



## **Programme du cycle de Phytothérapie**

**Votre formateur:**

***le Dr Franck GIGON***

## QU'EST-CE QUE LA PHYTOTHÉRAPIE ?

« La nature est le médecin des malades » disait Hippocrate. Fruit de l'empirisme et des expériences transmises au fil des générations, l'art de guérir par les plantes remonte aux temps de la Préhistoire et fait partie intégrante de l'évolution des différentes cultures et des sociétés humaines. La phytothérapie (littéralement du grec « phuto » = plante et de « therapia » = qui soigne), base de nombreux médicaments, a évolué et s'est perfectionnée avec la recherche scientifique ces 20 dernières années offrant de nouvelles perspectives thérapeutiques.

### **On peut la distinguer en trois types de pratiques :**

- Une pratique traditionnelle à visée explicitement thérapeutique, parfois très ancienne fondée sur l'utilisation de plantes selon les vertus découvertes empiriquement. Selon l'OMS, cette phytothérapie est considérée comme une médecine traditionnelle et encore massivement employée dans certains pays dont les pays en voie de développement. C'est le plus souvent une médecine non conventionnelle du fait de l'absence d'études cliniques systématiques ;
- Une pratique qui repose sur la recherche scientifique sur les extraits actifs de plantes. Les extraits actifs identifiés sont standardisés. Cette pratique débouche suivant les cas sur la fabrication de médicaments pharmaceutiques ou de phytomédicaments. Selon la réglementation en vigueur dans le pays, leur circulation est soumise à l'autorisation de mise sur le marché (AMM) pour les produits finis, et à la réglementation sur les matières premières à usage pharmaceutique (MPUP) pour les préparations magistrales de plantes médicinales, celles-ci étant délivrées exclusivement en officine. On parle alors de pharmacognosie ou de biologie pharmaceutique. La recherche sur ces produits se fonde en partie sur les pratiques traditionnelles décrites précédemment, et pose de graves problèmes éthiques et politiques dès lors qu'elle conduit à la brevetabilité du vivant ;
- Une pratique de prophylaxie sans but actuellement perçue comme thérapeutique, existant déjà dans l'Antiquité. C'est le cas d'associations traditionnelles en cuisine, de techniques de conservation, ou de consommation de produits tels que les thés ou infusions. Même si les interactions entre produits usuellement combinés font l'objet de recherches, seuls le cas des produits consommés de manière séparée sont actuellement rattachés à la phytothérapie.

## OBJECTIF DE LA FORMATION :

Le but de cette formation est de faire la synthèse et l'actualité des prises en charge en matière de bien-être, de prévention de santé et de thérapeutique, qui sont proposées en dehors du champ de l'industrie pharmaceutique conventionnelle. Cet abord de notre santé « autrement » fait la part belle à la phytothérapie moderne, qui concourt à l'équilibre de nos fonctions vitales en respectant l'impact sur notre environnement.

## VOTRE FORMATEUR / CONFÉRENCIER



**Le Dr. Franck GIGON** est expert en plantes médicinales et en micro nutrition.

Il a enseigné pendant 12 ans (jusqu'en 2013) la phytothérapie au DUMENAT à la faculté de médecine Paris XIII.

Il fait partie également du comité de rédaction de la revue « Phytothérapie », des éditions Springer, référence dans la publication scientifique internationale.

Franck GIGON anime des conférences de phytothérapie auprès de professionnels de santé et du grand public et est l'auteur de plusieurs ouvrages dans

ce domaine. (Récemment publiés, "La vérité sur ces plantes qui soignent" Ed. L'EXPRESS, "Se soigner par les plantes pour les nuls" Ed. FIRST, "Plantes antiâge" et "Plantes détox" Ed. RUSTICA mars 2014)

## PROGRAMME ET DATES :

### ● Fondements de la phytothérapie

#### ■ Programme

Définition /origine : Petite histoire de la phytothérapie « Grandeur, décadence... Renaissance !»

De l'importance de la botanique : classement, reconnaissance

Panorama des métiers et secteurs de la plante médicinale

Principes de phytothérapie : Un autre paradigme. Totum / synergie / résonance

Galéniques /tableau d'équivalence

Les différentes disciplines en phytothérapie

Etude des principes actifs : la pharmacognosie

Domaines et limites d'intervention des plantes médicinales

Modalités d'utilisation : durée, dose, association

Plantes médicinales problématiques et à risque. Cas particuliers : millepertuis, thé vert, kawa, pamplemousse

Effets indésirables et interactions médicamenteuses

#### ■ Quand ?

**samedi 11 octobre 2014** : 10h à 12h30 et 14h30 à 17h

**dimanche 12 octobre 2014** : 10h à 12h et 14h à 17h

Inscription sur [www.ienpa.com](http://www.ienpa.com)

### ● Fondements de l'Aromathérapie

#### ■ Programme

Plantes aromatiques et civilisations

Méthodes d'extraction des HE et essences

Botanique aromatique

Pharmacognosie

Propriétés, champs d'action et synergies

Toxicités et effets indésirables

Modalités et règles d'utilisation

#### ■ Quand ?

**samedi 29 novembre 2014** : 10h à 12h30 et 14h30 à 17h

**dimanche 30 novembre 2014** : 10h à 12h et 14h à 17h

Inscription sur [www.ienpa.com](http://www.ienpa.com)

### ● Phytoaromathérapie Pratique et Clinique 1

#### ■ Programme

- Système nerveux : Stress, Anxiété, Dépression, Asthénie psychique, Mémoire et cognition,
- Système cardio vasculaire : HTA et hypoTA, Insuffisance coronaire, Insuffisance cardiaque, Insuffisance veineuse
- Système endocrinien : Troubles des cycles, Sein : mastodynies, lactation, Ménopause, Andropause / DALA
- Système uro génital : Cystite, infection urinaire, Adénome prostatique,

#### ■ Quand ?

**samedi 11 avril 2015** : 9h à 12h30 et 14h30 à 17h

**dimanche 12 avril 2015** : 10h à 12h et 14h à 17h

Inscription sur [www.ienpa.com](http://www.ienpa.com)

### ● Phytoaromathérapie Pratique et Clinique 2

#### ■ Programme

- Système ostéo-articulaire : Arthrose, arthrite, Ostéoporose
- Système immunitaire : Immunoprévention, Allergies, Infections virales, Infections bactériennes
- Système respiratoire : Drainage ORL et broncho-pulmonaire
- Système digestif : Atteintes endo buccales, Atteintes stomacales, Troubles de la digestion, Troubles hépatique et vésiculaire, Troubles du transit
- Système cutané-muqueux : Hématome, oedème, contusion, Piqures, brûlure, Acné, folliculite, mycose

#### ■ Quand ?

**samedi 10 octobre 2015** : 10h à 12h30 et 14h30 à 17h

**dimanche 11 octobre 2015** : 10h à 12h et 14h à 17h

Inscription sur [www.ienpa.com](http://www.ienpa.com)

### ● La Phyto-nutrition

#### ■ Programme

Détoxification hépatique, Phytonutrition et insulino résistance, Phytonutrition et sevrage tabagique

#### ■ Quand ?

**samedi 12 mars 2016** : 10h à 12h30 et 14h30 à 17h

**dimanche 13 mars 2016** : 10h à 12h et 14h à 17h

Inscription sur [www.ienpa.com](http://www.ienpa.com)