

## RIMED RAZYÉ

# Les Fleurs de Bach

Les avis sont partagés quant à l'efficacité ou non de ces 38 fleurs auxquelles le médecin britannique Edward Bach avait prêté, en 1936, des vertus pour traiter 38 émotions différentes. Utilisées en parallèle, en complément d'un traitement médical, elles semblent faire de plus en plus d'adeptes.



**A**ujourd'hui, la vague des Fleurs de Bach gagne un peu plus la Martini-

que. S'il y a quelques années on en trouvait juste quelques-unes

en pharmacie, aujourd'hui une marque se prévalant comme dépositaire de la méthode originale du médecin britannique, a inondé de nombreuses officines de produits, adaptés aux enfants comme aux adultes. Pour un étudiant ou un futur bachelier qui appréhende l'arrivée des examens, plusieurs possibilités. À

fleurs pour assurer la sérénité le jour, ou la nuit. Les enfants ont une version spéciale sans alcool, et même les animaux peuvent en bénéficier. « Rescue » va même jusqu'à innover en diffusant la posologie de 4 gouttes dans des pastilles aux extraits naturels de fruits comme le cassis ou le cranberry (sans sucre ajouté), ou encore sous forme de crème à passer sur ses poignets ou ses tempes. Pour les plus expéditifs, le spray reste aussi une alternative.

M.A.

### CELA MARCHE-T-IL VRAIMENT ?

Pour l'heure, aucune étude n'a pu prouver l'effet réel des Fleurs de Bach. Certains vous diront que ces produits fonctionnent sur les animaux, contredisant ainsi l'idée même d'un « effet placebo ». D'autres vous diront que chaque individu a une sensibilité différente lorsqu'on le soumet à tel ou tel remède : autrement dit ça fonctionne pour certains et pas pour d'autres. Et d'autres encore s'appuieront sur l'engouement que connaissent ces produits depuis de nombreuses années, qu'il s'agisse d'un effet de mode ou d'un réel intérêt. A vous de juger.



© SHUTTERSTOCK

chacun de voir ce qu'il ressent exactement pour trouver la fleur adéquate. Pour retrouver la confiance en soi, c'est « Larch », la fleur recommandée. S'il s'agit plutôt de peur du sujet qui va tomber ou bien d'être en retard à l'examen, choisissez plutôt du « Mimulus ». De même pour éviter de trop se laisser distraire, privilégiez la « Clematis ».

### Un tir groupé

L'intérêt serait par ailleurs de pouvoir traiter jusqu'à sept émotions en même temps : renseignez-vous auprès de votre pharmacien. La gamme « Rescue » des Authentiques Fleurs de Bach® Original se montre inventive et réunit 5

### LA MUCOVISCIDOSE

La mucoviscidose, une maladie génétique rare qui touche 7 000 personnes en France, est désormais à l'origine d'une centaine de greffes du poumon par an, un chiffre multiplié par quatre depuis 2000 et qui devrait encore augmenter à l'avenir, selon l'association « Vaincre la mucoviscidose ». La maladie affecte le fonctionnement des poumons et du système digestif. Elle se caractérise par la sécrétion d'un mucus anormalement visqueux (d'où le nom de la maladie). Alors que l'espérance de vie d'un malade atteint de mucoviscidose n'était que de sept ans il y a cinquante ans, elle dépasse aujourd'hui les 40 ans. Malgré de gros progrès dans la prise en charge, la maladie ne se guérit toujours pas et la greffe de poumon reste l'ultime recours pour prolonger la vie du patient lorsque celui-ci atteint le stade de l'insuffisance pulmonaire terminale. (AFP)