

Éditorial

**Chères lectrices,
chers lecteurs,**

Depuis que le Conseil fédéral a déclaré la situation extraordinaire, rien n'est plus comme avant. Ce coronavirus d'un genre nouveau bouleverse nos vies et nous amène à imprimer un numéro spécial de notre bulletin. Nous ignorons quelle sera l'évolution de la pandémie et quelle sera la situation lorsque vous le lirez.

Les mesures instaurées pour la protection de la population ont de sévères conséquences pour beaucoup de monde et, notamment pour des milliers de thérapeutes qui ont dû fermer entièrement ou partiellement leur cabinet. Ils craignent pour leur existence. Bien que le Conseil fédéral ait édicté un ensemble de mesures immédiates pour l'économie, tout le monde n'a pas droit à un soutien financier. Avec d'autres associations faitières, j'ai demandé au Conseil fédéral, au nom de la Fedmedcom, de combler rapidement

« La médecine complémentaire a une grande expérience en matière de prévention et de traitement des maladies infectieuses. »

les lacunes légales en la matière. Tous les naturopathes et thérapeutes concernés doivent pouvoir obtenir des allocations pour pertes de gain.

La demande en médicaments végétaux a explosé depuis le début de la pandémie. Nous voulons répondre à cette évolution et montrer les possibilités offertes par les méthodes naturelles. La médecine complémentaire a une grande expérience en matière de prévention et de traitement des maladies infectieuses. Nous devons exploiter ce savoir pour une médecine d'avenir intégrative et holistique. Vous trouvez d'autres articles sur le sujet sur notre site www.millefolia.ch.

Je vous souhaite une bonne santé



Edith Graf-Litscher
présidente Fedmedcom
conseillère nationale



Entrevue avec la doctoresse Jana Siroka

Médecine intégrative et maladies infectieuses

La médecin urgentiste Jana Siroka parle du Covid-19 et de la médecine complémentaire.

Docteur, vous êtes spécialiste en médecine interne et en médecine intensive. Vous avez complété votre cursus avec la médecine élargie par l'anthroposophie. En quoi votre activité médicale se différencie-t-elle de celle de vos collègues sans formation en médecine complémentaire ?

Jana Siroka: Grâce à mon expérience en médecine intensive, je sais ce que signifie traiter un patient ayant une infection sévère des voies respiratoires. Je sais ce que cela implique en engagement et en ressources personnelles. Je peux me faire une bonne idée des conditions dans les hôpitaux d'Italie du Nord.

Ma formation complémentaire anthroposophique m'amène à voir mes patientes et mes patients dans leur globalité avec leurs aspects physiques, psychiques et mentaux. La perspective holistique aide aussi pour des patients en crise, dans les entretiens avec des proches ou dans l'accompagnement d'un mourant. Ici, dans la clinique d'urgence, j'établis sur demande des ordonnances pour des médicaments complémentaires à l'intention des patientes et des patients qui rentrent à la maison. C'est en général très apprécié.

L'UNION des sociétés suisses de médecine complémentaire propose d'intégrer la médecine complémen-

taire dans la lutte contre la pandémie. Pourquoi ?

J'aime bien utiliser le terme de « médecine intégrative », parce qu'il indique la jonction des approches des médecines dites conventionnelles et complémentaires. La médecine intégrative met l'accent sur le renforcement du système immunitaire en cas de maladies infectieuses. Pour pouvoir combattre efficacement des agents pathogènes tels des virus ou des bactéries, le ou la patiente doit avoir un système immunitaire qui fonctionne bien. Les approches globales de la médecine intégrative visent à fortifier tous les aspects de la personne et à stimuler les forces d'auto-guérison. C'est pourquoi, je suis d'avis que les concepts

thérapeutiques de la médecine intégrative peuvent être appliqués aussi pour des maladies telles que celles que nous vivons actuellement dans le cadre de la pandémie.

Que faut-il faire si l'on est infecté et qu'on présente des symptômes tels qu'une toux sèche, des maux de gorge, un souffle court ou de la fièvre ?

Il est très important de suivre les consignes de l'Office fédéral de la santé publique. Notamment celles de la quarantaine volontaire. En cas de symptômes, il faut impérativement rester à la maison et consulter un médecin selon leur gravité.

Il est conseillé à toute personne qui est à la maison et présente les symptômes d'une infection d'adopter des mesures usuelles : suffisamment de sommeil, rester au chaud, beaucoup boire, surtout des boissons chaudes comme du thé au gingembre ou au citron. Les substances nocives, telles la nicotine, l'alcool et le sucre en trop grande quantité, sont à proscrire. Il est possible d'accompagner ces mesures de la prise de médicaments de médecine complémentaire. Toutes les branches médicales - la phytothérapie, la médecine traditionnelle chinoise, l'homéopathie et la médecine élargie par l'anthroposophie - ont des médicaments servant à renforcer la vitalité.

On a entendu des déclarations contradictoires sur les médicaments fébrifuges comme, par exemple, l'ibuprofène. De tels médicaments peuvent-ils avoir une incidence défavorable sur le cours d'une maladie infectieuse ?

La fièvre est un important mécanisme de défense en cas d'infection. La science est unanime sur ce point. La fièvre stimule le système immunitaire, les virus se multiplient plus difficilement dans le corps,

certaines bactéries ne peuvent pas survivre à des températures élevées. Des études montrent que, même aux soins intensifs, il ne sert à rien de baisser la fièvre en cas d'infection : le taux de mortalité n'en est pas diminué. Il n'existe, pour l'heure, pas encore assez de données solides sur le Covid-19 pour pouvoir affirmer quoi que ce soit à ce propos.

Si la maladie évolue sans complication, p.ex., à la maison à l'isolement, personnellement j'hésiterais à faire baisser la fièvre en cas d'infection. Si l'on ne se sent pas trop mal, il vaudrait mieux user de remèdes de

grand-mère comme des compresses d'eau froide citronnée sur les mollets.

Que recommandez-vous à toutes les personnes en bonne santé ? Comment peut-on fortifier son système immunitaire ?

Les mesures usuelles évoquées sont aussi importantes comme prévention. Veillez à dormir suffisamment - mais pas trop non plus. Sept heures de sommeil paraissent être une bonne durée. Il est très important que vous bougiez régulièrement et fassiez une bonne réserve de lumière et de soleil à

l'air frais. Ayez une alimentation saine et équilibrée. Les substances amères (chicorée, artichauts, thé amer, etc.) dans l'alimentation stimulent les cils vibratiles du poumon.

Une personne en bonne santé peut aussi prendre prophylactiquement des médicaments complémentaires ou végétaux. Il faut savoir aussi que tout ce qui nous angoisse affaiblit notre système immunitaire et que tout ce qui nous fait plaisir a un impact positif sur nos capacités de résistance

Interview : Isabelle Zimmermann



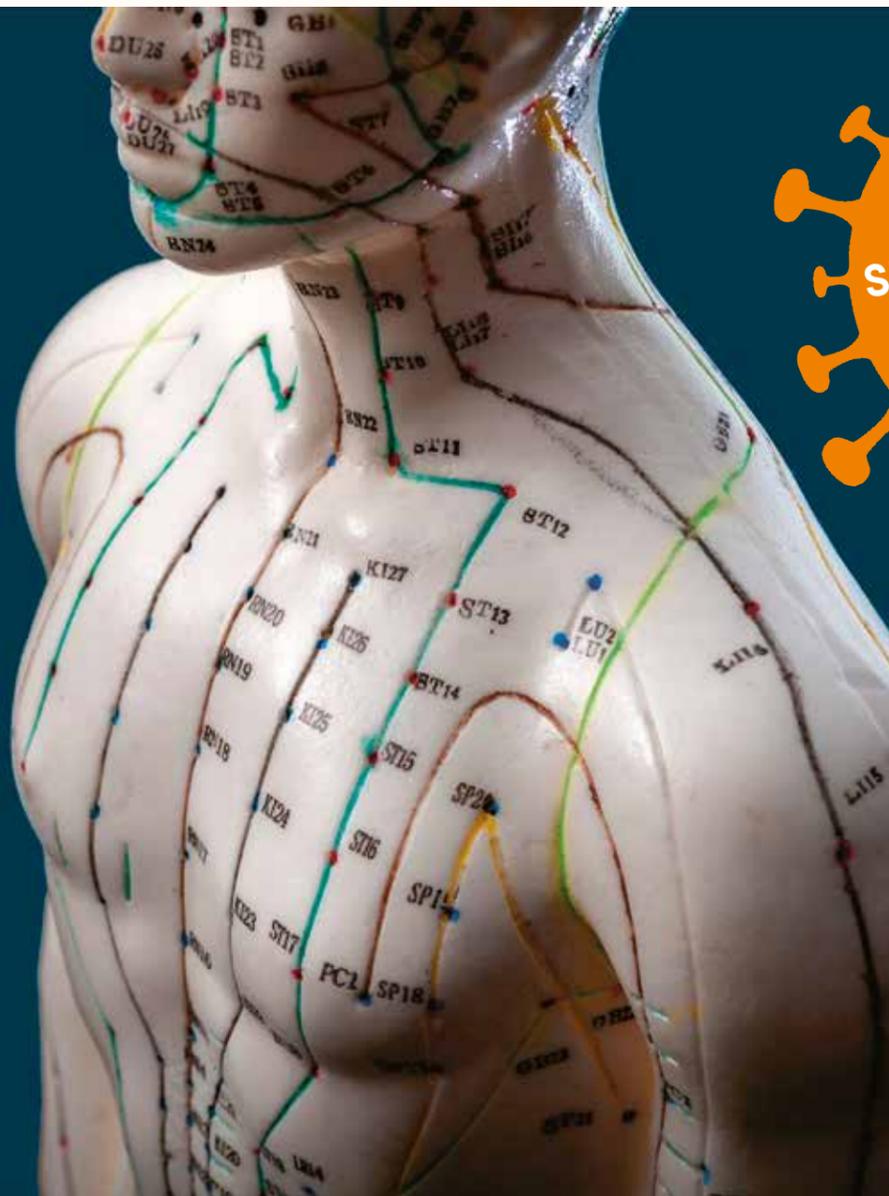
« Si la maladie évolue sans complication, par exemple, à la maison à l'isolement, personnellement j'hésiterais à faire baisser la fièvre en cas d'infection. »

D^{re} Jana Siroka

D^{re} Jana Siroka

La doctresse Jana Siroka est spécialiste en médecine interne et médecine intensive. Elle a également un certificat de capacité en médecine élargie par l'anthroposophie. Elle travaille actuellement comme cheffe de clinique dans un centre d'urgence de Zurich. Elle rejoindra prochainement la clinique intégrative d'Arlesheim pour y créer une unité de soins intermédiaires (entre les soins intensifs et l'unité normale) et en prendre la direction avec celle des urgences. D^{re} Jana Siroka est également présidente de la section zuricoise de l'association suisse des médecins-assistant(e)s et chef(fe)s de clinique (ASMAC).

« La médecine complémentaire offre des mesures variées d'accompagnement individuel, qui peuvent faire l'affaire en ce moment. »



Sur notre portail millefolia.ch, vous trouvez toutes les dernières contributions et des informations complémentaires sur le coronavirus et le Covid-19.

www.millefolia.ch/fr/corona/

Mesures à prendre en cas de maladies infectieuses

La Fédération de la médecine complémentaire souligne que les méthodes naturelles sont en général appropriées pour renforcer le système immunitaire et traiter les maladies infectieuses. Elle met en garde contre les promesses fallacieuses de guérison.

La demande en thérapies et médicaments de médecine complémentaire a explosé depuis le début de la crise. La Fédération de la médecine complémentaire souligne que les méthodes naturelles permettant de renforcer le système immunitaire et de traiter les maladies infectieuses sont en général appropriées. En même temps, elle met en garde contre les promesses fallacieuses de guérison.

Il n'existe pour l'heure aucune thérapie standard contre le Covid-19. La Fédération de la médecine complémentaire recommande de respecter impérativement les prescriptions du Conseil fédéral et de s'adresser à un spécialiste ayant une formation reconnue en médecine complémentaire pour en connaître les possibilités et les limites.

Recommandations de traitement du point de vue de la médecine complémentaire

1. Mesures préventives

Pour renforcer le système immunitaire et mieux se protéger d'une infection virale des voies respiratoires, il est recommandé d'avoir un style de vie sain avec suffisamment de sommeil, de mouvement et une alimentation saine, et de le compléter pendant un certain temps par la prise d'un médicament phytothérapique et de médecine complémentaire. Des exercices de thérapie respiratoire, de yoga, de kinésiologie ou d'autres thérapies complémentaires peuvent aussi s'avérer aidants.

2. Mesures en cas de symptômes d'infection

En cas de suspicion, restez à la maison. Appelez votre médecin de famille ou le spécialiste médical de votre choix. Si des doutes persistent, il est aussi possible de contacter la hotline de l'OFSP (058 463 00 00) ou un hôpital de votre région.

Les symptômes provoqués par le coronavirus Sars-CoV-2 sont comparables, chez une grande majorité des personnes atteintes, à ceux d'une grippe. Des médicaments de médecine complémentaire et de phytothérapie ayant une action antivirale avérée peuvent influencer favorablement le cours de la maladie. Les études scientifiques sur l'action de certains médicaments dans le traitement des symptômes du Covid-19 manquent jusqu'à présent. Il est donc recommandé de faire appel à des spécialistes.

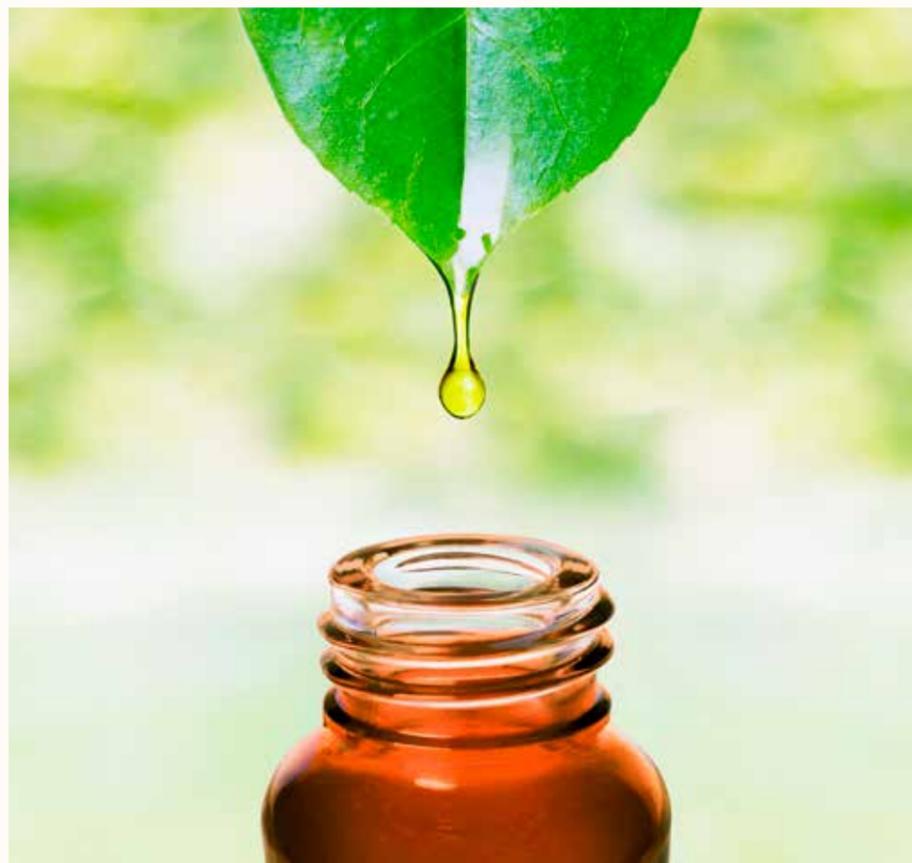
3. Comportement en cas de fièvre

« La fièvre active le système immunitaire, les virus se multiplient plus difficilement dans le corps, certaines bactéries ne peuvent pas survivre à des températures élevées », écrit l'Union des sociétés suisses de médecine complémentaire. Elle recommande de renoncer à tout médicament fébrifuge, si l'état général le permet. Cette pratique appliquée depuis des décennies par la médecine complémentaire est désormais aussi reconnue par la médecine conventionnelle. Si la fièvre persiste pendant plusieurs jours ou en cas d'apparition de difficultés respiratoires ou d'une péjoration de l'état général, une consultation médicale est nécessaire pour déterminer l'origine de la fièvre.

4. La médecine complémentaire à l'hôpital

Il est possible d'utiliser des méthodes intégratives de traitement pour tous les patients qui ne sont pas intubés et sous respirateur artificiel. Les hôpitaux qui proposent des concepts de traitement intégratif sont cependant encore peu nombreux.

Plus grande clinique privée de BL, la clinique d'Arlesheim fait partie de l'état-major de crise cantonal et est prévue comme hôpital de traitement du Covid si les capacités de l'hôpital de Bruderholz venaient à ne plus suffire. La clinique



d'Arlesheim participe, avec de grandes cliniques intégratives allemandes, à l'élaboration d'un concept de traitement intégratif qui pourra servir au traitement de patients atteints du Covid. Le concept thérapeutique applique les standards de médecine conventionnelle et les complète avec des médicaments de médecine complémentaire ainsi que des applications et thérapies externes ; les cliniques de médecine intégrative ont, en effet, une grande expérience en matière de traitement des infections et pneumonies virales, et peuvent ainsi apporter une réponse différenciée à différentes phases de la maladie.

Prise de position

Les approches de médecine complémentaire et les traitements traditionnels recèlent un très grand potentiel, parce qu'ils sont holistiques et visent à renforcer les forces d'auto-guérison. Ce potentiel doit impérativement être mieux pris en compte et utilisé dans la collaboration interdisciplinaire et interprofessionnelle, tout comme il doit être mieux étudié à l'avenir. En vue d'une meilleure maîtrise des maladies infectieuses, la Fédération de la médecine complémentaire propose la mise en œuvre des mesures suivantes :

1. Des moyens financiers de recherche pour mieux étudier scientifiquement l'apport de la médecine complémentaire en matière de renforcement du système immunitaire et de lutte contre les virus.
2. L'intégration dans les hôpitaux d'offres de médecine complémentaire.
3. La possibilité de commander et de livrer à domicile des médicaments en vente libre avec consultation personnelle préalable d'un pharmacien ou droguiste par téléphone ou vidéo-conférence.
4. Une procédure non-bureaucratique de dédommagement par les assureurs pour les consultations téléphoniques et les vidéo-conférences des médecins et thérapeutes.
5. L'inclusion d'expertes et experts de médecine complémentaire dans des commissions de prévention et de suivi des épidémies/pandémies.

« Restez à la maison et gardez la distance. Mais conservez le contact avec votre famille et vos amis par téléphone ou vidéoconférence. »

Edith Graf-Litscher, présidente Fedmedcom, conseillère nationale



Engagement

Nous nous battons pour la reconnaissance de la médecine complémentaire!

La Fédération de la médecine complémentaire est un mouvement citoyen soucieux de prolonger le succès historique de la votation populaire du 17 mai 2009. N'étant financés par aucune puissante industrie pharmaceutique, nous sommes d'autant plus tributaires de vos dons. La médecine complémentaire a besoin d'une voix forte. Votre soutien nous permet de nous engager pour une meilleure intégration des méthodes de médecine complémentaire dans le système de santé suisse.

Un grand merci de votre don!

Votre contribution nous permet de défendre, auprès de la Confédération et des cantons, les intérêts des patientes et des patients qui souhaitent des traitements de médecine complémentaire.

IBAN du CCP :
CH87 0900 0000 7009 0700 0

Aide-mémoire

Souhaitez-vous coucher la Fédération de la médecine complémentaire sur votre testament?

La Fedmedcom est tributaire de dons et de legs pour accomplir son travail. C'est la raison pour laquelle nous avons rédigé un aide-mémoire « Testament ». Vous y trouverez des réponses aux principales questions sur le sujet; vous apprendrez à quoi faire attention si vous voulez consigner vos dernières volontés. Nous vous envoyons volontiers cet aide-mémoire gratuitement. Vous pouvez prendre contact sans engagement et en toute confidentialité.



Le portail suisse d'informations sur la médecine complémentaire
www.millefolia.ch/fr

Le comité de la Fedmedcom et le coronavirus

Tirer mieux parti du potentiel de la médecine complémentaire



Heidi Schönenberger
déléguée de l'Organisation du monde du travail de la médecine alternative OrTra MA

« La pandémie de coronavirus soulève des questions et déclenche des peurs qui peuvent se répercuter sur la santé. Nous vous accompagnons et vous aidons en ces temps difficiles, même si un traitement corporel en cabinet n'est possible que de manière très limitée. Fixez une consultation par téléphone ou vidéo avec votre naturopathe. »



Christian U. Vogel
délégué de l'Organisation du monde du travail en thérapie complémentaire OrTra TC

« Les thérapies complémentaires travaillent avec des contacts physiques; le Conseil fédéral les a interdits provisoirement. Des milliers de thérapeutes doivent fermer leur cabinet et ne peuvent proposer un accompagnement par téléphone qu'en cas d'urgence. Nous nous battons aux côtés des associations professionnelles pour que les thérapeutes puissent être indemnisés par la Confédération et assurer leur existence. »



D^{re} Gisela Etter
présidente de l'Union des sociétés suisses de médecine complémentaire

« Nous, les médecins au bénéfice d'une formation additionnelle en médecine complémentaire, sommes volontiers à votre disposition pour vous prendre en charge selon les règles actuellement en vigueur pour les cabinets. La médecine complémentaire a une longue expérience de support au système immunitaire et peut aussi aider en cas de surcharge émotionnelle. »



Dr. Lukas Rist
directeur d'integrative-kliniken.ch

« Plus grande clinique privée de BL, la clinique d'Arlesheim fait partie de l'état-major de crise cantonal et est prévue comme hôpital de traitement du Covid si les capacités de l'hôpital de Bruderholz en venaient à ne plus suffire. Avec d'autres hôpitaux de médecine intégrative en Suisse et à l'étranger, elle élabore un concept de traitement intégratif qui pourra servir au traitement de patients atteints du Covid et qui ne sont pas sous respirateurs artificiels. Celui-ci pourra au besoin être mis à disposition d'autres hôpitaux. »



Elisabeth von Grünigen-Huber
responsable politique et branche Association suisse des droguistes ASD

« Nous, droguistes, sommes qualifiés pour conseiller individuellement les clientes et les clients. Nos connaissances professionnelles très étendues nous permettent de présenter les différentes possibilités. »



Dr. Herbert Schwabl
président de l'Association suisse pour les produits thérapeutiques de médecine complémentaire

« Il est prouvé que les agents actifs de médecine complémentaire et végétaux peuvent renforcer nos capacités de résistance. Il existe de nombreux médicaments naturels fabriqués en Suisse qui font leurs preuves dans de telles périodes de crise. Que ce soit à la maison, au travail, au télétravail ou en quarantaine, les médicaments naturels peuvent vous aider. Votre médecin, votre thérapeute et les professionnels des pharmacies et drogueries vous conseilleront volontiers. »

Associations membres anthrosana - Association pour une médecine élargie par l'anthroposophie | Association suisse des droguistes ASD | Association suisse pour les médicaments de la médecine complémentaire ASMC | Association vétérinaire suisse pour les médecines alternatives et complémentaires | cliniques-integratives.ch | Förderverein Anthroposophische Medizin | Infirmières spécialisées en médecines alternatives et complémentaires ISMAC | Organisation du monde du travail de la médecine alternative OrTraMA | Organisation du monde du travail en thérapie complémentaire OrTra TC | Schweizerische Gesellschaft für Ganzheitliche ZahnMedizin SGZM | Société pharmaceutique suisse de médecine complémentaire et phytothérapie SP MCPPhyto | UNION des sociétés suisses de médecine complémentaire | vitaswiss

Bienfaiteurs Alpinamed SA | Alpinia Laudanum Institute of Phytopharmaceutical Sciences AG | ASCA Fondation suisse pour les médecines complémentaires | Association de Massage Rythmique Suisse AMRS | Association suisse Kneipp | Berufsverband der TierheilpraktikerInnen Schweiz BTS | Biologische Heilmittel Heel Sàrl | Biomed SA | Bio-Medica Basel | Boiron SA | Ceres Heilmittel SA | Clinique Arlesheim | Dr. Noyer SA | Dr. Noyer AG / fonds de promotion MTC | ebi-pharm ag | EGK-Caisse de santé | EnergyBalance SA | Foederatio Phytotherapica Helvetica | Hamasil Stiftung | Hänseler SA | Heidak SA | Herbamed SA | Homéopathie Suisse | Iscador SA | Laboratoire homéopathique J. Reboh et fils SA | Maharishi Ayurveda Products | Max Zeller Söhne SA | NHK - Institut für integrative Naturheilkunde | NVS Association suisse en naturopathie | Padma SA | Paramed SA | Phytomed SA | Phytopharma SA | Regena SA | Regumed Regulative Medizintechnik Sàrl | Samuel Hahnemann Schule Sàrl | Schwabe Pharma SA | Similasan SA | Spagyros SA | Stiftung Sokrates | St. Peter Apotheke | Swiss Mountain Clinic SA | Verfora AG | WALA SA | Weleda SA

Impressum

Fédération de la médecine complémentaire
Amthausgasse 18, 3011 Berne
www.dakomed.ch; courriel : info@dakomed.ch
Ligne rédactionnelle : Walter Stüdeli, Isabelle Zimmermann
Photos : pixabay, shutterstock, Claudia Herzog, mäd
Réalisation : www.bueroz.ch
Impression : Funke Lettershop AG, Zollikofen
facebook.com/millefolia

