

# Compte-rendu de l'atelier auto-médication gynéco 6 mai 2018 à LABASE

## PRÉSENT-E-S

Laetitia, Maïa L, Anne-Lise, Gaby, Anne-So, Géro, Dominique, Théau

## PRÉSENTATION PAR DOMINIQUE (CHERCHEUSE)

Dominique & Myriam ont présenté un projet à la MSH (Appel « les nouveaux territoires du militantisme » d'octobre 2018) autour de l'alimentation comme objet politique et notamment en suivant 4 groupes de femmes (donc, travaillent aussi sur la place du genre). Travail sur l'enjeu épistémologique i.e. documenter comment on produit des connaissances dans le domaine de l'alimentation. Les deux chercheuses se placent à l'interface entre recherche et « société civile » (sic), à travers les « sciences participatives » (re-sic).

Est ce qu'on pourrait travailler avec vous ? Pour travailler sur le comment on produit des connaissances en terme d'auto-médication gynéco. « L'entrée : participer aux réunions, noter. » Dominique = Place d'observatrice du groupe, avec forcément une implication de part son propre intérêt porté au sujet du travail d'autonomisation des femmes en terme gynéco.

Posture du chercheur impliqué. Qu'est ce que la posture « neutre » du chercheur ?

En s'impliquant, et comment. Où créer un espace pour discuter avec nos pairs chercheurs.

Construire ensemble la grille d'analyse ? un des problème des chercheurs impliqués : on est avec les autres. Dans la production de connaissance académiques, nécessité d'un temps de recul. Comment garantir la distanciation ? Groupe d'analyse de la pratique de recherche : méthodo, rapport à sa propre histoire. Construire des espaces de réflexivités. Aller retour permet de comprendre comment se construit la connaissance.

Remarque de Laetitia : « j'ai peur que ça se télescope... ça fait beaucoup de charge pour un seul groupe... » Réponse : « Il n'y a pas de charge particulière pour le groupe. » « Les chercheur-e-s portent un regard sur le groupe. Peu de chose demandé au groupe : on aura besoin de discuter avec chacun-e d'entre vous pour discuter des trajectoires. » « Je ne demande pas à ce qu'on travaille sur l'épistémologie. »

Grosso-modo, c'est pas nous qu'on va travailler mais Dominique & Myriam. Donc les personnes présentes sont OK pour se faire « observer ».

# PRÉSENTATION DE L'INTERACTION AVEC LA MSH (PROJET LABASE)

Rappel de la raison d'être du comité de suivi : il permet d'assurer la MSH que le fric qu'ils nous donnent n'est pas utilisé dans des comportements « à risques » (risques médicaux, données personnelles, vis-à-vis de la loi). Ils demandent donc d'avoir un groupe de personnes « neutres » (i.e. non-engagée dans la conduite du projet) pouvant porter un regard sur les pratiques du groupe. L'idée est d'organiser une rencontre avec le comité de suivi une fois par semestre (ou par an?) et de leur envoyer nos compte-rendus pour qu'ils suivent nos activités.

On a 4 chercheurs-ses ayant donné leur accord pour participer au comité de suivi du projet :

- François Buton (politologue, CNRS : <http://triangle.ens-lyon.fr/spip.php?article7031>)
- Raphaëlle Delattre (Praticien Hospitalier Service d'Anesthésie-Réanimation, hôpital Beaujon Clichy et actuellement en thèse de Science sur la pharmacocinétique des bactériophages)
- Frédéric XX (anthropologue, IRD, Montpellier) et
- Agnès Robin (juriste à l'UM voir <https://agnesrobinblog.wordpress.com/> , <https://univ-droit.fr/universitaires/4532-robin-agna-s>)

## THÉMATIQUES

Deux thématiques (et donc deux groupes de travail) ont été choisies lors de la réunion précédente (8 avril) : mycoses et herpès.

Présence de Anne-So & Laetitia qui ont fait des recherches sur l'herpès. Anne-So & Laetitia font leur formation chez « Inderplant » à Mauguio – proprio du labo PhytoFrance. Formation chère (2000€/an pendant 3 ans) ! Recommandent plutôt d'aller à Toulouse chez XXXX.

Pour la mycose, Véronique a envoyé un PDF sur la liste et Géronimo a préparé un dossier sur la biologie et quelques traitements (DIY) contre mycoses. Pour les maladies sexuellement transmissibles, voir un site bien fait (à mon avis) :

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies-infectieuses/sante-sexuelle-infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes/infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes-infections-transmissibles-sexuellement-26.html>

## Herpès

Pas de solution pour traiter l'herpès : une fois qu'on l'a, il n'y a pas de solution de s'en débarrasser. Il faut donc booster le système immunitaire avec des plantes, comme des décoctions de salsepareille (*Smilax aspera*) ou de l'Echinacea XXX.

Wikipédia francophone : *La salsepareille est une plante médicinale, utilisée notamment en cas de rhumatisme et de maladie de peau (eczéma, psoriasis), mais aussi en cas de grippe, anorexie ou goutte. Elle a une action diurétique et diaphorétique, car elle active la circulation. Seules ses*

*racines sont utilisées, et ses baies, si elles ne sont pas vraiment toxiques, ne sont pas consommables. Wikipédia castillan : La plante est également utilisée comme tonique et pour ses propriétés aphrodisiaques au Mexique et en Amazonie pour augmenter la virilité et le traitement des troubles ménopausiques. Il est utilisé dans le traitement des maladies respiratoires et de la syphilis.*

Préparation de décoction de salsepareille dans alcool (on parle d' « alcoolature ») : Arroser le sol où se trouve la-les plante-s (sinon, c'est pas facile à sortir les racines). Chercher les racines blanches (comme de l'ivoire), frottée et brossée (avec brosse à dent, mais pas avec de l'eau!), coupée en petit morceau (2-3cm), séché 3 jours à l'air ambiante, ajouter de l'alcool à 70 % (distillation maison). Remplir le pot des cubes de racines et submerger les cubes avec l'alcool à 70 %. Laisser 1 mois dans l'alcool à l'obscurité. Prendre 30 gouttes matin midi et soir dès qu'on commence à sentir l'herpès arriver (souvent quelques jours avant l'arrivée des symptômes). Conseillé de prendre le traitement pas plus de 4-5 jours. Laetitia préconise de faire 3-4 cures de 3 semaines pendant l'année avec pause entre les cures. Là, les salsepareilles ont été récoltées à Lamalou-les-bains.

Alcoolature d'Echinaceae XXX (achetable en pharmacie) : à prendre en urgence pour booster le système immunitaire mais pas en cure... à prendre peu de jours sinon risque d'un effet inverse (ie rend malade).

## **Mycoses**

À continuer pendant le prochain atelier.

Sur le site canadien, pour traiter les candidoses avec le traitement suivant \*Acide borique \*300 à 600 mg, sous forme de capsule de gélatine, par voie intra-vaginale, 1 f.p.j., pendant 14 jours

Note de bas de page 39 et note de page 40

<<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies-infectieuses/sante-sexuelle-infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes/infections-transmissibles-sexuellement/lignes-directrices-canadiennes-infections-transmissibles-sexuellement-26.html#fn39>> ,

\*Contre-indiqué pendant la grossesse\*

### ***Le remède de grand-mère contre les mycoses***

Par ailleurs, un médecin, gynéco de l'hôpital de Tours (R. Quentin), note dans ses formations :

une préparation à faire faire en pharmacie: 100 gr de borate de sodium et 100 gr de bicarbonate de sodium, mélanger.

Faire bouillir 1 litre d'eau (elle doit-être stérile, donc bouillir minimum 20 min mais une stérilisation dans une bouteille mise dans une cocotte minute pendant 15 minutes est le processus classique), et ajouter après l'ébullition 2 cuillerées à soupe de cette poudre. Laisser refroidir, et rincer les parties génitales avec (le-la copain-e aussi, si possible). Possible aussi en douche vaginale. Attention, ça pique pas mal au début à cause des inflammations. C'est NORMAL. C'est en complément des crèmes, lors de la toilette intime, mais pas en remplacement du traitement médical.

Une fois que la mycose est terminée, on peut tout au long de l'année si la mycose est récurrente, on peut se rincer 3 fois par cycle (1 fois tous les 10 jours: avant et après les règles + 1 fois en cours de cycle) avec cette préparation. Effet "d'entretien" garanti et contrôle de l'acidité des muqueuses, et surtout apaisant, antiseptique tout doux (pas que pour les muqueuses d'ailleurs, soit dit au passage).

Remarque: Les candidoses vaginales sont souvent récurrentes et plus graves chez les femmes séropositives mais la prise en charge est la même. Dans certains cas le traitement sera à plus long terme.

## **DISCUSSIONS DIVERSES ET NOTES RAPIDES**

lorsqu'on voit apparaître les boutons herpes labial : Rus tox en 9CH 3 pilules toutes les 3 heures.

1960 : semble y avoir eut un blocage des recherches sur la nutrition qui pourrait être lié au PNNS (plan national nutrition santé).

Aujourd'hui : cancer : supprimer les sucres et les glucides

faire un retour sur les concept type « biomédecine » : c'est une médecine pour éradiquer le symptôme et effet/médecine iatrogène (le remède est pire que le mal). Gallien (centré sur la maladie) versus Hippocrate (centré sur l'holistique).

ratio lysine / arginine (je ne me souviens plus de ce qui a été dit)

on parle de « Teinture mère » seulement en homéopathie

**Livre à recommander** : Ivan Illich : la némésis médicale

## **PROCHAINE RÉUNION (ET FRÉQUENCE)**

troisième mercredi du mois : réunion mensuelle de l'atelier.