Le spasmophile et sa famille

QUI EST SPASMOPHILE ?

Il semble qu'il existe plus de femmes spasmophiles que d'hommes mais ceci demande à être reconsidéré : le nombre de femmes et d'hommes présentant les caractéristiques du terrain spasmophile est identique, par contre il y a plus de femmes qui décompensent (3 personnes sur 4), on peut admettre également qu'elles consultent plus facilement.

On soupçonne en outre le rôle favorisant des *contraceptifs*. À ce titre il est préférable que les femmes reconnues spasmophiles après examen médical s'abstiennent de prendre la pilule et aient recours éventuellement à un autre moyen de contraception.

Il n'y a pas d'âge pour la spasmophilie. Des enfants aux personnes âgées, tout le monde peut un jour avoir des crises. Chez les enfants on peut attribuer à la spasmophilie certains cas de *convulsions*, de troubles du comportement, *d'insomnie, d'énurésie*. On ne peut pas parler d'une *hérédité* spasmophile mais si les parents sont anxieux, il est bien certain que, sur une personnalité fragile, les symptômes apparaîtront plus facilement.

DIAGNOSTIC OU REFUGE ?

On inquiète parfois les personnes qui souffrent de troubles mal étiquetés en leur faisant croire que les médecins ne savent pas diagnostiquer la spasmophilie. Si la maladie est « nouvelle » pour le public elle ne l'est pas pour les médecins qui la connaissent depuis 1874 et s'y intéressent plus particulièrement depuis 1950.

Ils savent reconnaître la spasmophilie quand elle existe. À l'opposé ils n'admettent pas de la transformer en « sac poubelle », en fourre-tout dans lequel ils enfermeraient les patients sans diagnostic. Ne fait pas une spasmophilie qui veut.

LA VIE DE TOUS LES JOURS

Certains spasmophiles non diagnostiqués et non traités se replient sur eux-mêmes et sur leur maladie. La peur de faire des crises en public leur fait perdre confiance en eux, et parfois même les empêche de quitter leur domicile.

En fait ils peuvent et doivent, grâce au traitement approprié, mener une vie normale. Bien sûr il leur faut éviter le stress dans la mesure du possible, ou plutôt s'y aguerrir, puisque le stress fait partie de notre vie quotidienne.

La *nourriture* doit être variée, ce qui suffit à apporter la quantité nécessaire de calcium et de magnésium. Le *calcium* est particulièrement présent dans le fromage et les produits à base de lait. Il y a 1200 mg de calcium par litre de lait, 150 mg dans 100 g de camembert, alors qu'un adulte a besoin d'un gramme de calcium par jour. Il lui faut également 250 mg de magnésium par jour. Les aliments les plus riches en magnésium sont les céréales entières, les fruits secs et le chocolat. À propos de ce dernier, il est possible que certaines passions pour le chocolat s'expliquent par son action sédative sur le terrain spasmophile…

AIDER SANS JUGER

L'attitude de la famille, et de l'entourage en général, est très importante. Le patient n'est pas un simulateur ou un hystérique, il est véritablement malade, quoique ses troubles ne présentent aucun caractère de gravité. S'il ne contrôle pas ses crises, c'est qu'il ne peut faire autrement. Il faut l'aider à se reprendre.

La bonne attitude de la famille est à mi-chemin entre l'assistance et le désintérêt. Aidez sans juger, même si les crises sont spectaculaires, ou si les symptômes associés n'ont pas l'air de vouloir cesser rapidement. Et naturellement : orientez le patient vers un médecin homéopathe.

LE TRAITEMENT DE LA CRISE

En cas de crise, l'homéopathie suffit le plus souvent. L'allopathie aura son utilité si les circonstances le nécessitent : la tétanie peut être jugulée par une injection intraveineuse de calcium (même si le calcium sanguin est normal) ou une injection intramusculaire d'un tranquillisant classique.

Une respiration ample et calme, bien maîtrisée, suffit parfois au contrôle de la crise, surtout si on commence dès les premiers symptômes. La relaxation et le yoga seront d'une grande utilité aux personnes entraînées.

Il est également possible de respirer avec un sac de papier ou de plastique devant la bouche. Le gaz carbonique inspiré en excès augmente la quantité d'ions acides et arrête la crise (⊙ voir page 25 ce que nous avons dit sur le déséquilibre « acide-base »).

LE TRAITEMENT DU TERRAIN

Vitamine D et calcium

Le traitement allopathique du terrain spasmophile consiste avant tout en l'administration de vitamine D qui favorise l'absorption intestinale du calcium et la recharge des cellules en calcium.

On peut utiliser le calcium lui-même mais :

- comme nous l'avons dit, le calcium sanguin est généralement normal et l'organisme ne sait pas utiliser l'apport supplémentaire ;
- sa prise au long cours n'est pas sans danger ; il y a en particulier des risques de calculs rénaux et de lésions vasculaires.

S'il est entrepris, le traitement avec la vitamine D et le calcium doit se faire avec des périodes d'interruption, et toujours sous surveillance médicale. En fait il n'est pas indispensable dans la mesure où le traitement homéopathique au long cours joue le même rôle que lui. Il vaut mieux le réserver aux rares cas où le taux sanguin est bas (on prend alors le traitement homéopathique en même temps).

Magnésium

Le magnésium est plus intéressant car il soulage parfois et est toujours sans danger. Il suffit de respecter deux contre-indications : l'insuffisance rénale et les myopathies.

L'homéopathie

Pour le traitement de fond du terrain spasmophile l'homéopathie doit être en première ligne. Elle ne se contente pas de traiter les symptômes apparents, elle s'occupe du patient d'une manière globale. Dès que le terrain spasmophile est diagnostiqué on peut commencer un traitement homéopa-

thique (instauré par un médecin) sans attendre la survenue de crises ou de symptômes gênants[1].

L'homéopathie permet, par le traitement de fond, de faire du spasmophile décompensé un spasmophile latent.

1. Pour vous aider à mieux suivre le traitement prescrit par le médecin homéopathe, nous avons ajouté à la fin de l'ouvrage quelques portraits types des grands médicaments de fond le plus souvent rencontrés chez les patients souffrant de spasmophilie. (› Voir page 85).