

PODCAST 181

Date d'envoi : lundi 37 à 5 :00

Titre : Kampo, herboristerie japonaise

Pour écouter
LE PODCAST
« Kampo, herboristerie japonais »
C'est ici

Ce n'est pas parce qu'on est heureux que l'on chante, mais parce que l'on chante qu'on est heureux.

Docteur chante, et souviens-toi pourquoi tu as choisi ce beau métier !

Bienvenue dans le cent quatre-vingts unième audio du défi des 365 jours, que je t'offre avec le soutien de NatureBio Dental, le mouvement qui unit les chirurgiens-dentistes, les médecins et praticiens de santé ainsi que des patients motivés pour remettre la santé bucco-dentaire au cœur de la santé.

Le but : être heureux tout simplement

Aujourd'hui, je voudrais te parler du Kampo.

Il s'agit de l'herboristerie japonaise traditionnelle.

Ce qui est fascinant, quand on visite le Japon moderne, c'est d'observer au quotidien les contrastes harmonieux entre le monde contemporain, industriel, technique et le Japon ancestral.

Le Kampo moderne offre un bel exemple de ces compromis subtils où le monde ancien vit encore, après avoir été adapté aux exigences de la modernité.

Le Kampo est né il y a plus de 1700 ans. Kampo veut dire « médecine de la méthode du peuple majoritaire de Chine ». Comme pour beaucoup de choses au Japon, c'est autant une science qu'un art.

C'est entre 200 avant JC et 220 après JC, que le Kampo est arrivé au Japon. La discipline est née d'un traité de médecine chinoise, le Shang Han Lun, que les japonais de l'époque ont copié et rationalisé.

Ils n'ont gardé que 300 plantes médicinales sur les 1500 listées dans ce fameux traité.

Au XVIII^e siècle, un thérapeute célèbre, Yoshimasu Todo, complète cette pharmacopée en lui associant une nouvelle technique de diagnostic : la palpation de l'abdomen, appelée fukushin.

En effet, dans le Kampo, comme en médecine chinoise, l'énergie vient du ventre. Le fukushin permet d'apaiser le patient et surtout de mieux connaître son état de santé.

Car dans le Kampo, le diagnostic prend en compte les émotions du patient, ses symptômes, son histoire personnelle et l'aide à retrouver pleinement la santé.

Pour le Kampo, la santé n'est pas l'absence de symptômes mais la vitalité retrouvée. C'est le bien être du corps et de l'esprit qui sont liés.

À la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e, les autorités japonaises, soucieuses de ne pas prendre de retard par rapport aux pays occidentaux, ont imposé à leurs médecins de se former aux concepts médicaux occidentaux et de délaisser le Kampo qui sera moqué et ostracisé.

Après le choc de la Deuxième Guerre mondiale, la pratique du Kampo est lentement revenue dans les mœurs médicales.

En 1971, le Kampo a été reconnu et remboursé par l'assurance maladie japonaise. Le nombre de remèdes à base de plantes retenus a été limité à 148.

En parallèle, de nombreuses études ont été menées pour valider l'efficacité de ces traitements, à l'aide d'études cliniques ou en double aveugle.

Les remèdes sont maintenant fabriqués de manière industrielle et standardisée. C'est rassurant par rapport à la qualité et la teneur des produits en principes actifs mais ce n'est évidemment, plus tout à fait de l'herboristerie.

Ces formulations sont utilisées pour accompagner les maladies chroniques ou dégénératives mais aussi dans le cadre des soins anti-âge et de la prévention.

En 2001, le Kampo a intégré le cursus officiel des études de médecine. Désormais, tous les médecins japonais sont formés au Kampo !

Et plus de 70% des médecins japonais déclarent utiliser le Kampo en alternative ou en complément d'autres traitements.

Les autres préfèrent s'appuyer sur les fondements du Kampo, intégrant dans leur pratique le diagnostic spécifique du Kampo appelé "sho" ainsi que le Fukushin.

Ainsi, ils pratiquent une médecine totalement individualisée. Un même diagnostic posé sur deux patients différents va aboutir à l'utilisation de remèdes différents.

En France, l'Ordre des médecins et nos conseils scientifiques sont encore à des années-lumière de cette logique.

Je te souhaite une belle journée et je te dis à demain, naturellement !