

Les Dents La Vie

Association Loi 1901

Document salle d'attente

N°46 • Juillet-août-sept. 2012



L'histoire du monde.

C'est l'histoire de quelqu'un qui se promène le long d'une rivière et qui rencontre un pêcheur.

Il s'arrête et engage la conversation :

- Belle journée n'est-ce pas ? L'autre acquiesce.
- est-ce que ça mord ?
- oui ça va !

Après quelques instants notre promeneur continu à interroger le pêcheur :

- est-ce que vous avez déjà pensé à mettre une 2ème ligne ?
- mais pourquoi ?
- ben, comme ça puisque ça mord un peu vous aurez 2 fois plus de poissons !
- et après !
- ben après, si vous avez plus de poissons, vous pourrez aller les vendre au marché et vous faire un peu d'argent.
- et après ! répond l'autre.
- ben après, si ça marche bien et que vous vendez bien vos poissons, vous pourrez rajouter une 3ème ligne et puis une 4ème...
- Oui je comprends et après ?
- après si ça fonctionne bien, vous pourrez peut-être acheter une petite barque avec un petit filet et à ce moment là vous pourrez pêcher plus de poissons.
- oui, je comprends bien monsieur, tout ça, me semble fort intéressant, mais ensuite à quoi cela me servira-t-il ?
- ben ensuite en pêchant plus de poissons avec votre barque vous pourrez à ce moment là engager un peu de monde et puis investir dans un petit bateau et pêcher encore plus de poissons.
- oui c'est intéressant, mais ensuite qu'est-ce que je devrais faire ?
- ben ensuite vous pourriez acheter un autre bateau...

De fils en aiguille notre promeneur construit pour le pêcheur une véritable société de pêche :

- mais alors ensuite qu'est-ce que je ferais avec tous ces bateaux de pêche ?
- ensuite, avec tous ces bateaux de pêche, vous pourrez vendre les poissons à des coopératives et puis ensuite vous pourrez rentrer dans la grande distribution et vendre vos poissons à des supermarchés et ensuite, et ensuite...

Et après ! répond le pêcheur.

- et après vous n'auriez même plus besoin de travailler !
- mais alors qu'est-ce que je ferais ?
- ben vous pourrez vivre de vos revenus et par exemple aller à la pêche tranquillement...

et le pêcheur répond :

- mais c'est justement ce que je suis en train de faire !

A bon entendeur salut !
Dr Ted LEVI

LE COIN DENTAIRE

Le détartrage, un soin à ne pas négliger !

Certes, un brossage des dents sérieux permet d'éliminer la plaque dentaire. Néanmoins, le tartre est un dépôt de calcium dur qui s'accumule au dessus de la gencive ou en dessous de celle-ci. Pour le traiter, l'intervention d'un spécialiste est nécessaire.

Pour une bonne hygiène bucco-dentaire, le détartrage est donc vivement conseillé, au même titre qu'une visite de contrôle régulière de manière à prévenir le déchaussement par exemple. Mais selon les individus, selon aussi la vitesse de formation du tartre ou la sensibilité aux maladies parodontales, la fréquence peut varier de quelques mois à plusieurs années.

Le tartre le plus nocif pour les dents, et peut-être le moins connu car invisible, est le tartre « sous gingival ». Il est à prendre au sérieux car peut provoquer un déchaussement prématuré ou des infections gingivales.

Différents moyens sont utilisés pour le traitement et parmi les plus répandus : les ultra sons.



Intervention quasiment indolore, elle permet de décoller le tartre de la surface dentaire grâce à l'utilisation d'un embout métallique qui vibre à haute fréquence. Simultanément au passage de l'embout, les débris de tartre sont aspirés et de l'eau est projetée pour refroidir la surface traitée. Enfin, une polisseuse rotative élimine les taches rebelles et vient clore le détartrage.

Attention, bien que pouvant être complémentaire, le détartrage est à différencier du blanchiment dentaire. Le premier participe à l'hygiène bucco-dentaire tandis que le second relève de l'esthétique. ■■■

Avec nos partenaires dentaires :

anthogyr

A global solution for dental implantology



Visitez notre site : www.lesdentslavie.org

Email : contact@lesdentslavie.org

Téléphone : 0800 235 200

L'homéopathie : à petites doses, grands remèdes !

Allergies, anxiété, insomnies, brûlures... Leur point commun ? Tous ces maux peuvent être soignés par l'homéopathie ! L'homéopathie est issue de deux mots grecs signifiant « homois » : semblable et « pathos » : maladie.

En effet, l'homéopathie repose sur trois principes :

- **Le principe de similitude**

Concrètement ce principe révèle qu'« un médicament provoque chez un sujet sain et sensible des symptômes identiques à ceux qu'il est susceptible de guérir chez un sujet malade (1) ».

- **L'infinitésimalité** désigne les dilutions successives qui donnent lieu à de très faibles doses du médicament homéopathique.

- **La notion de globalité**, quant à elle définit l'approche, la démarche théorique qui appréhende l'ensemble des symptômes.

Bien qu'elle fasse encore débat, cette pratique est reconnue par le conseil national de l'ordre des médecins comme une méthode thérapeutique et cela, depuis 1997. Elle est aujourd'hui utilisée par environ 40 % des Français (leur nombre a doublé au cours des 15 dernières années) et est remboursée à hauteur de 35% par la sécurité sociale. ■■■

(1) Bernard Chemouny, *Le guide de l'homéopathie*, ed Odile Jacob, Paris, 2004, p27.



- **D'où vient-elle ?**

- **En quoi consiste-t-elle et à qui s'adresse-t-elle ?**

Un peu d'histoire :

la naissance de l'homéopathie

Samuel Hahnemann : un homme hors du commun

Né en 1755, Samuel Hahnemann s'intéresse très tôt à la médecine. A l'âge de 24 ans, il obtient sa thèse de docteur en médecine. Il débute cependant une activité dans le domaine de la traduction ayant appris dès l'âge de 10 ans le français, l'anglais, le latin le grec et l'hébreu. Il publie également vers 30 ans de nombreux travaux sur la chimie avant de renoncer à la pratique médicale pour vivre de ses traductions.

En 1790, il est élu membre à l'Académie des sciences de Mayence. 6 ans plus tard, il publie « *Essai sur un nouveau principe pour découvrir les vertus curatives des substances médicinales, suivi de quelques aperçus sur les principes admis jusqu'à nos jours* » : l'homéopathie était née.

En 1810, il publie son ouvrage de référence : *Organon, de l'art de guérir*.

Dès 1811, il enseigne l'homéopathie à la faculté de médecine de Leipzig.

Après plusieurs démêlés avec des pharmaciens lui reprochant de fabriquer lui-même les médicaments, il est obligé de fuir et s'installe à Köthen.

En 1833, à Leipzig toujours, le premier hôpital homéopathique est inauguré et c'est le début d'une diffusion européenne.

Samuel Hahnemann s'éteint 10 ans plus tard à Paris.

L'homéopathie qui utilise 3000 substances, issues du monde végétal, minéral, chimique ou animal peut convenir à tous : petits et grands, du nourrisson à la personne âgée. Cette thérapeutique peut être prescrite aussi bien en complément qu'en première intention. Dans tous les cas, elle semble amener bien-être et confort du fait que les effets secondaires sont inexistantes. Il n'en demeure pas moins que dans le cas de maladies graves, type cancer, l'homéopathie ne peut se substituer à une thérapeutique allopathique (thérapeutique conventionnelle utilisant les traitements médicamenteux habituels). En revanche elle peut la compléter.

➔ UN PEU DE CULTURE...



•• Chaïm Soutine

Du 3 octobre 2012 au 21 janvier 2013

Musée de l'Orangerie

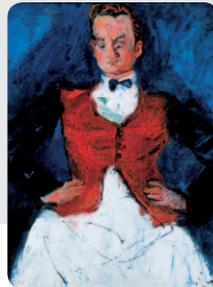
Jardin des Tuileries, 75001 PARIS

www.musee-orangerie.fr

Peintre Russe né en 1893, issu d'un milieu extrêmement modeste, il grandit avec ses 9 frères et sœurs, avant de débarquer gare de l'est à Paris en 1912.

C'est l'époque de la Rotonde, du Dôme, l'époque des années folles, pendant lesquelles il se liera d'amitié avec Kiki de Montparnasse. Ce n'est qu'en janvier 1923 qu'il connaît un franc succès grâce à un marchand d'art américain qui achète la totalité de ses toiles pour 3 000 \$.

Connu pour ses couleurs flamboyantes, et sa violence des formes, cette exposition propose de remettre un coup de projecteur sur cet artiste aussi talentueux que torturé.



➔ BIEN-ÊTRE EN SANTÉ

La fascia thérapie

Entretien avec Pierre Freile,
kinésithérapeute et fascia thérapeute
à Paris dans le XVIème arrondissement.

•• Comment avez-vous découvert la fascia thérapie ?

PF : Je l'ai découverte à l'école de kinésithérapie. Un professeur nous en a parlé et tout de suite j'ai été intéressé par cette méthode.

•• D'où vient cette pratique ? Et en quoi consiste-t-elle ?

PF : Elle nous vient de Danis Bois, qui a commencé ses recherches il y a une vingtaine d'années.

Aujourd'hui d'ailleurs, la fascia thérapie connaît un bel essor, à tel point que 7 écoles à travers le monde se sont ouvertes, et plusieurs centres de formation ont vu le jour, notamment au Portugal, en Belgique, en Suisse, et en France aussi bien sûr.

C'est une pratique intéressante à

plusieurs niveaux. C'est une méthode douce, une thérapie manuelle, au même titre que la kinésithérapie. Mais à la différence de cette dernière, la fascia thérapie est moins mécanique, elle propose un soin plus en profondeur.

Si la kinésithérapie travaille sur des lésions bien particulières, la fascia thérapie travaille, comme son nom l'indique, sur les fascias (ce sont des enveloppes membranaires qui ont un mouvement interne qui leur est propre) et permet de rééquilibrer l'individu dans sa globalité.

Les outils ne sont d'ailleurs pas tout à fait les mêmes : la fascia thérapie peut très bien venir s'ajouter une séance de kinésithérapie. Le but étant de relancer la motricité du fascia. Pour cela, il y a comme pour la kinésithérapie, le toucher, mais aussi la gymnastique sensorielle et





un entretien de fin de séance qui permet de verbaliser les ressentis (douleurs, blocages...).

Aussi, la kinésithérapie est très largement pratiquée pour rééduquer une partie du corps bien précise. Elle n'appréhende pas, comme la fascia thérapie, l'individu dans sa totalité.

L'idée générale de cette pratique est de restaurer la vitalité des fascias de manière à intervenir sur tous les déséquilibres. En un mot, c'est la reconstruction du mouvement, pour redonner mobilité et sensibilité à la partie du corps en souffrance.

Il y a aussi dans cette pratique, une grande prise de conscience du mouvement justement. C'est ce qui est intéressant. L'individu qui vient consulter est tout autant acteur de sa santé que le fascia thérapeute qui va le soigner. Il participe au travail.

•• Alors justement, que soigne-t-on par la fascia thérapie ?

PF : La fascia thérapie soigne tous types de douleurs, de pathologies : maux de dos, sciatiques, raideurs, douleurs articulaires, entorses mais pas seulement. Elle s'adresse aussi à

des patients souffrant de migraines, de fatigue chronique, de dépression... Elle peut accompagner aussi une grossesse ou un nouveau né dont la naissance a été difficile (utilisation des forceps par exemple).

Grosso modo, on peut dire que dès qu'il y a un traumatisme de quelque nature que ce soit (choc, accident, période difficile), la fascia thérapie peut grandement aider.

•• Est-ce que les résultats sont immédiats ?

PF : Le premier résultat immédiat et flagrant, c'est le bien-être ressenti à l'issue d'une première séance. La fascia thérapie a un réel effet antalgique.

Cela s'explique facilement. La fascia thérapie est une méthode douce, elle propose de prendre conscience de son corps et de le rééduquer par le mouvement sensoriel.

Aujourd'hui nous vivons dans un monde qui va vite, trop vite, où tout s'accélère.... La fascia thérapie propose donc de se réapproprier le mouvement, son mouvement, dans sa lenteur « originelle ».

Il est néanmoins évident que selon l'individu, selon ses troubles, selon le bilan qui est établi avec le patient,

le nombre de séances peut varier considérablement. Il n'y a bien sûr pas de traitement unique, chaque patient a sa propre histoire, ses propres symptômes et ses propres déséquilibres. Pour cette raison, le premier et le dernier entretien sont importants, ils permettent de cibler, de comprendre et de diagnostiquer les pathologies.

Cela ne doit pas faire oublier pour autant le caractère préventif de la fascia thérapie. Elle peut en effet s'avérer très efficace notamment dans les cas de stress ou de fatigue. Une consultation tous les deux mois environ permet d'entretenir une certaine vitalité.

La fascia thérapie permet donc, à travers une approche manuelle, gestuelle et verbale, un bien-être qui optimise sa propre qualité de vie, et qui fait prendre conscience de son potentiel. ■■■

Pour en savoir plus,
vous pouvez consulter
le site Internet de la
méthode Danis Bois :
www.fasciatherapie.com

Visitez notre site : www.lesdentslavie.org

Email : contact@lesdentslavie.org • Téléphone : 0800 235 200