

# Médecine Traditionnelle Chinoise

## Le choix des armes

par Dr Catherine Germain, membre de l'AFE

Stratégies thérapeutiques et martiales ont toujours été intimement liées en Chine. Ainsi le thérapeute aura-t-il le choix des armes, autrement dit de plusieurs techniques, pour mener à bien son « enquête »...

La médecine traditionnelle chinoise est une médecine à part entière avec son corpus théorique et de nombreux outils thérapeutiques. Le traitement et le choix des outils ne sont envisageables qu'après un diagnostic précis élaboré à partir d'un examen clinique basé sur les quatre temps de l'investigation parmi lesquels l'interrogatoire nécessite une disponibilité d'écoute afin de répondre à la demande du patient. Comme en médecine occidentale, le diagnostic est le fruit d'une enquête... à la manière d'un détective.



### PORTRAIT

Catherine Germain est docteur en médecine vétérinaire. La chimio de son fils l'amène à sortir des berges étroites de la science occidentale pour chercher à la fois un soutien thérapeutique et des réponses à ses questions. Elle décide de se former en MTC : Lyon, puis Paris et actuellement en Xing Li à Valence. Avec Patrick Shan et Rodolphe Spiropoulos, elle est membre fondateur de l'Académie Française d'Éthnomédecine. Son bonheur : son fils Luc entame sa deuxième année de formation en MTC !

### Pas de traitement sans diagnostic

Avant tout, il est bon de mettre en garde les personnes qui pourraient se laisser séduire par l'exotisme de thérapeutes fraîchement arrivés d'horizons lointains. Un praticien qui ne vous comprend pas, qui ne peut expliquer ce qu'il entreprend, qui ne parle pas suffisamment le français pour avoir une conversation avec vous, ce praticien ne sera pas en mesure de vous traiter correctement. Indépendamment de son examen clinique, sa prise de pouls, son ressenti énergétique, son amabilité, il est essentiel d'avoir un échange verbal réel et constructif pour mettre en place la collaboration effective qui permettra d'amorcer le processus d'autoguérison du patient. Le thérapeute n'est — et ne sera jamais — qu'un guide qui tente d'éclairer le chemin menant à la guérison. Celui qui doit parcourir ce chemin reste et restera le malade ! Pour éclairer le bon chemin, il est fondamental d'entendre la demande du patient.

### De l'enquête à la Quête...

Le rapprochement avec Hercule Poirot est certes sympathique mais bien insuffisant : le cher inspecteur va bien déterminer le



crédit photo : Catherine Germain

coupable ; il passe ensuite la main à la justice et malheureusement, ne peut soigner la victime ! Notre praticien se trouve devant une tâche moins ingrate et possède une dimension supplémentaire — celle du guide — qui lui donne la possibilité de restaurer éventuellement la situation initiale.

Il ne mène pas seulement une enquête, avec chaque patient, le praticien entreprend une nouvelle Quête... Osons la comparaison avec les « Quêtes » des jeux de rôle... ! Le scénario est toujours un peu le même : il faut interroger les villageois, débroussailler le chemin qui mène au château, explorer les salles et les couloirs, observer les murs et les portes, écouter les bruits, cerner les adversaires, choisir l'arme qui a les meilleures chances de les vaincre, batailler pour éliminer les pervers qui séquestreraient la princesse... afin qu'elle puisse gouverner à nouveau sereinement son petit pays (et peut-être rencontrer le prince charmant) ! Interroger, observer, écouter, palper : les quatre temps sont là. Suivis du diagnostic puis du choix thérapeutique. C'est ici que les choses chan-

**Interroger,  
observer,  
écouter,  
palper.**

gent, le Druide de « Donjons et Dragons » ne peut utiliser qu'une arme ou un sort à la fois... Le praticien en MTC qui possède également plusieurs cordes à son arc (c'est le cas de le dire!!!)... peut les utiliser conjointement (sans oublier la torche pour éclairer le chemin)!

### Une formation complète

Effectivement, une bonne formation l'aura instruit des différentes disciplines de la thérapie traditionnelle chinoise : acupuncture, phytothérapie, techniques manuelles (massage, manipulations articulaires...), diététique, exercices de santé (qigong...), psychothérapie. Les anciens privilégiaient la prévention. Les pratiques corporelles et l'application des conseils de santé adaptés à chaque cas, aux changements de saison et aux perturbations de climats permettaient de se mettre en phase avec l'environnement et de contrer les attaques d'énergies perverses. Certaines prenaient parfois malgré tout le dessus. On commençait alors par déterminer l'adversaire. Une fois celui-ci défini, intervenait le choix de la — ou des — technique(s) appropriée(s), choisie en fonction de la gravité du problème à résoudre. Une maladie simple devait normalement pouvoir se traiter par le simple choix des aliments : la diététique devait suffire. Si celle-ci s'avérait insuffisante ou dans les cas plus graves on pouvait avoir recours à l'acupuncture ou aux plantes. Cette classification surtout livresque n'empêchait nullement la combinaison des différentes thérapeutiques. Aujourd'hui encore, on peut vérifier quotidiennement par les résultats obtenus que ces associations potentialisent de manière évidente la qualité du traitement.

Là où le Druide doit choisir entre son épée ou le lancer de son sort de pétrification, le praticien en MTC pourra proposer une séance — ou une série, si nécessaire — d'acupuncture, assortie d'une prescription de plantes, accompagnée de quelques conseils diététiques. Il pourra préférer les massages et donner au patient quelques exercices corporels simples à pratiquer entre les séances. Toutes les combinaisons sont possibles et toujours adaptées à chaque cas (voir les deux exemples pratiques). Si les séries de soins s'avèrent souvent nécessaires, le traitement peut varier avec l'état du patient dont le praticien suit l'évolution à chaque séance.

Pour reprendre la métaphore martiale, votre praticien traditionnel saura choisir, parmi toutes les armes qu'il possède, celle(s) qui vous aidera à surmonter l'épreuve que vous vivez. Tout en vous accompagnant, il vous donnera les moyens du combat contre la maladie, de votre adaptation aux évolutions de l'environnement et renforcera vos défenses pour les luttes à venir. Ensemble, vous parviendrez au but de la « quête » et (re)trouverez la santé !

Pour en savoir plus, consultez le carnet d'adresses p. 60.

## DES EXEMPLES PRATIQUES

**LA MENOPAUSE :** elle est souvent accompagnée de symptômes pénibles invalidant parfois la vie quotidienne. Les doutes quant à l'innocuité des traitements hormonaux substitutifs font que de nombreuses femmes préfèrent se tourner vers des solutions moins risquées. La MTC fait partie de ces solutions. La combinaison de l'acupuncture et du massage est particulièrement efficace.

Au cours de la consultation, on commence par puncturer les points Neiguan, Guanyuan, Sanyinjiao, Zusanli, Xinshu, Shenshu, souvent accompagnés de Hegu, Taichong pour la fatigue et l'irritabilité, pendant une vingtaine de minutes, sur le dos puis le ventre. Il est alors demandé à la patiente de respirer profondément et de relaxer tout son corps. Pendant ce temps, à l'aide des cinq doigts, masser les deux côtés de la tête vers les tempes pendant quelques instants, puis Baihui et Sishengcong pendant 1 minute; ensuite Yangbai, Taiyang et Jiaosun avec légèreté jusqu'à sentir les pouls symétriquement équilibrés. Pour terminer, reprendre le massage du début quelques instants de plus. Après le retrait des aiguilles, la patiente restera allongée sur le ventre en détendant les muscles de son dos. Procéder à un massage de Huatuo jiaji et des méridiens de vessie à l'aide de ventouses moyennes jusqu'à ce que le dos de la patiente rougisse en insistant sur le bas du dos. La patiente repart avec des microbilles posées sur les points auriculaires de Rein, Shenmen, Utérus, Nerf Sympathique, Cœur et Foie sur l'oreille d'un côté (alterner chaque semaine) qu'elle est chargée de masser plusieurs fois par jour. Par ailleurs elle pratiquera un auto-massage complet quotidien : massages tournants autour de Guanyuan dans le sens des aiguilles d'une montre et dans le sens contraire de 20 à 30 fois, jusqu'à ce que son ventre soit rempli d'une douce et agréable chaleur. Puis, posant ses deux mains sur son abdomen inférieur elle les fera vibrer et les agitera jusqu'à sentir la chaleur envahir son corps entier.

Les séances en cabinet ont lieu une fois par semaine pendant 5 semaines. Il est parfois nécessaire de renouveler 1 à 2 fois ce cycle. En cas de vide de Yin du Rein important on peut aussi compléter par une prescription de Zuo gui yin qu'il est possible de modifier selon les cas.

**LES RHINITES ALLERGIQUES :** L'acupuncture est efficace dans les traitements des rhinites allergiques. Les points les plus couramment utilisés sont : zusanli et quchi, associant dispersion et tonification; hegu et yingxiang afin d'ouvrir les orifices; feishu, dingquan, tiantu contre les œdèmes; baihui et zhongwan pour régulariser biao et li et calmer l'esprit; fengchi, taiyang, cuanzhu, sizhukong pour disperser le vent, éliminer l'eau, faire circuler l'énergie et vivifier le sang.

On peut y associer la pharmacopée avec Xuefu zhuyu tang modifiée + honghua Flos Carthami ou Buzhong yiqi tang + difuzi Fructus Kochiae + baijili Fructus Tribuli + chantui Periostracum Cicadae + cangzhu Rhizoma Atractylodis Lanceatae.

**ATTENTION !** Ces exemples ne dispensent nullement des investigations qui peuvent, en fonction du diagnostic obtenu, entraîner une modification des soins proposés ici.



crédit photo: Catherine Germain