

Bouaoua Fatima Zohra, Boulesbiaat Karim, Amrouni Rym

Laboratoire de Pharmacologie, Faculté de Médecine
Université de Constantine 3. fatima.bouaoua@univ-constantine3.dz. Adresse : Laboratoire de pharmacologie département de pharmacie faculté de Médecine de Constantine, Laboratoire ReMeDD Université Salah Boubnider UC3 ; Algérie. Tel 0551-44-34-42

Médecine orthomoléculaire et phytothérapie chez l'enfant : efficacité et sécurité en pratique clinique

Introduction

En Algérie, le recours à la médecine orthomoléculaire et à la phytothérapie est fréquent en pédiatrie, notamment pour les infections respiratoires et les troubles digestifs. Malgré leur large utilisation, leur efficacité et leur sécurité doivent être évaluées selon des données scientifiques validées. Le travail cible les micronutriments et les plantes médicinales couramment utilisées en pédiatrie et disponibles en Algérie. Les critères étudiés incluent la durée des symptômes, la sévérité des pathologies et la tolérance.

Résultats

La supplémentation en vitamine D réduit le risque d'infections respiratoires aiguës, en particulier chez les enfants carencés (réduction du risque \approx 20–30 %). Le zinc diminue la durée des diarrhées aiguës d'environ 24 heures et réduit leur sévérité.

Concernant la phytothérapie, plusieurs plantes locales présentent un intérêt clinique. *Thymus vulgaris* possède des propriétés antitussives et antimicrobiennes, contribuant à l'amélioration des symptômes respiratoires bénins. La camomille est associée à une amélioration des troubles digestifs fonctionnels et des coliques du nourrisson, avec une bonne tolérance. Le Menthe peut réduire les spasmes digestifs et l'inconfort abdominal. Toutefois, les effets observés restent modérés et variables selon les études.

Des risques sont identifiés : variabilité des doses, qualité non standardisée des préparations et interactions médicamenteuses potentielles.

Discussion

Ces approches peuvent apporter un bénéfice en complément des traitements conventionnels dans des indications ciblées. Néanmoins, le manque d'harmonisation des préparations et l'insuffisance d'études pédiatriques robustes limitent leur utilisation systématique.

Conclusion

La médecine orthomoléculaire et la phytothérapie représentent des options complémentaires intéressantes en pédiatrie, à condition d'un usage encadré, fondé sur les preuves et adapté à l'enfant.

Mots-clés :

Pédiatrie ; phytothérapie ; médecine orthomoléculaire ; thym ; camomille ; menthe ; vitamine D ; zinc ; sécurité.