

Guide homéopathique du sportif

Dr Marc NORMAND



96 pages

Collection : Ressources & Santé

Format : 15 x 23 cm - Q185

Prix de vente : 8 € · 10,90 CHF

ISBN : 978-2-35805-192-7

Mise en vente : 12 septembre 2016

Région de l'auteur : Poitou-Charentes (54)



Éditions
Quintessence

Contact Presse : presse@holoconcept.eu

Rue de La Bastidonne • 13678 Aubagne cedex • France

tél. : (33) 04 42 18 90 94 • fax : (33) 04 42 18 90 99

infos@holoconcept.eu • www.editions-quintessence.com

Tout sur la prise en charge homéopathique des sportifs.

Ce guide entièrement dédié aux sportifs aborde avec précision les divers maux liés à leurs pratiques.

Il est tout d'abord question de la traumatologie et des accidents apparaissant au cours de l'entraînement ou des compétitions. Il s'agit alors de traiter, soulager les contusions, plaies ou autres lésions musculaires ou osseuses (élongations, contractures, crampes, luxations, etc.) mais aussi gérer la douleur, la cicatrisation et la récupération.

Puis, l'auteur présente les pathologies chroniques liées à l'exercice régulier d'un sport : fractures de fatigue, entorses à répétition, tendinopathies mais aussi hypertension artérielle, insuffisance veineuse des membres inférieurs, asthme ou pathologies dermatologiques ou digestives inhérentes à l'effort.

Dans un troisième temps, les traitements préventifs sont abordés : crampes, allergies, stress ou troubles du sommeil spécifiques aux sportifs.

Cet ouvrage propose les recettes homéopathiques les plus adaptées aux situations que peuvent connaître les sportifs amateurs ou plus expérimentés qui souhaitent privilégier la formidable palette de remèdes qu'offre l'homéopathie, permettant ainsi de traiter ou accompagner l'ensemble de leurs soins et améliorer leurs performances.



Marc Normand est médecin généraliste, phytothérapeute, homéopathe et micronutritionniste. À travers sa propre pratique et grâce à la prise en charge de nombreux sportifs, il a pu perfectionner son approche homéopathique en médecine et traumatologie du sport.

TABLE DES MATIÈRES :

Introduction

1 - Traumatologie du sport et accidents aigus au cours de la pratique sportive

Préambule

Les contusion par choc direct ou indirect

Les plaies

Les accidents musculo tendineux et ligamentaires aigus avec lésion anatomique

Les accidents musculo tendineux aigus sans lésion anatomique

Lésions osteo-articulaires aiguës

Lésions mécaniques aiguës

Les Lésions aiguës dues aux agents physiques et chimiques

2 - Pathologies chroniques en médecine du sport dues a la pratique régulière

Préambule

Les pathologies musculo – ligamentaires, tendineuses et séreuses, chroniques, sans notion de traumatisme récent

Les pathologies osteo-articulaires et cartilagineuses chroniques, sans notion de traumatisme récent

Les pathologies neurologiques chroniques

Les pathologies cardio-vasculaires chroniques

Les pathologies respiratoires chroniques

Les pathologies dermatologiques chroniques et infectieuses

Les pathologies digestives d'effort

Les troubles neurovégétatifs et autres naupathies

3 - Traitements préventifs en médecine du sport

Préambule

Les traitements homéopathiques préventifs

Trousse homéopathique d'urgence de terrain

Bibliographie