

Technique acupuncture et moxibution

- **But acupuncture et moxibustion**
- **Les aiguilles**
- **Les positions de puncture - Les méthodes de puncture**
- **Les méthodes d'insertion de l'aiguille - La profondeur de puncture**
- **La manipulation des aiguilles - La manipulation de base - La manipulation auxiliaires**
- **La profondeur de puncture**
- **La tonification / dispersion - La tonification - La dispersion**
- **La Moxibustion - Les Méthodes de moxibustion - Application pratique**
- **La technique des ventouses - Les Actions fonctions de la ventouse**
- **Les Précautions contre-indications**

Ce document est constitué à partir de compilation d'informations publiques, ne se substitue en aucune façon aux supports de formation officiels. Le Diffuseur ne pourrait être tenu responsable des erreurs qu'il pourrait contenir.

Le diffuseur ne pourrait être tenu pour responsable des conséquences qui pourraient provenir d'une mauvaise interprétation, compréhension, mal utilisation, des informations contenues dans ce document, il décline toute responsabilité légale quant aux éventuelles erreurs ou omissions, ainsi que pour tout hypothétique dommage qui pourrait être interprété comme étant la conséquence directe ou indirect des informations consignés dans ce document. Les personnes qui utilisent les contenus de ces documents le font sous leur entière responsabilité.

Ce document ne permet que de prendre connaissance avec différentes composantes de la Médecine Traditionnelle Chinoise.

Il n'a pas pour but d'éloigner les personnes de la médecine et des professionnels de santé. La consultation d'un praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise ne saurait remplacer le suivi médical habituel ou en cours, ni se substituer aux traitements en cours. Seul votre médecin peut décider de l'arrêt ou de la modification d'un traitement médical.

But acupuncture et moxibustion

- **Principe de l'acupuncture:**

- - Insérer des aiguilles métalliques sur des points répartis à la surface du corps humain,
- - Manipuler les aiguilles de différentes manières en vue d'un effet thérapeutique.

- **But de l'acupuncture:**

- - Harmoniser, régulariser l'énergie et le sang dans les méridiens et les branches collatérales (JING LUO),
- - équilibrer le YIN et le YANG à l'intérieur corps.

- **Principe de la moxibustion:**

- - réchauffer des points situés à la surface du corps en enflammant du velours d'armoise.

- **But de la moxibustion:**

- - Réchauffer et drainer, désobstruer les méridiens (JING MM),
- - Régulariser l'énergie et le sang.

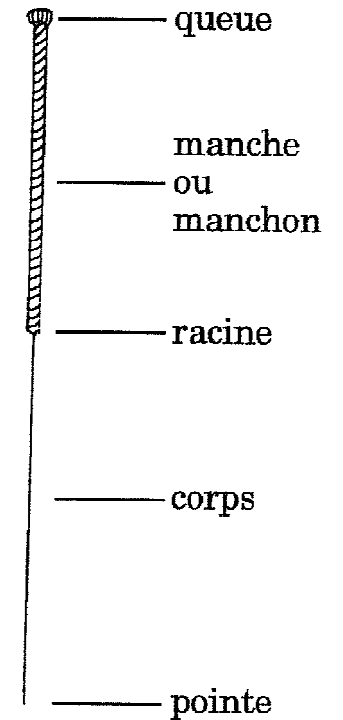
Aiguilles

Différentes longueurs

Longueur en CUN	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5
Longueur en nm	15	25	40	50	65	75	90	100	115	125

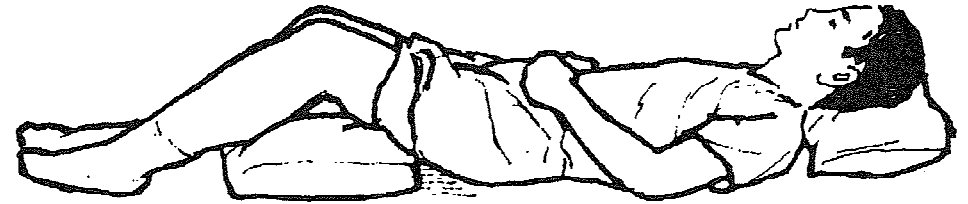
Différentes diamètres

N° de référence	26	28	30	32	34
Diamètre en mn	0,45	0,38	0,32	0,26	0,22

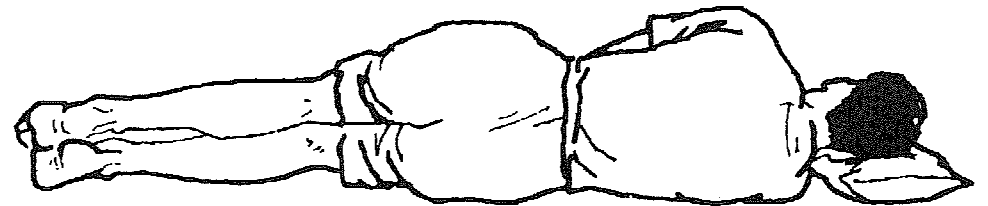


Positions

- **Position allongée sur le dos (décubitus dorsal) (YANG WO WEI)**



- **Position allongée sur le côté (décubitus latéral) (CE WO WEI)**

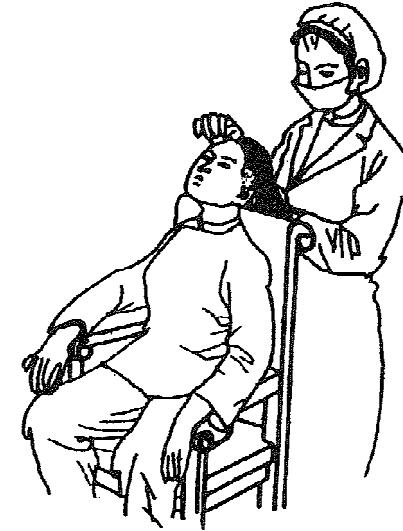


- **Position allongée sur le ventre (décubitus ventral) (FU WO WEI)**

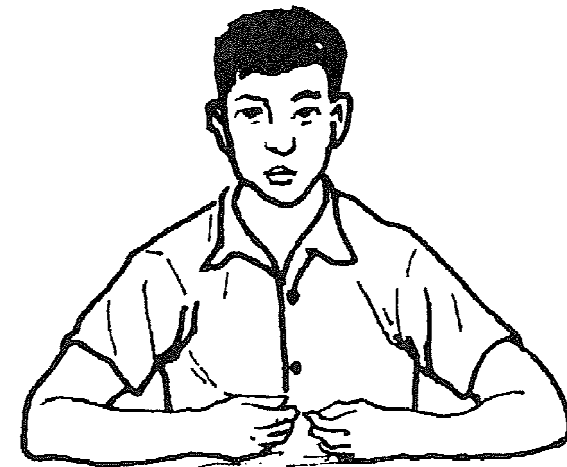


Positions

- **Position assise, tête levée et appuyée (YANG KAO ZUO WEI)**

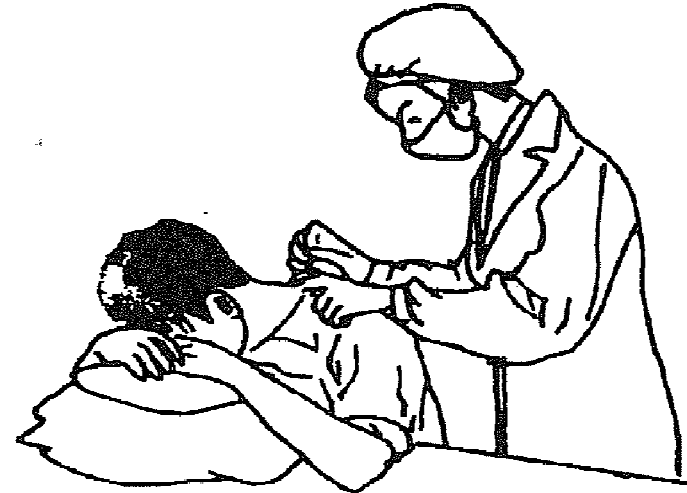
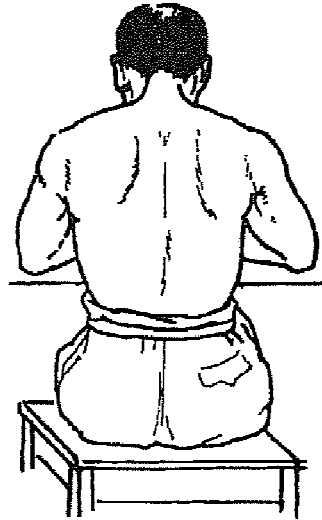


- **Position assise, corps droit avec les avant-bras posés (IFIENG GONG ZUO WEI)**



Positions

- **Position assise En flexion (FU FU ZUO WEI)**

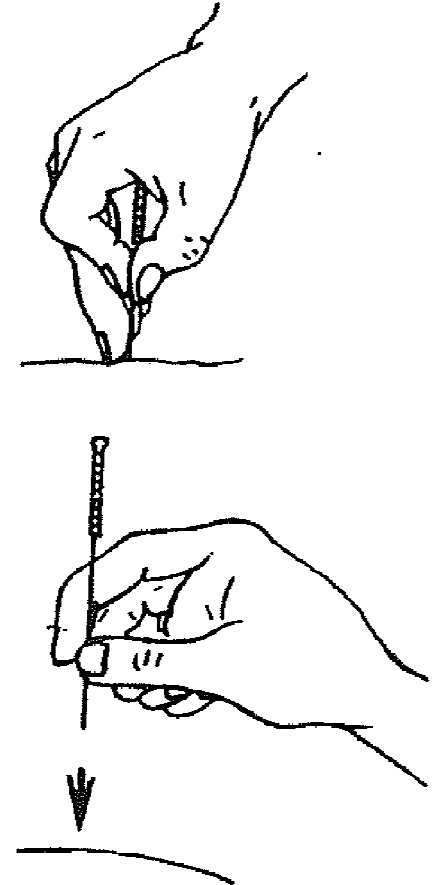


- **Position assise, un côté du visage posé (CE FU ZUO WEI):**



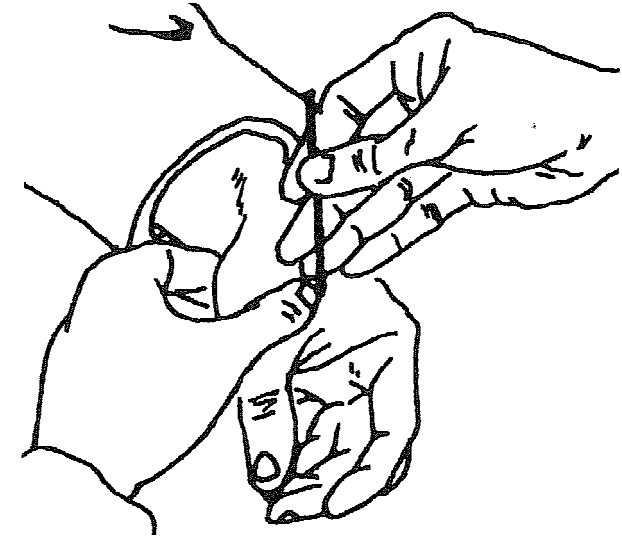
Méthode de puncture

- **Fonctions de la main droite (YOU SHOU), appelée “main puncturante” (CI SHOU)**
 - - tenir l’aiguille,
 - - réaliser les manipulations.
- **Fonctions de la main gauche (ZUO SHOU), appelée “main qui presse” (“YA SHOU”):**
 - - presser, appuyer sur la zone à puncturer,
 - - fixer la localisation du point,
 - contrôler l’angle et la profondeur de puncture,
 - - informer sur l’état de l’énergie vitale et de l’énergie perverse,
 - - masser un peu autour du point pour disperser l’énergie perverse,
 - - soutenir le corps de l’aiguille afin de le stabifiser,
 - - aider la main puncturante à insérer l’aiguille.

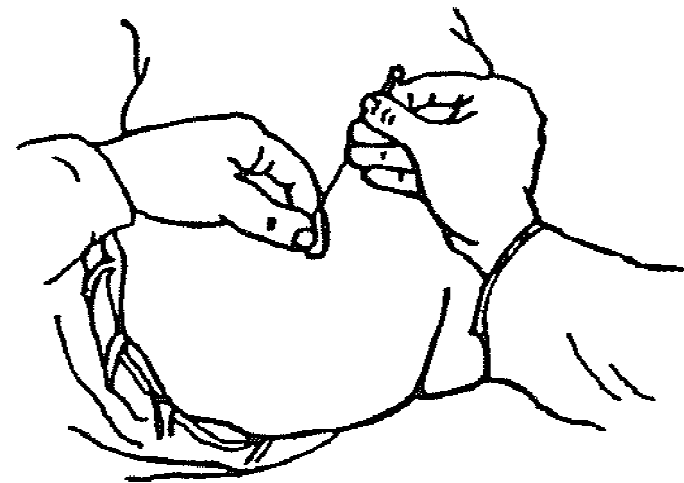


Méthode d'insertion de l'aiguille

- **Méthode d'insertion de l'aiguille avec pression du doigt (ZHI QIE JIN ZHEN FA) de la main gauche**

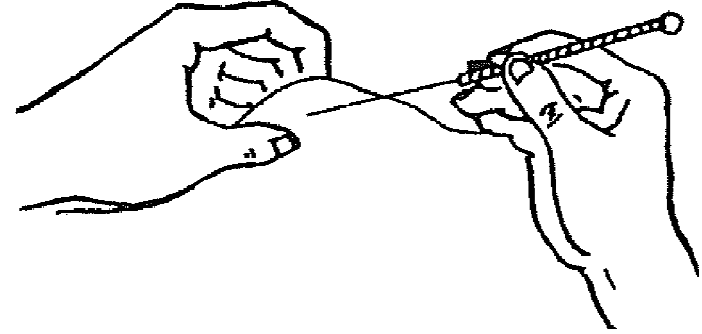


- **Méthode d'insertion de l'aiguille avec les deux mains en parallèle (PLAN ZHI JINZHENFA):**

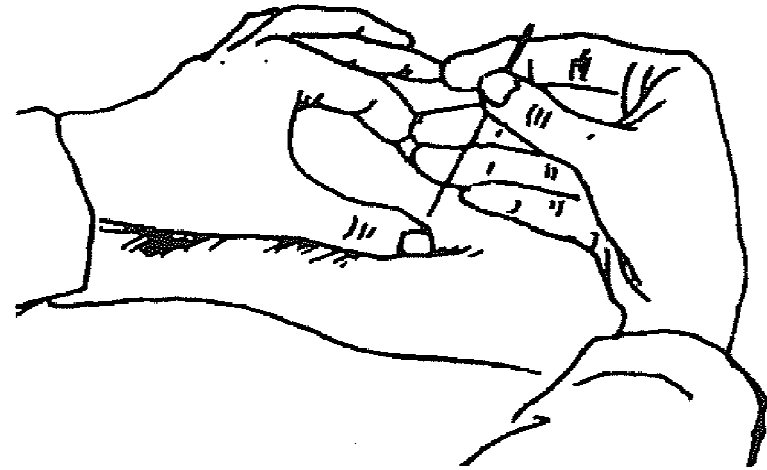


Méthode d'insertion de l'aiguille

- **Méthode d'insertion de l'aiguille avec pincement (Cifi JIN ZHEN FA) de la peau par la main gauche**



- **Méthode d'insertion de l'aiguille avec étirement (SITU ZIIANG JIN ZIIEN FA) de la peau par la main gauche:**

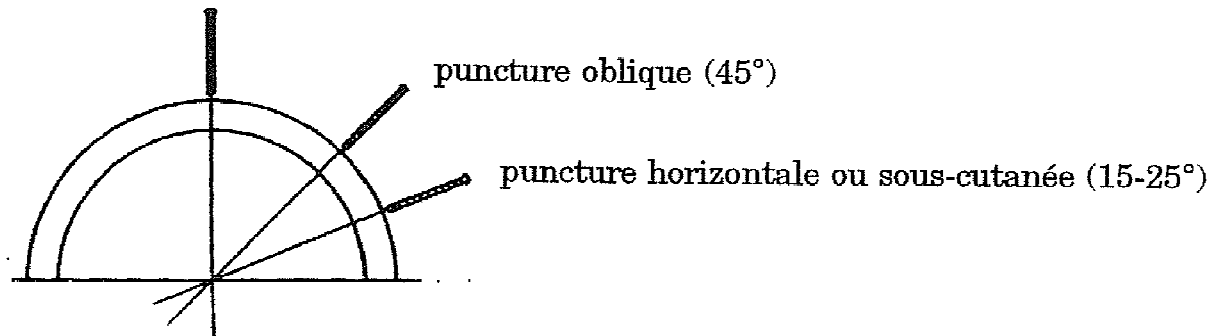


Méthode d'insertion de l'aiguille

puncture	Angle et la surface de la peau	Remarques
perpendiculaire (ZHI)	90°	- la plupart des points - zones molles et épaisses: membres, abdomen, lombes
oblique (XIE)	45°	- quand les points ne doivent pas être piqués profondément, - vaisseaux sanguins, - Organes Entrailles importants (thorax), - muscles minces (dos), - cicatrices
horizontale (HENG) ou sous-cutanée (YAN PI)	15-25°	- peau et muscles super et minces: tête, visage, poitrine - puncture transperçante ou transfixiante (TOU XUE ou TOU X ZHEN CI)

puncture perpendiculaire (90°)

- **Méthode de l'aiguille transfixiante ou transperçant (TOU XUE ZHEN CI ou TOU XUE FA) ou "1 aiguille et 2 points":**



Profondeur de puncture

- **En générale, une profondeur de puncture correcte donne une meilleure sensation d'acupuncture (ZREN GAN), sans blesser d'organes entrailles importants, avec de meilleurs résultats thérapeutiques.**
 - C'est pourquoi, il faut considérer la profondeur de puncture en fonction:
 - - de l'état morbide,
 - - de la localisation des points, des caractéristiques anatomiques des points,
 - - de la forme et de la structure du corps,
 - - de la constitution physique du patient,
 - - du climat et de la saison:
 - au printemps et en été : puncture plus superficielle sur les points JTNG distaux et X en automne et en hiver: puncture plus profonde sur les points JTNG proximaux et 11E.
- Puncture peu profonde:
 - - chez les personnes âgées qui souffrent de déficience d'énergie et de sang,
 - - chez les jeunes enfants fragiles,
 - - sur la tête, le visage, le dos, le thorax.
- Puncture profonde:
 - - chez les jeunes, les gens d'âge mûr, de constitution physique robuste,
 - - chez les patients obèses,
 - - sur les 4 membres, les fesses, la région abdominale, la région lombaire.
 - Il est indispensable de connaître la position des Organes Entrailles par rapport aux points afin d'éviter de puncturer trop profondément.

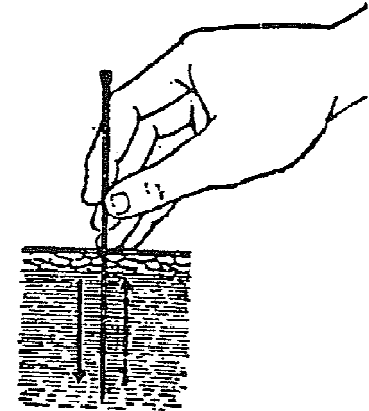
Manipulation de l'aiguille

- **Un traitement efficace nécessite:**
 - - un bon diagnostic
 - - une bonne prescription des points,
 - - une bonne manipulation des aiguilles.
- **Une fois que l'aiguille a traversé la peau, il faut:**
 - - attendre (l'arrivée de) l'énergie (HOU QI),
 - - obtenir l'énergie (DE QI),
 - - stimuler, presser l'énergie (CUI QI),
 - - faire circuler l'énergie (YUN QI).
- **Obtention du CHI Définition:**
 - Après insertion de l'aiguille à une certaine profondeur, le patient ressent autour du point ou le long du méridien:
 - - des courbatures, de l'engourdissement, de la distension, de la lourdeur,
 - - parfois du froid, de la chaleur, du prurit, de la douleur, une décharge électrique, des fourmillements.
 - En même temps, le praticien ressent une tension sous l'aiguille.

Manipulation de base

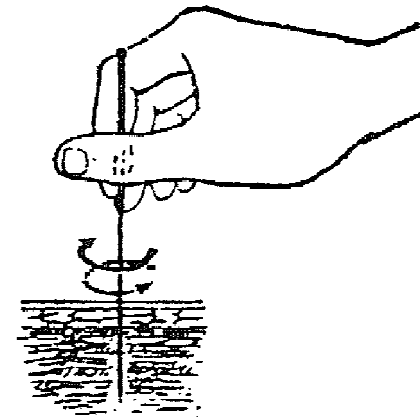
- **Technique « soulever enfoncer » (TI CHA FA)**

- Après insertion à la profondeur voulue, l'aiguille est perpendiculairement enfoncée des couches superficielles jusqu'aux couches profondes et soulevée des couches profondes jusqu'aux couches superficielles.



- **Technique “rouler” (rotation) (NIAN ZHUAN FA):**

- Après insertion à la profondeur voulue, l'aiguille est roulée d'avant en arrière et d'arrière en avant, avec une certaine amplitude, à l'aide du pouce, du majeur et de l'index de la main droite qui tient l'aiguille



Manipulations auxiliaires

- **Massage (XUN FA)**
 - - masser / presser légèrement avec les doigts la peau le long du trajet du méridien.
- **Chiquenaude (TAN FA)**
 - donner une légère chiquenaude au manche de l'aiguille qui se met à vibrer.
- **Grattage (GUA FA)**
 - tenir le corps de l'aiguille à l'endroit de la puncture avec le pouce et l'index de la main gauche,
 - - tenir le manche de l'aiguille avec le pouce et l'index (ou le majeur) de la main droite, gratter le manche de bas en haut avec l'ongle du pouce, de l'index ou du majeur de la main droite.
- **Agiter / secouer (YAO FA)**
 - Remuer l'aiguille avec la main qui tient le manche.
 - Technique également utilisée dans la méthode de dispersion (Cf. plus loin).
- **Voler (FEI FA)**
 - - rouler l'aiguille avec le pouce et l'index,
 - - puis enlever brusquement le pouce et l'index de l'aiguille : l'aiguille vibre encore légèrement.
 - Les deux doigts se séparent comme un oiseau qui s'envole en déployant ses ailes.
- **Trembler (CHANFA)**
 - - tenir l'aiguille avec les doigts de la main droite,
 - - effectuer un rapide "enfouissement-soulèvement" ou un rapide roulement de petite amplitude, ce qui fait trembloter / vibrer l'aiguille.

Tonification / dispersion

Tonifier et disperser par la technique “soulever-enfoncer” (TI CHA BU XIE)

- **TONIFIER**

- enfoncer avec force et rapidité l'aiguille - soulever avec douceur et lenteur l'aiguille
lenteur, faible amplitude

- **DISPERSER**

- soulever avec force et rapidité l'aiguille - enfoncer avec douceur et lenteur l'aiguille rapidité, grande amplitude

Tonifier et disperser en ouvrant et en fermant (KAI HE BU XIE) l'orifice du point d'acupuncture piqué

- **TONIFIER**

- après retrait de l'aiguille, fermer immédiatement et rapidement l'orifice du point piqué d'une pression légère et masser

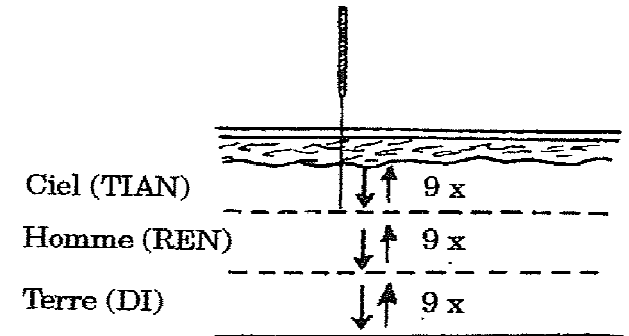
- **DISPERSER**

- pendant le retrait de l'aiguille, élargir l'orifice du point piqué en remuant l'aiguille et le laisser ouvert après le retrait

Tonification

° Allumer le feu de la montagne (réchauffer la montagne) (SHAO SHANHUO)

- produit chez le patient une sensation de chaleur locale ou générale. Elle associe les techniques élémentaires de tonification (insertion-retrait, enfoncement-soulèvement, orifice ouvert ou fermé, expiration-inspiration) au chiffre 9 :



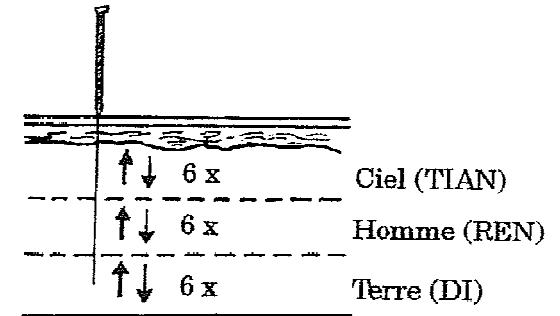
Technique:

- - déterminer la profondeur du point à puncturer,
- - diviser cette distance en 3 portions égales: niveau superficiel, niveau moyen, niveau profond,
- - après insertion lente de l'aiguille sous la peau au tiers supérieur (niveau superficiel) et obtention de l'énergie, enfoncez avec force l'aiguille et soulevez avec douceur l'aiguille, 9 fois de suite,
- - insérer l'aiguille au tiers moyen (niveau moyen), enfoncez avec force l'aiguille et soulevez avec douceur l'aiguille, 9 fois de suite,
- - insérer l'aiguille au tiers inférieur (niveau profond), enfoncez avec force l'aiguille et soulevez avec douceur l'aiguille, 9 fois de suite,

Dispersion

Rafraîchir le ciel (TOU TIAN LIANG)

Cette manipulation de l'aiguille produit chez le patient une sensation de froid local ou général. Elle associe les techniques élémentaires de dispersion (insertion-retrait, enfoncement-soulèvement, orifice ouvert ou fermé, expiration-inspiration) au chiffre 6. Elle permet une grande dispersion.



Technique:

- - déterminer la profondeur du point à puncturer,
- - diviser cette distance en 3 portions égales: niveau superficiel, niveau moyen, niveau profond,
- - après insertion rapide de l'aiguille au tiers inférieur (niveau profond) et obtention de l'énergie,
- soulever avec force et enfoncer avec douceur l'aiguille, 6 fois de suite,
- - retirer l'aiguille jusqu'au tiers moyen (niveau moyen), soulever avec force et enfoncer avec douceur l'aiguille, 6 fois de suite,
- retirer l'aiguille jusqu'au tiers supérieur (niveau superficiel), soulever avec force et enfoncer avec douceur l'aiguille, 6 fois de suite,

Moxibustion

- **Le chapitre 73 du “LING SHU” affirme “Quand l’acupuncture ne peut soigner une pathologie, la moxibustion doit être utilisée” (traduction non publiée).**
 - - restaurer le YANG primordial pour sauver du collapsus,
 - - désobstruer les 12 méridiens,
 - - pénétrer dans les 3 YIN, réguler l’énergie et le sang,
 - - expulser le froid et l’humidité,
 - - réchauffer l’utérus,
 - - arrêter toutes les hémorragies,
 - - réchauffer le centre pour enlever la stagnation,
 - - régulariser les règles et apaiser le foetus,
 - - etc.

Méthode de moxibustion

- **Moxibustion directe (ZHI DIE JIU) ou moxibustion ouverte (franche) (MING JIU):**
 - Moxibustion avec cicatrice (BAN HEN JIU) ou moxibustion avec suppuration (HUA NONG JIU):
 - Moxibustion sans cicatrice NONGJIU):
- **Moxibustion indirecte (JIAN JIE JIU):**
 - Moxibustion avec du gingembre (CE JIANG JIU)
 - Moxibustion avec de l'ail (CE SUAN JIU)
 - Moxibustion avec du sel (GE YAN JIU)
 - Moxibustion sur FU ZI (Radix Aconiti Praeparatue) (FU ZI BING JIU)
- **Moxibustion avec des bâtonnets d'armoise**
 - Moxibustion modérée (WEN HIE JIU) ou moxibustion suspendue (XUAN JIU)
 - Moxibustion par hecquetage du moineau (QUE ZHUO JIU)
 - Moxibustion circulaire (HU XUAN JIU)
 - Moxibustion “souffler le feu” (CHIJI HUO JIU)
 - Moxibustion sur aiguille (WEN ZHEN JLU)

Application pratique

- **Contre-indications à la moxibustion**

- - syndrome de plénitude et de chaleur, fièvre élevée,
- - visage, proximité des gros vaisseaux sanguins ou des muqueuses,
- - région abdominale et lombo-sacrée chez la femme enceinte.

- **Ne pas utiliser la moxibustion avec cicatrice**

- - au visage,
- - sur la région cardiaque,
- - sur les gros vaisseaux sanguins,
- - sur les tendons

D'abord	Ensuite
partie supérieure	partie inférieure
dos	région abdominale
tête et corps	4 membres
méridiens YANG	méridiens YIN
peu de cônes	nombreux cônes

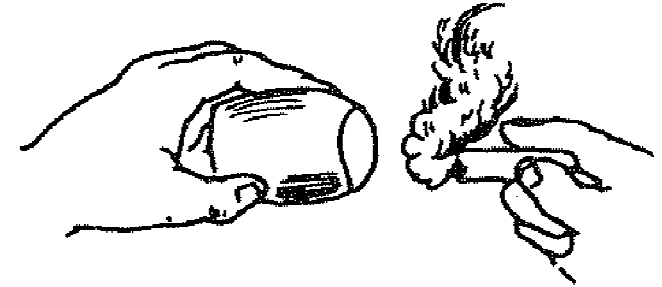
- **Des phlyctènes peuvent apparaître après moxibustion**

- Les petites cloques guérissent d'elles-mêmes.
- Les grosses cloques doivent être piquées avec une aiguille stérile afin de les drainer, puis recouvertes d'une gaze antiseptique.

TECHNIQUE DE LA VENTOUSE

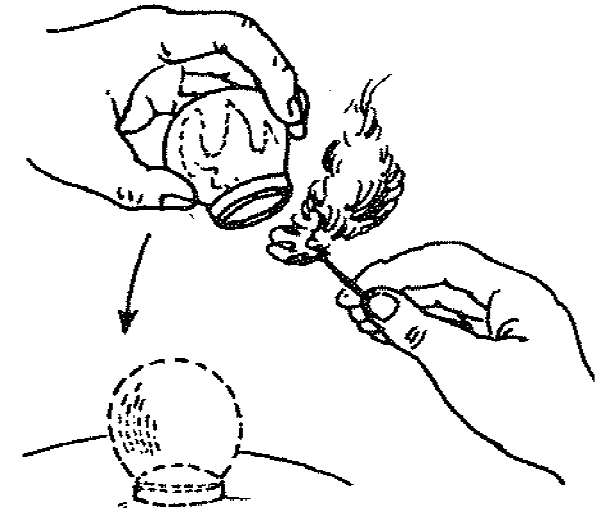
- **Méthode ‘lancer le feu” (TOU HUA FA)**

- - enflammer un morceau de coton imbibé d’alcool ou un petit morceau de papier,
- - placer immédiatement le coton ou le papier enflammé dans la ventouse,
- - poser la ventouse immédiatement à l’endroit voulu d’un mouvement rapide de façon à ce que le coton ou le ruban qui continue à brûler dans la ventouse reste au fond et ne blesse pas la peau



- **Méthode “éclair de feu” (SHAN HUO FA)**

- - tenir à l’aide d’une pince un petit morceau de papier ou de coton imbibé d’alcool à 90° que l’enflamme,
- - mettre le coton ou le papier enflammé dans la ventouse, puis l’en retirer immédiatement,
- - poser aussitôt la ventouse à l’endroit voulu sur la peau.



Action fonction de la ventouse

• Actions fonctions

- - réchauffer et drainer les JING LUO, réchauffer les méridiens et désobstruer les LIJO,
- - favoriser la circulation de l'énergie et du sang,
- - diminuer l'enflure et arrêter la douleur,
- - dissiper le froid et l'humidité, expulser le froid et transformer l'humidité.

• Indications

- - syndrome BI par froid humidité et vent humidité : douleurs du dos, douleurs lombaires, douleurs d'épaule, douleurs de jambe, etc.
- - troubles gastro-intestinaux: douleur gastrique, vomissement, diarrhée, etc.
- - troubles pulmonaires: toux, asthme,
- - paralysie,
- -etc.

Précautions contre-indications

- **Précautions:**

- • Après retrait de la ventouse, la zone devient localement rouge ou violacée : c'est normal, cela disparaît en quelques jours.
- • Si la stase de sang est sévère, l'application ultérieure de la ventouse est déconseillée.
- • L'apparition de petites cloques ne nécessite aucune intervention, elles disparaissent en quelques jours.
- • L'apparition de grosses cloques nécessite de les piquer, d'y appliquer du violet de gentiane et de les couvrir d'une gaze stérile afin de prévenir l'infection.

- **Contre-indications**

- - ulcérations cutanées, plaies, allergie cutanée,
- - fièvre élevée,
- - convulsions,
- - oedème (511111 ZIIONG),
- - hémorragies spontanées ou saignement après traumatisme,
- - régions abdominale et lombo-sacrée chez la femme enceinte,
- - zones où circulent de gros vaisseaux sanguins,
- - autour des articulations ou sur les zones où la peau est très fine.