



# PADMA-Newsletter Octobre 2008

PADMA AG, Wiesenstrasse 5, CH-8603 Schwerzenbach, Switzerland

Phone +41 (0)43 343 44 44, Fax +41 (0)43 343 44 43, mail@padma.ch, www.padma.ch

## Un OUI dans l'urne pour les médecines complémentaires.

Les citoyens suisses voteront en 2009 sur l'avenir des médecines complémentaires en Suisse. Nous avons posé trois questions à Walter Stüdeli, le porte parole de l'initiative populaire «OUI aux médecines complémentaires».



**Walter Stüdeli, sur quoi portera la votation qui aura lieu l'année prochaine ?** On votera sur le contre-projet direct adopté par le Parlement en date du 3 octobre. Les revendications de ce contre-projet sont identiques à celles de l'initiative populaire: en substance, il s'agit de réintégrer 5 disciplines de médecine complémentaire dans l'assurance maladie de base ; d'attribuer des diplômes fédéraux reconnus aux thérapeutes qualifiés sans formation médicale ; d'inclure la recherche et l'enseignement des médecines complémentaires dans la formation des médecins ainsi que de préserver la pharmacopée traditionnelle dont l'efficacité est prouvée.

**Pourquoi avez-vous retiré votre initiative ?** L'initiative revendiquait la prise en compte „complète“ des médecines complémentaires. Le contre-projet a conservé la formulation de l'initiative en biffant uniquement le mot « complète ». Là-dessus, le comité d'initiative a décidé d'accepter ce compromis vu que le contre-projet direct maintenait les revendications centrales de l'initiative. Les chances de gagner la votation sont plus grandes du fait que le Parlement et les cantons soutiennent ce projet de loi.

**Quand sera annoncée la date de la votation ?** La votation aura lieu en 2009. Le Conseil fédéral a le choix entre 4 dates différentes. Nous pensons que la décision sera prise dans les prochaines semaines.

## Padma distribue des cœurs réfléchissants

Des réflecteurs, en forme de cœur, sont disponibles dès à présent, et gratuitement, dans les pharmacies et les drogueries de Suisse. Ces cœurs, qui constituent le symbole de PADMA 28, sont destinés à attirer l'attention sur les facteurs de risque qui provoquent des troubles de la circulation sanguine tels que la malnutrition, le tabagisme ou le stress. Par ailleurs, ces réflecteurs contribueront à la sécurité dans la circulation routière en cette période automnale.



## Notre Ironman à Hawaï



Il est le premier quinquagénaire à avoir accompli en moins de 9 heures un triathlon comprenant une épreuve de natation de 3,8 km, une épreuve de cyclisme de 180 km et une course à pied de 42,2 km. Helge Babel veut maintenant gagner le triathlon le plus dur du monde, dans sa catégorie d'âge.

Nous croisons les doigts pour ce triathlète décidé à participer à l'Ironman de Hawaï qui aura lieu le 11 octobre 2008. Pour de plus amples informations visitez les sites [www.helgebabel.com](http://www.helgebabel.com) ou [www.ironman.com](http://www.ironman.com).

## Descriptif botanique : l'aloé vera

(lat. *Aloe barbadensis* MILL.)



Le grand public connaît l'aloé vera pour son utilisation dans l'industrie cosmétique. Le gel contenu dans les feuilles de l'aloé vera sert en effet à fabriquer des pommades, des crèmes, etc. Cependant, peu de gens savent que la sève de cette plante

est aussi un laxatif très efficace. Vous en saurez davantage en lisant le descriptif botanique ci-dessous.

## Merci de nous avoir fait part de votre avis en répondant à notre enquête

Nous ne comptons pas recevoir autant d'avis positifs. Soyez-en cordialement remerciés. Au total, quelque 250 personnes ont participé à l'enquête de PADMA. Pour connaître les résultats de cette enquête et les questions les plus fréquemment posées, visitez notre site: [www.padma.ch/fr/newsletter/08/sondage\\_reponse.shtml](http://www.padma.ch/fr/newsletter/08/sondage_reponse.shtml)



། །བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་།།

# Descriptif botanique : la gentiane jaune (lat. *Gentiana lutea* L.)

## Noms communs

Aloé vera, aloès, aloès de Curaçao, lys du désert

## Nom scientifique

*Aloe barbadensis* Mill.

## Famille

Asphodélacées (qui font partie de la famille botanique des liliacées)

## Description botanique



L'aloé vera est une plante grasse aux feuilles succulentes dont la durée de vie peut s'élever à dix ans. Ses nombreuses feuilles étroites atteignant jusqu'à 50 cm de long sont regroupées en une rosette serrée et élançée.

Ses feuilles sont épaisses, charnues et dentées, de couleur gris-vert souvent teintée de rouge. Du centre de la rosette s'élève une inflorescence simple ou avec une à deux ramifications, portant de nombreuses fleurs jaunes en forme d'épi.

## Distribution

L'origine de cette plante est inconnue. Elle s'est probablement propagée à partir du Soudan ou de la péninsule arabique. Elle est cultivée ou pousse à l'état sauvage en Afrique du Nord, au Moyen-Orient, en Asie (notamment en Inde), dans toute la région méridionale de la Méditerranée, dans l'île de Madère, dans les îles du Cap-Vert et dans les îles Canaries. L'aloé vera a également été introduite en Amérique centrale et en Amérique du Sud. Toutes les espèces d'aloès sont protégées, raison pour laquelle l'industrie n'utilise que des plantes cultivées.

## Histoire

Les indications les plus anciennes attestant de l'utilisation de l'aloès datent de 6000 ans et proviennent d'Égypte. Depuis l'Antiquité, la médecine et l'industrie cosmétique ont eu recours à cette plante aussi bien en usage interne qu'externe. Elle était considérée à la fois comme une source de jeunesse, un élixir de beauté et un remède cicatrisant. On ne sait toutefois pas avec certitude de quelle espèce d'aloès il s'agissait ni quelle était la méthode de préparation utilisée.

## Parties de la plante utilisées/Substances actives

On utilise d'une part la sève épaissie sous la dénomination „aloe barbadensis“ (aloé des Barbades) et d'autre part un gel clair appelé gel d'aloé vera. La sève est un liquide amer sécrété

par les feuilles ; pour le récolter, les feuilles sont coupées à leur base puis on laisse s'écouler ce jus et on le sèche. L'aloé des Barbades contient des substances purgatives telles que les anthraoïdes.

Le suc s'étant écoulé, on entaille ensuite les feuilles pour en dégager la pulpe que l'on presse pour extraire le gel qu'elle renferme. Cette substance visqueuse contient des polysaccharides, des vitamines, des enzymes, des sels minéraux, des acides aminés et des oligoéléments.



## Effets

Le gel de l'aloé vera est surtout utilisé en cosmétique. Quant au suc de l'aloé des Barbades il entre souvent dans la composition des laxatifs car il est connu pour son effet purgatif.

En épaississant le suc, on augmente la concentration des anthraoïdes qui sont des substances purgatives. C'est pourquoi les autorités responsables du contrôle des médicaments exigent des fabricants qu'ils utilisent uniquement des extraits secs avec une teneur prescrite en anthraoïdes. En outre, l'aloé des Barbades a une saveur amère ; elle améliore la digestion et accroît la production de bile.

## Importance dans la médecine tibétaine

La médecine tibétaine utilise aussi l'aloé. Son nom est dérivé du mot sanscrit *kumari*.

## Nom :

*Ku ma ra*

## Saveur :

Amère et sucrée

## Principe actif :

Rafraîchissant

## Indications :

*Ku ma ra* est connu pour ses effets laxatifs et rajeunissants. Cette plante est combinée avec d'autres composants pour fabriquer des médicaments utilisés en cas d'empoisonnements, de troubles hépatiques et biliaires, d'hémorragies et de maladies dermatologiques.

Toutes les plantes décrites entrent dans la composition des médicaments fabriqués par Padma. Ces descriptifs botaniques ne sont en aucun cas exhaustifs. Ils ne constituent aucunement des recommandations thérapeutiques. Si vous souffrez d'une maladie, consultez un professionnel de la santé pour obtenir des conseils et vous soigner.

Les descriptifs botaniques publiés ici sont destinés à éveiller votre intérêt pour les remèdes complexes de la médecine tibétaine et à vous aider à prendre conscience de la complexité des remèdes tibétains. Ces remèdes sont presque toujours composés d'un mélange de substances actives végétales. Nous vous souhaitons une agréable lecture!

། །བྱ་མེས་བདེ་ལྷགས་།།