

Dr Sophie Goettmann

VOS ONGLES,
TOUT UN
MONDE...

EMBELLIR • PRÉVENIR • GUÉRIR

Illustrations de l'auteure

ACTES SUD

*À ma grand-mère Louise, à sa maladie,
sans qui cette stance de vie n'aurait peut-
être pas existé.*

*À toutes celles et tous ceux qui souffrent
des ongles. Et à toutes celles et tous ceux
qui regardent leurs ongles avec affection
et intérêt.*

*La force qui est en chacun de nous est
notre plus grand médecin.*

HIPPOCRATE

PRÉAMBULE

Si petits et si mystérieux

Un livre sur les ongles ?

Mais qu'est-ce qu'on peut bien écrire sur les ongles ?

Par un médecin spécialiste ?

Mais qu'est-ce qu'il peut bien y avoir de si passionnant dans un si petit endroit ? Une simple plaque de kératine inerte à l'extrémité des doigts et des orteils.

Nos doigts, qui terminent élégamment nos membres supérieurs, qui prennent, sentent, touchent, caressent, nous servent pour tous les gestes de la vie. Nos orteils, qui nous ancrent dans le sol, nous équilibrent à chaque pas et nous propulsent vers l'avant.

L'ongle a toujours été une parure, un ornement utilisé par les femmes pour s'embellir, séduire – Néfertiti aimait colorer les siens de rouge rubis, Cléopâtre de rouge brun.

L'ongle a fasciné, inquiété aussi. Il y eut au cours des siècles d'étranges croyances. Les rognures d'ongles avaient des pouvoirs ! Elles entraient dans la composition de philtres d'amour, de breuvages destinés à guérir certains maux comme les crises d'épilepsie. On allait jusqu'à les enterrer pour chasser les esprits malveillants.

Dès l'Antiquité, les hommes ont voulu lire sur les ongles : état de santé, caractère, ou encore destinée. L'ongle est un

livre ouvert pour les chiromanciens et les médecins, qui l'interprètent différemment.

Il apparaît très tôt dans le corpus médical occidental. Hippocrate (460-377 av. J.-C.), le père de la médecine, notait que "les ongles des mains sont recourbés" chez les malades atteints d'empyème (amas de pus dans une cavité naturelle). Le problème de l'ongle incarné fut mentionné dès le 1^{er} siècle par celui qui est surnommé l'Hippocrate latin ou le Cicéron de la médecine, Celsus (v. 29 av. J.-C. - v. 37 apr. J.-C.), dans son traité *De medicina libri octo*. Mais ce n'est qu'au XIX^e siècle que l'anatomie de l'ongle et les maladies les plus courantes – psoriasis et mycoses – furent décrites.

Cependant, l'ongle malade demeura longtemps une énigme devant laquelle les médecins étaient démunis, quand il n'était pas considéré comme une futilité. Un ongle tordu, abîmé ou défiguré était un mystère insondable, une fatalité sans issue. Pauvres médecins, consternés, impuissants. Pauvres patients, surtout. On souffrait des ongles, parfois on en mourait.

La médecine de l'ongle a vraiment pris son élan au XX^e siècle grâce à quelques médecins passionnés qui ont dédié leur vie à cette petite surface de notre anatomie. Les atteintes des ongles ont enfin rejoint le plateau des maladies méritant attention, soins et dévouement.

L'ongle appartient à une unité complète très perfectionnée. Il a ses propres maux et dysfonctionnements dus aux particularités de sa structure. Nos maladies, nos traitements, nos états d'âme viennent le perturber. Une atteinte de l'ongle peut fortement retentir sur la sphère émotionnelle, un aspect que le médecin ne peut pas négliger. Hippocrate ne disait-il pas qu'il est plus important de connaître le malade que la maladie dont il souffre ?

J'ai toujours voulu être médecin. Je voulais soigner des maladies lourdes, incurables – une vocation précoce, furieuse et déterminée, que personne n'aurait osé contrarier.

Enfant, j'ai vécu avec la maladie, ses espoirs, ses déceptions, des sentiments d'inquiétude, d'affolement, d'amertume : une maladie articulaire grave, déformante et paralysante qui n'était pas la mienne, mais celle d'une mamie adorée à qui j'étais souvent confiée.

Dure confrontation. La responsabilité avant l'âge, la réactivité pour apaiser, compenser l'impensable, l'impossible du handicap.

Et l'impuissance devient fureur de respirer plus fort, de vivre plus large, de dévorer toujours. Vouloir tout rendre possible quand rien ne l'est. Et se le dire envers et contre tout.

J'ai d'abord hésité... neurologie, médecine interne, puis me suis finalement décidée pour une spécialité vaste débordant sur d'autres spécialités : la peau, une enveloppe où s'écrit toute la médecine. C'est pour cela que je l'ai choisie.

L'ongle est en fait la couche cornée de la peau du bout des doigts et c'est comme ça qu'il est tombé dans les miens. Interne en dermatologie, je voulais apprendre.

— Ah non, ça, je n'en sais rien.

— Ne me parle pas des ongles, je n'y connais rien !

— Ouh là là ! C'est sur l'ongle, je ne sais pas.

Des yeux écarquillés, des sourcils froncés, des bouches à l'envers... telles étaient les réponses aux questions que je posais à mes aînés, moi qui ne laissais rien à l'écart lorsque j'examinais les patients, qui voulais tout comprendre, jusqu'aux extrémités, et qui remarquais que beaucoup de patients se plaignaient de leurs ongles, en souffraient physiquement et psychologiquement.

L'idée m'est venue assez rapidement, comme une pousse de bambou qui grandit à vue d'œil pour atteindre quelques mètres en quelques semaines.

Qu'est-ce qui m'a pris ? L'envie de prendre la vie du côté qui guérit ? Marre des perfusions, des lits d'hôpital qu'on incline, qu'on rallonge, des bassins, des escarres, des espoirs déçus, des fins de vie.

L'ongle, tel un pied de nez à la gravité, à l'incurable, tel un clin d'œil à l'absurde. L'ongle, comme la possibilité de maîtriser la médecine d'un tout petit endroit. L'ongle, un si petit bout où finalement toute la médecine s'exprime.

J'ai foncé. La route était dégagée. J'ai lu, observé, assisté à des congrès. Et j'ai eu l'idée d'une consultation nouvelle, celle des maladies des ongles. Je prenais des photos, beaucoup de photos. Les images permettent de suivre l'évolution de la maladie et d'échanger réflexions et idées entre médecins.

À la fin du siècle dernier, il y avait encore très peu de spécialistes des ongles. Je quittais l'hôpital les bras chargés de gros sacs contenant des chariots de diapositives, il n'y avait pas d'appareil photo numérique à l'époque... Je courais pour attraper le train. Direction Cannes. J'allais voir le Dr Robert Baran, maître de la spécialité. Pas question de se dorser sur la Croisette, surtout pour une dermatologue...

Nous nous enfermions dans le noir, au sous-sol de sa maison où nous passions des soirées entières, les yeux rivés sur un écran d'ongles géants. Emballés, passionnés, nous débattions des images, nous nous laissions emporter sans voir les heures défiler.

Depuis, j'ai vu des patients, beaucoup de patients, des hommes, des femmes, des enfants. Je les ai écoutés, soignés, opérés. Le temps a fait son œuvre. La mémoire enregistre, le regard s'aiguise.

Pourquoi un livre sur les ongles ?

Par respect pour un si petit appartement qui termine humblement l'extrémité de nos doigts et de nos orteils.

Pour que les ongles s'inscrivent à leur juste place dans le tableau de la santé.

Vingt ongles... nous en avons vingt. Qui n'a pas un jour rencontré un problème avec l'un d'entre eux ?

Un ongle rongé, incarné, infecté, traumatisé par une chaussure de ville ou de sport, par un choc, un ongle déformé par une tumeur, heureusement souvent bénigne.

Un ongle malmené par un traitement médical ou un régime alimentaire, fragilisé par les produits d'entretien, les cosmétiques, ou des contacts excessifs avec l'humidité.

Bébés, enfants, adultes, à tous les âges de la vie, l'ongle peut nous jouer des tours.

Un livre pour éclairer, prévenir, soigner, guérir. Avec des conseils pour apprivoiser petits et grands maux.

Un livre sur les ongles pour les entretenir, les embellir. Avec des soins appropriés, des précautions pour utiliser les cosmétiques sans crainte.

Parler des ongles, c'est parler de femmes, d'hommes et d'enfants. Ils sont là eux aussi, avec leur histoire, leurs sentiments et parfois leurs tourments.

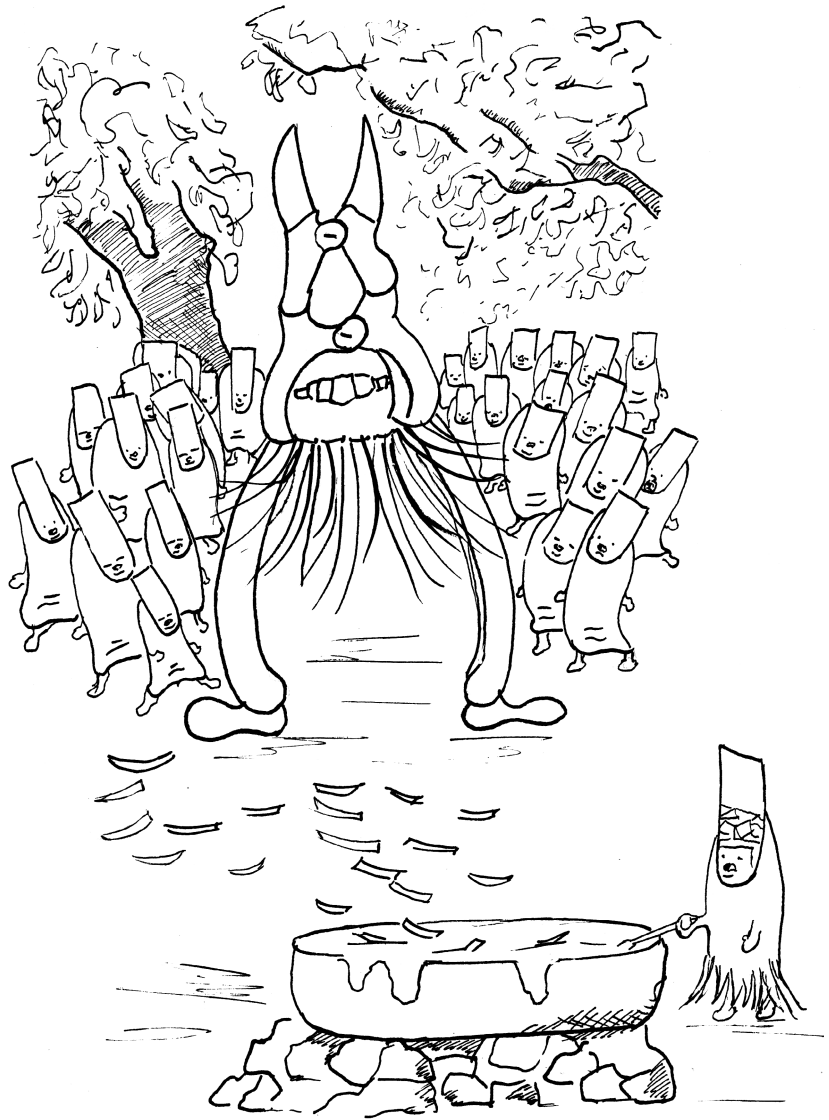
UN ONGLE, C'EST BEAUCOUP PLUS QU'UN ONGLE

Cupidon tailla les ongles de Vénus avec le fer d'une flèche pendant qu'elle dormait au bord d'une rivière. Les Parques changèrent les rognures en onyx pour qu'aucun des attributs du corps de Vénus ne disparaisse.

Onyx signifie “ongle” en grec. On appelle parfois onyx rose l'agate rosée veinée de blanc qui ressemble à l'ongle. Oui, vous avez de jolies pierres précieuses au bout des doigts et des orteils. L'onyx rose est l'emblème de la séduction féminine, il facilite les relations amoureuses.

Ongle se dit *unguis* en latin. L'écrivain romain Plaute nommait les morceaux d'ongles coupés “parcelles”, tandis que Pline l'Ancien les qualifiait de “rognures” ou “déchets”. Les espaces sous les ongles, eux, étaient les “endroits secrets”.

Jusqu'au XVII^e siècle, on hésite encore à dire un ou une ongle. “Elle sent son ongle maline”, écrit La Fontaine dans sa fable *L'Oiseleur, l'Autour et l'Alouette*. “Ongle est mieux masculin”, préconisait le père Laurent Chiflet (1598-1658), un des premiers grammairiens, dans son *Essay d'une parfaite grammaire de la langue françoise* qui connut au moins dix éditions posthumes.



Du pouvoir des rognures

Au Moyen Âge, les jeunes femmes portaient les bouts d'ongles de leur prétendant dans une amulette autour du cou pour déclencher leur amour, et les contraindre au mariage. Charmant pendentif...

Les rognures entraient dans la composition de philtres d'amour, mais aussi dans certaines potions thérapeutiques ou destinées à envoûter. Longtemps les Anglo-Saxons ont cru en ces pratiques. Mélangez vos morceaux d'ongles à une boisson quelconque et faites-la boire à l'élu(e) de votre cœur.

Il arrivait qu'on enterre les rognures, de différentes façons et pour différentes raisons, souvent pour recouvrer la santé. Dans les Vosges, les rhumatismes étaient traités par l'enfouissement profond d'une bouteille contenant de l'urine et des rognures, cérémonial assorti de quelques prières. Les Lorrains avaient une recette traditionnelle pour chasser les maladies : ils donnaient à manger aux oiseaux des morceaux d'ongles à la place de mie de pain et y ajoutaient un jaune d'œuf. Dans le Sud, pour arrêter les vomissements, on avalait des bouts d'ongles de pieds réduits en poudre. Si vous avez de la fièvre et si vous ne craignez pas le ridicule, enfouissez vos rognures la nuit à un croisement de routes, préconise une vieille tradition européenne.

Même les médecins, aux XVI^e et XVII^e siècles, ont cru en une certaine efficacité thérapeutique des déchets d'ongles. Ainsi, Johann-Jakob Wecker (1528-1586), médecin philosophe allemand, donnait foi aux paroles de Pline : pour guérir un malade, écrit-il dans ses *Secrets et merveilles de la nature*, il faut couper les ongles des mains et des pieds, les incorporer à de la cire, appliquer le tout avant le lever du soleil à la porte d'une maison voisine en annonçant qu'on cherche

un remède pour la fièvre. Autre possibilité – et traitement simple... –, verser ses rognures à l'entrée d'une fourmilière, capturer la première fourmi qui se saisit de l'une d'entre elles et se l'attacher autour du cou. Guérison rapide assurée ! L'histoire ne dit pas si l'insecte est vivant ou décédé...

Les rognures étaient parfois cuisinées : un mélange de pieds-d'alouette (plante du genre *Delphinium*) et d'ongles, saupoudré de sel et brûlé à la flamme d'une lanterne, calmait l'ivresse, les maux de tête et raffermissait les nerfs, selon Francis Glisson (1597-1677), médecin anatomiste anglais.

Au xx^e siècle, changement de registre : les rognures s'exposent. La collection du centre d'anatomie de la faculté de médecine de la Charité, à Berlin, abrite un étrange et haut bocal de verre : les bouts d'ongles qu'un certain Otto Kellner a conservés pendant vingt-cinq ans. Tout ça pour cinquante et un grammes seulement ! À New York, le musée Ripley's Believe It or Not!, spécialisé dans les objets insolites, expose les mètres d'ongles dont l'Indien Shridhar Chillal s'est séparé en 2018, à l'âge de quatre-vingt-deux ans, lors d'une véritable *nail clipping ceremony* (cérémonie de coupe d'ongles avec scie rotative). Il ne les avait pas coupés depuis l'âge de quatorze ans. Au final, huit mètres d'ongles épais, telles de longues et fines cornes d'allure animale, recourbées au bout. Sa main resta déformée par les décennies d'immobilisation et par le poids des ongles qui touchaient terre.

De l'inconvénient de se couper les ongles dans certains lieux et certains jours

Se couper les ongles n'a pas toujours été un acte anodin. Partout dans le monde, des règles et des recommandations diverses, assorties de présages ou de menaces, ont eu cours.

Dans une scène du *Satyricon* de Pétrone, Hésus fait irruption et déclame : “Car j’ai toujours entendu dire que sur un navire il n’était permis à aucun mortel de se couper ni ongles ni cheveux, sauf quand les vents se déchaînent contre les flots.” En sacrifice expiatoire, les Indiens, les Perses et les Égyptiens se coupaient les cheveux et les ongles sur leurs embarcations pour “obtenir un calme plat de la mer” (traité d’oniromancie d’Achmet, x^e siècle).

Une femme de marin ne doit pas se couper les ongles lorsque son mari est en mer, le vent se lèverait. Au cas où, voici la solution : que le marin gratte le grand mât avec l’un de ses ongles, et la brise cessera.

Dans son *Traité des superstitions*, l’ecclésiastique et théologien français Jean-Baptiste Thiers (1636-1703) rapportait qu’“il ne fallait pas le vendredi se couper les ongles, ni semer, ni planter ou labourer, ou encore faire voile, couper du bois ou remuer le blé dans les greniers”.

Le jour n’était donc pas choisi au hasard. Les Anglais proscrivaient le vendredi, le dimanche et le 28 décembre, jour des Saints-Innocents. Les Américains bannissaient le vendredi, ç’aurait été jouer avec la main du diable, le samedi, pour ne pas provoquer la déception, et le dimanche, pour éviter que la semaine suivante soit placée sous le signe de la malchance. Le quotidien *The Boston Globe* publiait de telles recommandations en 1889. En France, les jours comportant un *r* portaient malheur et faisaient pousser les “envies”, ces petites peaux disgracieuses autour de l’ongle ; en Hollande, ils attiraient les maladies. En Bretagne, se tailler les ongles le vendredi allongeait les cornes du diable. Toutefois, une jeune fille qui l’aurait fait neuf vendredis de suite aurait rencontré son mari le dimanche suivant, ou du moins l’aurait entrevu en rêve. Dans les Vosges, les couper la nuit conduisait à la folie.

Jusque dans les brochures publicitaires, on entretenait les superstitions. En 1908, à Paris, on pouvait lire dans *Le Guide du bonheur* des spécialités Foster (distribué par la pharmacie Binac) :

“Vos ongles amènent, en les coupant,
Suivant le jour, un destin différent.
Le lundi, brillante santé d’athlète,
Et le mardi, fortune rondelette.
Le mercredi, ils vous annonceront
Des nouvelles qui vous réjouiront.
Le jeudi, paire de bottines neuves,
Le vendredi, hélas ! chagrin, comme aux veuves.
Le samedi, ils prédiront l’amour.
Dimanche, le Diable. Malheureux jour.”
Vous n’avez plus qu’à choisir.

Les superstitions sur la coupe des ongles concernaient aussi les morts. Dans les mythologies germano-scandinaves, couper les ongles des défunts empêchait les divinités malfaisantes de s’en emparer, de se venger et de déclencher la fin du monde. L’esprit des morts résidait dans les ongles. “Les enchanteurs sont fous, commentait Jean-Baptiste Thiers, lorsqu’ils veulent enfermer un esprit dans un ongle ou dans un verre, parce qu’un esprit ne peut être enfermé dans un corps.”

Un support divinatoire inattendu

On trouve une belle illustration d’onychomanie (nom savant de la divination par l’ongle) dans une pièce du théâtre satirique du XIII^e siècle, *Le Jeu de la feuillée* (1276) d’Adam de la Halle. Le personnage de Douce Dame, au ventre tendu, apporte ses urines au médecin qui les examine et lui annonce que “le mal vient de trop pratiquer la position

horizontale”. Elle dément avec véhémence, mais accepte de subir l’épreuve du pouce. Le médecin enduit d’huile le pouce d’un jeune garçon et confirme, en interprétant les formes qui se dessinent, qu’elle a bel et bien été engrossée. Elle l’admet.

On pouvait aussi déposer de la suie ou de la cire sur l’ongle du pouce d’un enfant ou d’un jeune garçon, l’essuyer légèrement et l’exposer à la lumière ou au soleil.

Il y a pire. Jean-Baptiste Thiers rapporte que, “pour voir dans l’ongle le visage d’un voleur ou d’un assassin, il fallait ôter l’ongle d’un enfant en le raclant au couteau jusqu’à la chair, l’enduire d’huile d’olive ou de noix teintée par du noir ou de la suie de cheminée en forme de miroir ou de quelque autre chose resplendissante”, puis prononcer une oraison et le nom du génie invoqué, “la lune devant être pour l’occasion en plein aspect avec Saturne ou bien disposée”. L’enfant était tourné vers le sud pour les affaires d’amour, vers l’est pour les questions d’argent, le nord pour les meurtres et l’ouest pour les vols.

Apparue il y a environ cinq mille ans en Chine et en Inde, la chiromancie tirait des informations de l’examen des mains, mais aussi des ongles. En Europe, elle connut un certain succès aux XVI^e et XVII^e siècles. Sur les ongles s’inscrivent des “marques des mœurs, de l’esprit, de la vie et de la mort”, consignait l’alchimiste et écrivain italien Giambattista della Porta (1535-1615) dans sa *Physionomie humaine*. Les singularités des ongles sont également décrites et interprétées par Philippe May, auteur de *La Chiromancie médicinale* (1665), suivie d’un *Traité de la physionomie* et d’un autre sur les marques des ongles. Les petites taches blanches sur les ongles annonçaient des événements heureux ; les grises et les noires, des malheurs ; les jaunes

étaient signes de maladie et de mort. Sur le pouce, les taches blanches présageaient les honneurs, les plaisirs et les voyages ; sur l'index, le luxe et les richesses ; sur le majeur, des pensées profondes et des études brillantes ; sur l'annulaire, de belles découvertes et une grande dignité ; sur l'auriculaire, le génie, les arts et la science.

À la même époque, les médecins doutent. Le premier ouvrage médical sur les ongles, *Onychologie curieuse*, écrit à la fin du XVII^e siècle par un Allemand, le Dr Georg Friedrich von Frankenau (1669-1732), porte un regard critique sur l'onychomanie. Celui-ci accuse les voyants de jeter de la poudre aux yeux des hommes, donnant de menus espoirs aux pauvres et de grandes destinées aux riches.

En Angleterre, Sir Thomas Browne (1605-1682) n'y croit pas plus. Dans son *Essai sur les erreurs populaires*, ce chevalier et médecin juge "inconcevables" les présages des marques sur les ongles. Il admet néanmoins qu'on peut y "conjecturer quelque chose de la différence de tempérament des humeurs dominantes".

Autre discipline ésotérique, la chirosophie décrypte la psychologie des individus par l'étude de leurs mains. Elle n'établit pas de prédiction. La chirosophie dite médicale n'hésite pas à suggérer des diagnostics sur leur état de santé. Les signes sur les ongles – longueur, largeur, courbure, consistance, couleur, aspect de la lunule – sont interprétés à la fois pour décrire le profil psychologique de la personne et pour diagnostiquer d'éventuels problèmes de santé. Dans son *Étude clinique et psychologique des ongles* (1944), Henri Mangin attribue d'importantes valeurs diagnostiques aux changements survenant sur les ongles, chaque organe s'exprimant sur un ongle différent : l'état général et le psychisme sur le pouce ; le thorax et le foie sur l'index ;

l'appareil digestif, la rate, les os et les oreilles sur le majeur ; le cœur, le rein, les yeux sur l'annulaire, et le système nerveux et les organes génitaux sur l'auriculaire.

L'ongle mou témoignerait d'un manque de vigueur, d'une force physique insuffisante, d'"une marque de passivité et d'abandon aux instincts", mais aussi d'une tendance à la faiblesse osseuse. Il y a lieu d'incriminer les parathyroïdes, l'hypophyse, voire une "hypoendocrinie générale". L'ongle dur, signe d'une "complexion vigoureuse et résistante", laisse présager des débordements passionnels nuisibles et peut être le signe d'une hyperthyroïdie. Un des principes de la spécialité est qu'un signe ne signifie rien de façon isolée et qu'il y a toujours plusieurs diagnostics possibles...

Au début du xx^e siècle, la chirosopie va piquer la curiosité de certains médecins. Le plus célèbre d'entre eux, Paul Carton, précurseur d'une médecine non conventionnelle, soucieuse de la globalité de la personne, a beaucoup étudié les lunules, ces petits croissants blancs à la base des ongles. Des lunules visibles, nombreuses, de bonne taille et très blanches attesteraient une grande énergie vitale circulante ; l'absence de lunule, une forte pénurie de forces disponibles. Il leur attribuait une valeur pronostique dans l'évolution des maladies. Il pensait que les fameuses petites taches blanches sur les ongles correspondaient à des dépôts de calcium dus à une acidification de l'organisme – acidification engendrée par un surmenage ou des erreurs de régime alimentaire. Nous en reparlerons.