

# Naturopathie gynécologique

La santé gynécologique par le biais des plantes-compagnes des femmes, des remèdes traditionnels et de la compréhension psycho-émotionnelle et spirituelle.

## La GynécoSanté et ses multiples facettes... sur les plans physiologique et naturopathique

Les troubles gynécologiques ne se résument pas simplement à un dysfonctionnement de la sphère uro-génitale ou du système reproducteur, mais font écho à de nombreuses facettes de la femme au rythme de son vécu. Les perturbations hormonales peuvent se déclarer sous forme de pathologies gynécologiques multiples, dont les principales cibles sont les ovaires, l'utérus, le col de l'utérus ou les seins. Les symptômes courants se manifestent par un dysfonctionnement au niveau du flux menstruel, qui est la pointe visible de l'iceberg, par des douleurs aiguës ou inhabituelles, mais une pathologie gynécologique peut également se développer silencieusement sans symptôme apparent.

Le système hormonal interagit en lien étroit avec le système nerveux, tous deux étant parmi les systèmes les plus subtils et impalpables du corps humain. Le cycle féminin est le baromètre émotionnel de la femme. Il exprime son état de santé physique, émotionnel et mental, ainsi que son niveau de stress. Les principales hormones féminines sont produites par l'hypophyse et les ovaires et travaillent en interaction les unes avec les autres. Lorsqu'une déficience ou un excès apparaît, cela a une incidence sur l'ensemble de ce fin tissage en provoquant des symptômes spécifiques à chaque situation.

Cependant de nombreux autres facteurs vont également influencer sur la sphère gynécologique de la femme.



© Holly Sierra  
Sorceress

En voici quelques-uns :


- Le facteur **alimentaire**, car l'alimentation a un rôle de prévention majeur et demeure le pilier principal de notre immunité cellulaire à tous les niveaux. Les récepteurs hormonaux se situant sur la membrane de la cellule, une alimentation équilibrée favorisera un bon échange intra et extra-cellulaire.

- Le facteur **hygiène de vie** a une répercussion sur l'ensemble de notre état de santé dont les éléments principaux à surveiller sont : la respiration, le sommeil, le stress, le tabagisme, la prise de

médicaments, la consommation abusive d'alcool, la sédentarité, etc.

- Le facteur environnemental ou **perturbateurs endocriniens**, dont la structure moléculaire ressemble aux hormones et perturbe leur équilibre naturel. Ce sont les matières plastiques, les additifs alimentaires, les conservateurs chimiques, les ondes électro-magnétiques (portable, WIFI), la qualité de l'eau et de l'air, etc.

- Le facteur **viral ou bactérien** qui peut avoir une incidence sur la vulve, le vagin, ou le col de l'utérus. La sexualité en est ainsi affectée, mais souvent c'est un mécanisme d'auto-protection qui permet de justifier une impossibilité passagère ou chronique à vivre pleinement sa sexualité ou une auto-censure au plaisir, comme une barrière de protection.

Cela peut parfois également entrer en résonance avec un vécu douloureux, un conflit non résolu d'identité sexuelle, de frustration, de communication, d'insécurité ou de sentiment d'envahissement.  *suite à la page 30*



© Karen Morand

Naturopathe en Santé des Femmes de la préadolescence à la ménopause. Le Sacre du Féminin, celui qui rend grâce à toutes les couleurs du Vivant, est au cœur de sa pratique.  
karenmorand@naturofemme.ch  
www.naturofemme.ch