DE L'UTILISATION DES VENTOUSES

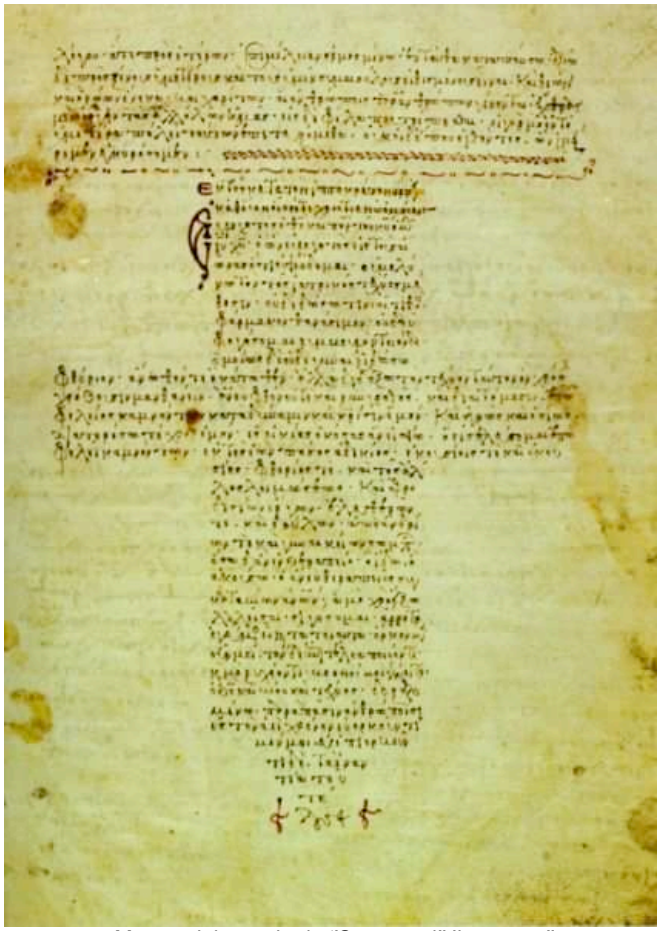
ALLIEES DE CHOIX
DU PRATICIEN EN TUINA

MEMOIRE PRESENTE PAR :

DOMINIQUE SCHUELLER

FORMATION TUI NA
EMTC - 2006-2008

DEPOSE LE : 30/05/08



Manuscrit byzantin du ''Serment d'Hippocrate''
du XII°siècle sous forme de croix (

"LA VIE EST COURTE,
L'ART EST LONG,
L'OCCASION EST PROMPTE A S'ECHAPPER,
L'EMPIRISME EST DANGEREUX,
LE RAISONNEMENT EST DIFFICILE.
IL FAUT NON SEULEMENT FAIRE SOI-MEME CE QUI CONVIENT,
MAIS ENCORE ETRE SECONDE PAR LE MALADE,
PAR CEUX QUI L'ASSISTENT
ET PAR LES ELEMENTS EXTERIEURS.
HIPPOCRATE *(APHORISMES 1ERE SECTION, 1)*

SOMMAIRE

SOMMAIRE 3

INTRODUCTION 6

HISTOIRE DES VENTOUSES A TRAVERS LES SIECLES 7

LES PRINCIPES DE BASE DE LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE 11

BENEFICES DU TRAITEMENT PAR VENTOUSES 13

La Peau 13

Le Sang 13

Le Qi 14

Le Wei Qi 14

La Stagnation 15
Stagnation des Aliments 15
Stagnation des Liquides Organiques 15
Stagnation du Qi 15
Stagnation de Sang 15

LES 14 MERIDIENS PRINCIPAUX 17

LE TUI NA OU MEDECINE MANUELLE 23

LA POSE DE VENTOUSES 27

Effets sur la peau 27

Effets sur les muscles 27

Effets sur les articulations 28

Effets sur les organes digestifs 28

Effets généraux des ventouses 28
La purification du sang 28
La stimulation du système nerveux 28

DESCRIPTION DES DIFFERENTS MODELES DE VENTOUSE 31

Ventouse bambou 31

Ventouse verre 31

Autres modèles **32**
les ventouses caoutchouc 32
les ventouses à vis 32
les ventouses à valve 32
les ventouses à poire en caoutchouc 32
les ventouses à pose électro-magnétique 32

POSE DE LA VENTOUSE **33**
Sécurité avant tout ! 33
D'autres précautions s'avèrent indispensables 33
Organisation et logistique 34
Que peut-on attendre d'un traitement par ventouses ? 34

PREPARATION AU TRAITEMENT **37**

METHODES DE POSE **39**

Succion faible (légère et tonifiante) **39**

Succion moyenne (tonifiante) **39**

Succion forte (drainante) **40**

Ventouse mobile (drainante) **41**

Ventouses éclair (tonifiantes) **42**

Autres méthodes **42**
Les ventouses à aiguille 42
Les ventouses avec armoise (aiguille chaude) 42
Les ventouses à saignement (drainantes) 43
Les ventouses à herbe (tonifiantes 43
La ventouse à eau 43

POSE DES VENTOUSES **45**

Chez l'enfant **45**

Chez l'adulte **46**

Fréquence de pose **46**

CONTRE-INDICATIONS **47**

CAS PRATIQUES **49**

DOULEUR ABDOMINALE **50**
Cause digestive 50
Cause gynécologique 51
Cas clinique 51

DOULEURS DE DOS **52**
Douleur dorsale haute 52
Douleur lombaire, sciatique 53
Cas clinique 54

CONSTIPATION **54**
Type Froid 55
Type Chaleur 55
Cas clinique 55

RHUME BANAL ET GRIPPE **56**
En cas de Vent-Froid 56
En cas de Vent-Chaleur 56
Cas clinique 57

GLOSSAIRE **59**

ANNEXES **61**

Localisation et fonction des points d'acupressure décrits dans ces pages **61**
Méridien du Poumon 61
Méridien du Gros Intestin 61
Méridien de l'Estomac 62
Méridien de la Rate 62
Méridien du Cœur 62
Méridien de l'Intestin Grêle 63
Méridien de la Vessie 63
Méridien du Rein 64
Méridien du Maître Cœur 64
Méridien du Triple Réchauffeur 64
Méridien de la Vésicule Biliaire 64
Méridien du Foie 65
Ren Mai 65
Du Mai 66

Description des principaux massages décrits dans cet ouvrage. **66**

CONCLUSION **67**

BIBLIOGRAPHIE **68**

REMERCIEMENTS **69**

INTRODUCTION

Je me souviens d'un temps où les ventouses faisaient partie de la panoplie des accessoires que toute bonne mère de famille se devait de savoir manier. Aucune bronchite ne résistait au coup de main rapide et précis de maman, et dès le lendemain matin, nous étions sur pied pour retourner jouer ! Même papa devait y passer !

Les ventouses familiales.

La Sécurité Sociale n'en était qu'à ses balbutiements… La médecine officielle était réservée aux gens fortunés. Parce que le médecin coûtait cher, chaque famille y allait de ses recettes de grand-mère, et l'usage des ventouses était répandu aussi bien en milieu rural que citadin.

C'était l'auxiliaire indispensable, que la démocratisation des soins médicaux et le boum des antibiotiques ont depuis largement relégué aux oubliettes.

Cette tradition, riche en échanges humains, basée sur la confiance et se préoccupant peu de prouesses techniques, a fort heureusement survécu à travers les siècles. Sa simplicité, son efficacité en font un allié de choix dans la lutte contre la douleur, la remise en circulation de l'énergie. Elle contribue ainsi au bien-être du patient.

C'est la formation entreprise récemment en Tuina qui m'a permis de découvrir, avec un peu d'étonnement au début, je dois bien l'avouer, puis un intérêt croissant, que les ventouses avaient un très large spectre d'applications thérapeutiques !

Depuis que j'ai décidé de les étudier plus en détail, et de les appliquer régulièrement afin de forger ma propre expérience, je me dois de reconnaître que, pour mes patients comme pour moi, il y a le temps d'avant …et le temps d'après…

Elles sont désormais le complément indispensable de tous mes massages, calmant les douleurs, tonifiant les énergies en berne, libérant les tensions, soulageant des articulations enflées…

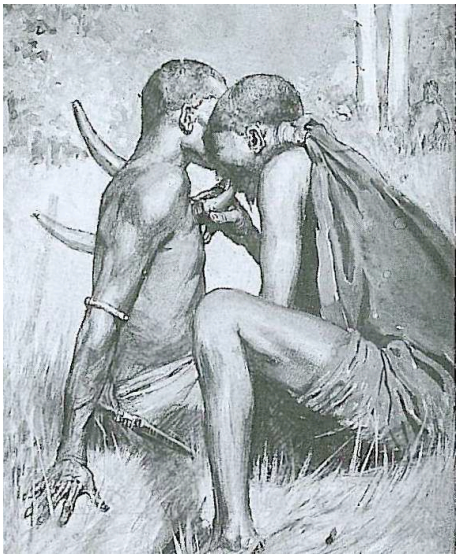
Mais entrons ensemble dans cet univers étonnant !

HISTOIRE DES VENTOUSES A TRAVERS LES SIECLES

Les ventouses ont été utilisées depuis des temps immémoriaux, un peu partout dans le monde. Les premières ont vraisemblablement été confectionnées à partir de cornes animales évidées, à l'intérieur desquelles ont allumait du feu afin de pouvoir créer un vide d'air et provoquer ainsi une aspiration.

Elles servaient, à l'époque, à aspirer le pus et le sang dans le traitement des furoncles.

Une autre technique empirique consistait à en couper la pointe et, dans ce cas, le praticien aspirait avec sa bouche pour créer le vide d'air. Et seule la longueur de la corne lui servait de protection…



Un guérisseur africain, ou chamane, utilise la technique des ventouses à l'aide de cornes d'animaux pour aspirer du sang à la surface de l'organisme (source I.Z.CHIRALI)

Par la suite, elles ont été utilisées comme méthode d'appoint en chirurgie traditionnelle chinoise, et elles se sont avérées efficaces dans de nombreuses autres applications. Elles ont finalement été reconnues comme méthode thérapeutique spécifique. La corne a été remplacée par du bambou, puis de la céramique ou du verre.

Un dicton chinois dit que :
"Acupuncture et ventouses soignent plus de la moitié des maladies".

En Chine

C'est dans le Bo Shu (livre ancien écrit sur la soie), découvert dans une tombe ancienne de la dynastie Han, qu'on trouve les plus anciens écrits de l'emploi des ventouses.

Des cas de traitement de la tuberculose ont été rapportés dans le Weitaimiyao en 755 ap. J.C. Après plusieurs centaines d'années d'accumulation d'expérience clinique, les applications du traitement par ventouses sont devenues de plus en plus vastes.

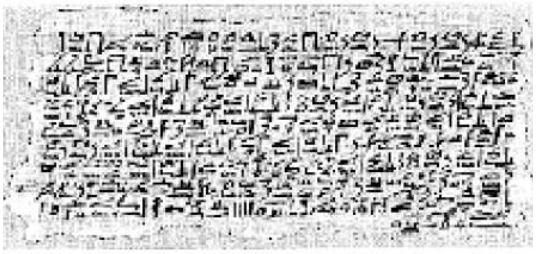
Un grand nombre des écrits de l'époque seront détruits lors des nombreux autodafés qui ont ponctué l'histoire de ce pays.

En Egypte ancienne

Les Egyptiens anciens ont été les premiers à utiliser les ventouses de manière systématique.

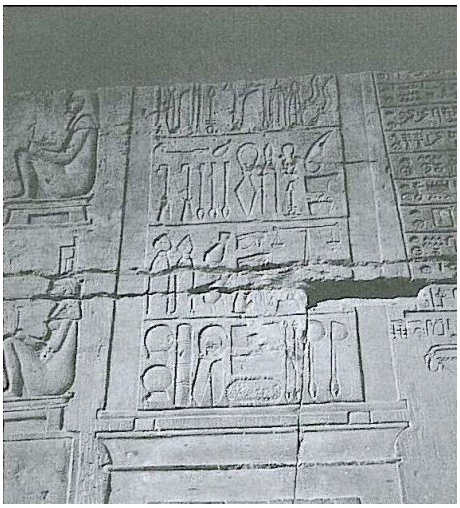
Le papyrus Ebers, que l'on pense le plus ancien texte de médecine, écrit

aux alentours de 1550 ans av. J.C. en Egypte, décrit des saignées par ventouses dans le but ‘’d’éliminer des substances étrangères de l’organisme’’.



Une page du Papyrus Ebers. (source ZHU)

On retrouve d’ailleurs à l’entrée d’une tombe égyptienne à Louxor la représentation des ventouses gravée dans la pierre.



Hiéroglyphes à l’entrée d’un tombeau de Louxor (source I.Z. CHIRALI)

Chez les égyptiens, qui introduisirent ensuite les saignées en Grèce, la pose de ventouses était le remède habituel contre pratiquement toutes les maladies, et ils ne doutaient pas de l’avoir héritée des plus anciennes nations orientales, dont ils avaient tiré tout leur savoir.

On retrouve dans leurs écrits la description des **metu** (méridiens) qui permettent la circulation de l’énergie, gage de bonne santé. Le singulier de metu est met.

Pictogramme symbolique de l’Egypte Ancienne de met (source ZHU)

Pictogramme symbolique de médecin : en haut à gauche, une aiguille ; en bas à gauche, un bol.(source ZHU)

Les incendies qui ravagèrent à deux reprises la grande bibliothèque d’Alexandrie d’Egypte sont considérés par les érudits comme une catastrophe mondiale : plus de 80 % des archives des civilisations les plus cultivées du Moyen Orient sont perdues à jamais.

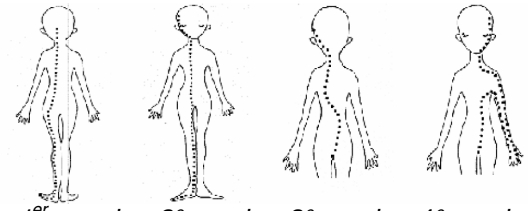
En Grèce antique

Hippocrate (460-377 av. JC), considéré comme le Père de la médecine, était notamment un ardent défenseur des ventouses, essentiellement avec saignement.

D’après ses travaux, il apparaîtrait que de très grosses ventouses auraient été utilisées par les plus anciens médecins grecs pour la réduction des luxations vertébrales, en se fondant sur l’hypothèse selon laquelle ‘’les os qui étaient enfoncés à l’intérieur pouvaient être ramenés en bonne place par l’aspiration des ventouses’’.

Non seulement les ventouses, mais des principes de base ressemblant singulièrement aux fondements de la Médecine Chinoise étaient acceptés,

voire reconnus par Hippocrate, tels les méridiens qu'il appelle **phlebs**.



1er couple - 2°couple - 3°couple - 4°couple des phlebs d'Hippocrate (source ZHU)

Cette pratique existait également dans les anciennes civilisations d'autres pays, et même dans les tribus de certains sauvages incultes.

On en retrouve les traces parmi les populations natives d'Amérique, les Hottentots, les Hindous, les habitants des iles du Sud Est et de Nouvelle Hollande, les Japonais et les Chinois, sans que l'origine exacte n'ait été clairement démontrée.

En Inde ancienne

Au 15ème siècle av. J.C., Chakara Samitha a décrit un système de voies ''**nadis**'' sur le corps, qui transporte le ''**rasa**'' (liquide vital), qui relie l'ensemble du corps à partir du nombril. La traduction chinoise de ''nadis'' est directement et sans détour ''méridiens''.

En Amérique du Sud

La médecine Maya, par ailleurs, ressemble beaucoup à la médecine chinoise. Ce qui diffère de la théorie Yin-Yang est chez les Mayas, le dualisme Froid-Chaud.

Sur leurs ''**canaux à vent''**, 50 points thérapeutiques sont éparpillés, qui ont un emplacement et des indications thérapeutiques identiques à celles de la médecine chinoise.

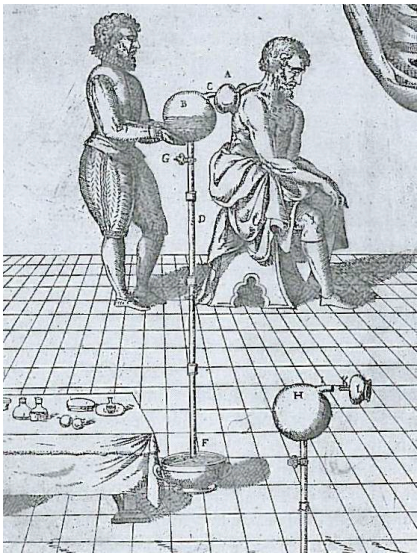
Les méthodes thérapeutiques utilisées étaient l'acupuncture, la saignée, le massage, la moxibustion, la pose de ventouse, etc.

En Asie

Les Turcs Ottomans utilisaient eux aussi régulièrement les ventouses dans les hammams, c'est dire s'ils étaient d'usage commun !

En Europe

Au Vème siècle, les invasions barbares mettent un terme à tous les arts utiles et intellectuels, y compris la médecine. Ce n'est qu'au IXème siècle qu'on retrouve les traces de l'usage des ventouses chez les Arabes en Espagne, où cette tradition va à nouveau s'épanouir pendant 300 Les Espagnols ayant établi une correspondance médicale avec l'Italie, ce pays devient le principal centre de la science médicale. ''En 1683, Bellini, un médecin italien renommé, a privilégié la pose sèche de ventouses''.



Chirurgien appliquant des ventouses à un patient (source I.Z.CHIVARI)

Les médecins européens et américains ont employé les ventouses avec

saignement pour traiter de nombreuses affections jusqu'à la fin des années 1860.

Celles-ci sont alors délaissées au profit des ventouses sèches, qu'on utilise soit de manière révulsive, c'est-à-dire à distance pour éliminer un excès de sang dans la zone affectée, soit de manière dérivative, plus à proximité.

Un poseur de ventouse de l'époque concluait ainsi : *''la révulsion n'est qu'une dérivation en un point distant'' !*

Le débat était lancé, qui a animé les polémiques pendant de nombreuses années.

C'est au début du XX^{ème} siècle que l'usage des ventouses se perd en Europe et en Amérique, alors qu'il reste courant en Turquie, en Grèce, et bien sûr en Chine.

De nos jours, nous constatons un regain d'intérêt pour des médecines dites alternatives : homéopathie, réflexologie, chiropractie, ostéopathie, massage, acupuncture, Tui Na. Des formations de qualité sont organisées, avec des textes permettant une auto-évaluation.

Il est clairement établi que le traitement par ventouses, enseigné et utilisé correctement en tant que tel ou parallèlement à diverses thérapies par le toucher, peut influencer positivement et accélérer le processus de guérison naturelle du corps.

LES PRINCIPES DE BASE DE LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

La Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) tient compte de l'individu dans la globalité et, de ce fait, il ne suffit pas de tenir compte seulement du symptôme présent de la maladie, mais de considérer celui-ci comme le dernier maillon de l'évolution de la maladie.

Le diagnostic demande une étude générale du malade, tant au point de vie de l'état du physique externe que de l'état du physique interne.

Il convient également d'étudier ses réactions diverses, sa manière de vivre, ses rapports avec le monde qui l'entoure, ses habitudes psychologiques, voire spirituelles.

Il est également important de faire l'historique le plus exact possible de la maladie pour savoir l'évolution qu'a suivie celle-ci, afin d'aller en chercher l'origine, et donc les causes premières.

Parce que lorsqu'un organe est malade, ce n'est pas lui qu'il faut soigner, son déséquilibre n'est peut-être que la conséquence du déséquilibre d'un autre organe.

Ainsi, poser un bon diagnostic, c'est déjà avoir fait la moitié du traitement.

Le Nan Jing, ouvrage traitant des difficultés en MTC, précise à la difficulté 61 :

*''Tel qui, par l'inspection connaît la maladie est appelé **subtil**,*
*Tel qui, par l'audition connaît la maladie est dit **perspicace**,*
*Tel qui par l'interrogation connaît la maladie est dénommé **habile**,*
*Tel qui par la palpation connaît la maladie est appelé **adroit**''.*

Le diagnostic – Si Zhen - comprend quatre phases :

- ***l'inspection*** : constitution, morphologie, attitude et gestes, teint, examen des yeux, de la langue, façon de se tenir, de marcher, la comparaison d'un membre par rapport à l'autre, etc.

- ***l'audition*** : voix, élocution, toux, bruits thoraciques et abdominaux et des autres parties du corps ; et l'olfaction : acidité des odeurs corporelles, transpiration, etc.

- ***l'interrogation*** : questionnement sur les troubles, le moment de leur apparition, les périodes d'aggravation ou de rémission, les antécédents du patient et éventuellement leur caractère héréditaire, les facteurs à risque (fractures, hernies, etc.)

- ***la palpation*** : étude de la zone douloureuse en y testant la chaleur, la souplesse, la résistance, etc. à la recherche des points Ah Shi et pour vérifier le ressenti. Autre phase importante à ne pas oublier : la palpation des pouls.

Pour ma part, j'estime que l'interrogatoire doit également permettre de cerner l'état psychologique du patient.

En effet, l'influence de la partie psychologique dans les troubles ostéo-articulaires n'est plus à prouver. Il suffit pour cela de consulter les nombreux ouvrages traitant de la question, comme ''Dis moi ou tu as mal et je te dirai pourquoi'' de Michel ODOUL, auquel je me réfère souvent lorsque les douleurs de mes patients récidivent sans qu'il y ait de motif ''mécanique''.

Parce que les mots que l'on n'a pas pu dire se transforment en maux, le corps devient ''instrument de parole'', et le message que notre conscience cherche à nous transmettre au moyen de la douleur, qui se place précisément en tel ou tel endroit du corps doit être compris et analysé, pour arriver à le transformer.

Le fait de se pencher alors ensemble sur les tensions profondes qui cherchent ainsi à s'exprimer nous permet de travailler sur la cause autant que sur sa manifestation externe. La souffrance devient ainsi ''créatrice'', parce qu'elle permet au patient de progresser dans son évolution personnelle.

Je sais qu'il est important de prendre et de comprendre l'individu dans sa globalité pour établir ainsi le diagnostic le plus précis possible et favoriser les chances de guérison rapide.

BENEFICES DU TRAITEMENT PAR VENTOUSES

Notre premier contact avec le monde extérieur se fait à travers la peau. Elle est le miroir de notre santé. Chez un sujet en bonne santé, elle est brillante, ferme et lisse.

Elle est en relation avec les organes internes par le biais des méridiens et des points d'acupuncture.

Pour mieux comprendre comment tout cela fonctionne, voyons ensemble la terminologie spécifique à la Médecine Traditionnelle Chinoise.

LA PEAU

La peau est notre organe le plus étendu et contient les liquides organiques, du sang, des vaisseaux sanguins, des tissus conjonctifs, des muscles et une riche innervation.

Elle répond à des variations de température et est généralement chaude au toucher.

Chez un sujet en mauvaise santé, la peau est terne, éteinte, de coloration peu naturelle et souvent froide au toucher.

La peau protège l'organisme contre les pathogènes externes.

C'est le principal organe de sensibilité.

Les 14 principaux méridiens ayant un lien direct avec les organes internes (Zang Fu) se situent également dans la peau.

Quand on stimule un point particulier par acupuncture, massage ou ventouse, l'objectif reste le même : influencer et modifier le Sang et le Qi d'un organe particulier à travers une manipulation de la peau.

Selon la MTC, la peau est influencée et est sous contrôle direct des Poumons.

Quand l'énergie pulmonaire est forte, la peau est nourrie, luisante, et joue pleinement son rôle, et les poils et les ongles reçoivent des nutriments et paraissent sains.

Les Poumons diffusent le Qi et les Liquides Organiques dans tout l'organisme à travers la peau.

Ainsi, l'humidité cutanée dépend également de l'état de santé des Poumons.

Chaque organe Zang Fu est représenté par un méridien sur la peau et donc d'une connexion – une porte ouverte – se crée avec des pathogènes externes via la peau.

LE SANG

''Une substance transformée par l'essence des aliments et engendrée par l'activité fonctionnelle du Qi, et qui circule dans les vaisseaux sanguins et nourrit les tissus corporels''

En MTC, le Sang dérive des aliments et du Qi qui est produit par la Rate. Il contient le Qi.

Le Qi est la locomotive du Sang.

''Le Sang est inséparable du Qi lui-même, le Qi influence la vie dans le Sang ; sans Qi, le Sang ne serait qu'un liquide inerte.''

Quand le Qi se déplace, le Sang se déplace aussi, et vice-versa : où va le Sang le suit le Qi.

Quand on les compare, le Sang est Yin et le Qi est Yang. Le Sang circule dans les vaisseaux sanguins et également dans les méridiens et les collatérales.

LE QI

Le Qi est la vie même. C'est la force vitale, l'Energie de la vie. Le Qi est reflété par le mouvement et la chaleur.

Un mouvement, quel qu'il soit, demande du Qi et souvent cela se manifeste par de la chaleur. Lorsqu'un patient se plaint de froid, il existe souvent un manque d'énergie.

Quand on traite une maladie qui se situe au niveau du Qi, le facteur pathogène externe continue son combat au niveau cutané et la résistance globale de l'organisme reste bonne.

Les manifestations cliniques sont par exemple une fièvre élevée, une toux avec mucosité fine et jaunâtre, une respiration sifflante et une soif.

Le traitement par ventouses à ce niveau est très efficace.

LE WEI QI

Le Wei Qi est le Qi protecteur/défensif qui chemine juste sous la peau.
Il forme la paroi défensive la plus externe contre tous les pathogènes externes comme le Vent, le Froid, l'Humidité et la Chaleur.

Il régule l'ouverture et la fermeture des pores de la peau et intervient donc dans le contrôle de la transpiration.

Il réchauffe et nourrit la peau, sa source est le Sang et le Qi, et il est gouverné par les Poumons.

''Le Wei Qi est un type de Yang Qi qui résulte de la digestion et de l'absorption des aliments par la Rate et l'Estomac. Il a des fonctions de protection des téguments (peau) et de la musculature contre les pathogènes externes, ajustant la sécrétion de sueur et nourrissant la portion cutanée.''

''Une incapacité du Wei Qi à protéger l'organisme contre les maladies se manifeste par un état morbide caractérisé par une sudation spontanée et une aversion au Vent, dû à une déficience du Qi superficiel, abaissant la capacité de l'organisme à résister aux maladies et aboutissant à l'invasion par des facteurs pathogènes externes.''

Les manifestations cliniques à ce niveau sont une fièvre avec sudation faible ou inexistante, des céphalées occipitales, une raideur du cou, une soif, une angine, une toux et des frissons.

Le traitement des affections par pose de ventouse à ce niveau est très efficace.

LA STAGNATION

En MTC, la stagnation se réfère à la congestion et l'accumulation du fait de l'absence de déplacements de tous ordres, c'est-à-dire les Aliments, les Liquides Organiques, le Qi et le Sang.

Stagnation des Aliments

On retrouve fréquemment cet aspect chez l'enfant auquel les parents donnent une nourriture riche et parfois sous contrainte. Des boissons et des aliments froids, des habitudes alimentaires irrégulières peuvent également créer des problèmes d'accumulation.

Ces troubles perturbent la fonction de transformation et de transport de la Rate.

Les manifestations cliniques sont une agitation, des vomissements, la production de mucosités, des diarrhées, une constipation, un durcissement de l'estomac et un abdomen douloureux.

Stagnation des Liquides Organiques

Les Reins gouvernent l'Eau et les Liquides Organiques, la Rate les extrait de l'alimentation. Les Reins sont responsables de la partie profonde de l'organisme, de la Vaporisation des Liquides par le Yang du Foie, de leur transformation et de leur excrétion.

Quand ce processus est perturbé par des pathogènes Chaud ou Froid ou par un excès d'aliments crus, il y a alors atteinte des fonctions de la Rate.

Les manifestations cliniques sont l'apparition d'œdèmes, une oligurie ou alors une polyurie.

On retrouve cette affection essentiellement chez les personnes âgées, et elle est due à une déficience du Qi du Cœur ou du Rein.

Stagnation du Qi

Dans ce trouble, le Qi ne s'écoule pas harmonieusement dans l'organisme.

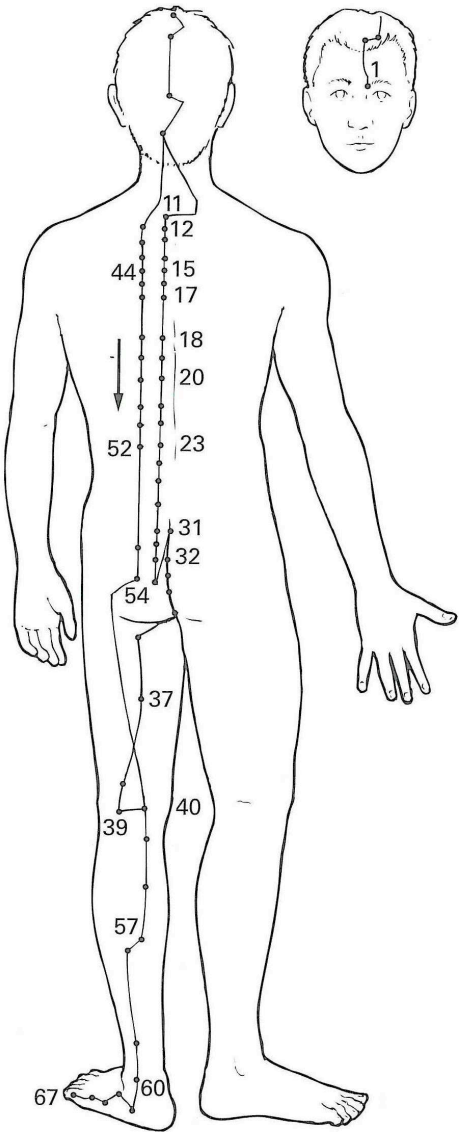
Les principales manifestations cliniques sont une sensation de distension, une douleur de distension qui se déplace de place en place, des masses abdominales qui apparaissent et disparaissent, une dépression mentale, une irritabilité, une sensation de tristesse, des sautes d'humeur fréquentes, des soupirs fréquents, un pouls en fil de fer ou serré, une langue légèrement violette.

Stagnation de Sang

(Voir plus haut le paragraphe concernant le Sang).

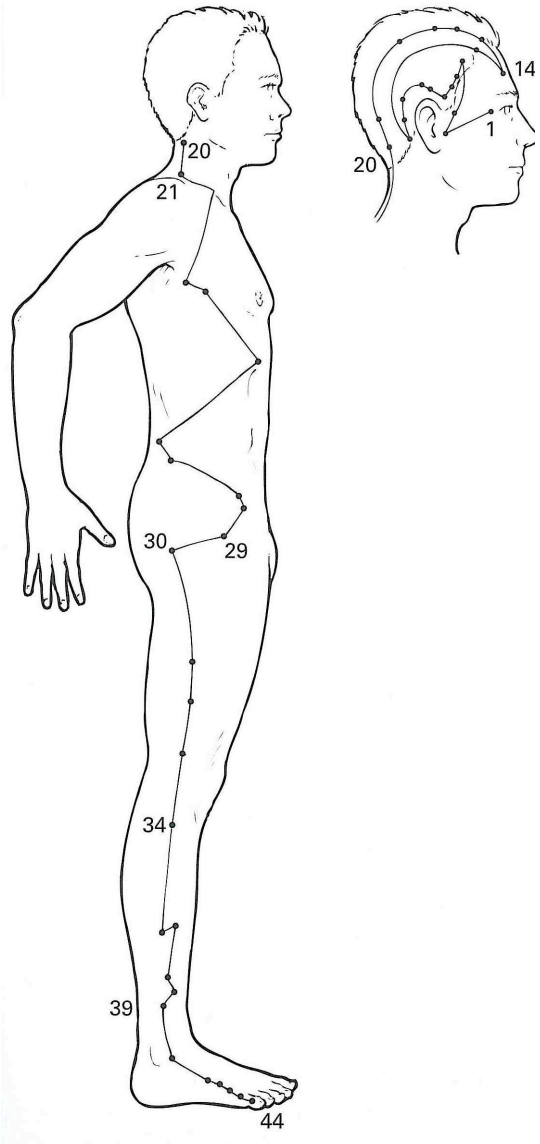
Les manifestations cliniques sont une sensation d'engourdissement et de fourmillements, qui est ressentie surtout le matin au réveil, des lombalgies avec refus de palpation et aggravation à l'effort, des céphalées avec douleur fixe sévères et soulagées par la pression, des palpitations, une langue violacée, des lèvres et des ongles cyanosés, une oppression de la poitrine, des retards de cycle.

Les méridiens suivants sont recommandés pour la pose des ventouses : (source I.Z.CHIRALI)



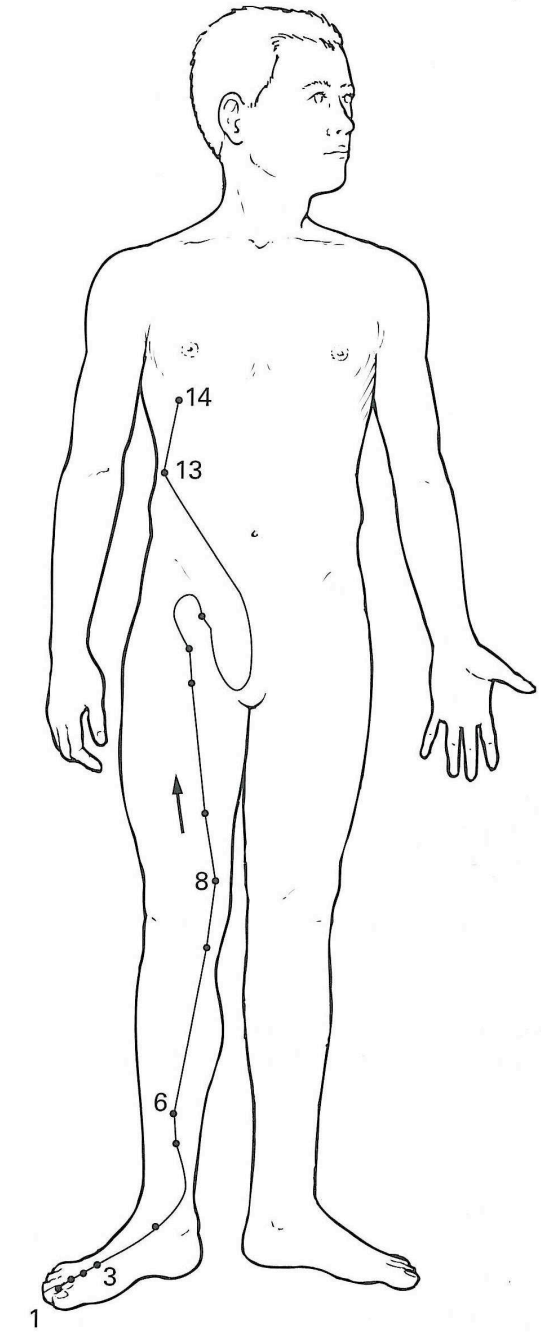
Trajet du méridien de la Vessie : tous les points Assentiments (Shu) se localisent sur ce méridien. C'est donc le plus utilisé pour la pose des ventouses.

Toutes les méthodes peuvent être employées en sécurité sur ce méridien.



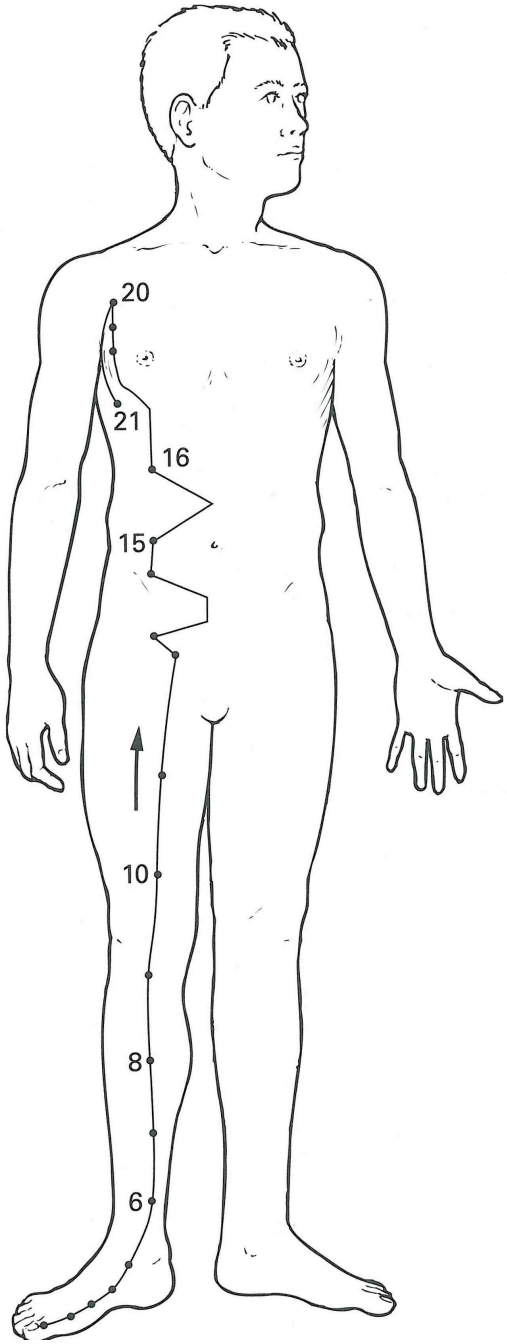
Trajet du méridien Vésicule Biliaire : affections de la tête (migraines), de l'œil, du thorax, douleurs musculaires et maladies fébriles.

On peut employer les ventouses sur les points du tronc, et des ventouses mobiles sur les points du membre inférieur.



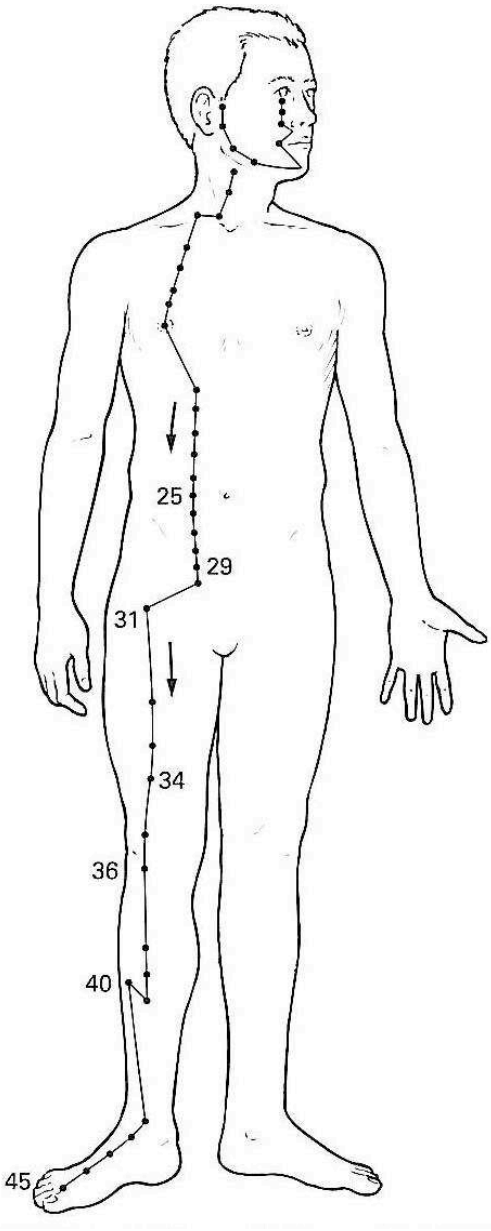
Trajet du méridien du Foie : affections mentales, émotionnelles, digestives et urogénitales.

On peut employer les ventouses sur les points abdominaux



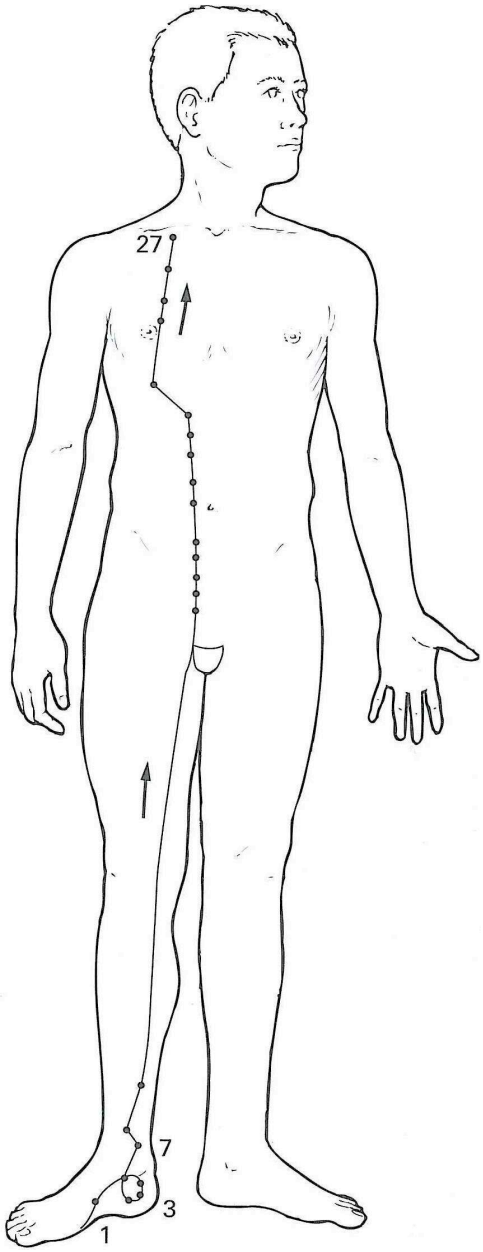
Trajet du méridien de la Rate : affections de l'estomac, de la rate, des intestins, atteinte de l'énergie et de l'appareil urogénitale.

On peut employer les points de l'abdomen.



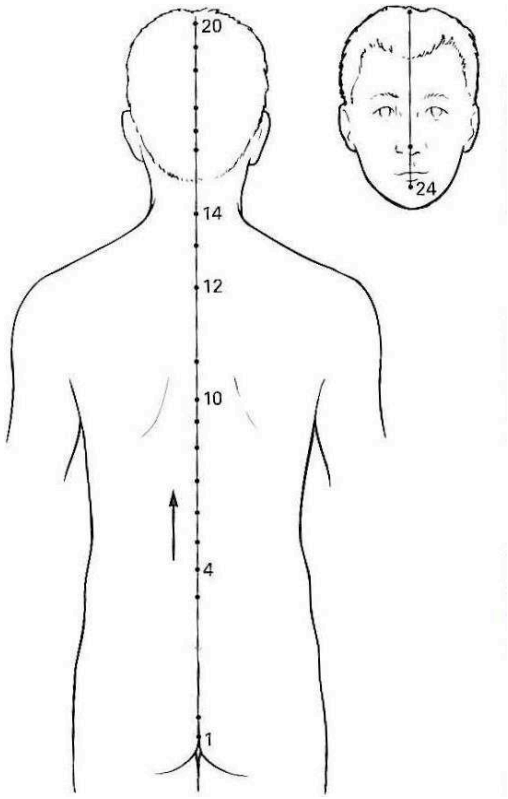
Trajet du méridien de l'Estomac : affections de la tête, de la face, de la gorge, de la digestion et atteinte de l'énergie.

Traitement par ventouses sur les points de la face et de l'abdomen.



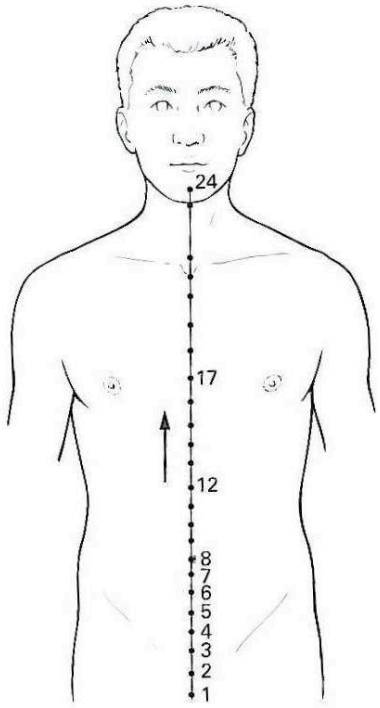
Trajet du méridien du Rein : affections abdominales, urogénitales, troubles énergétiques et émotionnels.

On peut utiliser les ventouses sur les points du tronc.



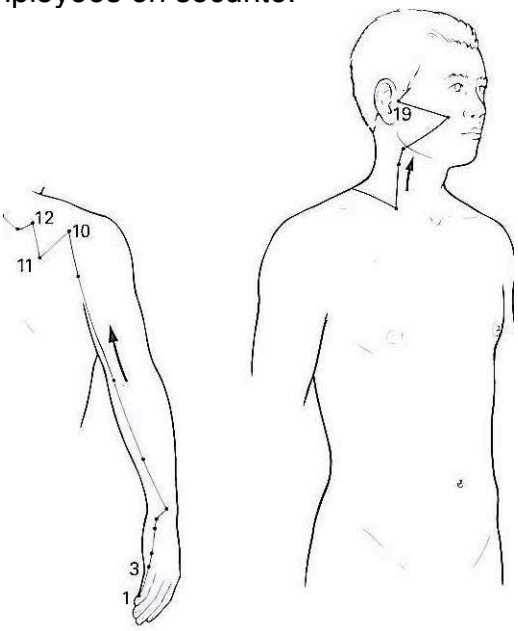
Trajet du méridien Du Mai : affections de la tête, du cou, maladies fébriles et troubles énergétiques.

Toutes les méthodes peuvent être employées en sécurité.



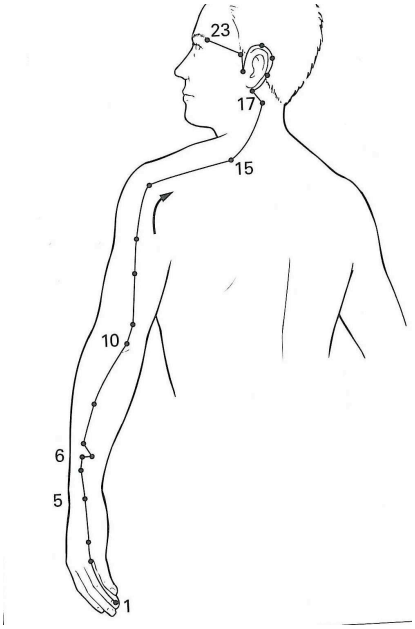
Trajet du méridien Ren Mai : toutes les affections de l'abdomen, digestives, urogénitales et les troubles de l'énergie.

On peut poser des ventouses sur ce méridien.



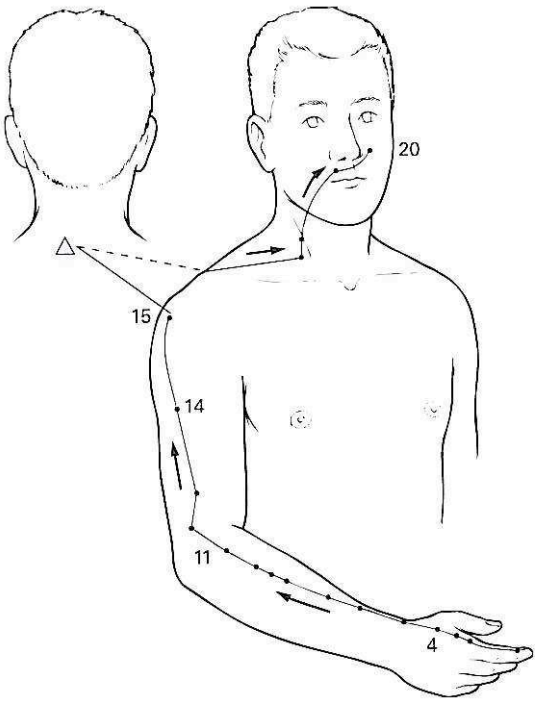
Trajet du méridien de l'Intestin Grêle : affections de la tête, du cou, des épaules, des yeux, troubles émotionnels.

On peut utiliser les ventouses sur les points de la face et de l'épaule.



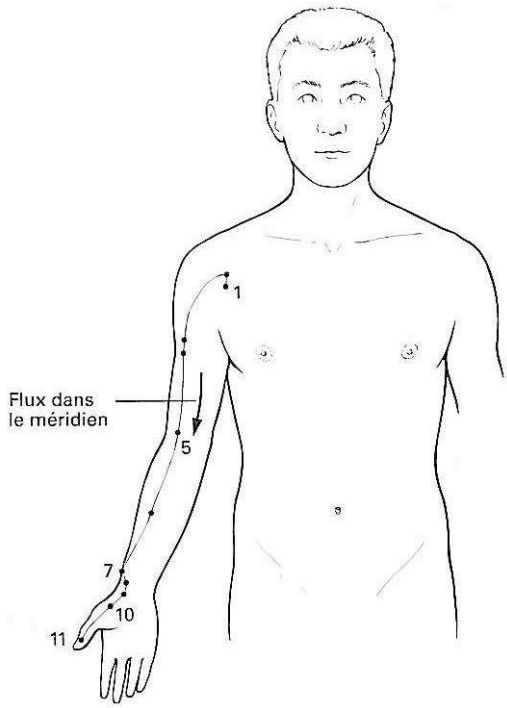
Trajet du méridien Triple Réchauffeur : affections du thorax, de l'oreille, de l'œil, de la gorge et des épaules.

On peut employer les ventouses sur les points du bras et de l'épaule.



Trajet du méridien du Gros Intestin : affections de la tête, du nez, de la gorge, des intestins, maladies fébriles et atteintes de la face (paralysie faciale).

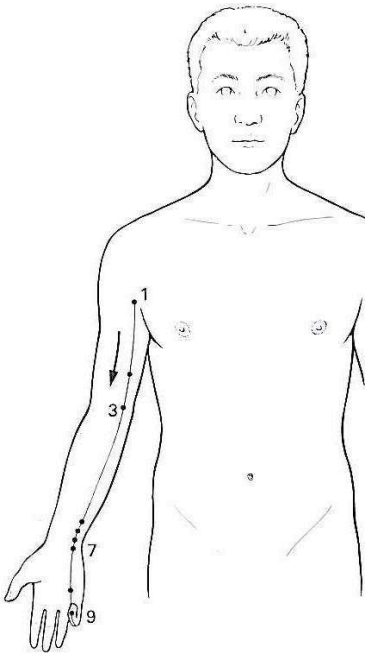
Traitement par ventouses fixes sur les points de la face et des ventouses mobiles sur le reste du méridien.



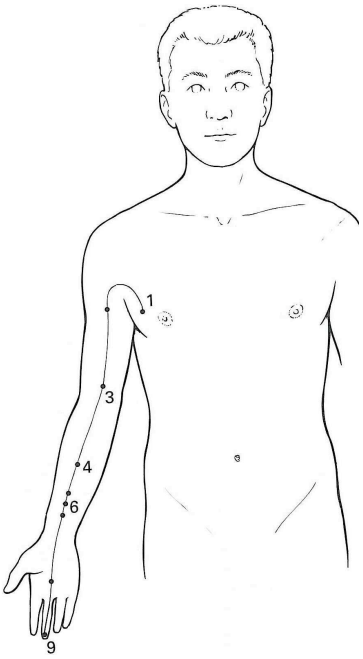
Trajet du méridien du Poumon : affections du thorax, du nez et des liquides organiques.

On peut utiliser des ventouses mobiles.

ATTENTION PAS DE VENTOUSES SUR :



Trajet du méridien du Cœur : affections du thorax, du cœur, trouble des émotions et du sommeil.



T***rajet du méridien Maître Cœur*** : affections du thorax, du cœur, nausées et troubles émotionnels, troubles énergétiques

Trois actions thérapeutiques sont enseignées et peuvent être entreprises dans le cadre de la formation au Tui Na :

- **An Mo,** - les massages
- **Ban Fa** – les étirements
- **Dong Fa** – les manipulations.

Le massage Tui Na est, avec l'acupuncture, la diététique, la pharmacopée et les exercices énergétiques (Qi-Gong et Tai-chi), l'une des cinq branches de la Médecine traditionnelle chinoise (MTC).

Le Tui Na est normalement prescrit à la suite de l'établissement **d'un bilan énergétique**.

Le Tui Na élimine les blocages et stimule les capacités d'auto guérison de l'organisme. Il favorise la circulation sanguine et énergétique et contribue à diminuer la douleur.

Souvent employé en combinaison avec d'autres thérapies de la MTC, le massage chinois est utilisé pour soulager un grand nombre de maux courants (rhume, migraine, constipation, nervosité, etc.) et d'affections liées au système ostéo articulaire (lombalgies, tendinites, entorses, etc.).

Mais commençons par le commencement…

Toute la pensée de l'Empire du Centre peut être résumée en deux termes bien connus : **Yin et Yang.** Ces deux modalités, d'une seule et unique même énergie fondamentale, le **Qi,** sont en effet omniprésentes dans la tradition chinoise.

Nous le savons, le Yin et le Yang représentent les deux forces opposées qui réagissent au sein même de la manifestation, lui permettant ainsi de se maintenir grâce à un renouvellement permanent. Lumière et ombre, feu et eau, ciel et terre, comptent parmi les principaux symboles de ces deux polarités.

Au fond, pour un Chinois, la Vie c'est toujours et nécessairement du Yin et du Yang. C'est pour cette raison qu'ils s'opposent tout en étant complémentaires.

Ces deux modalités énergétiques sont bien présentes dans le massage Tuina.

Le terme même de Tui Na, nous en désigne d'ailleurs deux capitales : **Tui**, qui est l'action de ''Pousser'' et **Na** qui est celle de ''Saisir''. Prendre et repousser, c'est tout un programme !

Il s'agit, là aussi, de deux actions opposées mais complémentaires qui nous replongent tout de suite dans la grande dialectique du Yin et du Yang, merveilleusement symbolisée par le célèbre diagramme du Taiji.

''Saisir'' représente ici la polarité Yin, il s'agit en effet d'un geste de préhension qui ramène l'énergie vers soi. Au contraire, ''Pousser'' est une méthode d'expulsion, de rejet vers l'extérieur, c'est donc une forme Yang.

Employées en alternance, ces deux techniques vont mobiliser le Qi interne du patient afin de ''réanimer'' la circulation énergétique dans les méridiens. Par la Saisie, l'énergie bloquée à l'interne est extraite et ramenée à la superficie ; par la Poussée elle est dégagée et propulsée dans la grande circulation.

La répétition de ces mouvements est réputée pour **dissoudre les stases, désobstruer les méridiens, calmer les douleurs et détendre en profondeur les tissus**.

Bien entendu un certain nombre de paramètres (comme la vitesse, la force, la profondeur, la direction du geste ainsi que les parties corporelles utilisées pour pratiquer) vont permettre au praticien de moduler son traitement en fonction des caractéristiques physiques et énergétiques de son patient et de la localisation de la pathologie.

Mais l'harmonie énergétique, qui est toujours l'objectif final en médecine chinoise, résultera finalement toujours du juste équilibre entre les deux forces opposées et complémentaires Yin et Yang.

Un autre exemple de cette nécessaire complémentarité des oppositions va nous être donné par l'appellation générique du massage en chinois, **An Mo**. Alors que Tui Na représente l'aspect plus spécifiquement thérapeutique du massage, le terme d'An Mo désigne globalement le massage traditionnel. An, c'est ''Presser'' et Mo, c'est ''Frotter''. Nous voici à nouveau confronté à nos deux polarités : en effet, pour presser il faut appuyer et donc pénétrer à l'interne, il s'agit en conséquence d'une technique Yin ; au contraire Mo nous montre une action Yang car elle se passe en superficie, c'est une sorte de caresse ''épidermique'' qui ne concerne que le niveau superficiel de l'individu.

Mais là encore, les actions se complètent et s'épousent à merveille. An permet de stimuler la profondeur et Mo de dégager la surface.

Nous constatons ainsi que pour dire ''massage'', les chinois ne font finalement que répéter ''Yin et Yang'' en se servant simplement de divers termes techniques.

Ils nous rappellent ainsi sans arrêt que, dans l'existence, tout participe nécessairement de ces deux énergies fondatrices.

Les autres techniques citées plus haut concernent les manipulations ostéo-articulaires constituées par les **Ban Fa**, étirements qui permettent de redonner leur place et leur tonus aux muscles spasmés, et de l'espace aux articulations pour qu'elles reprennent leur espace naturel. L'étirement se fait en douceur, et sans douleur.

Les **Dong Fa** sont des manipulations de type ostéopathique plus complexes et précises, qui n'entraient pas dans le cadre de la formation suivie. Ils font l'objet de stages en 3° année, pour ceux qui le souhaitent.

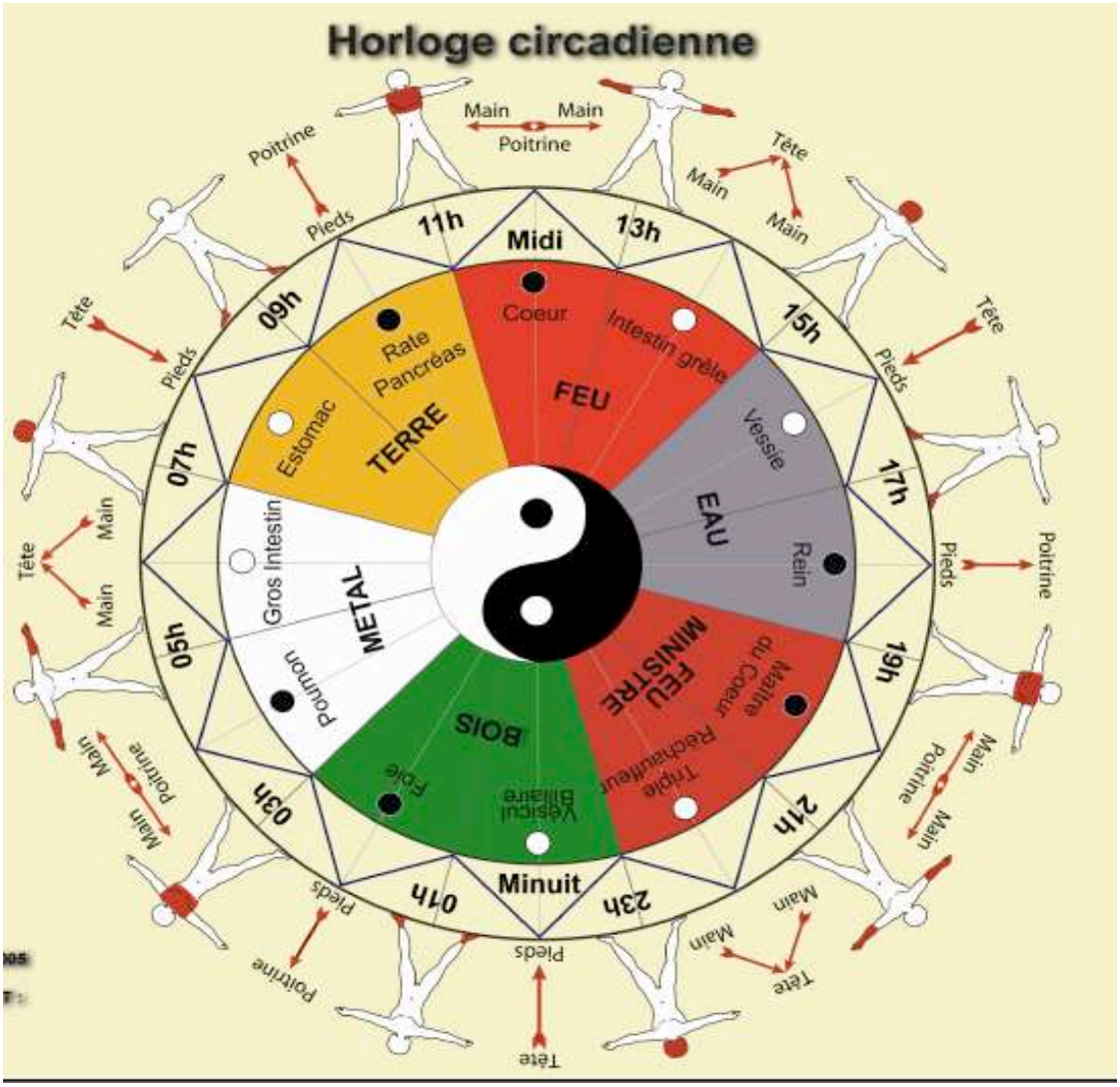
Les ventouses sont un complément idéal pour un praticien de Tui Na. Elles aussi participent du Yin et du Yang.

Par leur action d'aspiration induite par la pression négative dans la cupule, elles amènent ce qui est en profondeur (Yin) à la surface (Yang). L'énergie bloquée à l'interne (Yin) sera amenée à la superficie (Yang) et dégagée, comme en témoignent les ecchymoses qui en résultent.

Les ventouses vont donc renforcer l'action du massage.

Leur application sur des points d'acupressure choisis en fonction de la pathologie du patient permet d'obtenir des résultats tangibles, ainsi qu'un soulagement immédiat.

.



Cycle nycthéméral (source : http://www.shiatsu-aist.org)

Les ventouses régulent les flux de Qi et de Sang. Elles contribuent à aspirer et éliminer des facteurs pathogènes externes comme le Vent, le Froid, l'Humidité et la Chaleur.

Elles déplacent également le Qi et le Sang et ouvrent les pores de la peau, facilitant l'extraction des pathogènes à travers la peau.

Rien ne déplace plus rapidement le Qi et la Sang que les ventouses. Dès le début de leur application, on peut observer un mouvement de sang vers les cupules.

Chez un patient carencé en énergie, ce mouvement sera lent et il sera beaucoup plus rapide si l'énergie abonde.

Ce phénomène est facilement observable avec les cupules en verre.

Les ventouses sont particulièrement efficaces quand le facteur pathogène se localise encore dans la surface énergétique superficielle externe de l'organisme, le niveau Wei Qi (défense - protection).

Quel que soit le méridien choisi, les objectifs de traitement restent les mêmes, à savoir l'extraction des facteurs pathogènes externes de l'organisme et la restauration de la circulation du Qi, du Sang et des Liquides Organiques, ce qui permet de recouvrer la santé.

EFFETS SUR LA PEAU

Le stimulus direct entraîne une augmentation de la circulation sanguine, élève la température cutanée et stimule le métabolisme dans les tissus cutanés.

Il améliore le fonctionnement des glandes sudoripares et sébacées de la respiration cutanée et assure un apport suffisant de nutriments aux tissus.

Objectifs : extraire le vieux sang stagnant de l'intérieur de la peau, ainsi que les substances vénéneuses de sa surface.

Le traitement accélère la sécrétion de sels et de substance sébacée, et l'excrétion de l'eau.

Il renforce le pouvoir de renouvellement de la peau et sa résistance à diverses atteintes.

EFFETS SUR LES MUSCLES

L'aspiration à faible pression des ventouses stimule les vaisseaux capillaires sous-cutanés, ce qui active le fonctionnement des vaisseaux sanguins musculaires.

Leur expansion facilite l'écoulement du sang et a un effet remarquable sur une épaule ankylosée par exemple, en enlevant du sang congestionné.

De plus, la circulation lymphatique est renforcée. Après le traitement, la peau est rayonnante du fait de l'augmentation de la température cutanée et des muscles, sous l'effet de l'augmentation du débit sanguin.

EFFETS SUR LES ARTICULATIONS

Les atteintes musculaires rhumatismales chroniques sont des affections pour lesquelles les ventouses sont efficaces.

Dans ce cas, on concentre le traitement sur la zone articulaire concernée.

Quand l'atteinte est modérée, une guérison quasi complète est envisageable, et cela est attribué à une amélioration de la circulation du sang dans l'articulation, de l'activité et de la sécrétion du liquide synovial.

Des spasmes musculaires autour de l'articulation peuvent être levés.

EFFETS SUR LES ORGANES DIGESTIFS

Comme le pouvoir de guérison naturel tire son énergie essentiellement des organes digestifs, on met l'accent sur le traitement de l'estomac, de la rate et des intestins.

Le pouvoir d'attraction d'une faible pression exercée sur le ventre stimule la partie interne des organes, leurs mouvements péristaltiques et la sécrétion des liquides digestifs, renforçant ainsi le pouvoir de sécrétion.

Ce traitement a globalement des effets remarquables sur les atteintes gastro entéritiques chroniques et sur la constipation. Il renforce également les muscles et les organes respiratoires.

Beaucoup de patients ont faim après une application de ventouses dans la région abdominale. Les organes digestifs, notamment l'estomac et la rate, sont considérés comme les plus importants en tant que moteur du corps humain.

EFFETS GENERAUX DES VENTOUSES

La purification du sang

Du fait de la traction exercée par la faible pression, le débit sanguin dans les artères et les veines augmente, mais dans le cas de ces dernières, on note des points de congestion locale qui apparaissent et disparaissent.

La facilitation du débit sanguin est la caractéristique la plus importante de ce traitement. Il est très utile pour les artères indurées, les épaules raides, etc.

Le Dr Katase, de l'université d'Osaka, pense que ce traitement peut modifier la composition du sang : il augmenterait le nombre de globules rouges et blancs et rendrait alcalin ou neutre un sang acide. Le sang serait alors purifié.

La stimulation du système nerveux

Le traitement par ventouses stimule les nerfs sensitifs de la peau. Les effets inhibiteurs sur une douleur ne se cantonnent pas à la zone directement traitée, mais débordent sur les territoires des principaux nerfs concernés.

Le traitement du dos porte principalement sur le niveau médian et

les nerfs parasympathiques situés à côté. Leur stimulation a des effets favorables non seulement sur le système nerveux autonome lui-même, mais aussi sur plusieurs organes sous contrôle.

Les ventouses sont, comme le massage, efficaces sur le syndrome dit de malaise général, avec des céphalées chroniques, des vertiges, une langueur, des épaules raides, une asthénie, etc. Ces troubles peuvent être dus à une anxiété, une inquiétude et une douleur corporelle.

Les ventouses sont également efficaces contre des maladies comme l'hypertension artérielle, les névralgies et les rhumatismes.

Les effets locaux et généraux de ce traitement renforcent le pouvoir de guérison contre certaines maladies et, en association à des mesures diététiques et à une psychothérapie, peuvent guérir ou prévenir complètement la maladie.

Le traitement par ventouses convient dans le traitement des douleurs, des syndromes Bi, des maladies des systèmes digestif, circulatoire et respiratoire, de certaines affections cutanées comme les furoncles et l'eczéma, des attaques de Vent (paralysie faciale), de la faiblesse musculaire, de l'hypertension artérielle et des rhumes banaux.

Exemple de pose de ventouses en panaché

DESCRIPTION DES DIFFERENTS MODELES DE VENTOUSE

VENTOUSE BAMBOU

Facilement disponible en Chine, peu onéreuse et extrêmement légères, les ventouses sont durables et peuvent être utilisées pendant des années. On ne peut toutefois pas les stériliser correctement, parce que le bambou est poreux et aspirant.

A l'usage, j'apprécie particulièrement la hauteur de leur corps, parce qu'elles me donnent l'impression d'aller chercher le mal plus ''en profondeur''.

Je les utilise sur les points que je souhaite ''booster'' d'avantage, mais uniquement en pose fixe, jamais en pose mobile. En effet, les bords ont tendance à s'enfoncer dans la chair, ce qui les rend parfois douloureuses.

Par ailleurs, il n'est pas possible de surveiller l'aspiration pour éviter la formation de bulles.

Ventouses bambou

VENTOUSE VERRE

Avant d'employer des ventouses en verre, la faïence et la porcelaine ont été utilisées pendant des milliers d'années. En raison des inconvénients évidents des cupules en porcelaine (onéreuses, lourdes et fragiles) les cupules en verre ont été introduites peu après l'invention du verre lui-même, vers 2500 ans av. J.C. par les Egyptiens.

Les bords des cupules sont plus épais et plus lisses que ceux en bambou, elles existent également en différentes tailles.

Ce sont les plus employées par les praticiens occidentaux, parce que plus faciles à utiliser et à stériliser, et parce que la progression de la succion dans la cupule est bien visible.

Pour déterminer la taille de la ventouse à employer, je serai attentive à la taille et la corpulence du patient, d'une part, et de la taille de la zone à traiter.

Je n'ai qu'un regret, c'est qu'elles sont fragiles, qu'il leur arrive de se détacher intempestivement et de casser en tombant et que leur remplacement est coûteux.

Ventouses en verre

J'utilise régulièrement ces deux ventouses, généralement de manière panachée en fonction des résultats que je souhaite obtenir.

AUTRES MODELES

Pour compléter cette liste de manière exhaustive, je parlerai succinctement des autres types de ventouse existants. Je ne les ai toutefois pas expérimentées personnellement et ne les citerai donc que de manière succincte.

les ventouses caoutchouc

Leur forme est ondulée et une aspiration relativement importante est obtenue lorsqu'on expulse l'air.

les ventouses à vis

Une vis réglable filetée est située en haut de la ventouse et reliée à une pompe d'aspiration à piston située dans la cupule. En tournant la vis dans un sens, puis dans l'autre, on attire le piston vers le haut ce qui engendre la pression négative dans la ventouse.

les ventouses à valve

Sont habituellement en verre renforcé ou en plastique dur transparent. Une valve est ancrée à son sommet, et une pompe type pompe à vélo est incluse dans le kit. Le praticien met la ventouse en place, puis insère la pompe dans la valve, ce qui lui permet de contrôler la force d'aspiration.

les ventouses à poire en caoutchouc

Sont équipées d'une poire creuse en caoutchouc. Quand la poire est relâchée, un vide se crée, mais l'aspiration est faible ou moyenne, ce qui les rend pertinentes essentiellement chez les enfants de moins de 7 ans.

les ventouses à pose électro-magnétique

Ces machines sont lourdes et encombrantes, montées sur une table roulante. On les trouve en Chine, dans les hôpitaux de médecine traditionnelle. La ventouse est reliée à la machine via un cordon d'aspiration. Ces machines existent également en modèle portable.

Exemple de pose de ventouses sur DM14 – V13 et V42

Sécurité avant tout !

La succion, ou pression négative, est obtenue en introduisant une flamme dans la cupule au moyen d'un coton enflammé, que je tiens au moyen d'une longue pince.

Le matériel est préparé à proximité du patient

Je prépare auparavant les ventouses à proximité immédiate du patient. Je tiens la ventouse d'une main, et la pince avec le coton enflammé de l'autre. Je m'approche le plus possible du site de pose, j'introduis rapidement et brièvement la flamme dans la cupule en tournant simultanément et je place la cupule sur le point recherché.

La flamme est introduite dans la cupule

Inutile d'exercer une pression vers le bas : la force interne de succion est plus que suffisante pour maintenir la cupule sur la peau.

Pour obtenir une bonne succion, le coton doit être bien enflammé. Pour que la succion soit bonne, la flamme doit être grande, même pour les petites ventouses.

Plus grande est la flamme, plus grande est la succion.

Je ''règle'' le degré de succion en exerçant simplement une pression du bout du pouce sur le bord de la cupule, pour laisser l'air y pénétrer et atténuer la force d'aspiration.

J'utilise notamment cette méthode lorsque je veux obtenir une succion faible ou moyenne.

D'autres précautions s'avèrent indispensables

Je pratique dans des conditions confortables, avec une température agréable, et un fond de musique relaxante. Je prévois également une couverture à proximité, qui permettra de couvrir le patient pendant le temps de pose.

J'explique au préalable au patient comment va être pratiquée la pose, en lui faisant éventuellement une petite démonstration sur un endroit facilement accessible et visible pour lui.

Je m'assure que le patient est bien informé et détendu, et qu'il n'y a ni matériel, ni couverture inflammable.

Je demande au patient qu'il retire ses vêtements sur la partie où seront posées les ventouses.

Je demande aux patientes d'attacher leurs cheveux longs, pour éviter d'y mettre le feu.

Organisation et logistique

Je pose les ventouses sur une peau préalablement huilée (huile de massage du commerce, à défaut il est possible d'utiliser de l'huile d'olive).

Je prépare les ventouses à proximité du site de pose, pour éviter de faire tomber des gouttes d'alcool enflammé par terre ou sur le patient.

Je prépare le coton imbibé d'alcool. J'installe une bougie stable pour y allumer le coton imbibé, et pouvoir facilement le rallumer au cas ou il s'éteindrait en cours de pose, ou dans le cadre de l'application de la ventouse mobile.

Le matériel nécessaire

Une fois que nous sommes prêts, j'applique rapidement les ventouses et protéger le patient à l'aide d'une couverture pour éviter qu'il n'ait froid.

Je dose l'intensité des ventouses et laisse poser pendant la durée prévue du traitement.

Pour retirer les ventouses une fois que l'effet souhaité est atteint, je presse doucement du bout de l'index ou du pouce le bord de la cupule pour y faire pénétrer l'air. Je peux ainsi la retirer sans effort et sans inconfort pour le patient.

Au moment du retrait des ventouses, je m'assure que les cupules sont dirigées à distance de mon visage, pour empêcher toute éventuelle inhalation de vapeur de l'intérieur de la cupule. Maintenant, je les pose à l'envers, c'est-à-dire ouverture sur la table En effet, cette vapeur et l'odeur contenue dans la cupule correspondent au facteur pathogène interne spécifique à un patient donné, Il faut donc tout faire pour éviter d'inhaler l'énergie extraite.

Les ventouses, une fois utilisées, doivent être stérilisées avant un nouvel usage.

Que peut-on attendre d'un traitement par ventouses ?

L'objectif principal du traitement par ventouses est la levée de la stagnation de tout type de l'organisme.

Presque systématiquement, la première pose est suivie d'une ecchymose légère ou d'une marque en anneau engendrée par le bord de la cupule, sur le site de traitement.

L'étendue de l'ecchymose dépend pour beaucoup de la durée du traitement et de la force de succion. Pour minimiser le risque d'ecchymose étendue, je commence toujours par une force de succion faible à modérée, puis j'augmente progressivement la force et la durée du traitement à chaque séance hebdomadaire.

Le patient doit percevoir une sensation d'étirement, de traction et d'échauffement de la peau, mais pas de douleur.

Pose de ventouses en panaché
Succion moyenne

Normalement, la marque en anneau et l'ecchymose disparaissent en une semaine. Dans certains cas, une extraction d'eau peut se faire sur la peau située à l'intérieur de la cupule.

Personnellement, je n'ai jamais rencontré ce cas, mais j'ai lu qu'une bulle peut se former en cas de pose trop prolongée et d'une force de succion excessive. Il faut alors retirer la ventouse sans délai et percer la bulle avec un instrument pointu stérile, comme une aiguille d'acupuncture, pour évacuer le liquide. (D'où l'intérêt des ventouses en verre)

Il ne faut pas réappliquer de ventouses sur une bulle antérieure avant cicatrisation complète. Les ecchymoses et la formation de bulles surviennent préférentiellement chez les patients âgés et chez les jeunes enfants.

L'ecchymose est généralement maximale lors de la première séance, du fait de la stagnation du Sang et du Qi. Lors des séances suivantes, les marques sont nettement moins visibles, du fait de l'amélioration de la circulation et de la disparition de la stagnation.

Marques et ecchymoses
Succion moyenne

Les petits capillaires situés sous la peau se remplissent et se vident librement et, du fait d'un meilleur métabolisme après le traitement, une sensation de chaleur et de bien-être envahit le corps du patient, qui ressent également une sensation de légèreté.

Il vaut toujours mieux terminer un traitement au moins une semaine avant le départ en vacances du patient.

A la fin de la séance, on note parfois une courte période de sensibilité à la palpation.

La pression artérielle peut chuter chez les sujets hypotendus. Il faut éviter de renvoyer trop tôt ces patients après le traitement

Parce que la pose des ventouses s'effectue sur une peau dénudée et exposée, je fais en sorte que la température dans la pièce soit suffisante et agréable. Un peu de musique de relaxation en toile de fond permet au patient de se relaxer.

Avant de commencer le traitement, et donc avant de poser les ventouses, je prépare le patient à cette idée, je lui explique les bienfaits de cette pratique afin d'obtenir en quelque sorte son approbation tacite.

Je commence par le massage préalable de la zone concernée, et, en cas de besoin, je normalise la partie ostéo-articulaire de mon traitement. Il sera ainsi plus détendu et déjà partiellement soulagé.

Je choisir la position la plus confortable pour lui (assis, couché sur le dos ou sur le ventre), je lui montre les cupules, je le laisse les tenir s'il éprouve le besoin d'être rassuré.

Certains me disent qu'ils ont déjà entendu parler de ventouses, sans jamais qu'on en ait posé sur eux. D'autres se souviennent avec émotion des ventouses que leur posaient leurs mamans quand ils étaient petits. En alsacien nous les appelons : *''d'schrapfa''.*

Lors de la première séance, je prends le temps d'expliquer que le fait d'introduire la flamme dans la cupule permet de créer un vide, puis que la cupule sera retournée sur la peau, qui sera alors attirée dans la ventouse, et que cet effet d'attraction est l'effet recherché.

La plupart des techniques de pose ont un effet d'attraction modéré et tolérable pour la peau. Cette attraction peut toutefois, dans certains cas, être plus forte et légèrement douloureuse quand les dépressions sont fortes ou quand il y a un déplacement.

J'ai constaté qu'il était plus difficile d'obtenir une bonne succion, qui se maintient dans le temps, quand la peau est sèche et poilue que lorsqu'elle est lisse et huilée.

Si les poils fins recouvrant la peau ne posent pas de problèmes particuliers, une pilosité longue et broussailleuse, comme on en rencontre notamment chez certains hommes, peut s'avérer gênante quand on veut maintenir une bonne succion. Les ventouses se détachent toutes seules… alors, mieux vaut employer les ventouses bambou, parce que les ventouses en verre peuvent casser en tombant !

Par ailleurs, certaines peaux sont tellement sèches qu'elles ressemblent à des écorces d'arbre, poreuses et rugueuses.

Dans ces deux cas, il faut se montrer patient, parce que l'aspiration va s'interrompre beaucoup plus vite, au bout de 5 minutes environ.

Pour améliorer le contact entre la cupule et la peau, j'applique généreusement l'huile de massage afin d'obtenir un résultat satisfaisant.

Je n'ai pas encore eu l'occasion d'appliquer des ventouses sur un enfant de moins de 10 ans, mais je pense qu'il est important de demander aux parents de rester à leur côté. Il sera certainement plus tranquille et coopérant pendant le traitement.

Le site à traiter est déterminant dans le choix de la position que doit prendre le patient. Si les ventouses doivent être posées dans le dos, la position la plus confortable pour le patient est de s'allonger sur le ventre.

Pour une pose aux environs de l'estomac, le décubitus dorsal est préconisé. Pour la face, les genoux, le cou et les épaules, on peut choisir d'asseoir le patient sur une chaise.

Chez le sujet âgé, dans les cas d'asthme sévère ou de problèmes cardiaques récents, la position assise est toujours préférable.

Patient en procubitus ventral

SUCCION FAIBLE (LEGERE ET TONIFIANTE)

Cette méthode est la plus douce, et elle est particulièrement adaptée aux sujets faibles (personnes âgées, enfants de moins de 7 ans).

Elle peut être appliquée en tout site de l'organisme et peut induire un léger rougissement de la peau, et non une ecchymose profonde ou une bulle.

Elle doit être appliquée moins de 30 minutes.

La traction modérée de cette méthode stimule le mouvement du Qi, ce qui tonifie le Sang et le Qi sans risquer d'engendrer une perte d'énergie chez le sujet faible et en état précaire.

Pratique : enduire la peau d'huile, préparer les cupules à proximité du site de pose, allumer le coton imbibé d'alcool et attendre quelques secondes que la taille de la flamme ait diminué avant de l'introduire dans les cupules et de poser celles-ci sur les points souhaités. Utiliser de préférence les cupules en verre, et vérifier que la succion est minime, avec une quantité minime de chair à peine surélevée.

A aucun moment le patient ne doit ressentir de sensation d'inconfort ou de traction. Sinon, diminuer immédiatement la succion en appuyant l'index sur le bord de la cupule afin d'y laisser pénétrer de l'air, dans le but de réduire la succion au niveau désiré.

SUCCION MOYENNE (TONIFIANTE)

C'est la méthode utilisée couramment chez les patients ayant des niveaux d'énergie relativement plus élevés.

Elle peut être pratiquée sans danger sur les enfants de plus de 7 ans, ainsi que sur l'adulte. Elle constitue une méthode tonifiante, parce que la succion est plus forte, et appliquée sur un patient ayant un niveau énergétique plus fort.

Attention toutefois à ne pas laisser les ventouses plus de 30 minutes. Le traitement risquerait de laisser le patient léthargique.

Pour réaliser une succion moyenne, la flamme doit être plus grande, et les cupules maintenues plus près du patient, afin que le praticien puisse les poser rapidement. La succion sera plus ferme, et le vide engendré plus intense. La peau est attirée nettement dans la cupule, et une légère rougeur apparaît.

Si elle tourne au violet, c'est que la succion est trop forte, et il convient d'ajuster en libérant une partie de la pression en appuyant l'index au bord de la cupule, comme indiqué précédemment.

Il est recommandé d'utiliser les ventouses en verre, pour cause de lisibilité. Elles peuvent être employées avec sécurité en tout site de l'organisme, y compris l'abdomen et la face.

Elles sont recommandées dans le syndrome Bi chaud ou froid, les affections liées au stress, la tonification du Sang et du Qi, et les maladies de l'enfant.

SUCCION FORTE (DRAINANTE)

C'est une des techniques de drainage les plus répandues, avec les ventouses mobiles. Avant de décider d'appliquer cette méthode, le praticien doit s'assurer que la méthode convient au patient, parce que des quantités importantes de Qi et de Sang y sont mobilisées. Le pouls, la langue et l'observation doivent tous évoquer une affection par excès ou plénitude.

L'énergie défensive (Wei Qi) est la plus affectée par cette méthode. L'objectif est de déplacer le Sang et le Qi et d'éliminer des facteurs pathogènes internes/externes, ainsi qu'une stagnation chez les patients ayant un Wei Qi relativement fort.

Préparer le terrain comme précédemment, avec les ventouses à portée de main.

Pour obtenir une succion forte, il faut une grande flamme. Il faut donc employer de grosses boules de coton ou en utiliser deux maintenues par une pince. Dès qu'on enflamme le coton, on insère la flamme dans la cupule en la retournant simultanément sur la peau.

Un vide intense va être engendré, donnant une sensation de traction intense sur la peau qui monte dans la cupule. Du fait de la traction, la peau contenue dans la ventouse va rapidement virer au rouge, puis au violet.

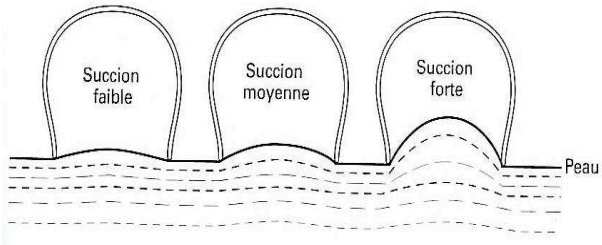
Lors d'une première pose, il vaut mieux éviter une succion forte, et limiter le temps de pose à 10 minutes, pour éviter des ecchymoses sombres qui mettraient 15 jours à disparaître.

Le praticien augmentera la durée et l'intensité de pose progressivement, jusqu'à 20 minutes, et les ecchymoses deviendront de plus en plus claires, et s'estomperont de plus en plus vite, en un ou deux jours seulement.

C'est avec cette méthode que des bulles peuvent se former le plus rapidement, et il convient que le praticien reste à proximité de son patient pendant toute la durée du traitement, pour observer la progression de la succion et, si nécessaire, retirer les cupules plus tôt que prévues.

La succion forte doit être évitée au niveau de la face, de l'estomac, de l'abdomen, et chez l'enfant de moins de 14 ans, le sujet âgé, fragile et au cours de la grossesse.

Elle est particulièrement recommandée dans le traitement des syndromes Bi de type chaud et de l'épaule gelée.



Méthodes de succion faible, moyenne et forte (source I.Z.CHIRALI)

VENTOUSE MOBILE (DRAINANTE)

Comme indiqué plus haut, c'est la deuxième principale méthode de drainage.

Elle permet d'appliquer une succion forte sur une zone plus étendue du corps. Comme pour la succion forte, le patient doit posséder un profil énergétique fort, afin de résister à l'effet de traction et de déplacement des ventouses.

Pour cette raison, si l'énergie du patient est vide et qu'il est donc affaibli, les ventouses mobiles contribueraient à l'abaisser encore d'avantage.

Elles sont utilisées principalement sur le méridien de la vessie, sur le dos, à env. 1,5 et 3 Cun de la colonne vertébrale, de part et d'autre. Elles sont recommandées en cas de maladies chaudes, ou au cours d'atteintes neurologiques comme les paralysies ou les faiblesses post-accident vasculaire cérébral.

Appliquer généreusement l'huile de massage sur la peau et utiliser une cupule unique de taille moyenne, sur la zone à traiter. Le rebord en verre doit être lisse et ne comporter ni éclat, ni fissure.

Les ventouses en bambou sont à exclure, du fait de leur rebord tranchant qui rend leur déplacement impossible en présence d'une succion.

Contrôler ensuite la succion en déplaçant doucement la cupule dans une direction quelconque. Elle doit se déplacer librement, sans demander un gros effort du praticien.

Si la succion est forte, la ventouse est difficile à déplacer et toute tentative de mobilisation s'avère extrêmement douloureuse. Il faut alors soulager la pression en appliquant le bout de l'index sous le bord de la cupule.

Tenir la ventouse d'une main et maintenir la peau avoisinante de l'autre. Tirer et faire glisser la cupule le long du méridien, par de longs déplacements. Ne pas effectuer de petits mouvements de haut en bas qui pourraient engendrer des douleurs inutiles.
Le principal objectif des ventouses mobiles est de manipuler l'énergie en excès et d'apporter la chaleur à la surface de la peau.

Après quelques passages seulement, des ecchymoses apparaissent le long de la ligne de mouvement. Plus la chaleur interne est importante, plus l'apparition de l'ecchymose est rapide.

Lors de l'application des ventouses mobiles, de l'air va pratiquement toujours pénétrer dans la cupule et faire disparaître la succion. Il faut alors reposer la ventouse et reprendre le mouvement.

Ne pas employer cette méthode sur des plaies ou des lésions ouvertes : la peau doit être lisse et intacte.

Ce traitement n'est pas recommandé avant l'âge de 14 ans ou chez le sujet faible et fragile.

La première séance ne doit pas excéder 5 minutes, pour atteindre un maximum de 15 minutes par séance.

Les ventouses mobiles sont très efficaces pour les affections à peau chaude : eczéma, psoriasis et acné, ou les syndromes Bi chauds, mais il est important d'éviter les zones de lésion.

De même pour les syndromes Bi douloureux, éviter l'application directe sur les points douloureux et utiliser pour le traitement la zone située à 1,5-2 Cun du traumatisme.

Les ventouses mobiles sont également efficaces pour le traitement de la cellulite, en application locale le long du méridien Vésicule biliaire, de la hanche au genou.

VENTOUSES ECLAIR (TONIFIANTES)

Il s'agit d'une méthode à succion moyenne à forte, mais où les cupules sont posées très brièvement (moins d'une minute).

On l'emploie pour stimuler et déplacer le Sang et le Qi chez le sujet faible et fragile, ou chez l'enfant de moins de 14ans.
La courte durée de pose suffit à stimuler le Qi et le Sang, mais pas à induire le drainage. C'est donc une méthode tonifiante, particulièrement lorsque le froid et le chaud sont les facteurs pathologiques.

Les ventouses éclair sont appliquées sur le dos, après avoir enduit la zone de pose d'huile. On peut poser jusqu'à 12 ventouses simultanément. Une fois qu'elles sont toutes posées, on les retire toutes, en commençant par la première à avoir été posée.

Puis on les remet en place sur des sites différents. Les gestes peuvent être répétés à des intervalles de 5 à 10 minutes. Une légère ecchymose apparaît, qui disparaît dans les 2 jours. C'est une des méthodes préférées chez l'enfant.

J'utilise toutes ces pratiques de manière régulière, en respectant les principes élémentaires de précaution cités plus haut. C'est ce qui me permet d'obtenir des résultats positifs encourageants.

AUTRES METHODES

N.B. : Les méthodes énumérées ci-dessous concernent uniquement les acupuncteurs.

Les ventouses à aiguille

Font suite à une séance d'acupuncture au terme de laquelle les aiguilles sont laissées en place. Les ventouses sont appliquées par-dessus les aiguilles, succion moyenne à forte au-dessus des articulations, faible à moyenne au-dessus des zones musculaires.

Elles sont essentiellement utilisées pour les traitements des syndromes ''Chaleur'' et Bi, c'est-à-dire coudes et genoux rouges et douloureux, quand il faut simultanément soulager la douleur et éliminer la chaleur pathogène en excès.

Les ventouses avec armoise (aiguille chaude)

Sont utilisées quand le syndrome Froid est prédominant et en cas de douleurs. Ici, l'acupuncture est utilisée pour ouvrir l'obstruction et soulager la douleur, l'armoise est utilisée pour chauffer l'aiguille et transmettre la chaleur sur le point d'acupuncture, dans un but de réchauffement et de tonification. L'armoise est une herbe chaude qui est présentée sous deux formes, en vrac et en cigare allongé et arrondi.

La pose de la ventouse se fait après que l'armoise plantée sur l'aiguille d'acupuncture ait fini de se consumer. Sans toucher l'aiguille ni la cendre, la ventouse est appliquée par-dessus l'aiguille.

Elle est utilisée pour éliminer le Froid et tonifier le Qi et le Sang, et donc particulièrement utile dans le traitement des syndromes Froid de la Rate et de l'Estomac, ainsi que dans les douleurs lombaires dues à une insuffisance du Yang du Rein et au Froid, c'est-à-dire énurésie nocturne ou impuissance.

Cette thérapeutique ne convient pas aux enfants de moins de 14 ans.

Les ventouses à saignement (drainantes)

C'était la méthode préférée des premiers praticiens. Elle servait à purger le sang fétide, qui était considéré comme l'origine de la maladie.

Aujourd'hui, la méthode est encore employée dans les augmentations brutales de la pression artérielle et dans l'évacuation de pus des furoncles qui correspondent à des excès, avec Chaleur de Sang et stagnation.

Cette méthode n'est adaptée qu'à l'adulte ayant des énergies fortes et excessives, et non aux enfants ni aux personnes âgées.

Tapoter fermement le point DM14 avec une aiguille ''fleur de prunier'' pour faire apparaître un saignement. Puis poser une grande cupule et appliquer une succion forte sur le point pendant 15 minutes. Suivre les recommandations d'usage quant aux protections à prendre avant de retirer la cupule.

Les ventouses à herbe (tonifiantes

Requièrent des compétences en pharmacopée.

Les ventouses en bambou sont placées dans une casserole profonde et recouvertes d'eau dans laquelle on aura versé des herbes dont la composition est définie par une prescription. Cette eau est portée à ébullition et laissée à frémir pendant 30 minutes.

Puis les ventouses sont retirées de l'eau au moyen d'une pince métallique. Après quelques instants qui permettent d'en faire baisser la température, la ventouse est ensuite posée selon la méthode habituelle, en prenant quelques précautions pour éviter de provoquer des brûlures avec des cupules trop chaudes ou avec des gouttes d'eau tombant sur la peau.

Les herbes ayant été absorbées par la cupule en bambou, leurs propriétés curatives sont ainsi transmises au patient.

Cette méthode est habituellement employée lors d'attaques d'agents pathogènes externes tels le Froid, l'Humidité et le Vent, entraînant rigidité et prurit, notamment du cou et des épaules.

Ce traitement n'est pas recommandé chez l'enfant, mais est particulièrement bénéfique chez la personne âgée et fragile.

La ventouse à eau

Est, semble-t-il, la méthode la moins utilisée. Difficile à mettre en œuvre pour le néophyte, elle peut être quelque peu salissante …

Dans cette technique, la cupule est remplie d'eau chaude puis posée d'un geste rapide.

Elle serait particulièrement efficace dans le traitement de l'asthme et des affections rhumatismales, et ne provoque pas d'ecchymose.

CHEZ L'ENFANT

Les enfants ne craignent pas les ventouses, et les préfèrent certainement à l'acupuncture !

Il n'est pas recommandé de poser des ventouses sur les enfants de moins de 4 ans.

En règle générale, jusqu'à 7 ans, la principale difficulté sera leur imprévisibilité : calmes et relaxés, ils peuvent, la minute suivante changer du tout au tout, se mettre à pleurer, faire une colère et commencer à s'agiter.

Par ailleurs, il est important de se rappeler que la peau d'un enfant est extrêmement sensible et vulnérable. Et certains enfants ont peur du feu.

Il est donc indispensable d'expliquer au parent accompagnateur la nature du geste prévu pour obtenir sa coopération. Faire un petit essai sur la partie interne du bras et laisser l'enfant toucher et sentir la cupule lui permet de se sentir plus en confiance.

Une distraction de tout type par le parent contribuera à calmer l'enfant, lui inspirer confiance et détourner son attention du praticien au cours de la pose.

Les petites cupules (taille 1-2) conviennent le mieux aux enfants de moins de 7 ans, les tailles 2-3 peuvent être utilisées jusqu'à 14 ans.

La règle d'or, quand on traite les enfants de moins de 7 ans, est que la durée maximale du traitement est de 5minutes (10 minutes entre 7 et 14 ans).On peut utiliser les méthodes éclair et la succion faible à moyenne.

Ne jamais utiliser de succion forte, de ventouse mobile, de ventouse avec aiguille, armoise ou saignement avant 14 ans.

De plus, les ecchymoses et les bulles surviennent facilement chez l'enfant. Il faut donc assurer une surveillance de chaque instant.

Les affections le plus souvent traitées par ventouses chez l'enfant sont l'asthme, le rhume banal et les plaintes digestives.

On place généralement les cupules sur les points Shu du dos.

CHEZ L'ADULTE

L'âge ne peut être considéré comme le critère déterminant du traitement. Il est important de se fonder sur les critères de diagnostic (observation, écoute, olfaction, interrogation et palpation) pour choisir la bonne méthode de pose et la durée de traitement, au cas par cas.

Le patient tirera ainsi un bénéfice complet du traitement, au lieu d'épuiser son énergie du fait du choix d'une méthode inappropriée.

J'évite les séances inutilement longues, notamment lors des deux premières séances, au cours desquelles j'utilise des succions faibles à moyennes, de préférence aux méthodes de drainage citées plus haut.

Une sensation ''d'ébriété'' ou ''d'étourdissement'' post thérapeutique est une plainte fréquente de la personne âgée.

Pour la prévenir, j'aide le patient à se lever de la table quand la séance est terminée et je lui laisse un temps de récupération de quelques minutes avant de se rhabiller.

FREQUENCE DE POSE

Le traitement se fait normalement sur dix séances, qui peuvent être journalières en Orient, même si la norme en Occident serait plutôt hebdomadaire, comme pour les séances d'acupuncture.

Pour ma part, j'estime que, dans les cas sévères, deux à trois séances hebdomadaires, pendant 2 à 3 semaines en début de traitement, permettent de ''booster'' l'état du patient, qui se sentira très vite durablement mieux.

C'est particulièrement le cas dans les syndromes de Vide, qui vous laissent tellement à plat que vous n'avez même plus la force, ni l'envie, de faire quoi que ce soit, ni même de se lever le matin ! Je m'organise donc pour que les 3-4 premières séances aient lieu de manière plus rapprochée, puis le reste du traitement s'effectue à raison d'une séance par semaine.

Pour la première séance, je prévois une durée d'une heure trente, ce qui me permet d'établir mon diagnostic et de démarrer le traitement.

Les séances suivantes durent d'une demi heure à trois quarts d'heure, en fonction du besoin en harmonisation ostéo-articulaire.

Ce cas sera notamment décrit dans le Chapitre ''Cas Pratiques''…

Les ventouses sont généralement d'usage sûr et n'ont pas d'effets secondaires.

Il convient toutefois d'en éviter l'usage dans les cas suivants :

- Suspicion d'hémorragie, quel qu'en soit le type,

- Coup de soleil et brûlures en général,

- Plaies ouvertes,

- Traumatismes récents.

- Pendant la grossesse, il faut éviter leur application sur le bas et le haut de l'abdomen.

On peut en poser sur la partie basse du dos jusqu'au 6° mois de grossesse, en se limitant aux succions faibles et moyennes.

Chez les patients faibles, se plaignant de léthargie et d'épuisement, mieux vaut utiliser les ventouses éclair pour une brève durée.

Pour les ventouses à saignement, ce dernier peut être plus important que prévu chez le sujet traité par anticoagulants. Il convient donc de surveiller le saignement et de retirer la cupule quand 100 ml de sang ont été extraits. Les ecchymoses sont rapides chez ces patients, et la peau est plus longue à récupérer.

Le diagnostic une fois posé me permet de déterminer les principes de traitement : nourrir le Yin, tiédir le méridien, calmer le Yang, par exemple.

A partir de ces éléments, je vais déterminer ma démarche thérapeutique :
Les An Mo seront utilisés dans tous les cas, que nous soyons en présence d'une pathologie ostéo-articulaire, ou de syndromes faisant appel à la médecine interne.
Les Ban Fa et les Dong Fa ne sont, quant à eux, utilisés qu'en ostéo-articulaire. J'emploierai les méthodes adéquates en fonction des besoins du patient.

Il est important de demander au patient quel est son besoin immédiat, celui qui l'a déterminé à venir consulter, parce que l'interrogatoire laisse généralement apparaître une pathologie complexe, dévoilant plusieurs syndromes couplés. Il est important de soigner la personne dans sa globalité, mais s'il souffre à cause d'un sacrum bloqué, la première séance devra être consacrée au soulagement de son dos.

Ma courte expérience m'a néanmoins permis de constater que nous avons tous besoin d'une bonne ''révision ostéo-articulaire'', et cela peut aller des séquelles d'une vieille entorse, à une lombalgie chronique à laquelle l'on ne fait même plus attention parce que nous avons appris à vivre avec, et que nous en avons assez de prendre des médicaments qui soulagent temporairement et occasionnent généralement des désordres gastriques collatéraux… bref, j'en passe et des meilleures !

Mon interrogatoire fera donc toujours une place de choix à ce questionnement, et je mettrai cette ''démarche globale'' en œuvre progressivement, étape par étape, sur plusieurs séances, en commençant par les pieds, afin de laisser aux muscles le temps de se réadapter progressivement à cet équilibre retrouvé.

Quelques séances de massage sont toujours nécessaires, après une normalisation, qui permettent de consolider les résultats en travaillant sur la tonification du musculaire et des méridiens, et afin de vérifier que ce qui a été fait précédemment n'a pas, accidentellement ou malencontreusement, été redéfait !

Combien de fois ai-je eu des patients complètement bloqués qui se sont trouvés si bien après la séance que, dès le lendemain, ils ont entrepris de bêcher leur jardin pendant 8 heures, ou de faire le ménage à fond ! Alors à la séance suivante, ils se trouvaient bien embêtés, ils n'avaient pas compris que le repos était la meilleure façon de retrouver rapidement leur mobilité…

Dans ce chapitre, je présenterai quelques pathologies et les méthodes thérapeutiques employées, dans le contexte de l'histoire du patient, telles que j'ai pu les observer en pratique clinique. Les principaux traitements

consistent en Tui Na et en ventouses. Je présenterai donc l'emploi des points d'acupuncture et certains massages, sans entrer dans les détails. Les traitements découlent de ma propre expérience clinique. Le traitement par ventouses est intégré à plus de 80% dans les cas cliniques.

Pour la localisation des points et des sites de pose des ventouses, je me fonde sur les repères corporels et leurs sites proches. J'utilise également la nomenclature de l'acupuncture, avec les mesures traditionnelles en Cun. La localisation des points d'acupuncture et des différents An Mo cités dans ce mémoire sont décrits en fin d'ouvrage.

Le traitement par ventouses est généralement employé sur les points d'acupuncture bilatéraux, c'est-à-dire des deux côtés du méridien de la Vessie, sauf mention contraire.

DOULEUR ABDOMINALE

La douleur abdominale est une douleur située aux alentours et sous la région ombilicale. Elle peut avoir une origine digestive ou parfois gynécologique. Elle peut être due à une suralimentation ou à une consommation excessive d'aliments froids.

Le principe de base est que, si la douleur débute après la consommation d'aliments ou de boissons ou que, si elle est accompagnée de diarrhées et de constipation, elle a vraisemblablement une origine digestive.

Si les douleurs sont liées à des anomalies du cycle menstruel, (absence ou irrégularité), elles sont certainement dues à un dysfonctionnement gynécologique.

Cause digestive

Principe de Traitement
Réguler la Rate et l'Estomac, éliminer l'obstruction alimentaire ou évacuer le Froid (qui est responsable des contractions qui se manifestent par une douleur).

Traitement
En présence de froid, chauffer au moxa la région ombilicale RM3 – RM4 – RM6 – RM8 – RM10 – RM12 et les points du dos – V20 à V28
Pose de ventouses : succion faible à moyenne sur RM12 – F13 et V20.
Durée de pose :
Chez l'enfant, ventouse éclair ou succion faible (2-3 minutes avant 5ans, jusqu'à 10 minutes pour les 5-7 ans – jusqu'à 15 minutes pour les moins de 14 ans,
Chez l'adulte jeune : succion moyenne jusqu'à 20 minutes,
Chez le sujet fragile ou faible : ventouses éclair ou succion faible.
An Mo : An Ru Fa en tonification sur E36 – Rte6 – Mo Fa et Ca Fa région lombaire et abdominale

Explication
La moxibustion va permettre de tiédir les méridiens en cas de Froid.
E36 tonifie la Rate et l'Estomac.
RM12 point Mu antérieur de l'Estomac, régule l'énergie de l'Estomac, et libère la Plénitude en cas d'accumulation alimentaire.
F13 point Mu antérieur de la Rate, régule l'énergie de la Rate et soulage la douleur.
Rte6 point Centre Réunion des méridiens Yin de Pied, Foie, Rein, Rate, harmonise le Réchauffeur Moyen.
V20 renforce la Rate et l'Estomac.

Cause gynécologique

Principe de traitement
Tiédir le méridien, régulariser Chong Mai et Ren Mai, éliminer le Froid s'il existe.

Mise en œuvre
En présence de Froid, moxibustion de RM2 à RM8.
Pose de ventouses : succion moyenne à faible sur F13, E29 et V32.
Durée de pose : Pas plus de 15 minutes, quel que soit l'âge.
An Mo : Mo Fa et Ka Fa région lombaire et abdominale.
Acupression : GI4 – F3 – Rte10 – Rte6

Explication
GI4 et F3 (les 4 Barrières) éliminent les blocages des méridiens, soulagent la stagnation de Qi et du Foie et stoppent la douleur.
E29 point local bénéficie à l'utérus, régule le Sang et stoppe la douleur.
Rte 10, point Qi de la Rate, régule le Sang, Rte6 tonifie les 3 Yin (Rate – Foie - Rein)
Rte 4 et MC6 ont des effets positifs sur Chong Mai.

Cas clinique

Sujet féminin
48 ans

Plainte
Douleurs abdominales avec diarrhées, douleurs lombaires fréquentes, fatigue, déprime, pensées obsessionnelles, douleurs prémenstruelles sévères, cycle raccourci de 7 jours, sensation permanente de froid depuis plusieurs années, s'améliore à la Chaleur. Consomme beaucoup de soda (coca), s'aggrave par temps froid et humide.

Pas de traitement médicamenteux en cours

Pouls faible
Langue rose gonflée avec enduit épais et blanc, très craquelé, marques de dents sur les côtés.

Diagnostic
Syndrome de Froid et Humidité
Vide de Yang de la Rate et du Rein
Consommation excessive de soda, alimentation froide et irrégulière
La Rate froide nourrit mal le Sang, d'où la sensation de fatigue.

Principe de traitement
Tiédir les méridiens, relancer le Yang de la Rate et du Rein. Nourrir le Sang

Traitement
Moxibustion de RM3 à RM15
Pose de ventouse : RM4 et E29 en succion faible
RM12 – E25 – F13
V20 – V23 – V15
Durée de pose : 10 15 minutes en succion moyenne à faible
Acupressure : E36 – Rte 10 - Rte6 en tonification
An Mo : Mo Fa dans le sens inverse des aiguilles d'une montre sur l'abdomen
Ca Fa sur la région lombaire

Explication
RM12 et RM6 tonifient le Qi
E29 et RM4 tonifient l'utérus et régule le Qi utérin
Rte6 et Rte 10 influencent le Yin et sont bénéfique pour le Sang
Rte9 chasse l'humidité de la Rate
Rte 15 calme les diarrhées
V23 tonifie le Rein, V20 tonifie la Rate, V15 calme le Shen et donc la tendance dépressive
F13 point Mu antérieur de la Rate revigore le Qi de la Rate et de l'Estomac.
E25 chasse l'humidité, stoppe diarrhée et douleur abdominale et également important dans le traitement des affections gynécologiques.

Pronostic
La patiente a reçu 5 traitements hebdomadaires suite auxquels les résultats sont restés fragiles, et nous avons donc décidé de nous voir plus souvent : elle a reçu 15 traitements à raison de deux à trois séances hebdomadaires. .Ses douleurs prémenstruelles ont cessé. Les diarrhées ne surviennent plus qu'occasionnellement, suite à un ''coup de froid'' type climatisation mal réglée.

Elle reste donc sensible au froid, mais gère mieux ses problèmes gastriques depuis qu'elle a modifié son alimentation. Elle a suivi mes conseils et privilégie désormais une alimentation régulière, à base de produits cuits et/ou chauds. Elle ne consomme plus de laitages. Elle a encore du mal à se sevrer du coca… et s'est rendu compte que l'abus de ce breuvage avait effectivement une incidence sur ses douleurs abdominales. En deux mois de traitement, elle estime l'amélioration de son état à plus de 80%.

DOULEURS DE DOS

La douleur de dos est l'un des motifs de consultation les plus fréquents. Elle peut être due à une mauvaise posture prolongée, ou faire suite à un mouvement brutal ou à un soulèvement (pas nécessairement d'une charge lourde) ce qui peut faire apparaitre une luxation vertébrale ou une lésion des muscles ou ligaments avoisinants. Entreprendre une activité à laquelle on n'est pas habitué, comme peindre une pièce, la décorer ou faire du jardinage peuvent engendrer une contraction musculo ligamentaire, avec douleurs à types crampes.

Douleur dorsale haute
Elle concerne le cou, les épaules ou la partie supérieure du tronc (vertèbres cervicales ou dorsales). Cette partie de l'organisme est très exposée aux atteintes de facteurs pathogènes externes de type Vent/Froid, Vent/Chaleur et Humidité.

Quand le Vent/Froid pénètre dans le méridien V (Vessie) ou VB (Vésicule Biliaire), au niveau du cou ou de la tête, il se déplace sous la peau et pénètre dans les couches musculaires plus profondes.

Le début est généralement brutal et n'y a pas atteinte d'un point fixe, mais au contraire déplacement le long du méridien, notamment sur la VB. En général, le patient se couche et se réveille le matin avec un cou raide ou douloureux.

Principe de traitement
Eliminer le Froid, le Vent ou l'Humidité, ouvrir les méridiens et chasser la douleur.

Mise en œuvre
Sauf s'il existe des signes de Chaleur, moxibustion sur VB20 – VB21 – V12 et IG11.
An Mo : Tui Fa, Gon Fa et Na Fa sur l'épaule et la nuque,
Acupression : GI4, IG3, TR5, 39VB
Normalisation de l'épaule et/ou de la nuque.
Ventouses : DM14 – IG14 – IG 9 et IG11.
Durée de pose
Enfant avant 5 ans 2-3 minutes en ventouses éclair,
De 5 à 7 ans, ainsi que pour les sujets faibles et fragiles, jusqu'à 10 minutes, ventouses éclair ou succion faible,
De 7 à 14 ans, jusqu'à 15 minutes, succion faible à moyenne.

Pour les adultes jeunes, succion moyenne ou forte, ou ventouses mobiles jusqu'à 20 minutes.

Explication
GI4 disperse le vent et arrête la douleur, VB20 – VB21 – DM14 – V12 et IG11 points locaux dispersent le vent froid et l'Humidité, soulagent les ligaments et muscles dorsaux et restaurent la circulation du Qi été du Sang.
IG14 évacue le Vent pathogène et mobilise les méridiens, utile en cas de raideur du cou et des épaules, douleur du dos.
IG9 évacue le Vent pathogène, revigore les méridiens, calme les douleurs de l'épaule et des membres supérieurs.
IG3, 5TR et VB39 sont des points distaux qui vont libérer la nuque et ouvrir le méridien.

Douleur lombaire, sciatique

Une activité physique excessive, les stations debout prolongées, les grossesses et naissances multiples, une activité sexuelle excessive et des facteurs pathogènes externes comme le Froid et l'Humidité ont des effets néfastes sur le Qi du Rein.

Les manifestations cliniques sont des douleurs lombaires chroniques sourdes qui s'aggravent dans la journée, une grande fatigue et une douleur qui chemine le long du membre inférieur (vertèbres lombaires, sacrum, coccyx).

La partie inférieure du dos est très influencée par le Qi du Rein, plus que par le Vent/Froid, parce que cette partie du corps est généralement bien couverte. Le Qi du Rein est considéré comme le ''maître'' de la région lombaire, c'est donc la principale cible de traitement.

Les plaintes sexuelles sont généralement liées au Rein, parce que les répercussions négatives touchent le plan sexuel : perte de la libido, fatigabilité, sécheresse, douleurs lors des rapports et impuissance.

Principe de traitement
Tonifier le Qi du Rein, éliminer les facteurs pathogènes, lever la stagnation de Qi et de Sang.

Mise en œuvre
An Mo sur la région lombaire avec Tui Fa, Gon Fa, Ya Tan Bo, Tan Bo, Pai Fa et vibrations.
Démarche ostéo-articulaire globale.
Sauf s'il existe des signes de Chaleur, moxibustion entre RM3 et RM6, sur V23, V25, V26, DM3 et DM4.
Acupression tonifiante sur Rte6, V30, V32 et V40 – VB34
Pose des ventouses : su DM13, V23, V25, V54 et/ou VB30, les ventouses sont très efficaces sur les douleurs lombaires.
Durée de pose : enfants de moins de 14 ans, ainsi que les sujets faibles et fragiles : succion faible ou ventouses éclair jusqu'à 10 minutes,
Adultes jeunes : succion moyenne ou forte ou ventouse mobile, maximum 20 minutes.

Explication
RM4 et DM4 sont les points cardinaux qui fortifient le Yang du Rein, renforcent le dos et améliorent les règles.
Rte6 tonifie les trois Yin (Foie, Rein, Rate)
V23 et les points Shu postérieurs renforcent les Reins, avec effets bénéfiques sur le dos.
V25, V26 et V32 lèvent l'obstruction des méridiens et renforcent le dos.
VB30 tonifie le Qi et le Sang, c'est également le point empirique pour traiter les atteintes lombaires.

V40 purge le Cœur, relâche les tendons, ouvre les méridiens et interrompt la douleur.
La moxibustion sur le Ren Mai entre RM3 et RM6 tonifie le Yang, nourrit le Sang et le Qi.

Cas clinique
Homme 46 ans

Plainte
Douleur paralysante du bas du dos suite à ouverture de sa porte de garage dont le moteur était en panne.
Pas de traitement médicamenteux en cours.
Pouls lent (c'est un ancien sportif de haut niveau)
Langue : épaisse, enduit blanc épais

Observation : le patient est chef d'entreprise amené à se rendre régulièrement sur chantier à l'extérieur.

Diagnostic
Blocage du sacrum axe oblique gauche /gauche dû à une attaque de Vent Froid sur la région lombaire. Les longues heures passées à arpenter les terrains de foot par tous les temps, ainsi que les chantiers non chauffés, ont entraîné une sensibilité à l'Humidité et au Froid, localisée notamment sur la région lombaire.

Principe de traitement
An Mo du carré des lombes, avec Tui Fa, Gon Fa, Ya Tan Bo et Tan Bo, Pai Fa, Ca Fa et vibrations.
Normaliser le sacrum, éliminer l'Humidité et le Froid, tonifier le Yang du Rein.

Mise en œuvre
Moxibustion sur DM4, V23 et V54 et R3
Acupression
Rte6 – E36 - Rte9 – R3 – V37 et V57
Ventouses succion moyenne sur V23, V25 et RM3 – RM4 et RM6.

Explication
RM4 et RM6 tonifient les Reins et sont utiles au Qi originel,
Rte9 et Rte6 font disparaitre l'Humidité.
E36 tonifie l'Estomac et la Rate et fait disparaître l'Humidité.
R3 – V23 et V54 tonifient le Yang du Rein et renforcent le dos.
V37 et V57 sont importants quand on revigore les douleurs irradiant du dos vers les membres inférieurs. Ils revigorent le Sang et relâchent les tendons.
La moxibustion réchauffe et tonifie le Yang du Rein et renforce la partie basse du dos.
Les ventouses sur V23 tonifient les Reins, et sur V25 et DM3 relâchent les muscles du bas du dos et calment les douleurs.

Pronostic
La normalisation du sacrum a été suivie d'une démarche globale, qui a permis le retour à l'équilibre ostéo-articulaire du patient. Sa douleur a été soulagée dès la première séance, et il a accepté de se reposer 2 jours. Dès la deuxième séance 2 jours plus tard, il a retrouvé sa mobilité et a pu reprendre le travail. Une dizaine de séances de ventouses lui ont permis de retrouver son énergie et son tonus.

CONSTIPATION

La constipation peut-être due à une déficience en énergie, à une alimentation excessive provoquant un blocage alimentaire, à un régime déséquilibré, à la consommation d'aliments crus ou froids et de boissons froides, au faible apport de liquides et à des atteintes émotionnelles aboutissant à une stagnation du Qi du Foie.

En général, on peut les classer en deux groupes :
Le Froid, avec douleurs abdominales, et une alternance de diarrhées et de constipation,
ou la Chaleur, avec des selles sèches et de la constipation, accompagnées de soif et de bouche sèche.

Type Froid

Principe de traitement
Réchauffer et réguler le Qi Estomac et Rate et mobiliser les intestins.

Mise en Œuvre
Moxibustion sur tout l'abdomen
Acupression sur E36,
Ventouses, succion moyenne sur E25, RM12 et F13, V23 et V25 et Rte 15.

Explication
Rte 15 et E25 (point Mu antérieur du Gros Intestin) régulent le Gros Intestin e contribuent au péristaltisme intestinal.
E36 et RM12 (point Mu antérieur de l'Estomac) régulent et tonifient l'Estomac et la Rate.
F13 (point Mu antérieur de la Rate) assiste la circulation du Qi du Foie, surtout en cas de stress émotionnel.
V20 tonifie le Qi de la Rate, V25 aide au mouvement intestinal.
V23 tonifie et renforce le Qi et le Yang des Reins.

La moxibustion sur l'abdomen va réchauffer le Qi de la Rate, éliminer le Froid et stopper la douleur.

Type Chaleur

Principe de traitement
Élimination de la Chaleur, régulation du Gros Intestin.

Mise en œuvre
Ajouter aux points ci-dessus GI4, GI11, E44 et F2 en ventouses.

Explication
GI4, GI11, E44 et F2 éliminent tous la Chaleur de l'Estomac, de la Rate, du Gros Intestin et du Foie, et contribuent à la progression des selles.

Cas clinique

Femme 48 ans

Plainte
Constipation chronique depuis plus de 3 ans, fatigue, teint et lèvres pâles, vertiges, langue pâle, palpitations, dépression

Diagnostic
Constipation par Vide de Sang

Principe de traitement
Nourrir le Cœur, tonifier le Qi et le Sang, apaiser l'esprit, humidifier la sécheresse

Traitement
Ventouses : V15 - V17 - V20 – V21 en succion moyenne – 10 minutes
Rte 14 et RM4
An Mo : An Rou Fa sur Rte6 et Rte10 - C7 – MC6 – RM 14 et E36

Explication
C7 et MC6, associés, nourrissent le Cœur, apaisent l'esprit et atténuent les palpitations
V15 et RM14 méthode Mu Bei Shu, tonifie le Qi du Cœur, apaisent le Cœur et calment l'esprit.
V20 et E36, associés, tonifient le Qi du Sang,
V17 tonifie le Sang
Rte6 et Rte 10 tonifient le Qi de la Rate
RM4, point Mu antérieur de l'intestin Grêle, va tonifier le Qi du Réchauffeur Inférieur. Il revigore et nourrit le Sang et le Yin.
Rte 15, point local, facilite le mouvement péristaltique et améliore le flux du Qi.

Pronostic
Ce traitement est en cours. Après 3 séances, la patiente se sent mieux, plus tonique. Elle commence à pouvoir aller à la selle plus facilement et plus régulièrement. Elle recommence à avoir ''envie de'', l'effet est donc bénéfique sur son syndrome dépressif. Nous continuons à nous voir à raison d'une à deux fois par semaine.

RHUME BANAL ET GRIPPE

Les ventouses sont particulièrement efficaces pour les affections du thorax liées au Froid.
En MTC, le rhume banal et la grippe sont considérés comme des facteurs pathogènes Externes de Vent/Froid ou de Vent/Chaleur qui envahissent le corps par l'extérieur.

En cas de Vent/Froid

il y a fièvre sans sudation, douleur et rigidité de la tête et du cou et douleurs généralisées, aversion au Froid et préférence pour les boissons chaudes. Le patient a froid dans tout le corps mais il n'y a pas de gonflement.

Principe de traitement
Eliminer le pathogène externe, induire une sudation et maintenir un environnement chaud.

Mise en œuvre
Appliquer les ventouses en ''A'' avec succion faible à moyenne. Après retrait des cupules, réappliquer immédiatement sur P1, V43 et V23.
Durée de pose :
Jusqu'à 5 ans, ventouses éclair ou succion faible pendant 2 à 3 minutes.
De 5 à 7 ans, et pour les sujets faibles et fragiles, idem jusqu'à 10 minutes
De 7 à 14 ans succion faible à moyenne jusqu'à 15 minutes
Pour les adultes jeunes : succion moyenne ou forte jusqu'à 20 minutes.
Moxibustion sur RM4, RM6, RM8, RM10, RM12 et F13.
An Mo : An Rou Fa en tonification sur GI4 – P7 – TR5 – V12 – V13 – VB20 – GI20.

Explication
La moxibustion va éliminer le Vent Froid de l'abdomen et est intéressante pour le Wei Qi.
P1, point Mu antérieur des Poumons, tonifie les Poumons et libère vers l'extérieur.
P7 et GI4 font monter le Yang et induisent la sudation.
TR5 et V12 éliminent le Vent Froid et lèvent l'obstruction nasale.
VB20 traite la raideur du cou et fait disparaître les céphalées.
V13 tonifie les Poumons et arrêtent la toux.
V43 renforce le Qi, ventile les Poumons et stoppe la toux.
GI20 disperse les mucosités nasales.
Les ventouses en A et V12 éliminent Vent Froid des Poumons et stoppent la toux.
V23 élimine le Froid du dos et tonifie les Reins

Observation
Couvrir le patient et lui donner une boisson chaude pour provoquer la sudation qui aidera à éliminer le pathogène externe.

En cas de Vent/Chaleur

le début est brutal avec fièvre et sudation, mal de gorge et soif avec céphalées, aversion à la chaleur, préférence pour les boissons froides, rougeur avec gonflement et douleurs.

Principe de traitement
Eliminer le pathogène Vent/Chaleur, diminuer la fièvre et stopper la toux.

Mise en Œuvre
Ventouses succion forte sur DM14 - V12 – V13 et V43, suivies de ventouses en ''A'' succion forte, ou de ventouses mobiles sur le méridien de la Vessie, des deux côtés.
Durée de pose :
Idem que précédemment
An Mo : An Rou Fa en dispersion sur GI4 – GI11 – TR5 – VB20

Explication
GI4 – GI11 – TR5 et DM14 éliminent Vent/Chaleur et soulagent le thorax.
VB20 élimine Vent/Chaleur et lève la tension du cou et des céphalées.
V12 et V13 sont deux points cardinaux du traitement des affections des Poumons, et particulièrement utiles pour la pose de ventouses.
Les Ventouses en ''A'' à succion forte ou des ventouses mobiles ouvrent les méridiens, libèrent l'extérieur, mobilisent le Qi et relâchent les muscles.

Cas clinique

Homme – 50 ans

Plainte
Refroidissement avec toux et aphonie, écoulement nasal

Observation
Homme d'affaires surmené et fatigué. A pris deux coups de froid à deux jours d'intervalle en installant un stand dans un hall d'exposition ouvert à tous vents.

Diagnostic
Déficience en énergie avec invasion Vent/Froid. Du fait de ses activités excessives et de son manque de repos, il a épuisé son Wei Qi (énergie défensive) qui est en très mauvaises conditions.

Principe de traitement
Eliminer le Vent/Froid et tonifier le Wei Qi, restaurer l'action descendante du Qi du Poumon, stimuler la sudation et stopper la toux.

Mise en œuvre:
Pose de ventouses succion moyenne sur DM14 - V12 – V13 et V23.
An Mo : GI4 et P7- VB20 – E36 et RM6 en tonification, GI20 et P5

Explication
GI4 – P7 induisent la sudation
VB20 – V12 expulsent le Vent/Froid
GI20 et VB20 lèvent le blocage nasal.
DM14 et V12 expulsent le Vent Froid
V13 tonifie les Poumons et stoppe la toux.
RM6, E36 et V23 tonifient tous le Qi de l'organisme. Associés à P7, ils sont bénéfiques au Wei QI.
La moxibustion de P1 et P7 réchauffe et tonifie le Qi du Poumon
P5 stoppe la toux et calme le mal de gorge.

Pronostic
Le patient a reçu deux traitements à 2 jours d'intervalle et s'est reposé une bonne journée. Il est resté bien au chaud. Son état s'est amélioré et sa voix est revenue le troisième jour.
Une 3ème séance a été donnée deux jours plus tard, pour renforcer l'état général.

Cun : c'est l'unité de mesure chinoise de 2,5 cm environ. Quand le majeur est fléchi, c'est la distance entre les deux plis interphalangiens. Le Cun est donc une mesure unique pour une personne donnée. Les calculs se font donc en fonction de la taille du patient, et non celle du praticien.

Facteur pathogène persistant : affection que n'est pas complètement guérie et constitue un tremplin pour une nouvelle maladie.

Facteurs pathogènes externe – les Six Pervers : ce sont les facteurs météorologiques externes qui influencent et altèrent la santé générale de l'organisme : le Vent, le Froid, l'Humidité, la Chaleur, la Sécheresse, le Feu.

Libérer la surface : ou comment se débarrasser d'un pathogène externe en induisant la sudation ou les ventouses.

Moxibustion : feuilles sèches d'armoise roulées en cône en forme de cigare et allumées pour leurs vertus thérapeutiques**.**

Point Ah Shi : point douloureux à la palpation**.**

Point Yuan : point Source. C'est l'endroit ou le Qi originel de cet organe et de ce méridien est maintenu. Les 14 méridiens réguliers ont un point source. Ils sont considérés comme des points très efficaces.

Point Luo : point Hôte. Point des méridiens principaux d'où divergent les collatérales pour rejoindre les méridiens sains apparentés.

Points Hors Méridiens : points thérapeutiques importants situés hors des 14 méridiens principaux.

Points Mu antérieurs : points du thorax ou de l'abdomen ou se rencontrent le Qi des organes respectifs.

Points Shu du dos : points Assentiments sur le méridien de la Vessie, sur la face postérieure de l'organisme ou converge le Qi d'un organe particulier. Particulièrement recommandés pour les maladies chroniques.

Qi inné : il provient des Reins. Il est considéré comme la dernière ressource du Qi de Yin et du Yang de l'organisme.

Syndrome Bi : ou syndrome d'obstruction douloureuse. Douleurs, endolorissement ou engourdissement des muscles, des tendons et des articulations liés à l'invasion de Vent, de Froid ou d'Humidité.

Stase de sang : indique une obstruction du mouvement du sang dans les méridiens.

Tonifier : renforcer.

Troubles de l'accumulation : déficience digestive dans lesquels les aliments sont retenus dans l'appareil digestif, Estomac ou Intestins. Il est fréquent chez le sujet âgé et chez l'enfant jeune.

Yang : le plus fort des deux, l'extérieur, actif, chaud…

Yin : le plus faible des deux, l'intérieur, passif, froid…

ANNEXES

LOCALISATION ET FONCTION DES POINTS D'ACUPRESSURE DECRITS DANS CES PAGES

Abréviations :

P Poumon
GI Gros Intestin
E Estomac
Rte Rate
C Cœur
IG Intestin Grêle
V Vessie
R Rein
MC Maître Cœur
TR Triple Réchauffeur
VB Vésicule Biliaire
F Foie
RM Ren Mai
DM Du Mai

Méridien du Poumon

P1 : point MU antérieur du Poumon. Localisation à trois côtes au-dessus du sein, dans la dépression ou l'on perçoit l'artère. Indications : régule le Qi du Poumon, disperse la chaleur, aide à l'effet descendant du Qi et stoppe la toux.

P5 : Localisation au centre du coude, au-dessus du pli, au niveau de l'artère. Indications : régule la circulation des Liquides Organiques, stoppe la toux, mal de gorge, œdème et limitation de mouvement du coude.

P7 : 1;5 Cun au dessus du poignet, quand les mains sont serrées, le point que touche l'index de la main opposée, dans la petite dépression. Indications : un des points les plus importants, influence le Qi défensif, élimine les pathogènes externes, revigore les méridiens.

Méridien du Gros Intestin

GI4 : localisation : dans la dépression où les os du pouce et de l'index se séparent. Indications : Point antidouleur, lève l'obstruction du méridien, régule le Qi et le Sang

GI11 : localisation partie externe du coude, à l'extrémité du pli du coude. Indications : point très important de tonification du corps, élimine le Vent extérieur et la Chaleur interne, en particulier à partir du Sang. Donc recommandé dans les affections cutanées chaudes, telles l'eczéma, le psoriasis et le prurit.

GI20 : localisation à O,5 Cun de chaque côté des narines. Indications : élimine le Vent extérieur, dissipe Chaleur sur Poumon, ouvre les obstructions nasales et restaure l'odorat.

Méridien de l'Estomac

E25 : localisation à 2 Cun latéralement du centre de l'ombilic. Indications : régule l'Estomac et la Rate, fait disparaître l'Humidité, stoppe diarrhées, vomissements et douleurs abdominales. Point très important dans les traitements gastro-intestinaux.

E29 : localisation : 4 Cun sous E25 ou 2 Cun latéralement à RM3. Indications : régule le Réchauffeur Inférieur, soulage la stagnation de Sang, réchauffe. Point très important dans les atteintes gynécologiques.

E36 : 3 Cun sous l'œil du genou, à 1 travers de doigt de la crête tibiale. Indications : c'est l'un des points les plus importants de l'organisme. Il influence et tonifie la totalité du Qi et du Sang. Régule et tonifie l'Estomac et la Rate, lève les obstructions, évacue le Vent et l'Humidité et est toujours employé dans le syndrome Bi douloureux.

E37' : localisation : 3 Cun sous E36. Indications : il évacue l'Humidité et la Chaleur du Gros Intestin, stoppe les douleurs abdominales et est particulièrement efficace dans le traitement des diarrhées chroniques.

E44 : Dans la dépression de la face externe du deuxième orteil. Indications : évacue la Chaleur du système gastro-intestinal, régule le Qi et est utile à la digestion.

Méridien de la Rate

Rte4 : Localisation : 1 Cun en arrière de la base articulaire du gros orteil. Indications : tonifie et régule l'Estomac et la Rate, élimine Humidité et Chaleur de l'Estomac et stoppe les saignements, régule la menstruation.

Rte6 : 3 Cun au-dessus de la malléole interne, face postérieure du tibia. Indications : point de rencontre des 3 méridiens Yin de Pied (Foie, Rein, Rate) c'est l'un des points de tonification les plus importants. Il régule le Qi été le Sang, est bénéfique pour la menstruation, l'impuissance et l'énurésie et stoppe la douleur.

Rte9 : localisation : sous le genou, à la dépression de l'extrémité du pli quand le genou est plié. Indications : tonifie la Rate et élimine l'Humidité, ouvre le passage de l'eau. Un des points majeurs pour éliminer l'Humidité des membres inférieurs.

Rte10 : localisation : au-dessus du genou, là ou se pose le pouce lorsqu'on empaume le genou. Indications : un des points majeurs pour lever la stase de Sang, stimule la circulation du Sang. Une de ses actions principales est un effet refroidissant du Sang, il est donc utilisé dans toutes les atteintes chaudes de la peau comme le psoriasis ou l'eczéma.

Rte15 : localisation : sur l'abdomen, à 4 Cun latéralement de l'ombilic. Indications : tonifie la Rate, facilite le mouvement péristaltique du Gros Intestin, améliore le flux du Qi et élimine l'excès d'eau dans les intestins.

Méridien du Cœur

C7 : localisation : sur le pli transverse du poignet, dans la dépression à l'extrémité des os du poignet, à la tête du cubitus. Indications : régule et nourrit le Cœur et calme le mental. Un des points les plus importants et les plus utilisés de ce méridien, employé dans tous les cas de déficience du Cœur comme l'insomnie, l'anxiété, les palpitations et la dépression.

Méridien de l'Intestin Grêle

IG3 : localisation sur le côté externe de la main, réunion chair rouge et chair blanche, sur le pli derrière le petit doigt quand on ferme le point. Indications : point maître du Du Mai. Fait baisser le Vent/Chaleur, agit sur les tics de la face, torticolis, douleurs région cervicale.

Méridien de la Vessie

V12 : Porte du Vent. Localisation de part et d'autre de la colonne vertébrale, à 1,5 Cun sous D2. Indications : disperse le Vent/ Froid et le Vent/Chaleur, régule le Qi du Poumon et stoppe la toux.

V13 : point Shu du Poumon. Localisation comme V12, mais sous D3. Indications : régule et tonifie le Qi du Poumon, stoppe la toux et évacue la Chaleur, utile pour le Qi nutritif et défensif.

V14 : point Shu du Maître Cœur. Localisation comme V12, mais sous D4. Indications : régule le Qi du Coeur lève la stagnation du Qi du Foie, purge les méridiens et revigore les collatérales.

V15 : point Shu du Cœur. Localisation comme V12 mais sous D5. Indications : nourrit le Sang du Cœur et calme le mental, effet sédatif et relaxant sur le mental.

V17 : point Shu du Diaphragme. Localisation comme V12, mais sous D7. Indications : grand point du Sang, renforce la Rate et l'Estomac, régule et tonifie le Sang, ce qui en fait un point important dans le traitement des oppressions thoraciques, des renvois et du hoquet.

V20 : point Shu de la Rate. Localisation comme V12, mais sous D11. Indications : tonifie la Rate et régule l'Estomac, évacue l'Humidité et les Mucosités, régule et calme le Qi rebelle de l'Estomac. Un point très important quand on veut tonifier le Qi et le Sang.

V21 point Su de l'Estomac. Localisation comme V12 mais sous D12. Indications : renforce la Rate et régule l'Estomac, disperse l'Humidité pathogène et lève la stase intestinale, la distension et la douleur abdominale, vomissements, anorexie, diarrhée, borborygmes et dysenterie.

V23 : point Shu des Reins. Localisation comme V12 mais sous L2. Indications : un des points les plus importants de l'organisme. Il tonifie le Rein, nourrit le Yin et renforce le Yang, bénéfique pour le cerveau et la moelle et améliore la vision. A utiliser dans toutes les douleurs de dos, les déficiences sexuelles, les affections gynécologiques et les anomalies de croissance chez l'enfant.

V43 : localisation parallèle à V14, à 3 Cun de la colonne vertébrale. Tonifie le Qi du Rein, toux, asthme

V44 : localisation parallèle à V15, sur la ligne de V43. Indications : nourrit le Cœur et calme le mental, mobilise le Qi dans le thorax.

V52 : localisation parallèle à V23 sur la ligne de V43. Indications : renforce l'action de V23, renforce la volonté au cours de troubles dépressifs et émotionnels.

V57 : localisation à l'arrière du mollet, sur la ligne médiane entre les deux jumeaux. Indications : revigore le méridien, lève la stase de Sang, relâche les tendons et muscles et stoppe la douleur.

V60 : localisation à l'arrière de la malléole externe, dans la dépression entre malléole et tendon d'Achille. Indications : évacue la Chaleur, renforce le dos, lève l'obstruction du méridien. Utilisé dans toutes les affections douloureuses, c'est le point ''aspirine''.

Méridien du Rein

R3 : point Yuan. Localisation à l'arrière de la malléole interne, entre malléole et tendon d'Achille, dans la dépression. Indications : nourrit le Yin du Foie et du Rein, un des points de tonification les plus importants de l'organisme. Très important également pour toutes les affections gynécologiques et de l'appareil reproducteur ;

R7 : Localisation à 2 Cun au-dessus de R3, à l'arrière du tibia. Indications : tonifie le Yang du Rein, fait disparaître l'Humidité. Très utilisé dans les œdèmes de membres inférieurs. Il régule également la transpiration.

Méridien du Maître Cœur

MC6 : Localisation à 2 Cun au-dessus du pli transversal du poignet, entre les 2 tendons. Indications : régule le Qi du Cœur et le Sang, élimine la Chaleur du Cœur, calme le mental, contrôle l'anxiété et les crises de panique, maintient l'écoulement correct du Qi de l'Estomac, interrompt nausées et vomissements : un point majeur du traitement des plaintes émotionnelles.

Méridien du Triple Réchauffeur

TR5 : Localisation à 2 Cun au-dessus du pli du poignet, entre radius et cubitus. Indications : évacue Vent / Chaleur. Un point majeur des syndromes de ce type. Il lève l'obstruction du méridien et, en conséquence, est toujours utilisé dans le traitement de la douleur de la main et du bras. Egalement utile pour l'oreille.

Méridien de la Vésicule Biliaire

VB20 : Localisation sur l'occiput, de part et d'autre de la colonne vertébrale, à 1,5 Cun. Indications : point majeur pour éliminer Vent Froid, Vent Chaleur de la nuque et du cou. Contrôle le Yang du Foie et évacue la Chaleur, est bénéfique pour les yeux et améliore la vision.

VB21 : localisation à mi-chemin entre D1 et l'acromion. Indications : ouvre les obstructions et revigore les méridiens, dissout les Mucosités. Point d'importance dans le traitement des syndromes Vent Froid – Vent Chaleur.

VB30 : centre de la hanche, sur une ligne tête du fémur, pointe du sacrum, à 1/3 du côté fémur. Indications : point majeur dans le traitement des douleurs de la hanche et du membre inférieur. Effet tonifiant sur la partie inférieure du dos, lève l'obstruction du méridien, relâche les muscles et les tendons, stoppe la douleur. Point cardinal du traitement de la sciatique.

VB34 : localisation sous la tête du péroné, dans le creux entre tibia et péroné. Indications : point d'influence des tendons, c'est l'un des points les plus importants dans le traitement des faiblesses musculaires, des crampes et de la douleur, notamment des membres inférieurs. Il induit une circulation régulière du Qi du Foie et de la Vésicule Biliaire.

VB39 : Localisation à 3 Cun au-dessus de la cheville. Indications : c'est le point d'influence de la moelle osseuse. Utilisé dans tous les syndromes de déficience du Sang, il revigore la circulation du Qi et du Sang et lève l'obstruction du méridien. Souvent utilisé dans le traitement des douleurs musculaires traumatiques ou les douleurs et la raideur du cou.

Méridien du Foie

F2 : Localisation sur la palme entre gros et 2ème orteil. Indications : évacue Chaleur du Sang du Foie, disperse le Vent du Foie et contrôle le Yang du Foie. Il nourrit le Yin du Foie. Point important dans le traitement des affections du Foie par excès comme vertiges, gorge sèche, goût amer dans la bouche, épilepsie et convulsions du nourrisson.

F3 : point Yuan. Localisation à la jonction entre le 1er et le 2ème métatarse. Indications : calme le Yang du Foie, lève la stagnation du Qi du Foie, calme le mental, est employé dans tous les troubles émotionnels. Point cardinal du traitement de l'hypertension artérielle due au Yang du Foie. Point majeur du traitement des spasmes musculaires (avec V57, radical pour calmer les crampes des mollets par exemple)

F13 : point Mu antérieur de la Rate. Localisation sur le bord des côtes libres, au niveau de l'ombilic. Indications : lève la stagnation du Qi du Foie, notamment quand elle affecte le système digestif. Revigore également le Qi de la Rate et de l'Estomac.

F14 : Localisation à la verticale du mamelon, deuxième espace intercostal sous le mamelon. Indications : harmonise les relations Foie / Rate. Utile en cas de douleur des hypocondres.

Ren Mai

RM3 : point Mu antérieur de la Vessie. Localisation directement au-dessus du pubis, 4 Cun sous l'ombilic. Indications : élimine Humidité Chaleur, renforce la Vessie. Point principal de traitement des affections de la Vessie comme l'énurésie, le prolapsus vésical et génital.

RM4 : Point MU antérieur de l'Intestin Grêle. Localisation sur la ligne médiane de l'abdomen, 3 Cun sous l'ombilic. Indications : le point tonifiant le plus important de l'organisme. Renforce le Qi originel, tonifie le Yang du Rein et nourrit l'Essence. Traitement de la stérilité, de la frigidité, de l'impuissance et du manque de libido. Il revigore et nourrit également le Sang et le Yin, et est donc utilisé dans les syndromes de déficience gynécologique.

RM6 : Mer de l'énergie. Localisation : sur la ligne médiane de l'abdomen, 1,5 Cun sous l'ombilic. Indications : c'est le principal point de tonification du Qi et du Sang et il renforce l'Essence. Particulièrement efficace quand on emploie du Moxa pour réchauffer le Yang et le Qi. Point cardinal dans le traitement de la distension abdominale et de la douleur, la diarrhée, l'impuissance, la stérilité, le prolapsus de la vessie ou de l'utérus, l'anémie et l'insomnie.

RM8 : Localisation au centre de l'ombilic. Indications : régule et renforce le Yang et le Qi de la Rate et de l'Estomac, tonifie fortement et récupère le Yang et le Qi effondré.

RM10 : Localisation sur la ligne médiane de l'abdomen, à 2 Cun au-dessus de l'ombilic. Indications : tonifie la Rate et l'Estomac, tonifie fortement et récupère le Yang effondré.

RM12 : Localisation sur la ligne médiane de l'abdomen, à 4 Cun au-dessus de l'ombilic. Indications : point cardinal dans le traitement des atteintes de l'Estomac. Il régule le Qi de l'Estomac, tonifie la Rate et fait disparaître l'Humidité du système digestif. La moxibustion est particulièrement efficace sur ce point.

RM15 : point Luo. Localisation sous le xiphoïde, à 7 Cun au-dessus de l'ombilic. Indications : relâche le thorax (Cœur, Poumons, diaphragme), calme le mental, notamment au cours des troubles émotionnels, dissout les Mucosités et stoppe la toux. Point souvent sensible au toucher quand le patient traverse un stress émotionnel intense. Plus le point est sensible, et moins la personne est capable de réagir.
RM17 : point Mu antérieur du Maître Cœur. Localisation à la partie médiane du sternum, entre les mamelons. Indications : utile au Qi du thorax, régule l'effet descendant du Qi du Poumon, dissout les Mucosités et lève l'obstruction du thorax, et relâche le Cœur. Un point très important au cours des traitements des affections mentales et émotionnelles. Il ''ouvre'' le thorax, à savoir le Cœur et les Poumons.

Du Mai

DM4 : Localisation : sur l'épine de la 4ème vertèbre lombaire. Indications : c'est le point le plus important pour tonifier le Yang du Rein et le Qi originel, notamment employé avec du moxa, il renforce le dos et les genoux et nourrit l'Essence. C'est le point cardinal pour traiter les syndromes de déficience du Rein comme l'impuissance, la stérilité, l'asthénie, la sensation de Froid, l'énurésie nocturne ou la dysménorrhée.
DM14 : au dessus de la 1ère vertèbre dorsale. Indications : fait disparaître la Chaleur, évacue le Froid et le Vent, purge le mental et stimule le cerveau. C'est un point majeur du traitement des affections chaudes comme les convulsions, l'épilepsie, l'hypertension artérielle, l'eczéma, le psoriasis, l'acné et le syndrome d'agitation mentale.

DESCRIPTION DES PRINCIPAUX MASSAGES DECRITS DANS CET OUVRAGE.

Tui Fa : geste : poussée en ligne avec un pouce, ou deux pouces qui se chevauchent. Action tonifiante, remet en circulation le Sang, les Liquides Organiques et le Qi.

Gon Fa : geste : déroulement du poignet, soit en Zhi Gon Fa (poignet fermé), soit en Xie Gon Fa (mouvement latéral). Action relaxante sur muscles et tendons, disperse Vent et Froid, expulse l'Humidité tout en activant la circulation du Sang, despasme, calme les douleurs, calme le Shen quand il est pratiqué au niveau du trapèze.

Na Fa : geste : pincement entre le pouce et les autres doigts, en pratiquant un mouvement aller-retour latéral du poignet. Action : expulse Vent Froid, détend muscles et tendons, désobstrue les méridiens, relance le Qi, calme les spasmes et les douleurs, restaure la conscience.

Ca Fa : geste : chauffe la partie à traiter par un ample aller et retour de la main sur la zone. Action : relance le Yang, chauffe, expulse Vent Froid, régule la circulation du Qi en accélérant la circulation sanguine.

Mo Fa : geste : rotation avec l'éminence thénar, la main ou le bout des doigts (maximum 100 fois par minute) mais sans pression. Action : chauffe, accélère la circulation du Qi, et, pratiqué au niveau abdominal, disperse les stagnations du Foie, dissipe les accumulations alimentaires et régularise le péristaltisme.

Yi Zhi Chen Tui Fa : geste : flexion / extension du pouce avec appui vertical. Action : va en profondeur, stagnations, paralysie faciale ; gynécologie, maux de tête, troux sacrés

CONCLUSION

Ainsi les ventouses se sont avérées être, pour moi, un auxiliaire de choix dans le traitement des pathologies diverses et variées dont j'ai été amenée à m'occuper. Que ce soit pour calmer et soulager des douleurs, ou pour tonifier des énergies défaillantes, leur usage est parfaitement compatible avec ma démarche en tant que praticien en Tui Na.

Qu'elles soient en bambou ou en verre, en pose sèche, mobile ou éclair, je les ai utilisées systématiquement depuis plusieurs mois, à la grande satisfaction de mes patients.

Mes expériences ont ainsi été diverses et variées, comme vous avez pu le constater, et les résultats bénéfiques se sont fait sentir dès les premières séances, de manière sensible.

Un rythme hebdomadaire, voire deux à trois fois par semaine dans les cas les plus sévères, a permis de consolider ces résultats de manière tangible.

Leur utilisation demande néanmoins prudence et attention, aussi bien au moment de la pose que pendant la durée de celle-ci. Une surveillance attentive est de mise.
Lors de leur retrait, c'est au praticien de se protéger. J'ai, pour ma part, pris l'habitude maintenant de les poser à l'envers sur la table, afin d'avoir la partie fermée dirigée vers le haut. De cette manière, je ne m'expose plus inutilement.

Après le bilan énergétique et la définition du principe de traitement, le respect des consignes de sécurité permet à tout praticien en Tui Na de pratiquer en toute sécurité, et de répondre aux attentes de son patient, dont l'état de santé pourra rapidement s'améliorer.

La relation de confiance qui s'établit avec le patient est très importante. Une écoute attentive me permet de mieux cerner la personne, décoder ses souffrances, même (je dirai même plus : surtout) celles qu'il ''oublie'' de dire, parce qu'il a tellement pris l'habitude de vivre avec qu'il n'y prête plus vraiment attention.

Il est, du reste, également important de savoir reconnaître les limites de ses compétence, ne pas s'acharner inutilement, et guider les patients en toute simplicité vers des ''personnes ressources'' quand cela s'avère nécessaire.

Mon **''truc en plus''**, il est simple, et fidèle à l'esprit d'Hippocrate : je demande au patient de participer à l'amélioration de son état. Je lui propose des **''devoirs de vacances''** à faire chez lui : quelques points d'acupressure faciles à mettre en œuvre, et à répéter tous les jours, quelques conseils alimentaires … **Sa participation active fait toute la différence !**

Thérapie par les Ventouses d'Ilkay Zihni CHIRALI, paru aux éditions MALOINE

Dis moi ou tu as mal et je te dirai pourquoi de Michel ODOUL, paru aux Editions Albin Michel.

SOURCES INTERNET

Tui Na, le véritable massage traditionnel chinois par Jean Pierre Krasensky – logiciel magazine.com - 12/05/08
Tui Na, le massage du Yin et du Yang par Jean Robert Institut Xin'an – www.soleil-levant - 12/05/08
Massage Tui Na - *www.passeportsanté.net* – 12/05/08
La théorie des méridiens comporte-t-elle des éléments importés par ZHU BING, traduction Marie Emmanuelle GAINEAUD - 05/05/08
Hippocrate Le Grand – www.medarus.com - 12/05/08
Horloge circadienne – http://www.shiatsu-aist.org

REMERCIEMENTS

Me voici à l'orée d'une ''nouvelle vie'' passionnante, à l'aube de bouleversements importants, qui vont changer profondément ma manière de vivre, même si, depuis bientôt deux ans, j'ai eu l'occasion de pratiquer régulièrement grâce aux membres de ma famille et à mes ami(e)s, qui m'ont accordé leur confiance.

Merci à Gérald Legrand, fondateur de l'ETMC, qui a su me transmettre son savoir et sa passion au travers de l'enseignement de qualité qu'il a prodigué au sein de son école. Merci à Sandrine, son épouse, pour tous les supports de cours patiemment rédigés. Merci à Francine, qui nous a également transmis ses connaissances en la matière, à Sébastien, Chris et Jérôme, intervenants, pour la patience avec laquelle ils m'ont guidée sur ce chemin difficile.

Rependre les études n'est pas évident quand on a quitté les bancs de l'école depuis longtemps. Il a fallu se remettre souvent à l'ouvrage pour réussir à ancrer les acquis !

Alors merci à Adelaïde, Adrienne, Anne Laure, Anne-Sophie, Annie, Arnaud, Béatrice, Bernard, Catherine, Céline, Christiane, Corentine, Corinne, Dominique, Etienne, Eric, Fabienne, Florence, Françoise, François, Jean Luc, Jean Marie, Jean Pierre, Jean Luc, Jeff, Joseph, Karine, Laurence, Lieve, Lily, Marie France, Martin, Mathilde, Monique, Muriel, Nathalie, Olivier, Patrice, Pauline, Philippe, Roland, Sandrine, Scarlett, Sevenday, Suzanne, Valérie, Viviane, de m'avoir fait confiance, en me donnant l'occasion de pratiquer, et ainsi d'exercer mes talents…

Merci à mes collègues de formation, pour leur amitié, le temps passé à plancher, douter et se motiver, puis à réviser ensemble. Sans leur soutien, rien n'aurait été possible.

Merci à Serge, mon mari, dont la patience a souvent été mise à rude épreuve mais qui m'a toujours encouragée, à Sébastien et Jonathan, mes fils, qui m'ont apporté leur aide précieuse en matière de relecture et de mise en forme de ce document. C'est merveilleux quand vos enfants peuvent vous en apprendre. Merci aussi à ma famille et à mes amis, que j'ai quelque peu délaissé ces derniers temps…

Votre amitié, votre amour ont guidé mes pas sur ce long chemin, ils sont ma force et ma motivation pour demain. Je m'en montrerai digne !