

Acupuncture (MTC)

Définition

L'acupuncture est une des plus importantes méthodes thérapeutiques de la médecine traditionnelle chinoise (MTC). Le traitement consiste à stimuler certains points spécifiques de la peau en y enfonçant de fines aiguilles. Cette stimulation permet de supprimer des blocages du flux énergétique et de guérir ainsi les maladies. Le nom «acupuncture» est composé de deux mots latins: «acus» signifie aiguille et «pungere» signifie piquer. En chinois, la méthode est appelée «Zhen jiu», ce qui signifie «piqûre d'aiguille, brûlure».

Origine

Des fouilles archéologiques de tombeaux, datant d'il y a environ 6000 ans, ont montré que dans la Chine de l'époque, les gens utilisaient déjà des pointes en pierre pour piquer les endroits douloureux du corps. Plus tard, on allait utiliser à cet effet des piques en bambou, des arrêtes de poisson et des os.

Dans un des principaux ouvrages de la médecine chinoise, «Huang Di Nei Jing», le «Livre de l'empereur jaune sur la médecine interne», qui date probablement de 200 av. J.-C., on décrit environ 160 points d'acupuncture avec des indications pour leur utilisation. Au cours du temps, l'acupuncture continuera à se développer et, par la suite, les œuvres historiques mentionneront 14 méridiens principaux et jusqu'à 350 points d'acupuncture.

La première mention de l'acupuncture en Europe remonte au 17^e siècle. A l'époque, un médecin hollandais avait, pour la première fois, fait état dans une publication de l'utilisation d'aiguilles pour restaurer l'équilibre énergétique du corps. Le terme «acupuncture» fut introduit par des moines jésuites installés à Pékin. Pendant une brève période, l'acupuncture devint alors à la mode en Europe et puis elle sombra rapidement dans l'oubli.

En Chine, la MTC et l'acupuncture pouvaient traiter avec succès les affections simples de la vie quotidienne mais étaient impuissantes contre les maladies graves. Le chirurgien, tel que l'on le conçoit aujourd'hui, n'existait tout simplement pas. Voilà pourquoi, au 19^e siècle, après l'introduction de la médecine occidentale, le système médical traditionnel fut d'abord relégué à l'arrière-plan. Sa pratique fut même partiellement interdite en Chine en 1929. Dans les années 1950, le gouvernement communiste de la jeune République populaire de Chine commença à promouvoir les anciens biens culturels nationaux. Dans cet esprit, on s'empessa de ranimer et d'améliorer la tradition médicinale de la MTC. Ainsi naquit la MTC «moderne». Aujourd'hui, la MTC est enseignée dans les universités chinoises parallèlement à la médecine occidentale. Une partie des établissements médicaux en Chine travaille selon les principes de la médecine traditionnelle. En cas de maladie, le patient peut choisir librement le type de traitement qu'il souhaite.

Dans les années 1970, la République populaire de Chine commença à s'ouvrir vers l'extérieur et les méthodes de MTC firent leur apparition en Amérique du Nord et en Europe. L'acupuncture connut un véritable boom après la publication par un journaliste américain d'un article sur l'efficacité de l'acupuncture comme traitement antidouleur avant et après son appendicectomie. Entretemps, l'acupuncture est devenue une des méthodes thérapeutiques alternatives les plus largement pratiquées. Elle continue à être développée et il existe maintenant des variantes telles que l'électroacupuncture, l'acupuncture au laser ou l'auriculothérapie.

L'acupuncture est la méthode alternative la mieux étudiée scientifiquement. Ces dernières années, grâce à de nombreuses études cliniques, l'acupuncture s'est établie comme une méthode thérapeutique complémentaire à la médecine académique. Dans de nombreux centres antidouleur ambulatoires des hôpitaux universitaires, l'acupuncture fait partie du répertoire des traitements possibles et de nombreux médecins proposent des traitements d'acupuncture dans leurs cabinets. L'acupuncture est également souvent utilisée en obstétrique.

Principes

L'acupuncture se base sur les théories et les principes de la MTC. La MTC voit l'homme comme une entité qui est intégrée dans la nature et dans le système du Yin et du Yang. Le Yin et le Yang représentent des forces ou des formes énergétiques opposées mais aussi complémentaires, maintenues en mutation continue par leur relation de réciprocité, comme par exemple le jour et la nuit, la terre et le ciel ou le chaud et le froid. Il ne s'agit donc pas de situation fixe; ce sont des entités interdépendantes, en évolution constante, qui muent sans cesse l'une dans l'autre: le jour devient nuit et sans le jour on ne pourrait pas définir la nuit. Le système du Yin et du Yang permet de catégoriser non seulement les phénomènes naturels mais également les organismes humains. Par exemple, la vésicule biliaire, l'intestin grêle et le gros intestin, l'estomac et la vessie sont considérés comme des «organes Yang». Le foie, le cœur, la rate, les poumons et les reins sont des «organes Yin». Les représentations de la position et de la fonction des organes dans la MTC sont restées assez approximatives pendant très longtemps car, en Chine, la dissection et l'autopsie étaient taboues jusque dans les années 1920. Voilà pourquoi, dans la MTC, le terme «organe» désigne toujours un cycle fonctionnel complet: par exemple «poumons» ne désigne pas seulement les poumons mais également tous les organes olfactifs et l'ensemble du système respiratoire.

L'alternance dynamique du Yin et du Yang engendre l'énergie vitale de la nature, le Qi. Le Qi se trouve à l'origine de toute chose vivante et génère également l'énergie vitale du corps humain. Dans le corps, l'énergie vitale circule dans des canaux énergétiques, appelés méridiens (Jing Luo), et remplit différentes fonctions: le Qi protège le corps contre les maladies, stimule la croissance et le développement, active la fonction des organes internes, génère et diffuse le sang et les humeurs, régule la température corporelle et gère l'équilibre hydrique et la digestion. Le Qi, l'essence (Jing), le sang (Xue) et les humeurs représentent les substances fondamentales qui forment la base matérielle et fonctionnelle du

corps. Ces quatre substances fondamentales sont également influencées et contrôlées par les polarités du Yin et du Yang.

Les méridiens conduisent l'énergie à travers tout le corps et établissent ainsi une circulation énergétique qui crée des entités fonctionnelles en reliant organes et systèmes d'organes. Le flux d'énergie vitale peut être influencé par la stimulation des nombreux points d'acupuncture qui se situent sur ces méridiens.

Lorsque les éléments Yin et le Yang du corps se trouvent dans un équilibre dynamique, l'énergie vitale Qi peut circuler librement dans le corps et la personne est en bonne santé. Les maladies surviennent lorsque l'harmonie du système Yin-Yang est dérégulée et qu'il en résulte des blocages et des stagnations de l'énergie vitale. Les maladies peuvent, par exemple, être causées par des facteurs externes, climatiques, tels que la chaleur, le froid ou le vent, ainsi que par des facteurs internes tels que la colère, la joie, la peur ou les soucis. La mauvaise alimentation, le surmenage ou des blessures peuvent être d'autres causes de maladies. L'objectif du traitement est de libérer la circulation du Qi et d'harmoniser ainsi le déséquilibre entre les deux éléments Yin et Yang.

Ainsi par exemple, enfoncer de fines aiguilles dans certains points d'acupuncture spécifiques peut soit éliminer un blocage, soit renforcer le flux du Qi, soit détourner un trop-plein de Qi.