

La Phytothérapie – la base bien documentée de la Médecine classique*

La Société Suisse de Phytothérapie Médicale (SSPM) est la 4^e organisation des disciplines parmi les médecines complémentaires de l'UNION qui se présente ici et qui explique le fonctionnement et la pratique de la phytothérapie.

Beatrix Falch, Roger Eltbogen,
Beat Meier

Société Suisse de Phytothérapie
Médicale (SSPM)

* Ce texte est tiré du Health Technology Assessment (HTA) Phytothérapie (p. 15–24), publié en 2005 dans le cadre du Projet de l'Evaluation des Médecines Complémentaires de l'Office Fédéral de la Santé Publique

Traduction française: Damien
Decret et Barbara Kramer

La Phytothérapie utilise des plantes médicinales dans leur totalité ou certaines parties de la plante dans des buts thérapeutiques. La phytothérapie compte parmi les premières et les plus anciennes méthodes curatives depuis l'aube de l'humanité. C'est ainsi que les êtres humains utilisent des plantes depuis des siècles voire des millénaires à des fins thérapeutiques sur l'ensemble de notre planète, ce qui a permis aux hommes de générer au cours des siècles un large savoir et une immense expérience dans leur utilisation.

Historiquement parlant, la médecine classique n'existerait pas sans la phytothérapie. C'est avec le développement ultra-rapide des sciences naturelles au XIX^e siècle, et particulièrement avec les avancées de la chimie, que l'on a pu isoler des composants purifiés des plantes et produire leurs dérivés partiellement synthétiques, puis fabriquer de nouvelles molécules synthétisées chimiquement, pour finalement les introduire comme elles le sont actuellement dans l'arsenal de la médecine classique. Un grand nombre de principes actifs, qui ont aujourd'hui de l'importance, proviennent de la nature du moins en ce qui concerne leur structure de base.

**«Historiquement parlant,
la médecine classique n'existerait
pas sans la phytothérapie.»**

Les substances et les composants purifiés à base de plantes ne sont pas l'apanage de la phytothérapie et ce malgré leur origine végétale mais sont classifiés dans la médecine classique. En effet les médicaments tirés des plantes ou d'origine végétale se distinguent des médicaments dits «classiques» par le fait que le principe actif du médicament n'est pas dû à une substance ou à une molécule particulière définie chimiquement. Une préparation à base de plantes contient une multitude de substances, lesquelles en synergie donnent l'effet thérapeutique voulu. Ainsi,

en phytothérapie, c'est l'extrait dans sa totalité qui représente le principe actif. Dans la majorité des cas il n'y a pas une seule substance isolée qui soit responsable de l'effet thérapeutique voulu. L'effet observé est le résultat de l'action commune des différents composants.

Par la suite le développement des sciences n'est pas resté sans conséquences pour la phytothérapie. Depuis le milieu du 20^{ème} siècle le développement des méthodes analytiques, pharmacologiques et cliniques a permis à la phytothérapie de faire ses preuves scientifiques quant à la qualité, l'efficacité et

La Société Suisse de Phytothérapie Médicale (SSPM) a été fondée en 1988

Fondée en 1988, la SSPM compte actuellement près de 700 membres (médecins, pharmaciens, vétérinaires, scientifiques). Elle offre un programme complet de formation sur une durée de 3 ans qui se clôture par un examen de capacité (oral et écrit) et qui amène à l'octroi d'un certificat de capacité SSPM reconnu par la FMH. De plus ont lieu depuis 27 ans en novembre le congrès de phytothérapie (ou journée annuelle) à Baden, et depuis quelques années se tient parallèlement aussi un congrès biennal en langue française à Lausanne. Par leurs thèmes à chaque fois renouvelés et variés ces manifestations ont pour but de faire connaître aux participants les avancées scientifiques en phytothérapie. Ces congrès sont largement reconnus comme ayant un haut niveau de qualité dans notre pays et à l'étranger. La SSPM place et élève la phytothérapie au rang d'une discipline médicale qui fait partie intégrante de la médecine classique; elle s'engage aussi par là même en politique sanitaire et encourage la recherche en phytothérapie. On trouve les programmes de formation de base et de formation continue sur le site internet en allemand www.smgp.ch et en français sur www.sspm.org et ils peuvent y être téléchargés. Les cours sont conçus en modules et peuvent être commencés ou suivis dans n'importe quel ordre.

Correspondance:
Prof. Dr Beat Meier
Société Suisse de Phytothérapie
Médicale (SSPM)
Secrétariat Général
c/o Ecole Supérieure Zurichoise
pour les Sciences Appliquées,
CH-8820 Wädenswil
[beat.meier\[at\]zhaw.ch](mailto:beat.meier[at]zhaw.ch)



Le Souci (*Calendula officinalis*) – une plante médicinale qui a fait ses preuves en dermatologie.

l'innocuité des médicaments d'origine végétale. Afin de se délimiter des pratiques thérapeutiques à base de plantes fondées uniquement sur l'empirisme et l'expérience pratique que l'on peut qualifier de «Phytothérapie traditionnelle» le terme de «Phytothérapie rationnelle» a été créé. Cependant, en pratique, cette ligne de séparation entre «traditionnel» et «rationnel» reste imprécise et souvent impossible, surtout aux yeux des médecins et des patients quant au succès thérapeutique.

«Les médicaments à base de plantes se caractérisent en outre par une large marge thérapeutique.»

Toutefois et même si les médicaments à base de plantes sont composés d'un mélange de nombreux constituants, on peut définir dans la plupart des cas quelques substances qui dominent proportionnellement en quantité. C'est donc la connaissance de ces quelques principes qui permet de tirer des conclusions sur le profil d'efficacité thérapeutique d'une plante (par exemple les propriétés des tannins sont utilisées pour traiter les diarrhées, les maladies prurigineuses et suintantes).

Avantages des mélanges à composants multiples

Les préparations à base de plantes, en raison de la complexité de leur composition, ont l'avantage de produire leur effet non seulement sur un mécanisme d'action isolé mais d'interagir avec de nombreuses

structures biochimiques. Par conséquent, comparé à une préparation synthétique, le spectre de l'efficacité de l'extrait phytothérapeutique est plus large et multiple et ses effets secondaires indésirables sont significativement plus rares et moins prononcés. Une autre raison à cela est que dans une préparation à base de plantes on ne trouve que très rarement en grande quantité une seule substance unique au point d'être toxique.

Les modes de préparation les plus fréquents des plantes ou de leurs différentes parties sont les extractions utilisant ou l'eau, ou des mélanges eau/éthanol ou parfois aussi des huiles végétales; quelques techniques très modernes utilisent des gaz ou des liquides supercritiques pour préparer les extraits. Selon le processus de préparation on peut influencer et déterminer la composition phytochimique d'un extrait et d'en optimiser ainsi l'effet, l'efficacité et la tolérance (par exemple en éliminant des composants indésirables).

Du fait que l'on attend et que l'on exige des médicaments à base de plantes une haute sécurité toxicologique, les médicaments préparés et fabriqués ont un effet plutôt modéré. C'est la raison pour laquelle aujourd'hui une grande partie des médicaments à base de plantes peuvent être obtenus sans ordonnance dans les pharmacies et les drogueries.

On les trouve principalement (et pour autant que les propriétés physico-chimiques des préparations le permettent) sous forme de poudres, granulés, gouttes, jus, solutions, capsules, comprimés, comprimés effervescents, dragées, ampoules buvables, infusions, sprays, pâtes, onguents, crèmes et gels. Par contre on ne trouve pas sur le marché suisse de solu-

tions injectables en préparation phytothérapeutiques.

Domaine d'application de la Phytothérapie

La plupart du temps une maladie n'est pas déclenchée par la modification d'un facteur biochimique isolé mais il s'agit toujours d'un processus multifactoriel. Le large spectre d'action que l'on observe souvent avec les médicaments à base de plantes est considéré comme un avantage. Les médicaments à base de plantes permettent d'exercer une action à plusieurs niveaux et de mettre en œuvre divers mécanismes biochimiques. Le processus de réparation et de guérison dure selon les situations plus longtemps qu'avec des préparations synthétisées chimiquement mais la guérison par contre se veut plus complète et profonde. C'est ainsi que par exemple en

dermatologie l'application d'extrait de Mélisse dans l'herpès labial ou d'un distillat d'Hamamélis dans la neurodermite permet de diminuer la fréquence des récurrences par rapport aux traitements utilisant des préparations synthétisées chimiquement.

Les médicaments à base de plantes se caractérisent en outre par une large marge thérapeutique. Le début de l'effet thérapeutique est, comparé aux substances chimiques, la plupart du temps retardé, c'est à dire qu'il produit son effet le plus souvent après répétition de la prise et utilisation prolongée; c'est pourquoi cet effet thérapeutique est rarement observé d'emblée (une exception toutefois, les préparations à base de Pétasite dans la rhinite allergique). Par voie de conséquence les médicaments phytothérapeutiques sont utilisés le plus souvent comme traitement symptomatique, pour atténuer les souffrances dans des indications «non-vitales», dans des pathologies légères à moyenne et de durée moyenne à chronique, lors de troubles ou de perturbations de l'état général de même que pour la prévention dans le domaine sanitaire. En ce qui concerne les situations aiguës ou la médecine d'urgence, les médicaments à base de plantes n'ont guère leur place sauf en de rares exceptions comme les préparations à base de Séné lors de constipation aiguë.

Les médicaments à base de plantes sont utilisés généralement avec succès, seuls ou en thérapie complémentaire dans les indications suivantes: maladies des voies respiratoires, troubles circulatoires chroniques périphériques artériels ou veineux, maladies digestives et autres troubles gastro-intestinaux, maladies du tractus urogénital, pathologies gynécologiques, troubles psycho-neurovégétatifs, maladies pédiatriques, maladies dermatologiques, maladies cardiovasculaires, maladies rhumatismales et syndromes douloureux.

Phytothérapie et Evidence scientifique

Pour tous ces domaines d'application il existe actuellement une multitude d'études cliniques avec des préparations à base de plantes et parmi elles les plus récentes qui correspondent aux exigences GCP (good clinical practice) et qui tiennent la dragée haute à la médecine classique. Preuve en a été faite dans une large étude (Nartey et al.) par l'Institut Bernois de Médecine Sociale et Préventive renommé sous la direction de Matthias Egger: la qualité de 89 études phytothérapeutiques (comparées en «matched-pair») était tendanciellement même plutôt meilleure que celles où des préparations synthétiques étaient utilisées dans une même indication. En outre il existe plusieurs monographies des plantes médicinales publiées et reconnues par différents organes officiels (par exemple l'European Medical Agency et l'OMS) comportant les domaines d'appli-

cation et les indications qui ont été examinées et validées par de nombreux experts professionnels en tenant compte à la fois des données provenant des connaissances empiriques et traditionnelles et du savoir scientifique.

Il ne faut pas non plus négliger le fait que, malgré la manière dont on considère la phytothérapie avec ses exigences strictement scientifiques, les médicaments à base de plantes, en dehors de leurs propriétés et de leurs effets résultant de la recherche scientifique ont aussi auprès des patients un effet subjectif sur la manière dont ils ressentent leur propre état de santé; la phytothérapie a donc aussi une composante émotionnelle de même que des effets psychophysiologiques en interaction réciproque. Les patients associent aux médicaments à base de plantes des remèdes provenant de «la nature» qui normalement n'occasionnent aucun dommage et ne présentent aucun inconvénient. Beaucoup de patients se sentent nettement plus concernés et interpellés par des remèdes à base de plantes que par des préparations synthétiques et par là-même offrent aux médecins une bien meilleure observance et adhésion thérapeutique. C'est pourquoi il vaut la peine que chaque médecin s'investisse dans cette discipline qui est tout à fait d'actualité.

Références

- Bruneton J. Pharmacognosie. Cachan: Edition Tec&Doc; 1999.
- Durrafourd C, Lapraz JC. Traité de phytothérapie clinique. Paris: Edition Masson; 2002.
- ESCOP 2003. European Scientific Cooperative on Phytotherapy Monographs et Supplement 2009. The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products. Stuttgart, New York: ESCOP ThiemeVerlag. www.escop.com .
- Hostettmann K. Tout savoir sur le pouvoir des plantes, sources de médicaments. Lausanne: Editions Favre; 1997.
- Morel, JM. Traité pratique de phytothérapie. Paris: Edition Grancher; 2007.
- Les Monographies de l'HMPC: www.ema.europa.eu → Find medicines
- Nartey L et al. Matched-pair study showed higher quality of placebo-controlled trials in Western phytotherapy than conventional medicine. J. Clin. Epidemiol. 2007;60:787-94.
- WHO. World Health Organisation monographs on selected medicinal plants. Vol. 1; 1999.
- WHO. World Health Organisation monographs on selected medicinal plants. Vol. 2;2002.
- Wichtl M. Anton R. Plantes thérapeutiques: tradition, pratique officinale, science et thérapeutique. Cachan: Edition Tec & Doc; 2003.