

ARRETER DE FUMER PAR L'ACUPUNCTURE

Introduction

Plusieurs méthodes existent en Médecine Chinoise concernant l'arrêt du tabac, notamment à travers des protocoles de points spécifiques.

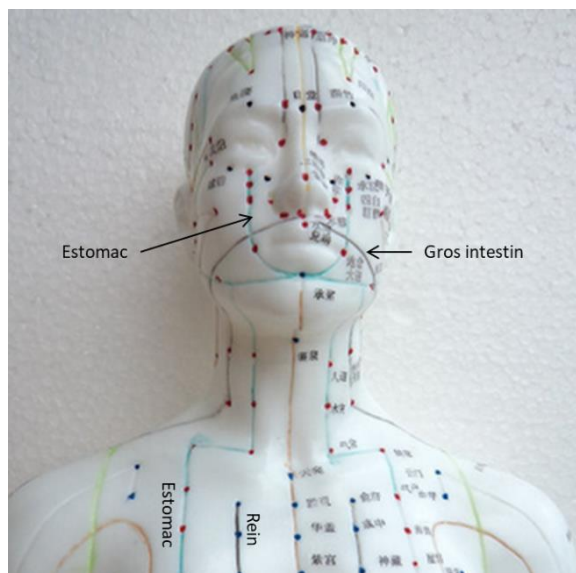
Mon approche est différente car elle se focalise sur le goût et l'odorat sans oublier l'**aspect émotionnel** que procure le besoin du fumer.

Cette approche s'appuie sur les travaux du Docteur Tan, médecin chinois, qui a développé sa Méthode d'Equilibre par les méridiens et la dynamique Yin / Yang. Pour ma part je rajoute l'aspect émotionnel afin de tenir compte du corps et de l'esprit indissociables en médecine chinoise.

Comment aborder de manière globale

L'approche globale :

Je me focalise sur les trajets des méridiens concernés au niveau du visage et du buste. Illustration ci-dessous :



Si on regarde cette illustration on identifie plusieurs aspects :

- La bouche correspond à la Rate (goût) en Médecine chinoise

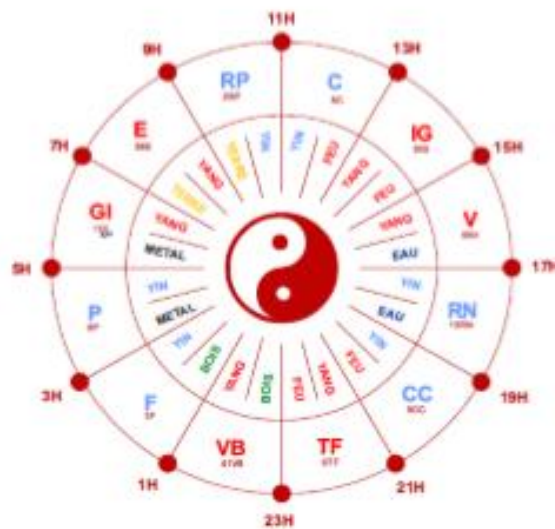
Thierry GONIDEC
Mobile : 06 44 06 51 04
<http://gonidecthierry.com>
thierry.gonidec@sfr.fr

Méthodes Traditionnelles Chinoises

- Le méridien du Gros Intestin passe sous le nez (odorat)
- Le méridien de l'Estomac passe au niveau de la gorge et autour de la bouche
- Les deux méridiens Rein et Estomac sont situés au niveau des poumons

Par cette observation on peut remarquer plusieurs choses :

La relation des méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac entre eux au niveau de l'axe énergétique Yangming. On s'aperçoit aussi qu'il existe une relation au niveau des méridiens de la Rate et du Poumon (axe énergétique Taiyin). En ce qui concerne le méridien du Rein, ce dernier est en relation avec le méridien du Gros Intestin par la règle Midi-Minuit.

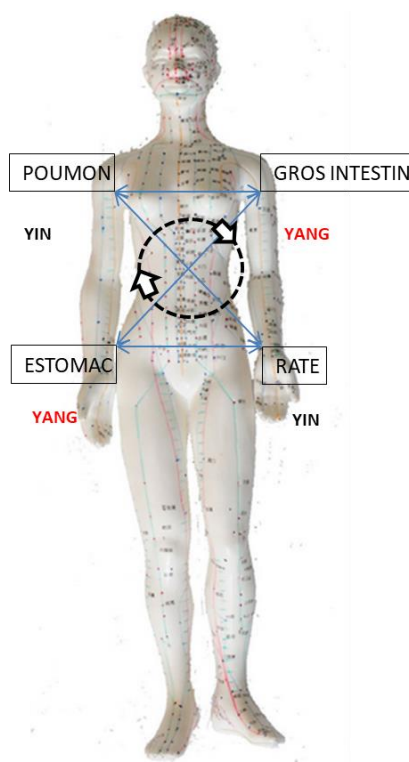


Méthodes Traditionnelles Chinoises

Approche thérapeutique

Traitement de la cigarette

Par ce constat lié à l'observation des trajets des méridiens, nous pouvons constater une relation entre ces différents trajets de méridiens (que l'on appelle : structure statique) et un équilibre dynamique par le côté Yin / Yang :



Plusieurs approches sont possibles :

Soit en utilisant la recherche des points douloureux (Ashi) sur le trajet des méridiens (utilisation du principe de l'image : projection de la tête sur un membre « les yeux étant représenté au niveau des coudes et des genoux »), ou par la méthode des Ba Gua (Hexagrammes).

Etant donné qu'il n'y a pas vraiment de zones spécifiques douloureuses dans cette pathologie au niveau des méridiens, je vais plutôt opter pour l'utilisation de la méthode par les Ba Gua permettant d'avoir un effet sur l'ensemble du trajet des méridiens.

Traitement des émotions

L'approche par l'acupuncture abdominale permet de centrer la personne dans son axe vertical et horizontal. Cette méthode est très complémentaire avec le travail d'équilibre par les méridiens vu ci-dessus. Le travail se fait sur les méridiens DU MAI, REN MAI, Estomac et Rate.

Thierry GONIDEC
Mobile : 06 44 06 51 04
<http://gonidecthierry.com>
thierry.gonidec@sfr.fr

Méthodes Traditionnelles Chinoises

Bilan des séances

Il faut compter deux à trois séances pour que cette méthode soit efficace. Dès la première semaine les patients ne ressentent pas le besoin de fumer. Quelques conseils supplémentaires peuvent aider à passer le cap de la dépendance.

- Pour le geste, mettre une allumette ou un cure-dent
- Pour passer le cap de la dépendance il faut tremper le tabac (valeur d'une cigarette) dans un verre d'eau pendant 24 heures. Ensuite mettre la mixture (sans le tabac) dans un flacon avec une pipette. Lorsque le corps réclame sa nicotine mettre trois gouttes sous la langue sans l'avaler. Le principe est d'envoyer au cerveau et aux poumons l'information pour calmer le besoin de fumer.

Conclusion

Cette méthode donne de très bons résultats car elle traite l'être humain dans sa globalité. L'entourage est important pour accompagner la personne à arrêter, il ne faut pas négliger les aspects émotionnels qui peuvent se manifester lors du sevrage.