



Les médecines complémentaires appliquées à la sclérose en plaques

Ayurveda – médecine holistique venue d'Inde

Ayurveda, cette science médicale holistique remontant à la nuit des temps en provenance d'Inde, fait désormais beaucoup parler d'elle chez nous. Même si les applications Ayurveda ne peuvent pas guérir la sclérose en plaques, beaucoup de malades apprécient leurs bienfaits.

Texte: Dr méd. P.V. Ral, spécialiste en neurologie et en psychiatrie, médecin Ayurveda, Weizhausen AR.
Photos: Isabelle Kürsteiner

En Europe, depuis une vingtaine d'années, la médecine alternative connaît un essor quasi exponentiel. En dehors des méthodes d'origine occidentale, telles que l'homéopathie, la médecine biologique et la médecine anthroposophique, les disciplines d'Extrême-Orient comme la médecine traditionnelle chinoise et l'Ayurveda en provenance d'Inde vivent une véritable renaissance. Dans un cabinet de spécialités mixtes réunissant les sciences de la neurologie académique et de l'Ayurveda comme mon propre cabinet, les patients s'enquêtent de plus en plus souvent des possibilités de traitement offertes par l'Ayurveda.

Qu'est-ce que l'Ayurveda?

Ayurveda est une médecine ho-

listique indienne vieille de quelque 3000 ans, qui repose sur trois éléments fondamentaux:

- une philosophie de vie
- un apprentissage de la santé
- la science médicale.

Conformément à ce concept exhaustif, la prévention commence, dans le domaine de la santé, au quotidien, au sens d'une maîtrise du stress. L'ensemble du système est fondé sur une philosophie qui a pour but la prise de conscience des principes vitaux propres à l'individu. En complément, des mesures de prévention quotidiennes sont observées pour éviter certaines maladies, en fonction de sa constitution propre et des points faibles de chacun. Enfin, l'Ayurveda se compose encore de soins étendus à base de plantes et de manipulations visant à traiter dif-

férentes maladies, classées pour l'heure dans la catégorie des maladies chroniques.

La philosophie Ayurveda est une philosophie liée au cosmos, dans laquelle l'être humain est vu comme un micro-élément au sein de l'univers, aussi bien du point de vue matériel que spirituel. La science Ayurveda part du principe que, au niveau biologique, il existe trois micro-éléments de base: «vata», «pitta» et «kapha», lesquels dérivent de la cellule vivante et déterminent entre elles la constitution de chaque individu. Ce sont eux qui, d'après leur combinaison et leur fonctionnement, sont responsables du bon ou mauvais état de santé d'une personne. Lorsqu'il y a équilibre entre ces trois facteurs – ce que l'on nomme aussi TRHIDOSHAS –, la personne est en bonne santé. Mais en présence d'une perturbation de cet équilibre due à des facteurs intérieurs ou extérieurs, des maladies peuvent alors apparaître. Cependant, ces facteurs peuvent être influencés par des mesures prophylactiques et thérapeutiques visant à rétablir l'équilibre compromis.

L'Ayurveda appliquée à la sclérose en plaques

D'après la théorie Ayurveda, la sclérose en plaques relève d'une grave perturbation du vata. Ce facteur correspond à l'énergie nerveuse, liée au système nerveux central et périphérique. La science Ayurveda détermine que la sclérose en plaques apparaît surtout chez les personnes de constitution vata. Toutefois, un diagnostic différencié de cette maladie, telle qu'on la connaît en médecine clinique de nos jours, n'est pas possible dans le domaine de l'Ayurveda. Néanmoins, du point de vue thérapeutique, certaines possibilités existent en ce qui concerne l'allègement des symptômes de la sclérose en plaques grâce aux méthodes Ayurveda. Ce qui peut également contribuer à une amélioration de l'état psychosomatique général.

Les méthodes Ayurveda

Avant tout traitement Ayurveda, il convient de faire clairement

comprendre au patient qu'une guérison de la sclérose en plaques n'est pas davantage possible par le biais de l'Ayurveda. A cet égard, il n'est éthiquement pas légitime de donner de faux espoirs aux patients. D'autre part, il est tout à fait souhaitable de répondre à la demande d'un patient qui réclame un traitement relevant des médecines complémentaires.

Si le patient est déjà soumis à un traitement pharmaceutique, il convient en outre d'en tenir compte, dans la mesure où la prescription n'est pas suspendue. Le traitement Ayurveda commence alors par l'adoption de diverses mesures

quotidiennes portant sur une discipline de vie, un mode d'alimentation, le yoga et la méditation, de même que sur des exercices de relaxation. Ces mesures sont utiles pour reprendre confiance en soi et pour prévenir les états dépressifs. La pharmacologie Ayurveda est très étendue: elle compte divers médicaments connus sous le nom de «rasayana». Il s'agit de préparations à base de plantes, comparables à des produits comme le ginseng ou le ginkgo. En fonction de chaque type de constitution, il est possible d'administrer un de ces médicaments ou une combinaison de plusieurs d'entre eux.

D'autres traitements Ayurveda sont encore possibles, comme les méthodes liées aux applications physiques, telles que le «panchakarma», dont l'expérience montre l'utilité en cas de troubles de la motricité et de la sensibilité. Ces thérapies doivent être conçues par des spécialistes, conformément aux besoins de chaque patient, qui suit le plus souvent ce genre de thérapie deux fois par an, pour une durée de deux semaines à chaque fois. Par ailleurs, les patients devraient être familiarisés avec les mesures diététiques qu'ils continuent à observer également chez eux, le reste du temps. ■