

20 SEPTEMBRE 2012

AGENDA 2012

- **CREATION du SITE INTERNET**
www.aph-heilpraktiker.fr

- **ASSEMBLEE GENERALE**
LE 6 OCTOBRE 2012

A l'Hôtel Provinces Opéra

36 rue de l'Echiquier
75 010 PARIS

Tél : 01.45.23.24.01

Accueil à partir de
9H00



BIENVENUE

à l'Association Professionnelle des HEILPRAKTIKER...



un métier d'avenir.

Chers amis,

Le métier de praticien de santé est un métier d'avenir. Une prise de conscience nécessaire et indispensable est en train de voir le jour actuellement. Il nous faut des éducateurs de santé sérieux capables de donner un enseignement sanitaire de qualité pour que l'homme d'aujourd'hui puisse retrouver une santé meilleure pour notre bien commun.

Le Président M. ORTLIEB

Qu'est-ce qu'un Heilpraktiker?

C'est un praticien de santé. C'est le terme qui désigne le naturothérapeute en Allemagne. Mais ce n'est pas n'importe quel naturothérapeute. Le Heilpraktiker se doit de faire des études sérieuses. Ce n'est pas un praticien qui a fait quelques semaines de stages ou quelques cours par correspondance et qui visse une plaque comme on le voit malheureusement très souvent en France. Ce diplôme Heilpraktiker existe en Allemagne depuis bien avant la dernière guerre. Il y a de nombreuses écoles de Heilpraktiker en Allemagne. Ce sont des écoles privées. Les écoles forment des Heilpraktiker en 3 ans minimum avec 3500 heures de formation. On y enseigne toutes les bases: anatomie, physiologie, histologie, pathologie, biochimie... ainsi que toutes les techniques de soins naturels complémentaires. Après ce temps d'études, le Heilpraktiker passe son diplôme devant une commission composée de Heilpraktiker et de médecins et dépendant du ministère de la santé allemand.

Le Heilpraktiker est de formation pluridisciplinaire, il est à la fois bio thérapeute, hygiéniste nutritionniste, il peut ajouter à sa formation des spécialisations telles que, iridologie, psychothérapie, aromathérapie, ostéopathie,... Ce choix de formations complémentaires lui est personnel, en fonction des affinités qu'il souhaite exercer.

FORMATION EN FRANCE

Il n'existe pas d'écoles en France mais des organismes de formations se regroupent afin d'avoir une formation solide en accord avec celle de l'Allemagne.

Nous avons plusieurs partenaires : le CERS de Daniel BOBIN, l'institut de phytonutrition du Docteur Robin à Monaco...

NOUS REJOINDRE

Tous les praticiens de santé (naturothérapeute, ostéopathe...) qui ont une bonne formation peuvent nous rejoindre. Les avantages de l'APH : elle assure une formation «post graduate», elle permet d'avoir une Responsabilité Civile Professionnelle ce qui est très difficile à obtenir en France et permet d'assister aux assemblées où sont organisées de nombreuses conférences. Le Heilpraktiker a également pour obligation de poursuivre sa formation tout au long de sa carrière. Il fait l'objet d'un agrément renouvelable chaque année auprès des instances dirigeantes de la Fédération Européenne de la Naturopathie.

Nous acceptons aussi les étudiants à qui nous faisons payer une cotisation moins élevée. Cela leur permet de se familiariser avec la profession en douceur.



Le Heilpraktiker effectue un bilan de santé à l'aide de techniques diverses, par exemple l'iridologie (diagnostic par examen de l'oeil dans son ensemble). Il peut déterminer et juger le « capital santé » de la personne et établir un bilan, avant que la maladie ne s'installe et évolue. Il conseille une complémentation alimentaire ainsi qu'une médication douce et non toxique. Il établit avec son patient un bilan de santé complet dans le but d'améliorer son hygiène de vie par une alimentation saine, de l'exercice physique, des compléments alimentaires appropriés, ainsi que de la relaxation, afin d'améliorer son état général et parfaire son bien-être.

En conclusion le Heilpraktiker est un pluridisciplinaire qui applique ce que tout le corps médical devrait en fait appliquer. D'abord, ne pas nuire et en plus ne pas polluer le corps du malade et l'environnement. Dans les temps actuels, c'est un peu l'écolo de la médecine mais sans appartenance politique car il faut bien noter que les partisans écologiques de la politique n'ont jamais à ma connaissance participé à l'évolution positive de la naturopathie!

Extrait de la conférence de Serge Léautier, Heilpraktiker, vice-président de l'APH, au salon Artémisia de Marseille.

Notre ARTICLE DE SANTE du mois :

Le stress

Dans vos différents livres et conférences, vous insistez beaucoup sur le stress, pourquoi ?

Dans notre situation de crise économique durable, j'estime avant tout que l'art de vaincre le stress au quotidien est la meilleure chose que nous puissions réaliser afin de faire face.

J'aime parler du stress parce que, pour moi, il est le facteur déclenchant unique de la majorité des graves pathologies sur un terrain prédisposé. Nous vivons dans un monde d'agressions multiples, et un individu stressé est un individu agressé. Le stress entraîne des dommages dans notre corps mais ces lésions peuvent être réparées par notre organisme pour peu qu'il soit capable de le faire.

En effet, nous pouvons réparer les dégâts causés par le stress par l'intermédiaire de notre système nerveux végétatif. Le système nerveux végétatif est la partie de notre système nerveux qui commande tout le fonctionnement de notre organisme sans la dépendance de notre mental.

Ce système se divise en deux parties, le système sympathique et le système parasympathique.

Le rôle du système sympathique est de mobiliser de l'énergie dans notre corps à partir du glucose sanguin issu du repas précédent et du glycogène hépatique et musculaire qui est la réserve profonde de sucre. Cette mobilisation sert à réparer les dégâts causés par le stress par l'intermédiaire notamment des glandes surrénales qui sécrètent l'adrénaline et la cortisone. Et, si besoin, il mobilisera par la suite les réserves minérales profondes qui constituent en fait nos propres tissus.

Si vous souhaitez nous contacter :

TELETRAVAIL REYNAUD 05
2 CHEMIN DES NOISETIERS
05500 SAINT BONNET

Tél : 09.81.89.19.59
Fax : 09.81.70.30.06
info@secretaire05.fr
www.secretaire05.fr



Le système parasympathique a pour rôle de refaire les réserves qui ont été utilisées.

Ces deux systèmes doivent être en équilibre comme les plateaux d'une balance. Dans notre société actuelle où les aspects négatifs et angoissants ne sont que trop visibles (pour ne citer que la conjoncture économique, les catastrophes naturelles...) le système sympathique travaille en permanence et nous allons jusqu'à mobiliser à l'extrême nos réserves profondes. Les glandes surrénales sécrètent alors davantage d'adrénaline pour mobiliser ce qu'il reste à mobiliser et elles s'épuisent vite.

Cependant, l'énergie vitale du corps garde également des réserves pour ses fonctions métaboliques de base. Ainsi, à un moment donné, au niveau organique nous n'avons plus de sucre, de minéraux, de nutriments pour réparer les dégâts causés par le stress. Cet état organique engendre au niveau comportemental un état d'inhibition de l'action. C'est ce que l'on appelle « l'aboulie ». L'individu n'a plus envie de rien, il se force à poser des actes même simples, à prendre des décisions et ressent une grande fatigue physique, une profonde lassitude. Mais le stress de la vie ne s'arrête pas pour autant... À partir de ce moment, instinctivement, l'individu va utiliser des sympathicomimétiques, c'est-à-dire des substances qui vont continuer de mobiliser en aveugle les réserves profondes de notre organisme, notamment les minérales qui ne devraient pas être utilisées car elles constituent nos propres tissus.

C'est l'exemple d'un chef d'entreprise qui semblait en pleine forme, travaillait sept jours sur sept, buvait deux litres de café et fumait un paquet de cigarettes par jour, et qui, suite à une mauvaise nouvelle apprise par téléphone, a fait une montée de tension et est décédé d'un anévrisme artériel. Ses tissus devenus tellement fragiles par la mobilisation à l'extrême des réserves ont conduit à cette tragédie.

Nous parlons souvent de la nocivité du cholestérol par rapport à ce type de maladie, on oublie de parler du stress et de la fragilité de la paroi des vaisseaux engendrée par le stress. N'oublions pas également que les glandes surrénales sécrètent aussi la cortisone qui joue exactement le même rôle physiologique que l'adrénaline, c'est-à-dire la mobilisation des réserves pour réparer les dégâts causés dans le corps par une inflammation, une allergie, voire une infection. À partir de là, une décharge d'adrénaline peut engendrer un épuisement de cortisone entraînant une dépression immunitaire, facteur déclenchant de cancers sur un terrain prédisposé, et de maladies auto-immunes. Dans ce cas-là, les défenses du corps deviennent tellement faibles qu'elles n'arrivent plus à reconnaître les tissus sains des tissus malades, comme dans la sclérose en plaques, la polyarthrite rhumatoïde etc. Ce sont des maladies de civilisation qui, actuellement, augmentent à la vitesse grand V... Et c'est pour cette raison que je me bats depuis des années pour aider les gens à mieux gérer les différentes agressions provoquées par notre vie trépidante moderne.

Serge LEAUTIER
Extrait du livre de Serge Léautier « La destinée de l'homme » -

Editions CLC - 2012



Le Foie

Le Foie est l'émonctoire le plus important de notre corps et ses fonctions sont multiples. A la fois il élimine, fabrique et stocke selon les besoins de l'organisme. Sa vitalité est importante et il est soumis à de rudes épreuves dans le contexte de la société actuelle, les pesticides, les nitrates, les produits chimiques sont autant de polluants qui fragilisent le foie au point que même les personnes même ayant une hygiène de vie raisonnable sont sujets à l'insuffisance hépatique.

Le Foie : l'émonctoire majeur

C'est l'organe le plus important de notre corps pour toutes les fonctions qu'il représente, (500 fonctions différentes et fabrique plus de 1000 enzymes).

Le foie pèse environ 1.5 kg et filtre 1.5 litre de sang à la minute.

Il assure trois fonctions principales :

1-Épuration, 2-Synthèse, 3-Stockage.

1 : Epuration et élimination des déchets tels que :

- Toxines de l'organisme, abus alimentaires, alcool,
- Mauvaise hygiène de vie, excès de médicaments,
- Syndrome prémenstruel: auto-intoxication de la femme par un excès de ses propres hormones que le foie n'arrive plus à éliminer par insuffisance fonctionnelle.
- Dégradation du cholestérol en acides biliaires
- Destruction des hématies et leucocytes en fin de vie
- Destruction de bactéries sanguines
- Fonction de barrage face aux empoisonnements, toxines, virus, produits chimiques, drogues, médicaments hormonaux, statines, Alcool et sulfites, eaux traitées.
- Fatigue oculaire et baisse de la vision (yeux rouges)
- Fatigue générale

2 : Synthèse et fabrication

- Synthèse du Cholestérol et production des triglycérides
- Dégradation du cholestérol en acides biliaires
- Production de stockage de glucose (glycogène)
- Néoglucogenèse : fabrication de glucose à partir de molécules non glucidiques
- Bile et sels biliaires
- Métabolisme et synthèse d'hormones sexuelles
- Production enzymatique
- Fonction régulatrice du cholestérol (métabolisme des lipides)
- Production d'une partie de la chaleur du corps
- Fonction complémentaire de la régulation de la température corporelle
- Élaboration de molécules nouvelles, (protéines, corps gras...)

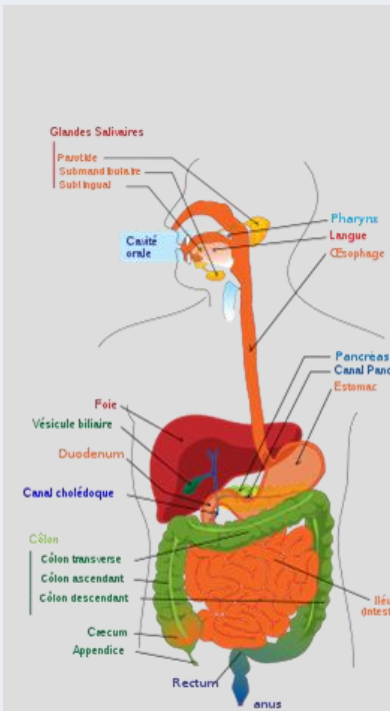
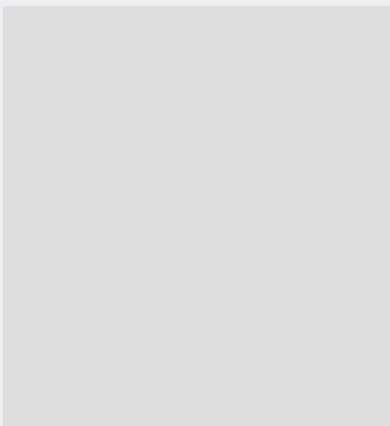
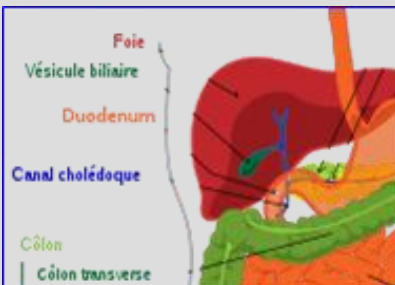
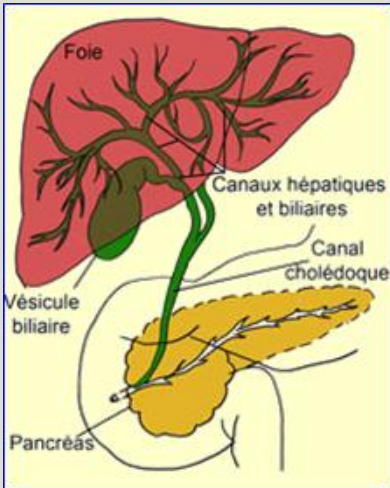


Figure 1 : FOIE SAIN



Figure 2 : FOIE cirrhotique





3 : stockage

- Vitamines liposolubles: A, D, K, E, et bien sur la vitamine B12 (vitamine hydrosoluble)
- Fer et ferritine, cuivre,
- Glycogène
- Certaines hormones sexuelles,

Le foie organe majeur :

Le foie est un organe robuste mais soumis à de telles épreuves les nouveaux modes de vies, des heures de sommeil irrégulières, des repas trop copieux le soir, des médicaments lourds ou inadaptés par automédication, un stress permanent, ... autant de causes qui ont tendance à diminuer ces capacités originelles d'où cette insuffisance hépatique quasi permanente.

Le foie et les émotions:

Comme tous les autres organes, il a de multiples fonctions physiologiques mais il est aussi un siège important des émotions avec comme souvent un effet spiral ; le stress engendre à terme une insuffisance hépatique et cette même insuffisance va accélérer les situations de stress... L'engorgement du foie par un excès de graisse (stéatose hépatique ou foie gras...) est la principale cause des crises hémorroïdaires.

Cet engorgement hépatique se traduit la plupart du temps par des émotions rentrées, une introversion, une mauvaise gestion des colères... (colères rentrées).

Bien que le foie soit doué d'une extrême résistance à toutes les toxines auxquelles il est soumis, il a une sensibilité particulière et réagit fortement aux bonnes comme mauvaises émotions

L'excès de café provoque une évacuation précoce de la bile au niveau du duodénum et vide l'estomac de son contenu sans que les sucs gastriques aient eu le temps de réaliser leurs fonctions, il est toujours préférable de prendre le café loin des repas.

Lorsque le foie est en plein potentiel de ses fonctions,

- Il est capable de neutraliser les substances toxiques, chimiques ou cancérigènes.
- La plupart de ces déchets sont rejetés dans la bile, d'où l'importance de la complémentarité de la vésicule biliaire qui stocke, concentre et sécrète la bile en fonction des besoins digestifs.
- Ce qui est important de retenir : lorsque les toxines ne sont pas éliminées par l'émonctoire en charge d'une toxine particulière, c'est le foie qui prend le relais jusqu'au moment où il arrive à saturation.
- En effet, lorsque les reins, les intestins, les poumons ou la peau arrivent à saturation, c'est le foie qui prend le relais avec toutes les conséquences des défaillances citées en amont.

Nota : lorsque les toxines ne sont pas éliminées par le foie, elles auront tendance à se stocker dans les graisses (adipocytes, graisses phosphorées: cerveau,)



Les symptômes d'une insuffisance hépatique

- *Somnolence après repas*
- *Manque d'appétit*
- *Gastrite*
- *Syndrome métabolique, obésité*
- *Nausées, vomissements*
- *Crises hémorroïdaires*
- *Excès de cholestérol sanguin (LDL): risques cardiovasculaires*
- *Constipation, parasitoses intestinales*
- *Allergies : alimentaires, urticaire, (Intolérance au lactose)*
- *Allergies : rhumes des foins, asthmes, («apnée du sommeil»)*
- *Hypertension*
- *Baisse des défenses immunitaires*
- *Ballonnement*
- *Troubles menstruels, candidoses...*
- *Ménopause précoce*
- *Troubles prostatiques*
- *Troubles de la mémoire*
- *Épuisement surrénaliens (manque de production de cortisone)*
- *Troubles inflammatoires, (arthrite)...*
- *Peau terne, irruptions cutanées*
- *Syndrome du colon irritable,*

Comment agir favorablement sur le foie ?

Hygiène de vie :

- *Réduire au maximum les graisses saturées, fritures, sucres et sucreries, chocolat, café ... Viandes rouges, charcuterie,*
- *Réduire les céréales, pains, pâtes, gluten.*

Activité physique :

- *Pratiquer régulièrement un sport ou une activité permettant l'oxygénation.*

Alimentation de qualité :

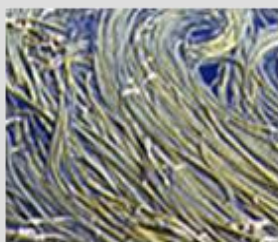
- *Éviter les aliments cultivés avec engrais chimiques, pesticides, nitrates et autres.*
- *Augmenter la proportion de fruits et légumes, poisson frais, crudités.*
- *Eaux de sources (boire abondamment pendant les périodes de drainage).*

Objectif :

*Drainage et stimulation des fonctions hépatiques et biliaires ;
Rendre au foie sa capacité à filtrer 1.5 litre de sang à la minute.*

Éliminer les toxines stockées dans l'organisme.

Agir de manière bénéfique sur les hépatocytes (cellules du foie).



Plantes qui stimulent les fonctions hépatiques & pancréatiques

DESMODIUM BIO

Plante tropicale principalement utilisée par les praticiens des médecines ancestrales pour traiter les troubles du foie. Cette plante à la propriété de drainer stimuler et protéger le foie. Son action hépato-protectrice régénère, détoxifie le foie. Cette plante est utilisée traditionnellement pour lutter contre les empoisonnements et purifier les engorgements hépatiques.

CHARDON MARIE BIO

Plante médicinale, protectrice du foie, draineur naturel, son effet hépato-protecteur est dû principalement à son constituant : la silymarine. Stéatoses hépatiques, hépatites, protège les hépatocytes, lésion dues aux excès de fer, hyper-sidérémie, hémochromatose. Lutte contre la dyspepsie, antidiabétique, inhibition angiogénèse.

SEVE DE BOULEAU BIO

Elle va agir en profondeur afin d'éliminer les toxines accumulées, sa teneur en chlorophylle régénère les tissus cicatrise les canaux intra-hépatiques. Le bouleau remet le foie au travail.

BAIE D'ACAÏ BIO

Permet de lutter contre les graisses profondes de l'abdomen, lutte contre le vieillissement tissulaire, améliore la circulation abdominale, stimule le pancréas et aide à la régulation de la glycémie.

HIMANTHALIA ELONGATA

Régulateur de la glycémie sanguine.
Riche en oligo-élément (iode, bore, chrome, manganèse)
Elle contient une forte teneur en vitamine naturelle A, B6, F,...

ASCOPHYLLUM

Régénérateur tissulaire, riche en oligo-éléments, (soufre, potassium, phosphore, iode, fer, zinc, manganèse).

Les Actibiotiques

Nouvelle génération des produits de flore.....

La flore intestinale est un écosystème symbiotique, c'est-à-dire une relation d'intérêt commun entre nous et des organismes vivants extérieurs. L'habitat de ces organismes est constitué par nos muqueuses digestives, sur lesquelles les bactéries vivent fixées. Parmi les « cent mille milliards » de bactéries qui composent la flore humaine, la diversité est immense. Certaines bactéries dominent, d'autres sont dominées. Des relations complexes hôte/bactéries et bactéries/bactéries conditionnent de façon individuelle la composition qualitative et quantitative de la flore.

A chacun sa flore

Chacun possède une flore spécifique et c'est ce qui fait dire à certains thérapeutes que la prise de probiotiques (donc l'ingestion de micro-organismes venus de l'extérieur) répond très imparfaitement aux besoins individuels de chaque individu. C'est sur cette base théorique qu'ont été conçus les actibiotiques, dont le concept propose une vision plus écologique du fonctionnement digestif.

L'ingrédient leader des actibiotiques, les **Actifs L.B**, est formé d'un complexe thermostable, obtenu par fermentation d'une souche naturelle de *Lactobacillus acidophilus* (souche L.B). Cette souche a été sélectionnée pour ses propriétés bénéfiques sur l'écosystème digestif, et surtout parce que ses propriétés persistent lorsque la souche est stabilisée par la chaleur (thermostabilisation).

Les Actifs L.B n'apportent donc pas de germes vivants extérieurs, comme les flores de substitution probiotiques, mais un ensemble d'ingrédients naturels vont agir de façon directe, en consolidant les muqueuses et en réactivant la flore intestinale spécifique à chaque personne. L'objectif est de rétablir l'autonomie de l'écosystème, en respectant le terrain individuel.

Sur la flore intestinale, les Actifs L.B stimulent la croissance des germes bénéfiques (effet bifidogène) et inhibent la croissance des micro-organismes à potentiel pathogène (salmonelles, virus ...).

L'effet inhibiteur a été validé sur les agresseurs présents dans la lumière du tube digestif (action préventive), mais également sur les germes ayant déjà pénétré à l'intérieur de la muqueuse (action réparatrice). De plus, l'effet anti-microbien a été également démontré au niveau de l'estomac contre *Helicobacter pylori*, un germe pathogène impliqué dans les troubles de cet organe.

Sur les muqueuses digestives, les Actifs L.B exercent une restauration intime des cellules, et surtout un renforcement de l'étanchéité entre ces cellules sans laquelle certains déchets (allergènes alimentaires, protéines bactériennes, structures virales), normalement stoppés par les barrières digestives, sont susceptibles de franchir la muqueuse sans être digérés et de pénétrer dans la circulation générale. De même que pour l'activité antimicrobienne, l'effet cellulaire des Actifs L.B s'applique à l'estomac, avec des effets réparateurs sur la muqueuse gastrique.



Patrick HOULIER
Docteur en Pharmacie