle apparaît également comme un moyen de faire face à l'inexorable montée de maladies chroniques non transmissibles1. » Quels que soient les motifs qui poussent les gens à se tourner vers la MT/MC, il ne fait aucun doute qu'elle suscite un intérêt grandissant, et cet intérêt continuera probablement à croître partout dans le monde.
La MT/MC constitue un pan important et souvent sous-estimé des soins de santé. Elle existe dans quasiment tous les pays du monde, et la demande de services dans ce domaine est en progression. La MT, dont la qualité, la sécurité et l'efficacité sont avérées, participe à la réalisation de l'objectif d'un accès aux soins universel. Les pays sont de plus en plus nombreux à accepter progressivement la contribution que la MT/MC peut apporter à la santé et au bien-être des individus, ainsi qu'à la complétude de leur système de santé. Les pouvoirs publics et les consommateurs ne s'intéressent pas uniquement aux médicaments à base de plantes : ils commencent à se pencher sur certains aspects des pratiques de MT/MC et à s'intéresser à certains praticiens et se demander s'ils ne devraient pas être intégrés à l'offre de services de santé.

La Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023 aidera les responsables de la santé à développer des solutions qui participent d'une vision plus large favorisant l'amélioration de la santé et l'autonomie des patients. Cette stratégie s'est fixé deux grands buts : épauler les États Membres qui cherchent à mettre à profit la contribution de la MT/MC à la santé, au bien-être et aux soins de santé centrés sur la personne et favoriser un usage sûr et efficace de la MT/MC au moyen d'une réglementation des produits, des pratiques et des praticiens. Ces buts pourront être atteints si l'on réalise trois objectifs stratégiques :
1) consolider la base de connaissances et formuler des politiques nationales ;
2) renforcer la sécurité, la qualité et l'efficacité via la réglementation, et
3) promouvoir une couverture sanitaire universelle en intégrant les services de MT/MC et l'auto-prise en charge sanitaire dans les systèmes de santé nationaux.

Nécessité d'une nouvelle Stratégie

L'OMS et ses États Membres estiment qu'il est important d'actualiser et d'approfondir la stratégie aujourd'hui, pour un certain nombre de raisons :
1) Essor de la MT/MC. Le grand public et les consommateurs de soins de santé à travers le monde continuent d'inclure la MT/MC dans leurs choix de santé.
2) Importance économique grandissante de la MT/MC. La MT/MC est en phase de croissance et d'expansion, surtout en ce qui concerne les produits achetés directement ou sur Internet. Parallèlement, étant donné les difficultés financières qui prévalent actuellement partout dans le monde, le recours à la MT/MC pour la promotion de la santé, l'auto-prise en charge sanitaire et la prévention des maladies pourrait, de fait, alléger les coûts des soins de santé.
3) Caractère mondial de la MT/MC. Les produits et pratiques de MT/MC d'une région sont utilisés partout dans le Monde en complément de l'offre de soins de santé locaux, ce qui fait de la MT/MC un phénomène véritablement mondial
4) Grande hétérogénéité des niveaux d'études et d'agrément des praticiens de MT/MC, et de réglementation des pratiques. À l'heure de la mondialisation, les personnes se déplacent librement d'un pays à l'autre afin d'y travailler ou d'y vivre. Compte tenu de cette tendance, il est nécessaire de mieux connaître les praticiens de MT/MC si l'on veut parvenir à l'homogénéité et à la sécurité de ces pratiques professionnelles.
5) Récentes avancées dans la recherche et le développement sur la MT/MC. Depuis la publication de la Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2002-2005, le savoir relatif à la MT/MC a connu des avancées significatives, concomitamment au développement de normes techniques et de directives pour une délivrance de services de santé organisée.
6) Propriété intellectuelle. À mesure que la MT/MC gagne en popularité, il est important de mettre en balance, d'un côté, la nécessité de protéger les droits de propriété intellectuelle des peuples indigènes et des communautés locales ainsi que leur héritage dans le domaine des soins de santé, et de l'autre, l'accès à la MT/MC et l'encouragement de la recherche et du développement, ainsi que de l'innovation.
7) Intégration de la MT/MC aux systèmes de santé. Alors que la MT/MC est de plus en plus largement adoptée, il est nécessaire qu'elle soit plus étroitement intégrée dans les systèmes de santé. Les autorités et les consommateurs doivent s'interroger sur la manière dont la MT/MC peut améliorer l'expérience du patient et la santé de la population.
Le nombre d'États Membres proposant des programmes d'enseignement de haut niveau pour la MT/MC, notamment des diplômes de premier cycle, des mastères ou des doctorats à l'université, est passé de seulement quelques-uns à 39, ce qui représente 30 % des pays ayant répondu à l'enquête.

De nombreux pays ont leurs propres formes de soins traditionnels ou indigènes, qui sont profondément ancrés dans leur culture et leur histoire. Certaines formes de MT telles que l'Ayurvéda, la Médecine Traditionnelle Chinoise ou la Médecine Unani, populaires dans leur pays, sont aussi employées partout dans le monde. Dans le même temps, certaines formes de MC, telles que la Médecine Anthroposophique, la Chiropratique, l'Homéopathie, la Naturopathie ou l'Ostéopathie, sont également largement utilisées.
Partout dans le monde, les systèmes de santé doivent faire face à un accroissement des maladies chroniques et à une flambée des coûts de santé. Les patients tout comme les prestataires de santé demandent à ce que les services de santé soient revitalisés, et donnent la priorité aux soins personnalisés et centrés sur la personne.
Sur la dernière décennie la part de l'auto-prise en charge sanitaire a augmenté, car de plus en plus de consommateurs décident d'être davantage acteurs de leur santé.

Nous pourrions conclure sur le vœu énoncé par le recteur de l'UNDH (Université Notre Dame d'Haïti) Mgr Pierre André Dumas qui souhaitait lors de journées scientifiques « qu'une approche pluridisciplinaire et interpersonnelle soit adoptée de manière que la médecine traditionnelle et la médecine moderne puissent contempler l'être humain dans une perspective intégrale et holistique ».

Dr Pascale Videau-Viguié

Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle: 2014-2023, Genève - Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle : 2002-2005. Genève, Evaluation de l'efficacité de la pratique de l'hypnose J.Gueguen Inserm 2015 - Evaluation de l'efficacité et de la sécurité de l'acupuncture C.Barry Inserm 2011 - Les grands défis de la santé en Haïti : médecine traditionnelle, médecine moderne et nouvelles technologies, mai 2007

Pourquoi intégrer les médecines alternatives et complémentaires
dans vos protocoles thérapeutiques

Pourquoi est-il important aujourd'hui que les chirurgiens-dentistes s'initient aux médecines naturelles et intègrent, dans leurs diagnostics et leurs plans de traitements, le concept énergétique des dents, de la bouche et du corps dans sa globalité ?

1 La dent est constituée du tissu le plus dur du corps, donc sur le plan physique, soit elle casse, soit elle fait la loi en imposant une adaptation en chaine de tout le schéma postural.

C'est ce que Michel Clauzade a judicieusement appelé l'orthoposturodontie qui étudie comment et pourquoi l'occlusion dentaire est un élément incontournable du diagnostic de toute douleur, cervico-brachiale, du rachis, du bassin et des articulations des membres supérieurs et inférieurs, dans le parcours descendant mais aussi, l'occlusion a une influence ascendante vers la boite crânienne avec tous les types de douleurs associées, ainsi que sur la mobilité oculaire et les tensions de la face.
De plus en plus, nos patients consultent les ostéopathes qui sont de fins diagnostiqueurs de l'origine dentaire des douleurs du corps. Le patient se trouve démuni lorsque son dentiste lui dit que son occlusion est bonne alors que son ostéopathe lui a suggéré le contraire (et lui a même souvent prouvé). En réalité, étudier l'occlusion ce n'est pas se contenter de faire mordre sur du papier bleu….

2 La deuxième raison pour laquelle je vous conseille de regarder les dents de vos patients « autrement », c'est parce que chaque dent, par l'intermédiaire d'un circuit vibratoire, est reliée à des organes et des fonctions.

Kyste ou granulome radiculaire, présence d'un champ électrique élevé sur un amalgame ou une couronne en nickel chrome peuvent à distance par exemple, bloquer une ovulation, maintenir un tendon en inflammation, provoquer une diarrhée chronique, un psoriasis pour ne donner que quelques exemples.
Et inversement, un dysfonctionnement organique par feed-back, va fragiliser la dent en lien avec l'organe, maintenant la chronicité et les récidives de pathologies dentaires.

3 La conscience écologique qui émerge dans la population mondiale, les réseaux d'information via internet, font que tous nos patients aujourd'hui ont tous été, de près ou de loin, consciemment ou non, alertés des dangers : du mercure dans les obturations dentaires.

Des prescriptions de fluor abusives et de leurs conséquences sur l'état de vigilance de leurs enfants.
De la présence de nickel dans 95 % des prothèses dentaires alors que 30 % de la population est allergique ou intolérante au nickel. De la prescription trop systématique d'antibiotiques, de cortisone, d'anti inflammatoires avec leur cortège d'effets secondaires. Les patients ne veulent plus que leur bouche soit une source de pollution supplémentaire. Vous former en énergétique dentaire, vous permettra de répondre à la demande des patients de plus en plus nombreux qui veulent prendre soins de leur santé différemment.

Le côté positif de cette surinformation, c'est que les patients petit à petit prennent conscience de l'importance de leurs dents et du rôle primordial quelles jouent dans leur santé et leur bien-être. Ainsi, la population devient plus ouverte à la prévention et on peut plus facilement leur faire comprendre l'intérêt de s'engager dans une réhabilitation globale. Ils comprennent la valeur ajoutée pour leur santé d'une telle démarche et ils sont prêts également à financer leurs soins à leur juste valeur !

4 Quand on veut aller un peu plus loin dans la sensibilité énergétique de la dent, on apprend que ce cristal se charge de toutes les émotions inconscientes qui croisent la vie de nos patients.

Avec un peu d'apprentissage et d'entrainement, vous pourriez, à la simple vue d'une radio panoramique, comprendre une partie de la vie de votre patient et, sans partir dans de grandes considérations psychologiques, lui donner quelques clés qui pourraient l'aider à grandir et surtout à consolider ses dents.

5 Parce que les maladies de la dent et de la gencive n'ont pas que des causes locales, le fonctionnement métabolique doit être pris en compte, l'équilibre acido-basique, les carences nutritionnelles (vitamines, oligo-éléments), la régulation hormonale, pour pérenniser dans le temps les soins et les actes de prévention locaux.

Nous ne sommes pas obligés de maitriser tous ces volets de la santé bucco-dentaire, mais les connaitre est, à mon avis, un devoir afin d'orienter nos patients au mieux, de prendre notre place dans le système de santé et de donner à nos patients toutes les chances de bien-être et de longévité en santé.

6 Enfin, la dernière raison pour laquelle je vous engage vivement à diversifier vos compétences, c'est que le paysage politique dentaire actuel tire la qualité des soins vers le bas et que cela est dramatique pour la santé dentaire, en particulier mais surtout, pour la santé générale de la population.

On se retrouve dans une situation sanitaire étrange. Certains patients vont vers les centres de soins affiliés ou les cliniques des pays de l'Est car ils pensent qu'ils auront les mêmes soins, moins chers que dans un cabinet indépendant. Quand ça ne se passe pas comme ils l'espéraient, ils ne retournent pas spontanément vers leur ancien dentiste. Ils vont chercher des réponses sur internet et ils apprennent que les dents sont plus importantes que ce qu'ils imaginaient…
Ils retournent alors voir leur dentiste avec de nouvelles interrogations :
- Je ne veux plus de mercure dans mes dents.
- Est-ce qu'il y a du bisphénol A dans les résines que vous mettez dans les dents ?
- L'antibiotique est-il vraiment indispensable ?
Et si le patient ne se sent pas écouté ni compris, il ira chercher un autre dentiste qui lui proposera des traitements plus naturels et bio compatibles. Un dentiste qui pose un regard différent sur les dents de ses patients.

Les adresses, bien que rares, circulent vite. Les cabinets de dentisterie holistique sont débordés et ne peuvent plus prendre soins de nouveaux patients.

Nous sommes donc à une période charnière où il faut prendre les chalenges comme des opportunités de transformations positives ! Le train des chirurgiens-dentistes du XXI° siècle est déjà en marche et de nombreuses places vous attendent en première classe !
Mais ne croyez pas que ce soit une médecine de riches, bien au contraire. Par contre, c'est une médecine de choix et ça, ce n'est que du bonheur… Encore faut-il y être préparé !

N'attendez plus, formez-vous aux médecines alternatives et complémentaires, à la dentisterie holistique et biocompatible.

Dr Catherine Rossi

Des alternatives aux antibiotiques
bientôt nécessaires

La résistance bactérienne aux antibiotiques est un grave problème de santé publique. Et c'est un problème mondial qui ne cesse de progresser.

Dès l'utilisation des antibiotiques dans les années 1940, des antibiorésistances ont été identifiées. Alexander Fleming avait lancé un avertissement dans un article du New York Times en 1945, craignant que le mauvais usage de la pénicilline entraine la sélection et la propagation de formes mutantes de bactéries résistantes au médicament.
Mais de nouveaux antibiotiques étant régulièrement découverts à ce moment-là, cette antibiorésistance n'a alors pas été prise en compte.

Selon l'OMS (rapport de novembre 2015), « *la résistance aux antibiotiques atteint désormais des proportions dangereuses dans toutes les régions du monde. Chaque jour, de nouveaux mécanismes de résistance voient le jour et se propagent à l'échelle mondiale, compromettant notre capacité de traiter les maladies infectieuses les plus courantes* ».

La résistance aux antibiotiques résulte d'une évolution par sélection naturelle. Certaines bactéries présentent une mutation leur permettant de survivre au traitement et elles se reproduisent en transmettant à leur descendance leurs gènes de résistance, produisant rapidement une génération de bactéries résistantes.
La résistance aux antibiotiques est à l'origine d'hospitalisations prolongées et entraine une augmentation de dépenses médicales et de mortalité.

Aujourd'hui, les pathogènes les plus résistants sont staphylococcus aureus, enterococcus faecium, escherichia coli et mycobacterium tuberculosis notamment.
L'antibiorésistance est un phénomène inéluctable. Il est accéléré par l'usage abusif et excessif des antibiotiques, mais aussi par de mauvaises pratiques de prévention et de lutte contre l'infection.
La généralisation d'une résistance au sein d'une population de bactéries s'explique souvent par une exposition prolongée de cette population à l'antibiotique.

L'utilisation abusive ou inappropriée de médicaments antibiotiques en médecine humaine est en cause. Mais également l'utilisation de grandes quantités d'antibiotiques dans l'alimentation animale et dans l'agriculture pour l'action thérapeutique et prophylactique, mais aussi comme facteur de croissance et

de gain de masse corporelle. Et cette cause d'antibiorésistance est passée longtemps inaperçue.

Selon les recommandations de l'OMS, parmi les changements de comportement nécessaires à la diminution des antibiorésistances, figurent notamment la réduction de la propagation des infections par la vaccination, le lavage des mains, une bonne hygiène alimentaire, et bien sûr, une prescription adéquate des antibiotiques et la bonne observance de la prescription par le patient.

Des stratégies thérapeutiques sont à l'étude : investissement dans la recherche de nouveaux antibiotiques ; recherche d'un inhibiteur de l'action des enzymes bêta-lactamases produites par certaines bactéries les rendant résistantes aux bêta- lactamines ; développement de thérapie « antivirulence » avec pour objectif non pas de tuer la bactérie, mais de bloquer les systèmes qui la rendent pathogène pour l'homme ou encore la phagothérapie qui consiste à éliminer la bactérie grâce à des phages, mais là, tout reste à faire….

Par ailleurs, en alternative aux antibiotiques, l'utilisation des huiles essentielles est peut-être l'avenir.

Une huile essentielle (HE) est un liquide très complexe obtenu par distillation par entrainement à la vapeur d'eau de plantes aromatiques. L'HE est composée de dizaines de molécules avec une ou plusieurs molécules majoritaires qui lui confère ses propriétés. Dans la nature, l'huile essentielle appartient au métabolisme secondaire de la plante et lui permet de cicatriser, communiquer, s'adapter, se protéger…
C'est le système immunitaire de la plante externalisé et mis à la disposition de la santé humaine.

Les HE sont très concentrées en principes actifs. Selon leur composition chimique, les huiles essentielles ont des propriétés antibactériennes, antivirales, antimycosiques, antiparasitaires, mais aussi antiinflammatoires,…etc. Une huile essentielle peut avoir plusieurs propriétés thérapeutiques.
L'activité antibactérienne est l'activité des HE la mieux étudiée d'un point de vue scientifique et la plus utilisée. Toutes les huiles essentielles ont une activité antibactérienne, plus ou moins importante. L'aromathérapeute possède le moyen d'exploiter au maximum les propriétés anti-infectieuses des huiles essentielles grâce aux aromatogrammes. L'aromatogramme est un examen de laboratoire analogue dans son principe à celui de l'antibiogramme. Il permet de tester le pouvoir bactéricide des HE vis à vis d'un germe issu d'un prélèvement réalisé sur un patient à traiter.

Les molécules des HE les plus antibactériennes sont par ordre décroissant :

- **Les aldéhydes cinnamiques ou cinnamaldéhydes ou aldéhydes aromatiques :**
Ce sont des molécules à large spectre, des antibactériennes puissantes. Exemple : HE de cannelle Ceylan écorce, HE de cannelle de Chine. Attention, elles sont très dermocaustiques.

- **Les phénols :**
Ce sont des molécules à larges spectres également. Parmi les phénols, il existe 3 molécules plus importantes d'activité antibactérienne décroissante :
- Carvacrol : molécule présente dans l'HE d'Origan compact, et dans l'HE de sarriette des montagnes.

- Thymol : molécule présente dans l'HE de thym à thymol et dans l'HE d'ajowan.
- Eugénol: molécule présente dans l'HE de giroflier, l'HE de Cannelle Ceylan feuille

Attention, elles sont dermocaustiques. (la moins dermocaustique étant la molécule d'eugénol) et hépatotoxiques prises à fortes doses et sur de longues durées.

■ **Les monoterpénols ou alcools terpéniques :**
Ces molécules sont présentes dans l'HE de ravintsara (terpineol) ,l' HE palmarosa,(geraniol) l'HE de thym à thujanol(thujanol) ,l' HE teatree (4-terpineol), l'HE de menthe poivrée(menthol)
Ces monoterpénols ont une activité anti-infectieuse légèrement plus faible que les phénols, mais aussi une toxicité plus faible, notamment vis à vis de la peau et des muqueuses.

La grande complexité des composants chimiques dans les HE rend extrêmement difficile le développement de résistance, contrairement aux antibiotiques qui sont composés souvent d'une seule molécule.
Les HE sont eubiotiques, c'est- à dire qu'elles favorisent tous les processus vitaux et biologiques et de ce fait vont dans le sens d'une réharmonisation et d'un rééquilibrage de l'ensemble des systèmes.
Elles sont également bifidogènes, c'est-à-dire qu'elles favorisent la multiplication des bactéries bénéfiques, contrairement aux antibiotiques qui détruisent toute la flore bactérienne.
Elles peuvent être utilisées seules ou en synergie, c'est-à-dire en combinant plusieurs HE pour potentialiser ou compléter l'action thérapeutique.
C'est important de bien savoir les doser, sur quelle durée les utiliser et de quelle manière les administrer. Et, c'est nécessaire également de connaître les contre-indications et les précautions à prendre. Certaines sont déconseillées chez la femme enceinte et l'enfant en dessous de 6 ans.

Les plantes ont longtemps été utilisées comme remède, puis reléguées au second plan par les molécules de synthèse de l'industrie pharmaceutique.
Pourtant, il est grand temps de se réapproprier tous ces remèdes notamment pour la prévention, soit en phytothérapie, soit en aromathérapie.

Et, en cas de maladie avérée, nous pouvons les utiliser en traitement initial ou si cela n'est pas suffisant, en complément de l'allopathie, pour soutenir l'immunité notamment. Par exemple, les HE contenant des phénols et celles avec des aldéhydes aromatiques sont immuno modulantes en phase aigüe (en traitements courts). Les HE contenants des monoterpénols sont immuno modulantes en traitement de fond.

Allopathie, phytothérapie et aromathérapie peuvent faire bon ménage et le praticien peut puiser dans l'une ou l'autre ou les combiner pour avoir le remède le plus efficace avec le moins d'effets secondaires.
Mais pour cela, il faut se former pour prescrire à bon escient.

Dr Nicole Vinot

Sources :
Cours du DU de phytothérapie-aromathérapie du Dr Aude Maillard, faculté de Tours, année 2014-2015
Michel Faucon : Traité d'aromathérapie scientifique et médicale
P. Franchomme R Gallois D Pénoël : l'aromathérapie exactement
OMS résistance aux antibiotiques aide-mémoire nov 2015
Inserm : résistance aux antibiotiques. Dossier en collaboration avec le Pr L. Gutmann. Mai 2013.

Un petit zoom sur le clou de girofle et l'HE de giroflier :

Le giroflier ou eugénia caryophyllata (synonymes : eugénia caryophyllus, syzygium aromaticum) est un arbre de la famille des myrtaceae, originaire de Madagascar, La Réunion et les Antilles. Il est très cultivé en Indonésie, en Tanzanie et à Madagascar.

Les boutons floraux sont récoltés et mis à sécher pour obtenir les clous de girofle. On en récolte 3 à 4 kgs par arbre, par an, pendant plus de 25 ans. C'est une épice très appréciée pour ses qualités alimentaires, mais aussi antiseptiques.

Les clous de girofles sont aussi utilisés en médecine dentaire et pour la synthèse de la vanilline, après distillation et obtention de la molécule d'eugénol contenue dans l'HE.

Le rendement est très bon, ce qui explique le coût peu élevé de l'eugénol. Un kg de clous de girofle donne 150 ml d'HE après 16 à 18 heures de distillation. (par comparaison, il faut 100 kgs de sommités fleuries de lavande aspic pour obtenir moins de 700 ml d'HE ou autre exemple, 5 tonnes de pétales de rose de Damas pour avoir 1 L d'HE).

L'HE de clou de girofle contient environ 83% d'eugénol, mais aussi environ 10% d' esters, 5% de sesquiterpènes et des cétones, des oxydes, des monoterpènes, des monoterpénols, des sesquiterpénols et des aldéhydes) toutes ces molécules confèrent à l'HE de girofle les propriétés suivantes :
• antiinfectieuse +++,
• antibactérienne à large spectre,
• antivirale +++,
• antifongique ++,
• antiparasitaire++,
• stimulante générale +++,
• neurotonique, utérotonique, hypertensive, aphrodisiaque légère, cautérisante cutanée et pulpaire.

L'HE de clou de girofle, par sa composition chimique complexe a plus de propriétés thérapeutiques que la molécule d'eugénol seule utilisée couramment en médecine dentaire.

DES QUESTIONS, DES DEMANDES, CONTACTEZ-NOUS !

SIÈGE SOCIAL
SFCD
22 rue de la Grande Armée
75017 Paris
Tél : 05 81 02 41 93
E mail : sfcd@sfcd.fr

SERVICE JURIDIQUE
Sylvie Ratier
sylvie.ratier@sfcd.fr

FFCD FORMATIONS
Secrétariat de direction :
Lemya Nadia
ffcd.contact1@gmail.com
Inscriptions :
Muriel Gayrard
ffcd.secretariat@gmail.com

ADHÉSION, INCRIPTION, CONTACT
Muriel Gayrard
Tél : 05 81 02 41 93
muriel.gayrard@sfcd.fr
Inscription en ligne sur : sfcd.fr

RELATIONS PRESSE
Magali Fau-Jurado
magali.fau@sfcd.fr

RETROUVEZ-NOUS SUR TWITTER ET FACEBOOK

sfcd.fr

En 2020 vous voulez...

Défendre
votre profession

Protéger
vos patients

Préserver
la santé bucco-dentaire
et la qualité des soins

Renforcer
l'égalite Hommes - Femmes

...Alors

REJOIGNEZ-NOUS !

Adhérez ! sfcd.fr

sfcd
SYNDICAT DES FEMMES CHIRURGIENS DENTISTES