

## Comment aider l'accouchement grâce à l'homéopathie et l'aromathérapie ?

Comme dans beaucoup d'autres circonstances, l'homéopathie et l'aromathérapie peuvent apporter une aide lors de l'accouchement. Nous reprenons ici quelques produits et formules indiqués en fin de grossesse et pendant l'accouchement.

### 15 jours avant l'accouchement ou à partir de la 38ème semaine de grossesse

- Pour lever le spasme du col de l'utérus qui gênera la dilatation :  
**Actea racemosa** 30K ou 5CH : 3 à 5 granules le matin
- Pour agir sur la rigidité du col de l'utérus qui empêche la poussée vers le bas et qui engendre des douleurs abdominales violentes et inefficaces :  
**Caulophyllum thalictroïdes** 30K ou 5CH : 3 à 5 granules le soir
- La préparation à l'accouchement peut également se faire avec le mélange suivant :  
**Arnica montana** 4CH - **Kalium carbonicum** 4CH - **Actea racemosa** 5CH - **Belladonna** 5CH - **Caulophyllum** 5CH - **Gelsemium** 5CH - **Nux vomica** 5CH - **Secale cornutum** 5CH en parties égales pour faire 30ml de solution ou un tube de granules.  
Prendre 5 gouttes ou 3 granules, 3 fois par jour.

**Arnica montana** : pour éviter le traumatisme psychique que peut représenter l'accouchement, pour soutenir l'effort musculaire et assurer la délivrance puis assurer une bonne récupération.

**Kalium carbonicum** : douleurs ressenties dans le dos irradiant vers les fesses.

**Belladonna** et **Nux vomica** : douleurs violentes et inefficaces.

**Gelsemium** : pour l'accouchement qui ne se déclenche pas avec frissons nerveux et faiblesse musculaire.

**Secale cornutum** : spasmes artériels



### 1 semaine avant l'accouchement ou à partir de la 39ème semaine de grossesse

- Au traitement homéopathique décrit ci-dessus, on additionnera un complexe d'huiles essentielles selon la formule suivante :  
Huile essentielle de **thym à géraniole** 3ml - huile essentielle de **palmarosa** 3ml - huile essentielle de **clou de girofle** 0,5ml - huile végétale de noisette 8,5ml.  
La société Pranarom commercialise également un mélange appelé "accouchement harmonieux" dans la même indication.  
Massez sur le bas du ventre et le bas du dos avec 6 à 8 gouttes de ce mélange, 3 fois par jour.



#### A l'apparition des douleurs

- 3 à 5 granules de **Actea racemosa** et de **Caulophyllum thalictroïdes** en alternance toutes les demi heures ou
- 5 gouttes du mélange homéopathique toutes les heures
- appliquer en massage le mélange d'huiles essentielles sur le ventre et le bas du dos toutes les heures.

Si les douleurs deviennent violentes et intolérables au point que la maman crie, donnez une dose de **Chamomilla** 200K (25 gouttes ou une ampoule dose).

#### Après l'accouchement

- immédiatement après l'accouchement, prenez une dose d'**Arnica montana** 200K.
- prendre ensuite 3 granules d'**Arnica montana** 30K, 3 fois par jour pendant une semaine

