

Découverte de l'homéopathie

Avec le Dr Jean-Marc Saillard
médecin généraliste homéopathe
Enseignant au CEDH et CDFH





Mon expérience clinique

- ◆ **Malo a 10 ans se plaint de mal de gorge, il présente une pharyngite rosée, les douleurs sont apaisées en buvant de l'eau froide, streptotest négatif**

Mon expérience clinique

- ◆ **Malo a 10 ans se plaint de mal de gorge, il présente une pharyngite rosée, les douleurs sont apaisées en buvant de l'eau froide, streptotest négatif**
- ◆ **Apis mellifica 15CH**
 - ◆ 5 granules 4 fois par jour à espacer dès amélioration

Quels sont les 3 principes en l'homéopathie ?

- ◆ **A - La similitude, l'individualisation, la dilution infinitésimale & dynamisation**
- ◆ **B - La toxicologie, l'individualisation, la dilution infinitésimale**
- ◆ **C - La similitude, la dilution infinitésimale, l'usage de souches d'origine végétale exclusivement**

QUIZ

Quels sont les 3 principes en l'homéopathie ?

- ◆ **A - La similitude, l'individualisation, la dilution infinitésimale & dynamisation**
- ◆ **B - La toxicologie, l'individualisation, la dilution infinitésimale**
- ◆ **C - La similitude, la dilution infinitésimale, l'usage de souches d'origine végétale exclusivement**

Principe de l'homéopathie : La similitude

La similitude : c'est quoi ?

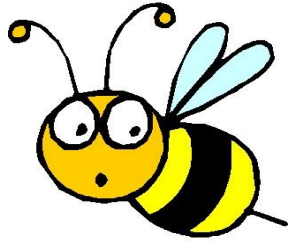
- ◆ **La similitude en homéopathie est le parallélisme entre la toxicité d'une substance et son pouvoir thérapeutique**

La toxicologie

◆ C'est l'étude des effets d'une substance sur des organismes vivants

- ◆ A doses toxiques
- ◆ Qui engendre des symptômes lésionnels :
 - ◆ Identiques pour tous
 - ◆ Fiables et reproductibles
 - ◆ Indépendants de la sensibilité individuelle

La similitude : exemple



- Œdème rosé
- Piquant
- Brûlure
- Amélioré par les applications de froid



- Œdème rosé
- Piquant
- Brûlure
- Amélioré par les applications de froid

Apis mellifica



La similitude : ça sert à quoi ?

- ◆ **La similitude permet de déterminer le médicament homéopathique**

La similitude : application clinique

- ◆ **Enfant surexcité en période de Noël, difficulté d'endormissement avec euphorie**
- ◆ **Ce tableau clinique évoque le médicament :**
 - ◆ **Coffea cruda**
 - ◆ Troubles d'endormissement avec hyperidéation et agitation, dans un contexte d'émotions joyeuses

Quelle est la définition de la similitude ?

- ◆ **A - La similitude est tout sauf le parallélisme entre la toxicité d'une substance et son pouvoir thérapeutique**
- ◆ **B - La similitude est le parallélisme entre la toxicité d'une substance et son pouvoir thérapeutique**
- ◆ **C - La similitude est le parallélisme entre la dilution et dynamisation d'une substance et son pouvoir thérapeutique**

Quelle est la définition de la similitude ?

- ◆ **A - La similitude est tout sauf le parallélisme entre la toxicité d'une substance et son pouvoir thérapeutique**
- ◆ **B - La similitude est le parallélisme entre la toxicité d'une substance et son pouvoir thérapeutique**
- ◆ **C - La similitude est le parallélisme entre la dilution et dynamisation d'une substance et son pouvoir thérapeutique**

Principe de l'homéopathie : médicament dilué dynamisé

Médicament dilué dynamisé : c'est quoi ?

- ◆ L'homéopathie consiste à donner au malade un médicament fabriqué à partir d'une substance d'origine animale, végétale ou minérale, diluée et dynamisée

Médicament dilué dynamisé : c'est quoi ?

- ◆ L'homéopathie consiste à donner au malade un médicament fabriqué à partir d'une substance d'origine animale, végétale ou minérale, diluée et dynamisée
- ◆ Le médicament homéopathique se définit par le nom latin de la substance et sa hauteur de dilution
 - ◆ Arnica montana 9 CH

Le vocabulaire usuel en Homéopathie



Arnica montana
= la souche



Arnica montana 9CH
= le médicament

La fabrication du médicament Homéopathique

Matière première

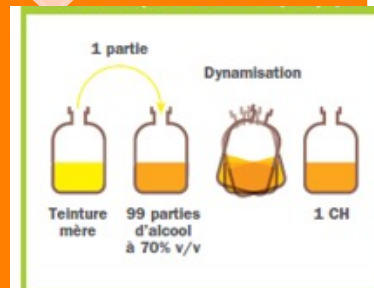


La fabrication du médicament Homéopathique

Teinture mère
(Macération de la matière première dans l'eau et l'alcool)



Dilution/Dynamisation
= substance active



LA DYNAMISATION



Agitation puissante
mécanisée et standardisée
(150 secousses en 7 sec)

La fabrication du médicament Homéopathique



Fabrication des
granules neutres
(sans la substance
active)

La fabrication du médicament Homéopathique

Triple imprégnation
brevetée de la dilution
(=substance active
incorporée aux granules
neutres)



Conditionnement des
tubes



La dilution, la dynamisation

◆ 1 CH (centésimale hahnemannienne) :

- ◆ Une dilution au centième = $1/100 = 10^{-2}$
- ◆ Une dynamisation

◆ 30 CH :

- ◆ Trente dilutions au centième (10^{-60})
- ◆ Trente dynamisations

◆ Les principales dilutions utilisées :

- ◆ 5 / 7 / 9 / 15 / 30 CH



Les formes pharmaceutiques

granules



**Prise par
5 granules**

globules



**Prise
unique**

gouttes



**Prise par
gouttes**

Le choix de la dilution

◆ *Le principe :*

Plus on a de similitude entre le tableau clinique et le médicament, plus on augmente la dilution

◆ *Exemples :*

- ◆ Une jeune femme qui présente une angoisse avec boule à la gorge
 - ◆ Ignatia amara 9 CH
- ◆ Une jeune femme angoissée avec boule à la gorge et palpitations, améliorée par la distraction
 - ◆ Ignatia amara 15 CH

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

◆ A – La hauteur de dilution associée à la souche définit le médicament homéopathique

- ◆ Vrai
- ◆ Faux

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

- ◆ A – La hauteur de dilution associée à la souche définit le médicament homéopathique
 - ◆ Vrai
 - ◆ Faux

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

◆ B – Les dilutions homéopathiques les plus utilisées sont : 5CH, 7CH, 9CH, 15CH, 30 CH

◆ Vrai

◆ Faux

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

◆ B – Les dilutions homéopathiques les plus utilisées sont : 5CH, 7CH, 9CH, 15CH, 30 CH

◆ Vrai

◆ Faux

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

◆ C – Plus il y a de similitude entre le tableau clinique et le médicament homéopathique plus on baisse la dilution

◆ Vrai

◆ Faux

QUIZ

Quelle est la définition de la similitude ?

◆ C – Plus il y a de similitude entre le tableau clinique et le médicament homéopathique plus on baisse la dilution

◆ Vrai

◆ Faux

Principe de l'homéopathie : L'individualisation

La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : c'est quoi ?

- ◆ C'est l'outil essentiel dont a besoin le pharmacien et les préparateurs en pharmacie pour conseiller au comptoir

La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : c'est quoi ?

- ◆ C'est l'outil essentiel dont a besoin le pharmacien et les préparateurs en pharmacie pour conseiller au comptoir
- ◆ C'est l'expression clinique d'une maladie, propre à chaque malade

La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : c'est quoi ?

- ◆ C'est l'outil essentiel dont a besoin le pharmacien et les préparateurs en pharmacie pour conseiller au comptoir
- ◆ C'est l'expression clinique d'une maladie, propre à chaque malade
- ◆ Elle se caractérise par :
 - ◆ Des sensations ressenties par le malade
 - ◆ Des modalités d'amélioration ou d'aggravation des symptômes
 - ◆ Des signes concomitants à la pathologie

3. La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : ça sert à quoi ?

- ◆ **A déterminer le ou les souches des médicaments homéopathiques correspondant aux symptômes exprimés par le malade**

3. La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : ça sert à quoi ?

- ◆ **A déterminer le ou les souches des médicaments homéopathiques correspondant aux symptômes exprimés par le malade**
- ◆ **A déterminer aussi le niveau de dilution :**
 - ◆ Plus le malade est réactif, plus il développe des symptômes semblables à ceux du médicament.
 - ◆ Plus le malade présente de symptômes, plus le médicament est prescrit en haute dilution.

3. La Réaction Individuelle du Malade (RIM) : ça sert à quoi ?

- ◆ **A déterminer le ou les souches des médicaments homéopathiques correspondant aux symptômes exprimés par le malade**
- ◆ **A déterminer aussi le niveau de dilution :**
 - ◆ Plus le malade est réactif, plus il développe des symptômes semblables à ceux du médicament.
 - ◆ Plus le malade présente de symptômes, plus le médicament est prescrit en haute dilution.
- ◆ **A confirmer le médicament choisi en fonction des cibles**

La RIM : les questions à poser au comptoir

◆ Sensations

- ◆ « Que ressentez-vous précisément ? Comment qualifiez-vous cette sensation ? »

La RIM : les questions à poser au comptoir

◆ Sensations

- ◆ « Que ressentez-vous précisément ? Comment qualifiez-vous cette sensation ? »

◆ Modalités

- ◆ « Qu'est-ce qui améliore ou aggrave le tableau clinique ? »

La RIM : les questions à poser au comptoir

◆ Sensations

- ◆ « Que ressentez-vous précisément ? Comment qualifiez-vous cette sensation ? »

◆ Modalités

- ◆ « Qu'est-ce qui améliore ou aggrave le tableau clinique ? »

◆ Signes concomitants

- ◆ « Qu'est-ce qui est apparu en même temps que votre maladie actuelle ? »

Quelles sont les éléments constitutants de la RIM ?

- ◆ **A – Les sensations, signes concomitants et état psychologique du malade**
- ◆ **B – Les symptômes apparus en même temps que la maladie actuelle, les sensations ressenties, ce qui améliore et/ou aggrave le patient**
- ◆ **C – la similitude des symptômes ressentis par le patient avec la toxicologie du médicament prescrit**

Quelles sont les éléments constitutants de la RIM ?

- ◆ **A – Les sensations, signes concomitants et état psychologique du malade**
- ◆ **B – Les symptômes apparus en même temps que la maladie actuelle, les sensations ressenties, ce qui améliore et/ou aggrave le patient**
- ◆ **C – la similitude des symptômes ressentis par le patient avec la toxicologie du médicament prescrit**

Règles de prescription

L'intérêt du médicament homéopathique

- ◆ **Pour tous**
- ◆ **Efficace**
- ◆ **Action rapide**
- ◆ **Sécurité**
 - ◆ Sans interaction médicamenteuse
 - ◆ Sans effet secondaire attendu, ni accoutumance, ni contre-indication
- ◆ **Indiqué en traitement préventif et curatif**

Définition de la prise

◆ INDÉPENDANT DU POIDS ET DE L'ÂGE

- ◆ 5 granules par prise
- ◆ 1 dose par semaine

◆ Prise perlinguale

◆ A distance d'un repas

◆ Dans une bouche propre

◆ Pour les bébés, dissoudre dans un peu d'eau et administrer avant les repas

Les conditions de réussite du traitement ?

- ◆ **Le bon médicament**
- ◆ **La bonne hauteur de dilution**
- ◆ **La bonne fréquence de prise**
- ◆ **La bonne durée**

Pathologies Estivales

Les demandes patients de saison



- ◆ Les piqûres d'insectes
- ◆ Les lucites et coup de soleil
- ◆ Les petits traumatismes
- ◆ Les gastro-entérites aiguës



6 incontournables



- ◆ **En systématique**, pour toute réaction allergique
- ◆ Posologie : 5 granules matin et soir

6 incontournables



◆ Poumon histamine 15 CH

- ◆ **En systématique**, pour toute réaction allergique
- ◆ Posologie : 5 granules matin et soir

6 incontournables



- ◆ Prévention des réactions allergiques aux piqûres de moustiques
- ◆ Posologie : 5 granules matin et soir

6 incontournables



◆ **Ledum palustre 15 CH**

- ◆ Prévention des réactions allergiques aux piqures de moustiques
- ◆ Posologie : 5 granules matin et soir

6 incontournables



- ◆ Œdème rosé, piquant
- ◆ Amélioration par des applications froides

6 incontournables



◆ Apis mellifica 15 CH

- ◆ Œdème rosé, piquant
- ◆ Amélioration par des applications froides

6 incontournables



◆ **Apis mellifica 15 CH**

- ◆ Œdème rosé, piquant
- ◆ Amélioration par des applications froides
- ◆ Douleurs, chaleur, sensation de battements
- ◆ Aggravation par le toucher

6 incontournables



◆ **Apis mellifica 15 CH**

- ◆ Œdème rosé, piquant
- ◆ Amélioration par des applications froides

◆ **Belladonna 15 CH**

- ◆ Douleurs, chaleur, sensation de battements
- ◆ Aggravation par le toucher

6 incontournables



◆ Toutes photodermatoses

6 incontournables



◆ **Hypericum perforatum 15 CH**

◆ Toutes photodermatoses

6 incontournables



◆ **Hypericum perforatum 15 CH**

- ◆ Toutes photodermatoses
- ◆ Erythème sur les zones découvertes par photosensibilisation
- ◆ Prurit intense

6 incontournables



◆ **Hypericum perforatum 15 CH**

- ◆ Toutes photodermatoses

◆ **Muriaticum acidum 15 CH**

- ◆ Erythème sur les zones découvertes par photosensibilisation
- ◆ Prurit intense

A donner 5 granules 3 à 6 fois par jour et espacer les prises avec l'amélioration

Cas clinique : Géraldine



**Géraldine, 20 ans,
consulte pour un coup de
soleil sur tout le corps**

**Quelles questions lui
posez-vous ?**

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

- ◆ Rien mais surtout le moindre contact est insupportable

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

- ◆ Rien mais surtout le moindre contact est insupportable

◆ D'autres signes ?

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

- ◆ Rien mais surtout le moindre contact est insupportable

◆ D'autres signes ?

- ◆ Elle a mal à la tête

◆ Avez-vous déjà pris quelque chose ?

Cas clinique : Géraldine



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Elle a passé la journée à la plage et n'a pas mis de protection solaire

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur tout le corps

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

- ◆ Rien mais surtout le moindre contact est insupportable

◆ D'autres signes ?

- ◆ Elle a mal à la tête

◆ Avez-vous déjà pris quelque chose ?

- ◆ Non

Cas clinique : Géraldine

Quel conseil faites-vous ?

Coup de soleil sur tout le corps



Cas clinique : Géraldine

Quel conseil faites-vous ?

Belladonna 15CH

Coup de soleil sur tout le corps



Cas clinique : Alexis

Alexis, 6 ans, fait chaque été de grosses réactions aux piqures de moustiques



Quelle est votre prescription ?



Cas clinique : Alexis

◆ Quel conseil faites-vous ?



Cas clinique : Alexis

◆ Quel conseil faites-vous ?

Ledum palustre 15CH

5 gr par jour

Apis 15CH et

Poumon histamine 15CH
en cas de piqures



Cas clinique : Sylvie

Sylvie, 32 ans, a une éruption sur le décolleté

Quelles questions lui posez-vous ?



Cas clinique : Sylvie



◆ A la suite de quoi est survenue cette éruption ?

◆ J'ai passé la journée à jardiner

◆ Que ressentez-vous ?

◆ Ça me gratte terriblement

◆ Y a-t'il quelque chose qui aggrave ou soulage vos démangeaisons ?

◆ Non

◆ Autres choses ?

◆ Non

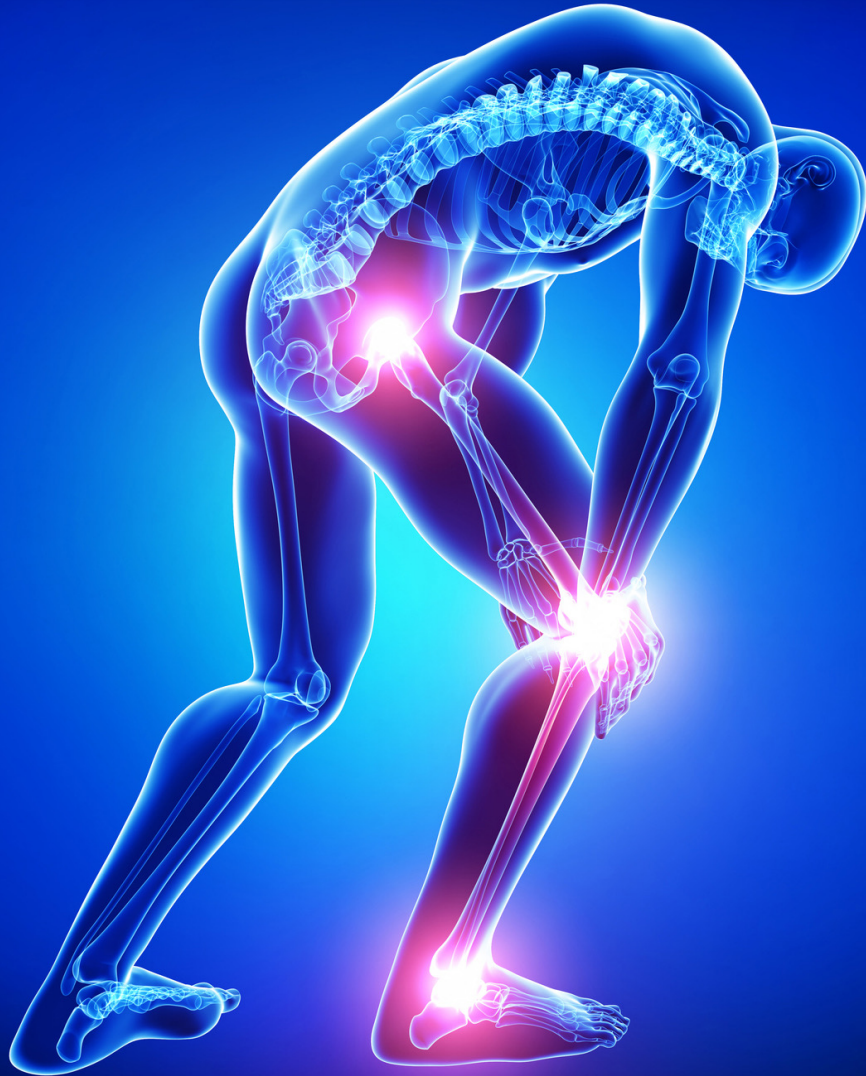
Quel conseil faites-vous ?

Cas clinique : Sylvie

- ◆ **Hypericum parforatum**
15CH
- ◆ **Muriaticum acidum**
15CH
- ◆ **Poumon histamine**
15CH



Traumatologie



6 incontournables



- ◆ Suite de traumatisme ou d'effort physique
- ◆ Sensation de courbatures, de contusion

6 incontournables



◆ Arnica montana 9 CH

- ◆ Suite de traumatisme ou d'effort physique
- ◆ Sensation de courbatures, de contusion

6 incontournables



◆ Arnica montana 9 CH

- ◆ Suite de traumatisme ou d'effort physique
- ◆ Sensation de courbatures, de contusion
- ◆ Inflammation, douleurs aiguës, localisée en points fixes
- ◆ Amélioration par le repos et la contention
- ◆ Epanchements synoviaux

6 incontournables



◆ **Arnica montana 9 CH**

- ◆ Suite de traumatisme ou d'effort physique
- ◆ Sensation de courbatures, de contusion

◆ **Bryonia alba 9 CH**

- ◆ Inflammation, douleurs aiguës, localisée en points fixes
- ◆ Amélioration par le repos et la contention
- ◆ Epanchements synoviaux

6 incontournables



- ◆ Traumatismes tendineux et périostés
- ◆ Sensation de meurtrissures, de courbatures, de tendons trop courts surtout au niveau des fléchisseurs
- ◆ Fatigue oculaire douloureuse après efforts visuels

6 incontournables



◆ Ruta graveolens 9 CH

- ◆ Traumatismes tendineux et périostés
- ◆ Sensation de meurtrissures, de courbatures, de tendons trop courts surtout au niveau des fléchisseurs
- ◆ Fatigue oculaire douloureuse après efforts visuels

6 incontournables



◆ Ruta graveolens 9 CH

- ◆ Traumatismes tendineux et périostés
- ◆ Sensation de meurtrissures, de courbatures, de tendons trop courts surtout au niveau des fléchisseurs
- ◆ Fatigue oculaire douloureuse après efforts visuels
- ◆ Courbatures, meurtrissures, raideur, engourdissement
- ◆ Suite d'exercices physiques inhabituels
- ◆ Amélioration des douleurs par le mouvement lent, continu et la chaleur

6 incontournables



◆ Ruta graveolens 9 CH

- ◆ Traumatismes tendineux et périostés
- ◆ Sensation de meurtrissures, de courbatures, de tendons trop courts surtout au niveau des fléchisseurs
- ◆ Fatigue oculaire douloureuse après efforts visuels

◆ Rhus toxicodendron 9 CH

- ◆ Courbatures, meurtrissures, raideur, engourdissement
- ◆ Suite d'exercices physiques inhabituels
- ◆ Amélioration des douleurs par le mouvement lent, continu et la chaleur

6 incontournables



- ◆ Traumatisme de l'os et du périoste
- ◆ Traumatisme du globe oculaire
- ◆ Fracture, retard de consolidation

6 incontournables



◆ Symphytum 9 CH

- ◆ Traumatisme de l'os et du périoste
- ◆ Traumatisme du globe oculaire
- ◆ Fracture, retard de consolidation

6 incontournables



◆ Symphytum 9 CH

- ◆ Traumatisme de l'os et du périoste
- ◆ Traumatisme du globe oculaire
- ◆ Fracture, retard de consolidation

- ◆ Crampes musculaires
- ◆ Aggravation nocturne

6 incontournables



◆ **Symphytum 9 CH**

- ◆ Traumatisme de l'os et du périoste
- ◆ Traumatisme du globe oculaire
- ◆ Fracture, retard de consolidation

◆ **Cuprum metallicum 9 CH**

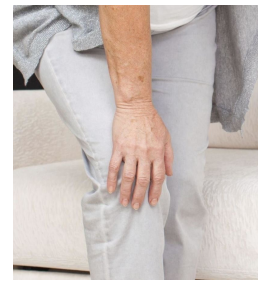
- ◆ Crampes musculaires
- ◆ Aggravation nocturne

Cas clinique : Gérard



**Gérard, 60 ans, consulte
pour une douleur du
genou D depuis 3 jours
Quelles questions lui
posez-vous ?**

Cas clinique : Gérard



◆ A la suite de quoi ?

- ◆ Il a glissé dans son jardin et s'est tordu le genou

◆ Que ressentez-vous ?

- ◆ Une brûlure sur le côté droit du genou et il a l'impression de ne plus pouvoir le bouger

◆ Qu'est-ce qui vous soulage ?

- ◆ Le repos et le port d'une genouillère bien serrée

◆ D'autres signes ?

- ◆ Il semble qu'il y ait un épanchement synovial dans le genou

◆ Avez-vous déjà pris quelque chose ?

- ◆ Je me suis mis de la glace

Quel conseil faites-vous ?



A- Symphytum 9CH
Cuprum 9CH
Rhus tox 9CH

B- Arnica montana 9CH
Cuprum 9CH

C- Arnica montana 9CH
Bryonia alba 9CH
Ruta graveolens 9CH

Quel conseil faites-vous ?



A- Symphytum 9CH
Cuprum 9CH
Rhus tox 9CH

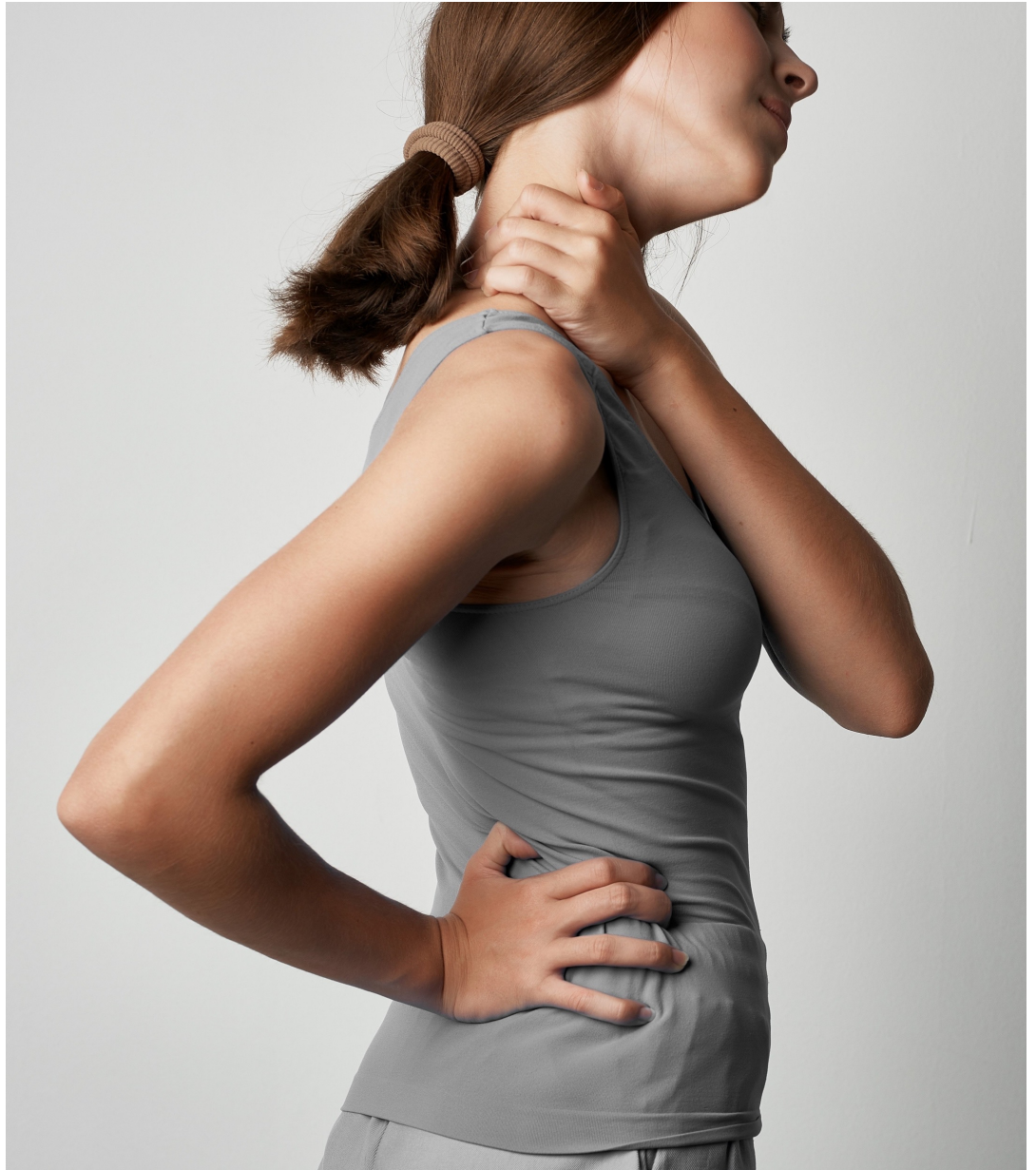
B- Arnica montana 9CH
Cuprum 9CH

C- Arnica montana 9CH
Bryonia alba 9CH
Ruta graveolens 9CH

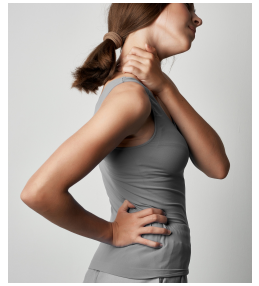
Cas clinique : Sylvie

Sylvie, 32 ans, a des douleurs musculaires diffuses

Quelles questions lui posez-vous ?



Cas clinique : Sylvie



◆ A la suite de quoi sont survenues vos douleurs ?

◆ J'ai fait 8 jours de randonnée très intensive à la Réunion

◆ Que ressentez-vous ?

◆ Des douleurs musculaires diffuses, des courbatures, des crampes nocturnes

◆ Y a-t-il quelque chose qui aggrave ou soulage vos douleurs ?

◆ Je suis très ankylosée le matin mais après un moment de dérouillage ça va mieux

◆ Autres choses ?

◆ Non

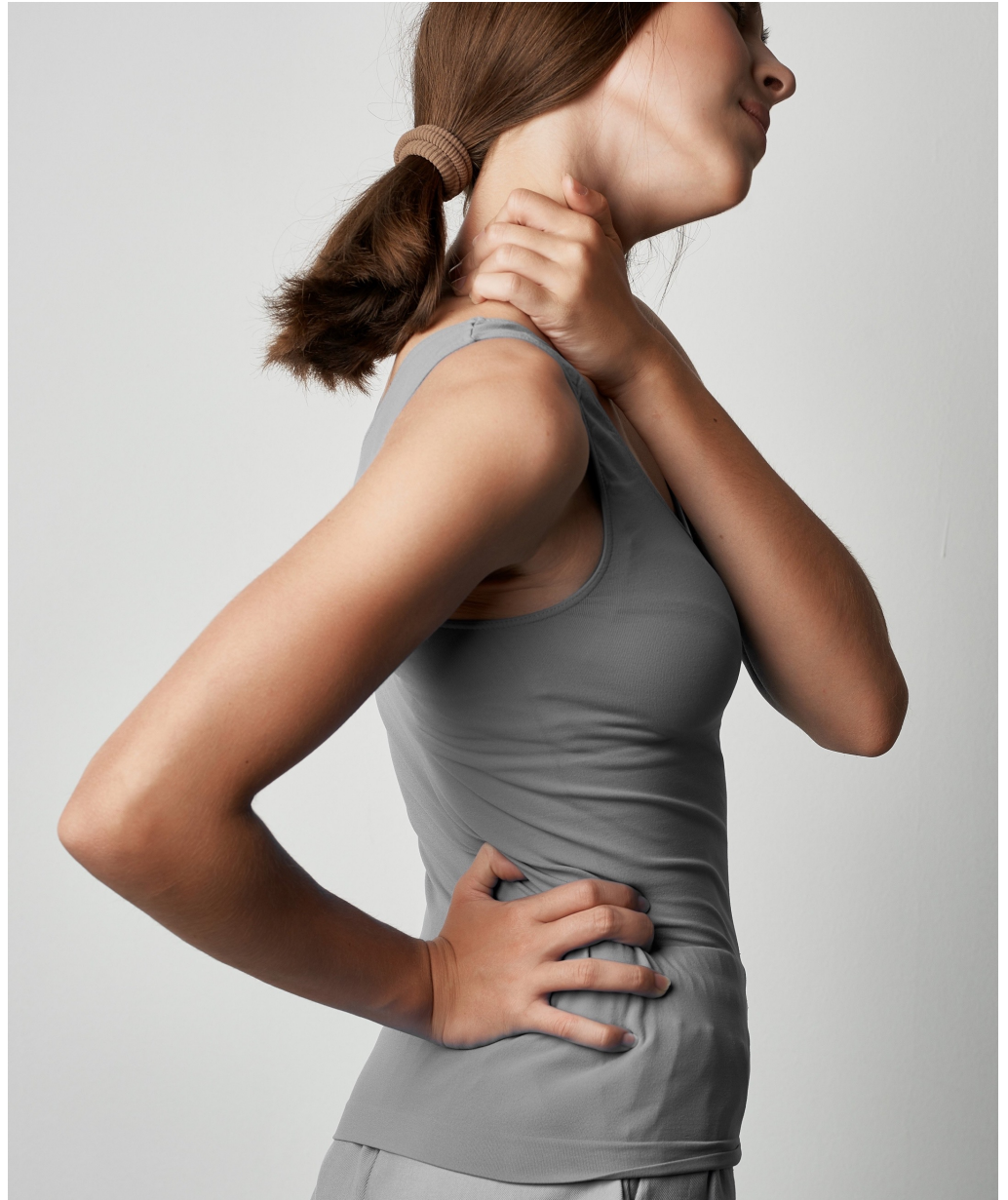
Quel conseil faites-vous ?

Cas clinique : Sylvie

Arnica montana 9CH

Rhus toxicodendron 9CH

Cuprum metallicum 9CH



Cas clinique : Fred

Fred, 52 ans, a fait une chute en VTT

- ◆ Il a un hématome douloureux au niveau de l'arcade sourcilière G
- ◆ Il a une entorse du poignet et de la cheville G
- ◆ Il présente une cheville et un poignet gonflé, douloureux, mieux immobilisés
- ◆ La radio montre un petit arrachement osseux au niveau de la malléole externe G

Que lui prescrivez-vous ?



Cas clinique : Fred

- ◆ **Arnica montana 9CH**
- ◆ **Ruta graveolens 9 CH**
- ◆ **Bryonia alba 9 CH**
- ◆ **Symphytum 9 CH**



Cas clinique : Alexandra

Alexandra 15 ans, se plaint de diarrhées et de vomissements depuis 24h.

Elle relate une épidémie de GEA dans son lycée

Elle est fatiguée

Cette nuit, elle a eu des douleurs abdominales qu'elle a calmées avec une bouillotte sur le ventre

Examen clinique:

Pds: 45 kg (moins 1kg) Taille: 162 cm

TA: 100/60 mmHg

Apyrexie, langue propre

Que proposez-vous ?



◆ **Systematique : Arsenicum album 15 CH**

◆ 5 granules 4 fois par jour pendant 3 jours

◆ **Pour les symptômes**

◆ 5 granules au rythme des symptômes, espacer selon amélioration (ESA)

◆ **En convalescence**

◆ **China rubra 9 CH** : 5 granules 2 fois par jour pendant 10 jours



