

*Mme Meriem Yousfi Hamada,  
psychologue dans un entretien à Santé-Mag :*

## “ En Algérie, il n'existe pas d'études par rapport à l'utilisation de la phytothérapie ”

Peu d'algériens le savent. Pourtant, ils consomment, souvent des produits issus de la phytothérapie. De plus en plus de médecins, particulièrement les pédiatres, prescrivent des phytomédicaments. Les pharmaciens, aussi les recommandent, régulièrement, pour des troubles mineurs, tel que le manque d'appétit, les difficultés à dormir ou encore des problèmes digestifs. Reconnue comme une branche de la médecine conventionnelle par l'OMS, la phytothérapie gagne chaque jour des adeptes, même si des zones d'ombre entourent encore son usage eu égard à des doutes sur les effets de l'interaction avec des médicaments chimiques et l'utilisation de certaines plantes dont on ignore le degré de toxicité. En Algérie, les produits phyto sont vendus exclusivement en pharmacie avec la qualité de compléments alimentaires. Ils ne sont pas remboursés par la Cnas. Mme Yousf Hamada, explique mieux, dans cet entretien, les vertus de la phytothérapie.

*Propos recueillis par : Rania Hamdi*

**P**ouvez-vous présenter l'intérêt de la phytothérapie et dans quels cas elle est indiquée ?

La phytothérapie désigne la médecine par les plantes c'est une pratique millénaire basée sur un savoir empirique qui s'est transmis et enrichi au fil d'innombrables générations. Dans le domaine du soin par les plantes, on remarque deux tendances majeures. Certains intervenants mettent l'accent sur les connaissances empirique et sur les effets reconnus depuis la nuit des temps c'est-à-dire l'herboristerie. D'autres se basent davantage sur les connaissances biochimiques et se préoccupent plutôt des symptômes des maladies et de l'action des principes actifs des plantes : la phytothérapie. L'herboristerie est plutôt associée à l'école empirique et la phytothéra-

pie à l'école scientifique. Mais cette distinction tend à s'amenuiser, tradition et chimie profitent de plus en plus, l'une de l'autre. L'utilisation des plantes médicinales a toujours existé et reste toujours la forme de médecine la plus répandue dans le monde.

C'est vrai qu'elle a connu un déclin en occident vers la fin du XIXe siècle avec l'avènement de la médecine scientifique et l'apparition des médicaments modernes comme l'aspirine et les antibiotiques. Mais, depuis les années 70 et entre autre à cause des effets indésirables des médicaments de synthèse, les gens se sont tournés de nouveau vers les plantes médicinales. Leur popularité a amené les scientifiques à entreprendre de nouvelles recherches. L'OMS et la commission européenne ont créé

des organismes visant à recenser les usages traditionnels des plantes médicinales.

Les avantages de la phytothérapie résident dans le fait qu'elle ne provoque que très peu, voire aucun effet indésirable. De plus, l'action synergique des divers constituants des plantes commence à être mieux comprise et acceptée scientifiquement. Enfin, contrairement à certaines croyances populaires, plusieurs plantes ont des effets pratiquement immédiats sur le métabolisme. La phytothérapie se révèle efficace dans le traitement de, pratiquement, tous les maux quotidiens (angine, rhinite allergique, cystite, diarrhée...) qui représentent 99% des motifs de consultation quotidienne.

Les plantes médicinales ont des effets, préventifs et curatifs pour



d'innombrables maladies et affections et depuis le regain d'intérêt à la phytothérapie, de nombreuses recherches montrent les propriétés de chaque plante. Donc, la phyto, seule ou la combinaison avec la médecine classique, semble prometteuse dans de nombreuses affections même très graves, telles que les cancers.

*Comment les produits de phytothérapie ont-ils été introduits en Algérie et quand ?*

La phytothérapie ou plus exactement l'herboristerie a toujours existé en Algérie. A partir de 2003, Pytopharm, filiale des laboratoires Magpharm a créé une ligne de phytothérapie pour aider toute la famille à préserver sa santé, le plus naturellement possible. Cette gamme s'appuie sur la nature et ses bienfaits et propose des gammes complètes de tisanes, de gélules d'extrait sec de plantes, de pastilles et de sirops. Pour cette gamme, le meilleur des plantes a été sélectionné, et l'appui des laboratoires les plus modernes et les mieux équipés ont été sollicités pour la fabrication de produits pharmaceutiques à base de plantes.

Elle se compose de produits pour le système respiratoire ; la cir-

culatation, le système nerveux, la digestion et le transit, la dermatologie, les produits bébé et enfant, la vitalité, le bien-être féminin et masculin, la minceur...

*Quelle est la place de ces produits dans la consommation générale ?*

Mondialement, la consommation des produits phyto représente 80% de la consommation générale. Il faut dire que les pays d'Asie comme la Chine, l'Inde et le Japon sont les premiers consommateurs de ce type de produits et n'oublions que ce sont les pays les plus peuplés du monde. En Europe, elle représente 35% de la consommation générale. Le retour aux bienfaits de la nature est de plus en plus recherché. Dans les pays développés, tous les maux du quotidien sont traités en primo prescription par la phytothérapie, lorsqu'elle s'avère insuffisante on lui associe l'allopathie.

En Algérie, il n'existe pas d'études par rapport à l'utilisation des produits phyto, mais on peut dire que leur succès grandit de jour en jour. Les médecins algériens sont de plus en plus nombreux à les prescrire. Actuellement, on remarque que les algériens vont, plus

facilement chez le pharmacien pour un conseil pour ce type de produits, alors que si nous retournons quelques années en arrière, ils s'adressaient plus à l'herboriste du coin.

*Pour l'heure, les produits phyto sont vendus en pharmacie en tant que compléments alimentaires, donc non remboursables par la Caisse nationale de sécurité sociale. Existe-il des démarches pour les inclure dans la nomenclature nationale des médicaments ?*

Je ne pourrai pas répondre à cette question, mais ce que je peux vous dire, c'est que dans plusieurs pays européens, quelques produits phyto sont remboursés intégralement par la sécurité sociale tels que le millepertuis qui est un antidépresseur et dont les bienfaits sont aussi efficaces que les antidépresseurs chimiques.

Il faudrait, je pense, définir une politique médicamenteuse qui garantit un assortiment de médicaments reconnus, garantissant au patient une thérapeutique rationnelle, dans un souci d'efficacité, de sécurité et d'économie •