



**L'ORTHOSYMPATHIQUE
LE PARASYMPATHIQUE
ET
L'ACUPUNCTURE TRADITIONNELLE**



SOMMAIRE

Introduction	P. 3
I. Approche scientifique	
I.I Contrôle central et système nerveux autonome (SNA)	P. 4
I.II La voie orthosympathique (sympathique) ou basse fréquence (LF)	P. 4
I.III La voie parasymphathique (para) ou haute fréquence (HF)	P. 5
I.IV La fréquence cardiaque (FC)	P. 6
I.V La variabilité de fréquence cardiaque (VFC)	P. 7
I.VI Les typologies de fatigue	P. 7
• Hypertonie orthosympathique couchée	P. 8
• Hypotonie orthosympathique et parasymphathique	P. 9
• Hypertonie parasymphathique couchée	P. 10
• Hypotonie orthosympathique debout	P. 11
II. Approche énergétique	
II.I FENGSHI	P. 12
II.II TIANZHU	P. 13
II.III Les liens énergétiques	
• Les 4 mers	P. 14
• Merveilleux vaisseaux (MV)	P. 15 - 16
• 16 Tou Mo (TM)	P. 17
• Entrailles curieuses	P. 18
III. Déséquilibre énergétique	
III.I Correspondance énergétique des typologies de fatigue	
• Hypertonie orthosympathique couchée	P. 19 - 20
• Hypotonie orthosympathique et parasymphathique	P. 21 - 22
• Hypertonie parasymphathique couchée	P. 23 - 24
• Hypotonie orthosympathique debout	P. 25
III.II La pulsologie	P. 26
III.III Les symptômes énergétiques (d'après Soulié de Morand)	P. 27
IV. Cas cliniques	
IV.I Méthodologie	P. 28
IV.II 1 ^{er} groupe	P. 29
IV.III 2 ^{ème} groupe	P. 29 - 35
Evaluation	P. 36
Conclusion	P. 37
Bibilographie	P. 38

INTRODUCTION

Présentation : La fatigue est un mal qui a toujours fait partie de notre existence, de nos ancêtres à notre vie actuelle.

On peut définir la fatigue (LAROUSSE) comme : « un état physiologique consécutif à un effort prolongé, à un travail physique ou intellectuel intense et se traduisant par une difficulté à continuer cet effort ou ce travail ».

Mon expérience d'ancien athlète de haut niveau et les traumatismes liés à cette pratique m'ont longtemps interrogé (fatigue, mauvaise alimentation, mauvais sommeil, etc.). Plus tard en tant qu'entraîneur d'un centre de haut niveau, la gestion physique et psychologique des athlètes était ma priorité avant les résultats.

Aujourd'hui, l'apprentissage de l'acupuncture m'a logiquement apporté un éclairage nouveau avec des réponses sur l'origine des traumatismes (entorses, luxations, hernies, perte de poids, ...).

Je souhaitais donc démontrer comment l'on peut détecter une fatigue et y remédier grâce à l'acupuncture et ainsi permettre à des sportifs et non sportifs (milieu professionnel) de ne pas se blesser ou ne pas se trouver en « burnout ».

Pour étayer l'action de l'acupuncture je vais m'appuyer sur un protocole appelé tilt test qui permet à travers la variabilité de fréquence cardiaque (VFC) de déceler une fatigue.

Ainsi nous pourrions voir l'action des aiguilles, la vitesse de réaction ainsi que la durée de celles-ci dans le temps sur les systèmes orthosympathique (sympathique) et parasympathique (para).

Histoire : « *Chez l'homme saint, pendant chaque inspiration ou chaque expiration, le pouls bat à deux reprises. Il s'y ajoute encore un battement au moment de la pause respiratoire. Ainsi, pendant chaque mouvement respiratoire, le pouls bat cinq fois.*

Si pendant chaque inspiration ou expiration, le pouls bat une fois seulement, cela s'appellera la diminution d'énergie » chapitre 18 du So Wen page 175 du tome 1.

On pourrait faire une comparaison avec la variabilité de fréquence cardiaque (VFC) par le nombre de pulsations en rapport avec la ventilation.

Plus récemment, Kuipers (1988) et Israel (1976) ont présentés une typologie de la fatigue à partir de l'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC) qui permet une évaluation indirecte de l'activité du système nerveux autonome.

Enfin, je m'appuie principalement sur une étude intitulée : « Typologie de la fatigue à partir de l'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque chez des athlètes d'endurance élités » (Schmitt et al. 2009).

I. Approche scientifique

I.I Contrôle central et SNA

Le contrôle central est assuré par l'hypothalamus qui vient en amont du SNA et de ses deux sous-systèmes que sont l'orthosympathique et le parasymphathique.

Le système nerveux autonome contrôle le fonctionnement interne, il est indépendant de notre volonté et fonctionne de façon autonome. Son rôle est d'accorder les organes internes au regard des besoins de notre organisme. Le contrôle par la voie nerveuse permet une adaptation très rapide tandis que le système endocrinien règle l'état des fonctions à long terme.

Le SNA permet : la contraction/relaxation des muscles lisses que sont les vaisseaux et les viscères

- Les sécrétions exocrines
- L'activité cardiaque
- Le métabolisme énergétique
- Le système immunitaire

Les deux branches efférentes (centrifuges) du SNA ont des effets antagonistes : une stimulation sympathique augmente la fréquence cardiaque et la contractilité des fibres myocardiques, augmente aussi les résistances périphériques, tandis qu'une stimulation parasymphathique, principalement à destination du pacemaker sinusal, ralentit le cœur.

Ces deux voies ont des temps d'action très différents :

I.II La voie orthosymphathique

Ce système est globalement accélérateur, il assure la production énergétique nécessaire au combat ou à la fuite. La voie sympathique, cardio-accélétrice, est efficace en une dizaine de battements cardiaques (3 à 5'') par le fait qu'elle fasse relais très tôt par les ganglions sympathiques para vertébraux, donc loin du cœur.

Ses effets physiologiques sont :

- Une redistribution du débit sanguin de la sphère digestive vers les muscles
- Une activation de la dégradation des substrats énergétiques (glucides, lipides protéines)
- Une augmentation de la fréquence et du tonus cardiaque
- Il régule la pression artérielle et les résistances vasculaires périphériques
- Il active la sudation
- Il provoque la mydriase des pupilles ...

Ce système est synchronisé par la tension artérielle, l'acétylcholine est son neurotransmetteur jusqu'au ganglion synaptique, puis c'est l'adrénaline et la noradrénaline

I.III La voie parasympathique

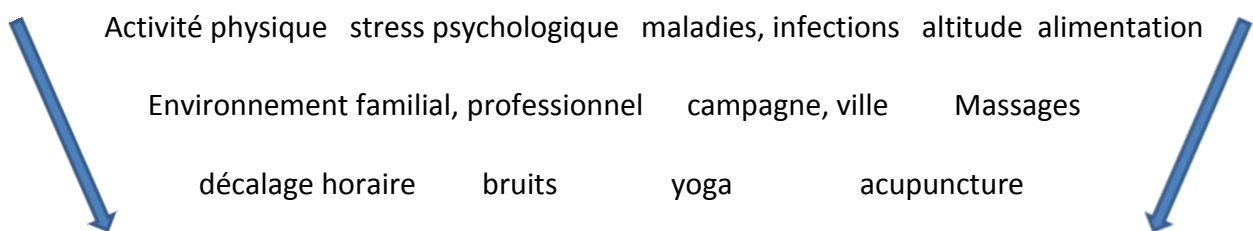
Ce système est globalement calmant, il règle surtout les activités qui permettent la conservation et le rétablissement des réserves de substrats énergétiques. Dans la voie parasympathique le délai d'action de frein vagal est quasi instantané, de l'ordre du battement (400ms), il part directement du centre encéphalique pour ne faire relais que dans la paroi même du cœur (le neurone post ganglionnaire est ainsi très court).

Ses effets physiologiques sont :

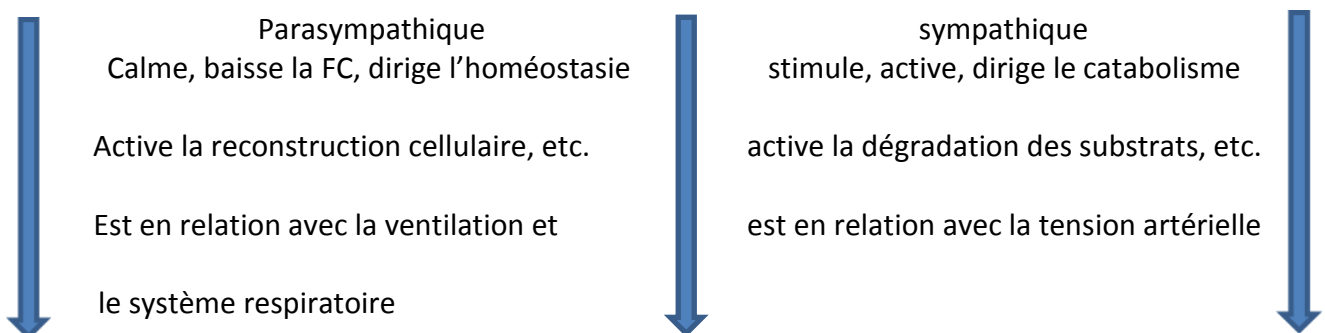
- Une diminution du métabolisme
- Une activation des glandes salivaires et digestives
- Une diminution du rythme cardiaque et respiratoire
- Une augmentation des apports sanguins aux organes digestifs et urinaires
- Il favorise le stockage des réserves énergétiques ...

Ce système est synchronisé par la ventilation et l'acétylcholine est son neurotransmetteur

Stimulation du SNA par tout ce que l'on fait et ou nous entoure



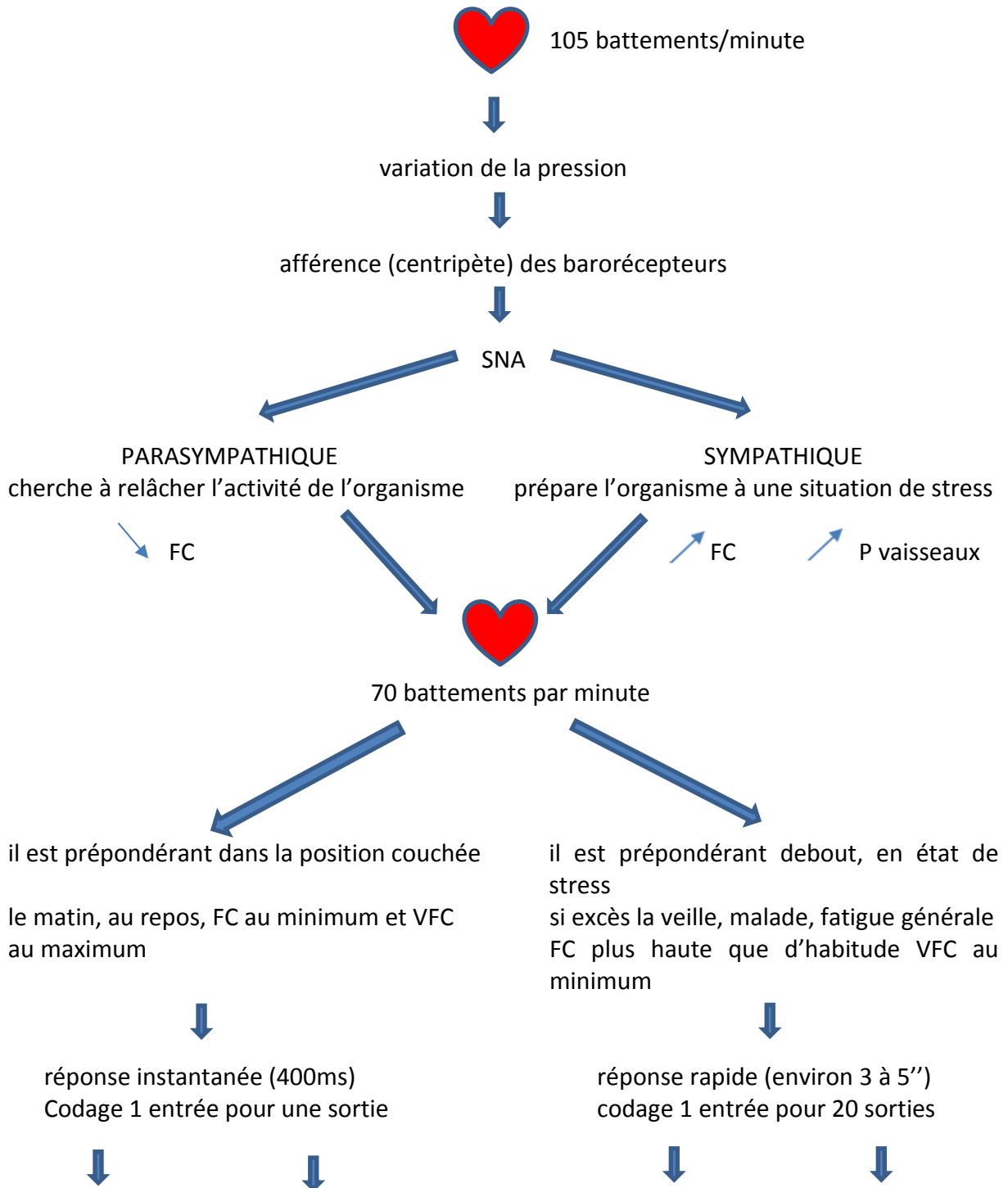
Traitement par le SNA avec une réponse adaptée d'un des deux systèmes



Effets sur le fonctionnement biologique de la personne

I.IV La fréquence cardiaque (FC)

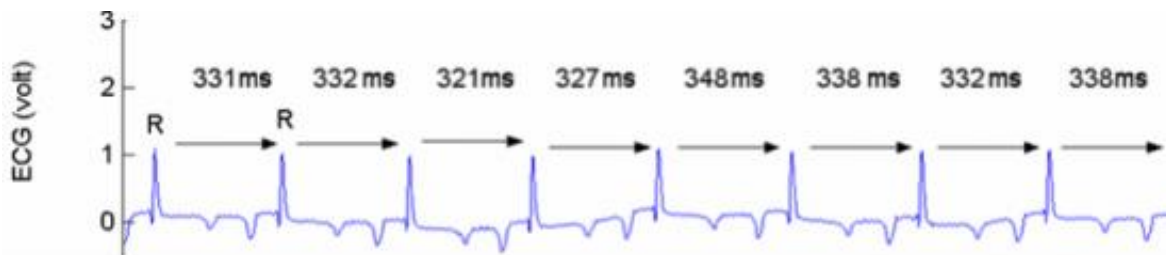
C'est le nombre de battements par minute qui a normalement un rythme de 105 battements par minute indépendamment de l'influence du SNA. Elle est soumise en permanence au système sympathique et parasympathique qui sont antagonistes avec une dominante du parasympathique et permettent de réguler ce rythme autour de 70 battements par minute en moyenne.



Cette différence de réaction va nous permettre d'interpréter l'influence de la voie orthosympathique ou de la voie parasympathique sur les battements cardiaques dans un temps donné et ainsi pouvoir orienter la typologie de la fatigue. Cette observation se fera sur la variabilité de la fréquence cardiaque.

I.V La variabilité de fréquence cardiaque (VFC)

C'est donc la différence des écarts en temps entre les battements sur une durée donnée.



Exemple : si on prend un rythme de 60 battements par minute, on arrive à une moyenne de 1'' entre chaque battement. En réalité cette période varie entre 0,8'' et 1,2'', cet écart s'appelle la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC).

Plus cette variabilité est importante au repos et plus vous êtes en forme.

Plus cette variabilité est faible et plus vous êtes en situation de fatigue.

Cette VFC dépend :

- De l'âge, de l'hérédité
- De la position (allongé, assis et debout), de l'heure
- De l'état de forme

I.VI Les typologies de fatigue

On peut analyser la fatigue sous différents angles, Kuipers 1988 propose une approche en définissant une fatigue de type orthosympathique et une fatigue de type parasymphathique.

La fatigue à dominante sympathique, serait caractérisée par une augmentation de la FC au repos et une augmentation de la pression artérielle avec une baisse de la VFC. On retrouve dans cette typologie de fatigue des pratiques à dominante de force et de vitesse (sport de combat, sprint, etc.). Pour Kuipert 1988 cela correspond à une activité neuroendocrinienne sympathique augmentée par une réponse aux stimulations prolongées et répétées dues au stress et à l'exercice physique.

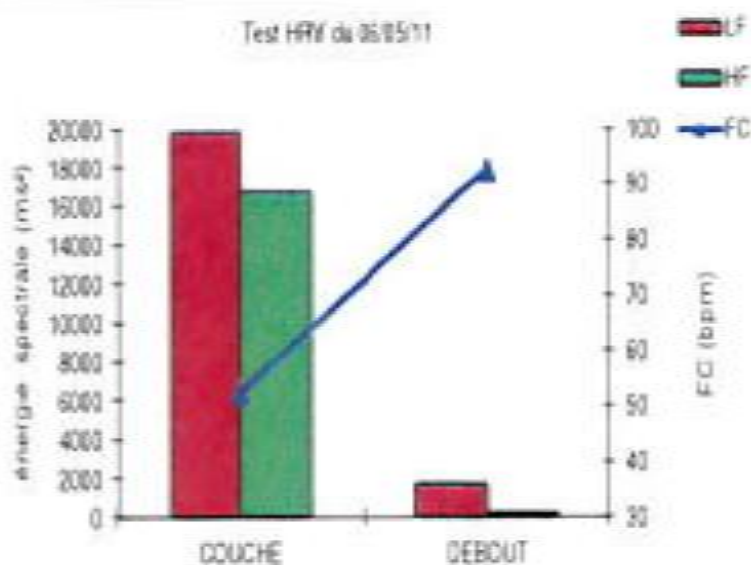
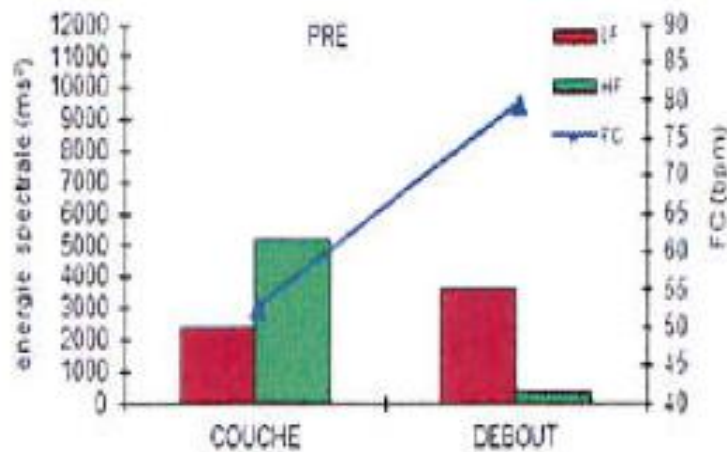
La fatigue à dominante parasymphathique, serait caractérisée par une baisse de la FC au repos et s'observerait principalement dans des disciplines à dominante endurante (biathlon, natation, etc.). Kuipert 1988 considère la fatigue parasymphathique comme le reflet d'un épuisement global du SNA.

On trouve quatre types de fatigues :

1. Hypertonie orthosympathique (couché)

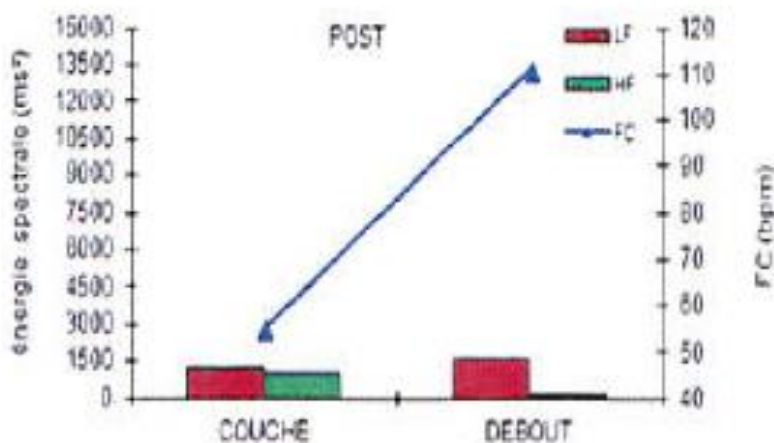
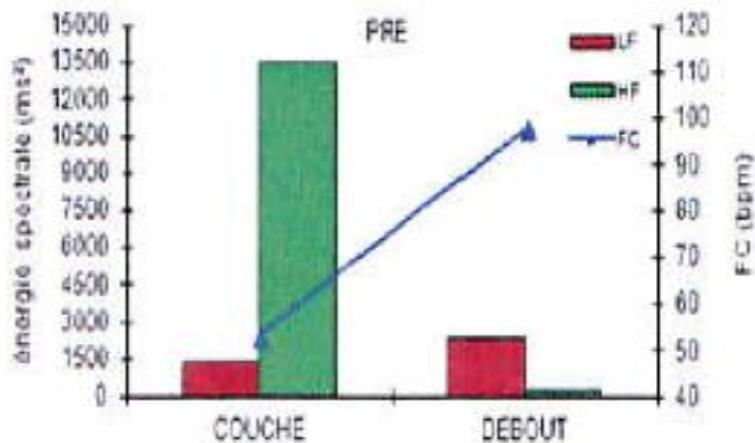
Lorsque les séances lactiques s'enchainent il n'est pas rare alors de voir le système nerveux autonome donner de sérieux signaux d'alarmes avec en premier niveau de fatigue une hypertonie du système orthosympathique en position couchée.

- Dans la position couchée, présente une augmentation de la puissance sympathique, associé à une augmentation de la fréquence cardiaque (52,54bpm).
- Dans la position debout, le niveau d'énergie LF est dans sa norme et la fréquence cardiaque légèrement augmentée (92,57bpm).
- Remédiation, il faut stimuler l'activité parasympathique par une baisse des charges d'entraînement, une intensité basse bien en dessous du 1^{er} seuil lactique, également des bains (plus efficace) ou douches froides après l'entraînement.
- Récupération : Cette fatigue peut correspondre à une période d'affûtage, la récupération est généralement rapide, 4 à 5 jours suffisent pour revenir à son état initial.



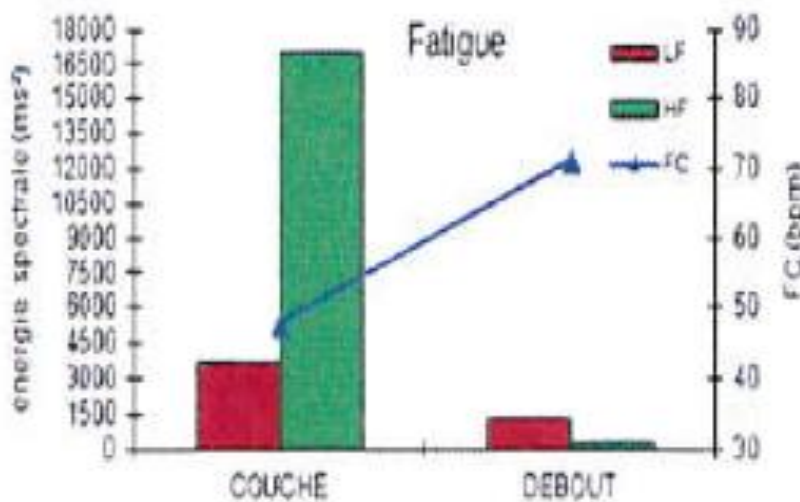
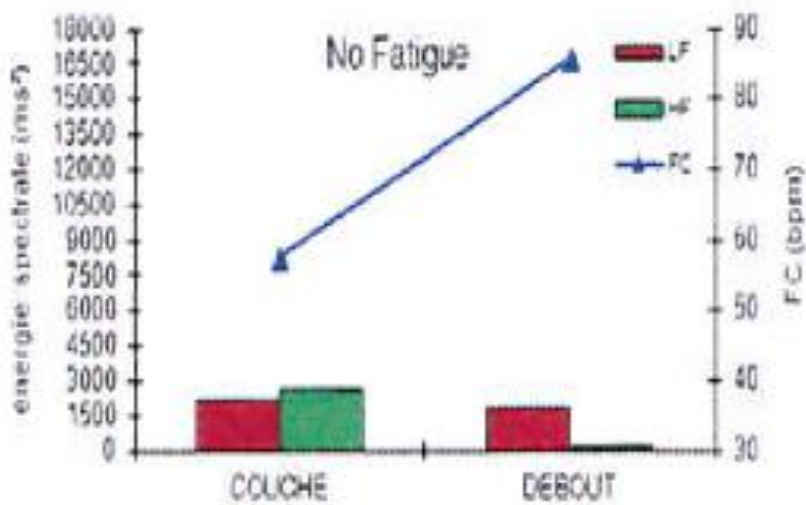
2. Hypotonie orthosympathique LF et parasympathique HF (couchée et debout)

- Dans la position couchée, le niveau global de l'énergie présente une nette baisse avec une prédominance LF conjugué à une augmentation de la FC (53,48bpm).
- Dans la position debout, baisse du niveau d'énergie LF avec une FC dans sa norme ou peut être fortement augmentée (110bpm).
- Remédiation, il stimuler le parasympathique en entraînement avec une intensité inférieure au 1er seuil lactique, bains froids, des apports réguliers de glucides lents, gélule d'Opuntia ficus indica.
- La récupération peut durer plusieurs semaines (2 semaines) avant un retour à la normale.



3. Hypertonie parasymphatique HF couché

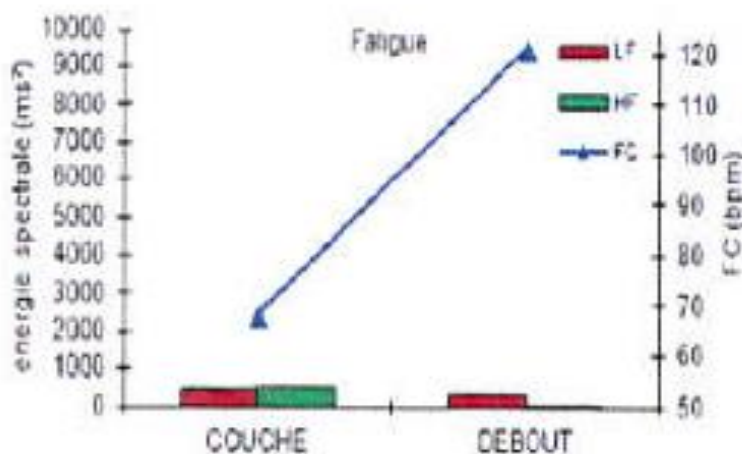
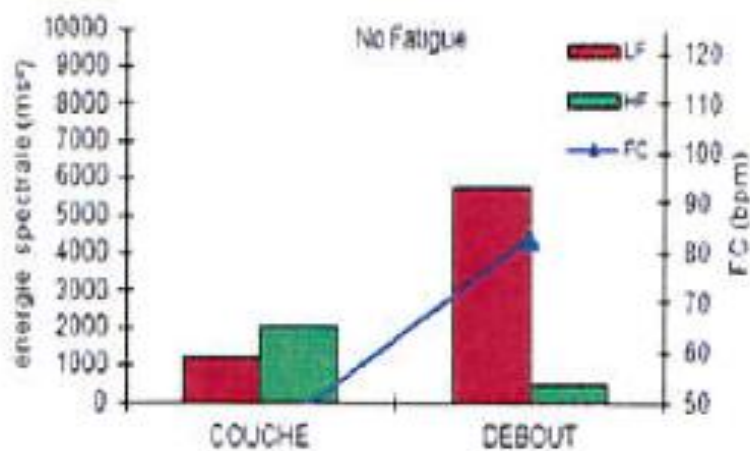
- Dans la position couchée, présente un bon niveau d'énergie avec prédominance HF très élevée, la FC est basse (43bpm).
- Dans la position debout, le niveau d'énergie est normal, LF dans sa norme, la FC est basse (70bpm).
- Remédiation : stimuler l'orthosymphatique, acupuncture, diminuer énormément les charges globales. Lors des séances d'entraînement (très courtes) travailler la filière alactique par des efforts explosifs et très courts de 6 à 7" (secondes) avec une récupération complète de 3 à 5' (minutes). Ce travail va permettre à l'orthosymphatique de se reconstruire.
- Récupération, elle peut durer plusieurs mois.



4. Hypotonie sympathique LF debout

Cette fatigue est souvent observable lorsque la phase d'affutage comprend trop de travail intensif, de plus elle s'observe dans la position debout.

- Dans la position couchée, présente un bon niveau d'énergie avec prédominance LF, une augmentation modérée de la FC (60bpm).
- Dans la position debout, très faible niveau d'énergie, FC très fortement augmentée (120bpm). Malaise vagal.
- Remédiation : réduire la charge d'entraînement développant l'endurance, il faudra provoquer une réaction du système sympathique en proposant des efforts très courts d'environ 7'' avec une récupération complète de 3 à 5', sans effort lactique, réflexologie plantaire.
- Récupération : elle peut durer de quelques jours à plusieurs semaines.



II. Approche énergétique

風池

II.1 20VB FENGCHI (Fong Tchre), étang du vent

Son alias Refu, résidence de la chaleur

Est considéré comme une fenêtre du ciel de la VB avec le 9VB et le 17IG

Croise le Yang Oé Mo et le Yang Tsiao Mo

Symbolique

Feng (K 182), le vent ...

Cf. Bingfeng 12IG

Chi étang, réservoir ...

Cf. Quchi 11GI

Localisation, sous l'occiput dans un creux entre le muscle sterno-cléido-mastoïdien et le trapèze, au même niveau que le 16TM. A l'appui du doigt sur ce point, une manifestation se produit dans l'oreille.

Les Indications thérapeutiques sont tirées du :

Da Cheng

Sensation de froid et de chaleur

Maladie du Shanghan et maladie du « Wen » (chaleur tempérée ou chaleur de printemps) sans sueur

Céphalée du vertex

Eblouissement et bouche amère

Maladie fièvre et frilosité, avec cervicalgie et torticolis

Larmolements et tiraillement de l'épaule

Epistaxis

Douleur de la commissure interne de l'œil

Acouphène et amblyopie (déficiência visuelle d'un œil)

Lombalgie et dorsalgie avec irradiation cervicale

Hypotonie musculaire

Syndrome du grand vent ou du Zhongfeng

Obstruction énergétique avec sialorrhée

Hallucination

Adénite cervicale (gonflement ganglions).

So Wen

Acouphènes

Chaleur à la tête

Equilibre ortho et parasympathique

Nausées, irritabilité

Phosphènes

Troubles cardiaques

Poncture en direction de l'affection vers le bas, le haut ou transversalement de 0,4 cun à 1,2 cun.

Fenêtre du ciel, ce point peut être considéré comme fenêtre du ciel pour la VB en cas de problèmes liés à la chaleur, au même titre que le 9VB Tianchong, battement céleste, plus en lien avec la latéralité et le 17IG Tianrong, protège la tête, qui lui sera en lien avec le digestif.

C'est l'organe de la décision donc du mouvement, elle est le « feu ministre », le « feu empereur » étant le cœur.

Le chapitre 11 du *Su Wen* fait référence à « l'étude des périodes climatiques et de la manifestation des organes Zang » pour dire que les 10 organes obéissent à la VB, chaque matin, tous les organes prennent audience auprès d'elle.

Elle fait partie du grand méridien Chao yang (feu) qui a plus d'énergie que de sang.

II.II 10V TIANZHU (Tienn Tchou), piliers célestes

天柱

Point fenêtre du ciel

Point de réunion des Jing Bié de R et V

Symbolique

Tian : le ciel, le haut du corps, la tête ...

Cf. Tianfu 3P

Zhu : lampe, dont la flamme s'élève, par extension, lampe avec sa flamme symbole de celui qui détient l'autorité : un prince, un maître ...

La recatégorisation par Mu, clé des végétaux et du bois se rapporte aux pièces de bois maîtresses : colonnes, piliers.

Localisation sur la nuque, à 1,3 cun en dehors du 15TM Yamen, dans une dépression sur le bord externe du muscle trapèze.

Les indications thérapeutiques sont tirées du :

Da Cheng

Faiblesse des jambes rendant la station debout impossible (jambes ne pouvant pas soutenir le corps)

Scapulo-brachialgie avec sensation de brisure

Amblyopie, vertige, migraines

Anosmie, sensation de tête lourde qui semble sur le point de se détacher du tronc

Forte céphalée du sommet, raideur cervicale.

So Wen

Insomnies

Maladies du cerveau et du cervelet

Spasmes des bronches et de l'estomac

Torticolis

Trouble du rythme cardiaque.

Poncture perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 Cun

Relation avec le Yang Tsiao Mo et le Yang Oé Mo par les points de départ de ces deux méridiens extraordinaires.

Ces deux points 20VB Fengchi et 10V Tianzhu sont liés énergétiquement avec la mer des moelles et les merveilleux vaisseaux (Tou Mo, Yang Tsiao Mo et Yang Oé Mo).

II.III Les liens énergétiques

1. **Les quatre mers** sont issues des quatre orientes qui permettent d'unir l'homme au ciel et à la terre (*Livre VI Chapitre 33 du Ling Tchou*)

L'empereur Huang dit :

J'ai appris dans les règles de l'acupuncture que je ne dois jamais ignorer long, Oé, le sang et l'énergie. Je sais que les douze méridiens se relient à l'intérieur du corps aux cinq Tsang et six Fu et à l'extérieur ils se lient au système articulaire. Tout cela je l'ai bien compris mais j'aimerais comprendre pourquoi vous les unissez aux quatre mers ?

Tchi Po dit :

L'Homme dispose de quatre mers et de douze voies de circulation. Les voies des eaux se déversent dans les mers qui répondent aux quatre points cardinaux. Ils prennent le nom de quatre mers.

L'empereur Huang dit :

Comment l'Homme intègre t'il les quatre mers ?

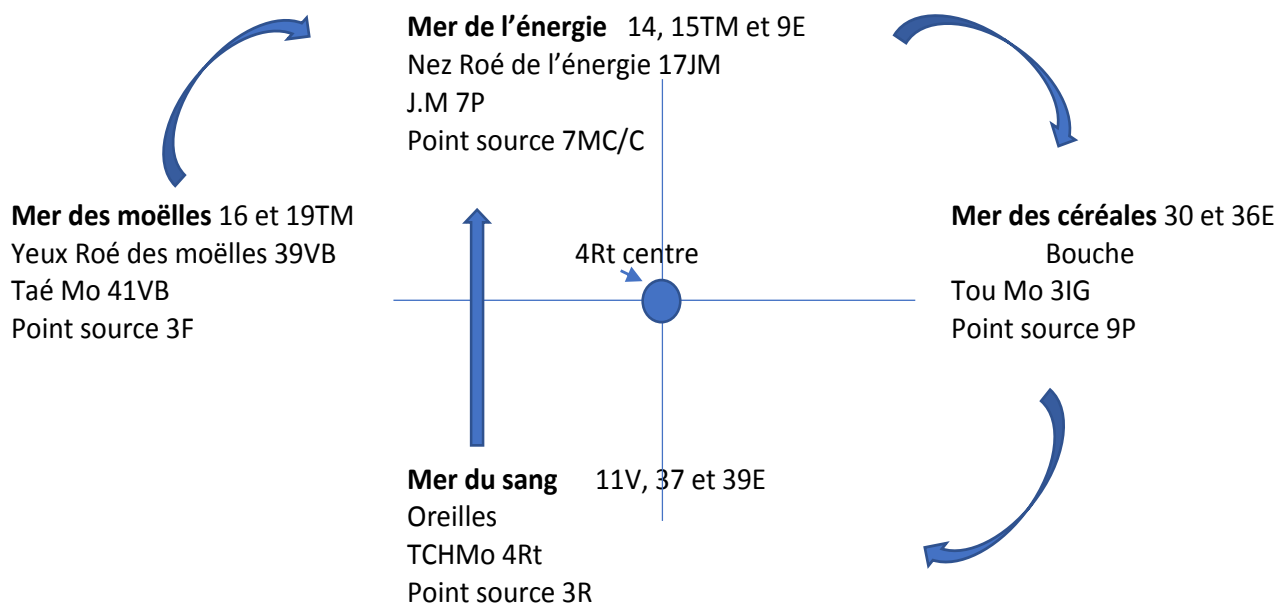
Tchi Po dit :

Que votre question est brillante ! L'homme possède ainsi quatre mers :

- La mer des moelles.
- La mer du sang et des douze méridiens.
- La mer des liquides et des céréales.
- La mer du souffle.

L'empereur Huang dit :

Votre explication est très claire. L'homme est ainsi uni au ciel et à la terre. Je vous prie de m'informer de leur rapport ».



La mer des moelles

Tianzhu et Fengchi sont ont tous les deux un point de croisement avec le 16TM qui fait partie de cette mer.

Tchi Po dit *“Le cerveau est le lieu de concentration du liquide médullaire. Il s'appelle la mer des moelles. L'énergie et le sang émanant de cette mer se dirigent principalement en haut vers le 20TM et en bas vers le 16TM.”*

Les pathologies par plénitude, le sujet ressent une légèreté du corps et des pieds et un état de puissance générale. Il pourra jouir de la longévité.

Pathologies par vide, il se produit des vertiges, des bourdonnements d'oreilles, de l'endolorissement des mollets, des troubles de la vue et de l'impotence des quatre membres. Envie de dormir continuelle. Il faudra tonifier le **16TM** et le 20TM.

2. Les merveilleux vaisseaux (MV)

Dans le Nan King (*chapitre 2, difficulté 27*), il est stipulé qu'ils sont appelés méridiens curieux car différents des méridiens principaux.

Ils sont comparés à un système d'irrigation avec des canaux (méridiens principaux) et des fossés (méridiens curieux). Lorsque les canaux sont trop pleins d'énergie et de sang les fossés servent à absorber ce trop-plein. On peut donc dire que ce sont des écluses, des réservoirs.

Ils vont structurer notre chemin de vie, ce sont des supra contrôleurs, c'est l'aura de la personne. Dès qu'il y a une perversité externe, ce sont les premiers touchés avant les Tching Kan (TK).

Quatre viennent du ciel antérieur, ce sont le Tchong Mo, le Taé Mo, le Jen Mo et le Tou Mo. Les quatre autres viennent du ciel postérieur avec les Yang et Yin Tsiao Mo, les Yin et Yang Oé Mo.

Les merveilleux vaisseaux sont en rapport avec les 8 points Roé (*difficulté 45 Nan King*), 9P artère mais au sens énergie, 11 V os, 34 VB muscles et tendons, 39 VB moelle, 12 JM Fu, 13 F Tsang, 17 JM énergie et souffle, 17 V sang.

Ils sont en rapport avec la circulation de l'énergie long via la branche collatérale qui part du 13F et passe au Jen Mo, Tou Mo, Yang et Yin Tsiao Mo (*Livre 4 chapitre 16 du Ling Tchou*). Si l'un de ces 4 MV est défaillant l'énergie IONG est défaillante, les intégrer afin qu'elle circule correctement.

Le Yang Tsiao Mo et Yang Oé Mo croisent **FENGCHI**, cela va permettre d'avoir une incidence énergétique forte avec le ciel antérieur et le ciel postérieur, mais également la mise en mouvement et la liaison, la répartition de l'énergie Yang dans le corps.

陽蹻脈 YANG TSIAO MO

Qiao : quelque chose d'élevé, dont la partie supérieure est inclinée « Yao » (l'homme incline sa tête). se dresser sur la pointe des pieds pour mieux voir les choses.

C'est la vitalité des membres inférieurs, la dynamisation, la mise en mouvement des membres inférieurs et l'éclat du regard. Il va équilibrer le tonus musculaire sur la partie externe du corps. Voir loin avec un regard juste

Dans les chemins de vie, c'est la dynamisation, le côté actif, être le premier à oser se jeter à l'eau et passer aux actes.

Ce sont également les personnes qui sont collantes lorsqu'elles vous parlent (on cherche à s'éloigner), enfin c'est le chien fou.

Les Tsiao nourrissent les yeux et transportent le Tsing des R.

Le trajet avec ses points constitutifs démarre au 62V (point de départ et clef) – 61V – 59V qui est son point tsri – 29VB – 10IG – 15GI – 16GI – 4,3 et 1^E – 1V - 16TM et se termine à Fengchi 20VB.

On l'associe au 34VB Yanglingquan (Roé des muscles et des tendons) qui va le soutenir et ou servir de starter. Le couplage directe se fait avec le Yin Tsiao soit un Yang avec un Yin. Le couplage indirect se fera avec le TM et son point clef le 3IG Houxi soit un yang avec un yang.

Les symptômes

Nan Jing : « si *Yinqsiao* est malade Yin (face interne de jambe) est contracté, Yang (face externe de jambe) est relâché ; si *Yangsiao* est malade Yang est contracté, Yin est relâché ».

Ling Shu : « si l'énergie Yang est en excès, on a les yeux grands ouverts, si l'énergie Yin est en excès les yeux sont fermés ».

So Wen : « si l'énergie pervers (*Xié*) est logé dans le *Yangsiao*, il y a des douleurs aux yeux qui débutent à l'angle médial ».

« Si les douleurs et les rougeurs débutent à l'angle médial, on pique *Yinqsiao* ».

On peut ajouter à ces symptômes sont des lombalgies, des insomnies ainsi que des agitations diurne.

Pouls : il vient serré (Jin) au niveau du pouce et vibre de gauche à droite

Si la loge 1 m'entraîne à l'intérieur ou à l'extérieur c'est le yang Tsiao Mo.

陽維脈

YANG Wei MO

Wei : filet, réseau, lien principe fondamental ... CF. Touwei 8E

Il soutient tout le yang, le relie et le répartit dans toutes les directions, après que le Yang Tsiao l'est mis en mouvement.

La personne doit mettre de l'ordre dans la matière, ce sont des personnes qui rangent avec excès ou inversement.

Le trajet avec ses points constitutifs démarre au 63V (point de départ) – 35VB qui est son point tsri – 10IG – 15TR – 21VB – 8^E – 13VB au **20VB** - 16TM – 15TM.

Son point clef est le 5TR et on l'associe au 12JM Zhongwan (Roé des Fu) qui va le soutenir et ou servir de starter en cas de vide d'énergie.

En couplage direct (un yin avec un yang), on l'associe au Yin Oé Mo et son point clef le 6MC Neiguan.

En couplage indirect (un yang avec un yang), on l'associe au Taé Mo et son point clef le 41VB Zulinqui.

Les symptômes

Nan Jing : « quand Yangwei est malade, on souffre de froids et de fièvre (intermittents) ».

On peut ajouter à ces pathologies, un refroidissement des extrémités et une asthénie.

Pouls : *Fu* (superficiel), *Da* (grand), *Shi* (plein) et oblique du pied vers le pouce et de dehors en dedans ».

En haut ça part et en bas ça rentre cela correspond au yang Oé Mo

風府

3. 16TM FENGFU Palais du vent

Il possède neuf alias dont 3 intègrent la notion de revenant.

FC de toutes les FC, l'endroit où sont détenus les Fong, il extrait tous les Fong et les réunit.

Il fait partie de la mer des moelles avec le 20TM, en relation avec le cerveau.
6^{ème} des 13 points des revenants.

C'est un point de croisement avec le Yang Tsiao Mo et Yang Oé Mo.

Symbolique

Feng, le vent ...

Cf. Fengfu 12IG

Fu palais, résidence

Cf. Zhongfu 1P

Localisation, dans le creux situé sous la protubérance occipitale, juste sur l'axe médian de la tête

Les Indications thérapeutiques sont tirées du :

So Wen

Angine

Aphonie

Idées noires

Ne peut soutenir un regard

Point des attaques des Fong

Sinusite

Sueur abondante de la nuque et du cou

Suicide

Toutes les attaques cérébrales

Tremblement de la tête

Trouble de la parole

Troubles mentaux

Poncture, piqûre perpendiculaire ou oblique vers le bas de 0,5 à 1cun.

Dans le *Ling Tchou livre 1 chapitre 2* il est fenêtre du ciel et est considéré comme la réunion des fenêtres du ciel. Il permet d'être en lien avec les fenêtres du ciel des autres méridiens et notamment le 10V et le 20VB.

Ce point du Tou Mo permet de faire une transition énergétique avec l'énergie long via la branche collatérale du Foie. *Livre 4 chapitre 16 du Ling Tchou* : « elle monte vers le front et redescend le long de la partie centrale de la tête jusqu'au niveau de la nuque... Ceci représente le trajet du Tou Mo ».

4. La relation avec les entrailles curieuses

Le chapitre 11 du Su Wen dit : « *Ils sont tous nés de la terre et demeurent dans le yin. Ils manifestent leur énergie dans la terre. Ainsi ils conservent sans qu'une élimination ne se produise* ».

Leur fonctionnement est donc différent des Tsang et des Fu, elles se vident et se remplissent constamment en auto-produisant leur énergie. Elles sont creuses comme les Fu (travaillent lorsqu'ils sont pleins) et travaillent comme les Tsang (lorsqu'ils sont vides).

Elles sont au nombre de six et sont associées deux par deux, le cerveau et la moelle épinière, les os et la circulation sanguine, la vésicule biliaire et l'utérus.

L'association vésicule biliaire et utérus nous intéresse particulièrement, le So Wen précise qu'elles sont nées de la terre et dans ce sens elles participent à la création et à l'entretien de la vie.

La Vésicule biliaire Dan est en relation avec tous les autres organes, elle sert donc de charnière entre le ciel et l'origine de la création, la terre.

Elle renferme le feu liquide, spirituel, la bile de couleur jaune (issue des déchets du sang), appartenant au cœur avec qui elle est en relation en midi minuit.

Tous les organes prenant audience auprès d'elle, elle délivrera une décision juste sans aucun intérêt pour elle, ainsi le foie, prendra la meilleure décision possible.

Un foie et une vésicule biliaire équilibrés, les décisions et les actes qui suivront seront justes et exécutés avec courage. Dans le cas inverse avec épuisement de la vésicule biliaire, il y a indifférence.

Elle sert de pivot entre le ciel afin d'assimiler les ordres du ciel pour suivre le Tao et la terre car elle est née de celle-ci.



十六節
臟象論曰凡
十一臟皆取決於
膽也

III. Déséquilibre énergétique

III.I Correspondances énergétiques des typologies de fatigues

L'état de bonne santé est lié à la bonne circulation du sang, des liquides organiques et de l'énergie grâce aux Tsang et aux Fu. En cas de dysfonctionnement de l'un par vide puis par plénitude, des blocages énergétiques apparaissent. Ces perturbations vont nous permettre de classer les différentes typologies de fatigue par rapport à des méridiens ou des axes.

1. Hypertonie orthosympathique (couché)

Très haut niveau d'énergie globale couché avec orthosympathique dominant plus une FC augmentée qui fait penser à un bois fort qui monte et fait flamber le feu avec stimulation du para.

Energétiquement on se rend compte que le synchronisateur dominant couché est la tension artérielle (TA) liée à l'orthosympathique qui normalement devrait être dominant debout.

L'axe Tsué Yin qui a plus de sang que d'énergie est apte à réguler ce déséquilibre. On pourra également s'appuyer sur le Tchéou Chao yin concerné par ce déséquilibre d'autant plus que cette fatigue entraîne une fréquence cardiaque plus élevée.



Le foie Gan 肝 « le foie a un rôle dans la fonction du générale qui fournit des renseignements sur les affaires » So Wen chapitre 8 page 89

Physiologiquement le foie stocke le sang au repos, filtre et libère celui-ci en fonction des besoins au cours des efforts. Une forte sollicitation énergétique, efforts intenses de plus de 30 à 45'' secondes sans oxygène (anaérobie) produit de l'acide lactique. Si la circulation sanguine n'est pas suffisante pour évacuer ce déchet, celle-ci ira dans les terminaisons nerveuses et créera cette sensation de brûlure. Le F est trop sollicité et n'a pas le temps de filtrer le sang correctement et ne pourra pas envoyer le pur au C.

Energétiquement il va transmettre son énergie pure au C qui va propulser celle-ci dans le corps afin de nourrir les muscles en énergie pure. Au niveau émotionnel c'est le Kan, le bouclier, si le foie est fort le corps est apte à se défendre face aux attaques externes. La personne ne se laissera pas envahir par le doute et les pensées parasites.

Dans ce grand méridien avec plus de sang que d'énergie, le maître cœur est le protecteur, le filtre du cœur au niveau des émotions et du sang.



Le cœur Xin 心, « Le cœur a comme rôle la fonction du roi qui fournit la clarté de l'esprit » chapitre 8 du So Wen tom page 89.

Physiologiquement le cœur permet d'assurer la circulation du sang dans tout l'organisme. Son débit sanguin est d'environ 5 litres par minutes chez l'adulte.

Cette fonction de pompe est assurée par les deux ventricules en deux temps :

- Le cœur se contracte, le sang est éjecté (systole)
- le cœur se décontracte, il se remplit de sang (diastole)

La contraction des ventricules est assurée et coordonnée par le système électrique du cœur dont l'origine est située au sein de la paroi qui sépare les oreillettes et les ventricules.

Ces impulsions, dont la fréquence correspond à la fréquence cardiaque, sont transmises à l'ensemble du muscle cardiaque par un réseau électrique de cellules nerveuses.

Le rythme normal du cœur est en moyenne de 70 contractions par minute. Mais ce rythme est adapté par le système nerveux autonome (orthosympathique et parasympathique) aux besoins de l'organisme.

Energétiquement le cœur a donc une place centrale dans l'homme, il se manifeste dans l'éclat des yeux, c'est le Shen. Des yeux qui ont du Shen sont des yeux pétillants, émerveillés, brillants comme ceux d'un enfant. Des yeux ternes et éteints seront assimilés à un Shen vide.

Lorsque le Shen est fort, la conscience et la pensée sont claires, le sang et les vaisseaux seront remplis d'énergie pure et il pourra réunir le ciel, la terre et l'homme.

Il gouverne la transpiration, en cas de transpiration trop profuse l'on vide son tsing et son cœur, les efforts sportifs peuvent contribuer à cet échappement.

Dès que l'on trouvera une modification dans la circulation sanguine, cela impliquera un déséquilibre énergétique au niveau du cœur.



La vessie Pangguang « la vessie a pour rôle la fonction du chef de la sous-préfecture, ou s'emmagasine les humeurs. Celle-ci ne peuvent être expulsées que sous l'action des énergies de la mer des énergies. » So Wen chapitre 8 page 90.

Physiologiquement elle reçoit l'urine des reins par l'uretère avant de l'évacuer par l'urètre. Sa capacité est de 400 à 700 ml, la sensation de besoin commence à se faire sentir à partir de 300 ml. La miction, un acte réflexe, est contrôlée par les fibres nerveuses des systèmes orthosympathiques et parasympathiques.

Energétiquement son rôle est d'emmagasiner les humeurs, elle n'est expulsée que sous l'action du 6JM mer de l'énergie. Elle est intimement liée aux reins dans la collecte et l'élimination des eaux usées.

Traitement : Je pars sur un excès de Yang, dans un 1^{er} temps, je vais évacuer celui-ci vers l'extérieur puis soutenir le Yin. Ces personnes peuvent avoir des céphalées et agitations, mal dormir, faciès et yeux rouges, une sécheresse de la bouche, une constipation par un Yang qui est bloqué.

L'enduit lingual sera jaune, ce qui signe une chaleur

Les pouls seront tendus, pleins, voir vastes et dans ce cas penser au sauna avec très grosses transpirations, à des insolation par une pratique en extérieur.

18V(d) beishu du F, afin de travailler sur le sang

14F (t) Mo du F pour relancer la fonction correcte

20VB(d) en tant que FC et pour calmer le sympathique

2F(d) point de nature feu et enlever celui-ci

8MC(d) point de nature feu, protecteur du cœur

34VB(t) afin d'amener de l'eau par un yang du bas du corps, Roé des muscles et des tendons et starter du Yang Tsiao Mo

2. Hypotonie orthosympathique LF et parasymphathique HF

Baisse du niveau d'énergie globale avec une FC augmentée, il faut stimuler le para.

Energétiquement on se rend compte que l'énergie globale (couchée et debout) est fortement diminuée, l'axe Yang Ming ou encore appelé Yang lumineux, sera à travailler. La particularité de cet axe est de posséder beaucoup de sang et beaucoup d'énergie.

La mer de l'énergie permet de rétablir le déséquilibre de cette fatigue, de plus le yang Oé Mo sera également opportun à prendre en compte.



Le gros intestin Dachang « le gros intestin a pour rôle la fonction de nettoyeur et modificateur des déchets » chapitre 8 du So Wen tom page 90.

Physiologiquement Il a un rôle de stockage, d'absorption de l'eau et de dégradation de certains aliments grâce à sa flore bactérienne.

Energétiquement il est le grand méridien de l'énergie Oé (Yang) qui est l'énergie de défense des attaques externes juste après les merveilleux vaisseaux.



L'estomac Wei « la rate et l'estomac, ont un rôle du ravitaillement et de la nutrition des aliments et des céréales, en donnant des saveurs » chapitre 8 du So Wen tom page 89.

Physiologiquement il est le réceptacle du bol alimentaire. Il fait le premier tri des solides et des liquides par la digestion mécanique (muscles) et chimique (sucs gastriques). La digestion casse les protéines et transforme les lipides (graisse) en grosses gouttelettes. Le duodénum contrôle l'évacuation du bol alimentaire à la sortie de l'estomac l'ouverture du pylore en envoyant des ordres à intervalles réguliers, ce transit dure environ 3 à 6 heures.

Energétiquement, c'est un grand yang, Il s'occupe du tri des solides et ceci à partir de l'alimentation pour permettre sa distribution à tout l'organisme grâce au 12JM le point Roé des Fu. C'est également par ce point que démarre l'énergie long à partir du foyer moyen, énergie nourricière.

Les 5 saveurs élaborées à partir de l'estomac qui, sous l'action de la digestion iront nourrir les organes par le biais de la rate.



La Rate Pi « la rate et l'estomac, ont un rôle du ravitaillement et de la nutrition des aliments et des céréales, en donnant des saveurs » chapitre 8 du So Wen tom page 90.

Physiologiquement la rate permet de nettoyer le sang en faisant le tri des globules rouges et plaquettes sanguines usées. Elle a un rôle primordiale dans la défense immunitaire, elle fait partie des organes lymphoïdes secondaires. Ceux-ci participent à la réponse immunitaire, mais ne s'occupent pas de la synthèse ni de la maturation des cellules immunitaires. Elle va apporter une réponse de défense dès qu'elle repère des cellules anormales dans le sang.

Energétiquement elle fait partie de la terre qui est le grenier des liquides et des céréales, dans cette vision, elle s'occupe du tri des liquides. Elle reçoit le pur de l'estomac pour ensuite le transmettre au poumon qui va le diffuser en le brumisant.

La terre fournit l'énergie long (nourricière) pour permettre à l'énergie Oé (énergie de défense) d'agir. Elle est donc centrale, elle transporte et distribue aux 4 orientes les essences subtiles issues de l'alimentation (en lien avec l'E).

Son rôle est essentiel dans la circulation du sang : elle permet de contenir le sang dans les vaisseaux (le foie stocke et le cœur propulse).

La rate contrôle les chairs, ce qui explique qu'elle est un rôle important dans le volume des muscles (bien charnus) et la mobilité des 4 membres (vigueur et volume).

Traitement : Ce sont des personnes qui peuvent avoir des pouls glissants. La pratique intensive ou le travail intense demande de l'énergie que l'on comble par une alimentation sucrée (glucose) ainsi que des laitages. Ces périodes engendrent de la cogitation, de la réflexion en excès sur les échéances que l'on s'impose, vais-je réussir, suis-je en forme ?

17JM chauffé pour refaire de l'énergie

20V(d) enlever la perversité

40E(d) j'enlève l'humidité

21Rt(t) va nourrir le cœur en énergie long ainsi que dans les extrémités, il a une grande action sur les douleurs et les fatigues.

4GI(t) Yuann, grand point de l'énergie Oé

9E(t) en tant que point de la mer de l'énergie

10V(t) pour relancer le parasympathique et le Yang Ming

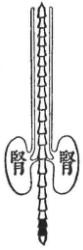
3. Hypertonie parasymphatique HF couché

Couché le para est très fort, la FC est faible couchée et debout, cela signifie une grosse fatigue.

Dans ce type de fatigue, la personne est au bout du rouleau, on peut la comparer à un burnout. Il faudra travailler sur l'axe chao Yin. Il y a un épuisement de l'eau et surtout du rein.

Le Tsou Chao Yin trouve toute sa place dans cette typologie de fatigue, « *en évitant les travaux difficiles et inutiles. Ils pouvaient ainsi vivre en conservant l'énergie du corps et de l'esprit jusqu'à l'âge de 100 ans* ». chapitre 1^{er} du So Wen

L'état de la personne nécessite de s'appuyer sur la mer des moelles et ou le Tchong Mo.



le Rein Shen 腎 « *les reins ont un rôle pour la fonction de donner la robustesse et l'habileté* » chapitre 8 du So Wen page 90.

Physiologiquement, il a un rôle de filtration du sang et d'élimination des déchets par les urines. Il draine 300 fois le sang contenu dans le corps et régule la quantité d'eau dans l'organisme. Une partie de l'eau filtrée est réabsorbée par le fonctionnement de l'organisme, et une autre partie rejetée par les urines environ 1,5 litres.

- Il régule les quantités de sel minéraux afin d'éviter les carences ou les excès
- Il produit et secrète des hormones
- la rénine impliquée dans la régulation de l'hypertension et/ou cholestérol en cas de R qui s'effondre
- l'érythropoïétine (EPO), hormone stimulant la sécrétion de globules rouges par la moelle osseuse.

Energétiquement, ils appartiennent à l'élément eau, donc un grand rôle dans la thésaurisation. Ils sont la racine de la vie qui nous vient de nos parents, du ciel antérieur, le Jing inné, Yuann Tchi. Cette réserve est fondamentale, il faut la préserver et l'entretenir, elle est stockée dans Ming Men qui se trouve entre les deux reins sur le bourrelet graisseux du rein droit.

Le rein yin à gauche, nourrit l'ensemble des organes et le squelette

Le rein yang à droite, réchauffe et permet le métabolisme du corps.

Le Rein est la source du Yin et du Yang primordial du corps, il assure donc un rôle central.

Les reins stockent Tsing Tchi qui est le surplus de l'énergie véritable Tcheung Tchi qui va servir d'alternateur. Cette énergie nous vient du ciel postérieur et de la transformation des aliments. Dans la répartition des liquides, ils permettent au pur de nourrir l'ensemble des organes, l'impur sera évacué par la sueur et les urines via la vessie.

Les reins abritent le Tché, c'est notre volonté à agir, ils gouvernent notre croissance, notre développement et permettent la reproduction.

Dans l'école de l'eau c'est la base de la pyramide, de tout être humain, les fondations, on s'appuie dessus afin de vivre en harmonie avec la nature.

Traitement, ce sont des personnes qui n'ont plus d'envie, difficulté à se lever le matin, sont tristes, plus de gout à rien, les reins sont vides. Ces personnes ont fortement endommagé leur Yuann Tchi du ciel antérieur donné par leurs parents.

L'on peut trouver des pouls lents, profonds et sans force. Il faudra chauffer l'interne dans un premier temps.

23V chauffé beishu du rein yin

4TM chauffé le yang originel, Yuann Tchi, rein yang

6JM chauffé, va permettre de mettre en mouvement Yuann Tchi

30^E(t) point de départ du Tchong Mo, fait également partie de la mer des céréales

39VB(t) Roé des moelles qu'il va renforcer ainsi que le yang

4Rt(t) Clef du TCHMo relie le ciel antérieur par le TCHMo, la Rt et la voie Lo qui envoie sur l'E

16TM(t) point de la mer des moelles

10V(t) Tianzhu, pour relancer le para

4. Hypotonie orthosympathique debout

Très faible niveau d'énergie debout avec FC très augmentée, vertiges, malaise vagal, il faudra renforcer le sympathique.

Dans cette fatigue, il y a un très faible niveau d'énergie avec une FC très augmentée debout, l'orthosympathique est faible (système circulatoire).

Energétiquement on retrouve le vide de rein yin qui va permettre au bois Yang de s'agiter et au feu Yang de flamber. On va travailler sur l'axe Chao Yin et le triptyque eau en vide, le feu flambe et attaque le métal.

La mer de l'énergie trouvera toute sa place dans ce type de fatigue.

Les Poumons Fei肺 « ont la fonction de la transmission des ordres du roi. Ainsi toutes les affaires sont bien en règle. » Chapitre 8 du So Wen page 89.

Physiologiquement : nous avons deux poumons, ils reposent sur une vaste nappe musculaire, le diaphragme, qui sépare le thorax de la cavité abdominale. Les poumons sont protégés par deux feuillettes appelées plèvres. Ils sont les organes responsables de la respiration. Ils transmettent l'oxygène dans le sang et éliminent le gaz carbonique. L'air inspiré pénètre par la trachée et s'introduit dans les bronches qui se subdivisent en bronches toujours plus petites puis en bronchioles, débouchant dans les alvéoles. Chaque alvéole est entourée de vaisseaux très fins, les capillaires, dont elle est séparée par une membrane. Cette membrane permet le transfert de l'oxygène de l'air vers le sang, et en sens inverse, l'élimination du gaz carbonique. Les alvéoles ont une surface totale de 80m² environ.

Les contractions musculaires du diaphragme et de la cage thoracique permettent aux poumons de se gonfler et de se dégonfler.

Energétiquement, Il appartient à l'élément métal et est le premier ministre du cœur et le maître des énergies circulantes. Il impose le rythme respiratoire et va brumiser les liquides. Il est le siège de Tsong Tchi (17JM), l'énergie essentielle, qui vient de l'énergie du ciel que nous respirons (Yeung Tchi) et de l'énergie de la terre (Ku Tchi). Cette énergie sous l'action de Yuan Tchi va devenir l'énergie véritable (12JM) qui va se transformer en énergie Oé et long. Dans le tri des liquides, elle transmet le pur au cœur. Les 5 odeurs rentrent par le nez et vont nourrir le poumon et le cœur. Enfin il est le palais du Pro qui va donner la projection dans le futur.

Traitement, la personne a des vertiges en se relevant (type eau), malaise vagal en relation avec le sympathique très faible, elle est fatiguée, ses pouls seront tendus et fins.

4JM chauffé rein yang

23V chauffé rein yin

6Rt(t) point du yin général

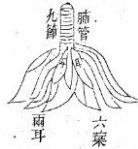
7C(d) point de nature fils, permet le passage du yin au Yang

14JM point Mo du cœur, pour relancer la fonction correcte

17JM chauffé la mer de l'énergie afin de renforcer l'énergie, le yang.

20VB(t) pour relancer l'orthosympathique.

10P(d) point de nature feu afin de calmer le feu (suivant l'état du P)



III.II La pulsologie

L'étude des pouls permet de détecter un déséquilibre sympathique et parasympathique au regard de la distribution des organes ateliers et des organes trésors.

Les premiers sont Yang et sont localisés à la superficie du tronçon radial. Or, ces organes sont tous excités par le parasympathique 10V.

Les seconds correspondent aux pouls profonds, aux organes *Yin* et sont tous stimulés par l'orthosympathique 20VB.

De plus, les observations multiples montrent une relation importante entre le *Yin Yang*, le vague et le sympathique, le triple réchauffeur et le maître du cœur.

Déséquilibre para et orthosympathique

Les organes sont Yang et excités par le parasympathique, l'état de ce système se localise sur la superficie des pouls.

Les viscères sont Yin et excités par l'orthosympathique, elles se localisent dans la profondeur des pouls.

Dans cette approche, l'on utilise la méthode de M. Soulié de Morand

- Tous les pouls superficiels durs et tendus, sauf le TR : excès du parasympathique 10V.
- Tous les pouls superficiels mous et sans forme sauf le TR tendu et dur : insuffisance du parasympathique 10V.
- Tous les pouls profonds durs et tendus, sauf le MC : excès de l'orthosympathique 20VB.
- Tous les pouls profonds mous et sans forme sauf le MC tendu : insuffisance de l'orthosympathique 20VB.

Déséquilibre Yin et Yang

Le yang est accélérateur, donc lié à l'orthosympathique, il se diagnostiquera sur la superficie des pouls.

Le Yin est globalement freinateur, donc lié à l'orthosympathique, on le diagnostiquera dans la profondeur des pouls.

Dans cette approche on utilise la méthode de Jean Motte (*les secrets cachés de l'acupuncture*)

- Tous les pouls superficiels durs et tendus, ainsi que le TR : excès de Yang.
- Tous les pouls superficiels mous et sans forme ainsi que le TR : insuffisance de Yang.
- Tous les pouls profonds durs et tendus, ainsi que le MC : excès de Yin.
- Tous les pouls profonds mous et sans forme ainsi que le MC : insuffisance de Yin.

III.III les symptômes énergétiques

L'utilisation de ces deux points est souvent utilisée afin de renforcer un traitement, ménopause, transit, grossesse, ...

Des travaux ont été réalisés par M. Soulié de Morand sur ce sujet, pour lui l'occident et la chine sont d'accord sur les actions.

Le para et le sympathique commandent toutes les glandes. Il parle de différences d'actions sur les vaisseaux et le cœur par rapport à l'approche occidentale.

- 10V Tianzhu pour le parasympathique
- 20VB Fengchi pour l'orthosympathique

Suivant les dialectiques utilisées, l'on travaillera sur un point en tonification en cas de vide d'énergie global, en tant que fenêtre du ciel, nous les disperserons.

Dans la rééquilibration globale du Yin et du Yang, nous tonifierons l'un et disperserons l'autre.

M. Laville-Méry disait à propos de ces points : « Fong Tché augmente la sympathicotomie en tonification. Un bon signe qui indique la dispersion c'est la mydriase (pupilles dilatées). Tous les hyper- sympathicotoniques sont mydriatiques et ne transpirent qu'exceptionnellement. Tienn Tchou, 10 V tonifie le vague ; le vagotonique présente entre autres d'abondantes sudations et les pupilles contractées. Ce myosis suffit à nous guider ainsi que la transpiration émotive des paumes des mains de nos patients. Mais où triomphent leur action, c'est dans la ménopause. La grande règle pour moi est de tonifier dans les bouffées de chaleur accompagnées de transpiration et de disperser dans le cas contraire le 20 VB.»

Tableau des modifications physiologiques *Soulié de Morant G. (1875 – 1955) L'Acupuncture chinois, réédition Librairie Maloine. 1972. Tome 3 : la physiologie de l'énergie.*

Ortho dominant 20VB étang du vent Fengchi	Para dominant 10V piliers célestes TianZhu Tienn Tchou
<p>Accélère le pouls, Surexcitation, Sensation de chaud, fièvre élevée et facile Bouche sèche sans salive Yeux brillants très ouverts, saillants, dilate la pupille (mydriase), muscle ciliaire relâché (vue au loin, dans l'ombre) Tendance à l'obésité Figure pâle et mains rouges Cicatrisation et coagulation rapide.</p> <p>Tous les Tsangs sont en excès (sauf P) P, en rapport avec le C est bloqué à l'inspiration. Il <i>ne peut pas expirer</i> (diaphragme atone = vomit difficilement), le patient s'essouffle et le C s'enflamme. Les bronches sont relâchées, décongestionnées.</p> <ul style="list-style-type: none"> • C plutôt rapide et frappé • R douloureux, filtration trop forte, les liquides descendent. Surrénales en excès • F plein et congestionné, selles brunes à noires • Règles insuffisantes, ovaires insuffisants, col contracté, frigidity, panne sexuelle, éjaculateur précoce, non érection (surtout diurne), testicules insuffisants ou diminués • Transpiration difficile • Rt en excès, contractée <p>Fu relâchés et atones (les sphincters sont crispés)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Œsophage relâché • E, la digestion lente • GI est fainéant ce qui entraîne de la constipation • V, urine peu et difficilement • VB, souple gonflée qui se vide mal • IG relâché, selles grisâtres • Pancréas, selles blanches, diabète 	<p>Ralenti le pouls, Asthénique, Sensation de froid, fièvre faible, difficile Salive en excès (excès de Yin), Yeux ternes et enfoncés, trop fermés, enfoncés, rétracte la pupille (myosis), muscle ciliaire contracté (vue de près et dans la lumière) Tendance à la maigreur Face rouge, extrémités froides Cicatrisation et coagulation lente</p> <p>Tous les Tsangs sont en vide (sauf P) <i>P ne peut pas inspirer</i> car il y a un contre-courant énergétique qui entraîne des hoquets ou vomissement facile (diaphragme bloqué). Les bronches sont contractées ou enflammées</p> <ul style="list-style-type: none"> • C plutôt lent • R+ surexcité, • F, Rt et R et surrénales dans les chaussettes, teint cireux, selles molles et jaunes • Règles abondantes, prurit vulvaire, nymphomane, surexcitation et obsession sexuelle, érection prolongée (surtout la nuit), éjaculation retardée, testicules en excès ou gonflés • Transpiration facile, abondante (extrémités, paumes) par fuite énergétique <p>Tous les Fu sont en plénitude</p> <ul style="list-style-type: none"> • Œsophage est spasme et irrité • E est spasme et irrité • GI spasme, diarrhée par petite quantité • V, les urines sont fréquentes ou abondante • VB douloureuse, migraine et constipation • IG irrité, enflammé • Pancréas en excès par IG en excès

IV. Les cliniques

L'empereur Huang demanda ; « Quel est le moyen d'examiner le malade ? »

Qi Bai répondit : « on pratique en général l'examen du malade à l'aube avant le déjeuner. L'énergie du yin est en état stationnaire et celle du yang n'a pas encore commencé à s'élever ... Ainsi peut-on apprécier facilement le pouls du malade, qui est différent de l'homme sain. ».
Chapitre 17 du So Wen (environ – 200 av J-C)

On pourrait par analogie trouver là les premières traces de la notion de VFC en rapport au protocole qui se déroule le matin à jeun.

IV.I Méthodologie

Protocole : Au réveil, à jeun, après être allé aux toilettes (une vessie pleine augmente le tonus orthosympathique et perturberait les résultats), le sujet se met ensuite en position couchée.

Il reste dans cette position couchée dans une ambiance calme et sans bruit pendant 6 minutes en se relaxant sans penser à quoi que ce soit de précis ; à la minute 6 du test, Il se met lentement en position debout et va rester sans bouger pendant 5 minutes. Pendant ces 5 minutes, il doit être immobile, sans déplacer les pieds, ni exercer des pressions alternées d'un pied sur l'autre, même s'il ressent des impatiences au niveau des jambes. Il doit se relâcher et ne pas focaliser sa pensée sur quelque chose de précis.

Ce test est réalisé à l'aide d'un cardio fréquence mètre de type Polar H10 et analysé via le logiciel Becare. Ce logiciel a été réalisé par L.Schmitt (PhD biologie) et sa société suite aux différents travaux réalisés depuis le début des années 2000.

Le protocole devait être réalisé durant 3 jours avant le jour de l'évaluation énergétique afin d'avoir des données fiables sur lesquelles s'appuyer pour l'analyse.

Jour test

- Un premier test était réalisé avant la pause des aiguilles suivi d'un bilan
- Diagnostic énergétique puis pause des aiguilles (30')
- Un deuxième test était réalisé après la pause des aiguilles (environ 5' après)
- Un troisième test était réalisé de 60 minutes après la pause des aiguilles.

Puis durant 4 jours après l'évaluation afin d'observer les effets de l'acupuncture sur l'état énergétique du patient.

Facteurs qui peuvent influencer le test

- La position
- Heure de la journée
- Repas
- Effets d'une intensité pendant les deux jours précédents le test

IV.II 1^{er} groupe

Quatre tests ont été effectués dans des conditions contraintes avec un protocole non respecté. Les mesures de base, soit 3 jours avant se sont déroulées sur une journée, les tests en eux-mêmes se sont déroulés dans des espaces non adaptés avec un bilan énergétique peu fiable. Les mesures suivantes se sont déroulées dans des conditions de fatigue et stress.

Sans être exhaustif, l'on peut cependant constater certaines réactions :

- Une inversion ou une accentuation immédiate des courbes à la suite de la poncture sur ces personnes.
- L'on observe également que l'influence des aiguilles ne tient pas dans le temps, au niveau du para et du sympathique.

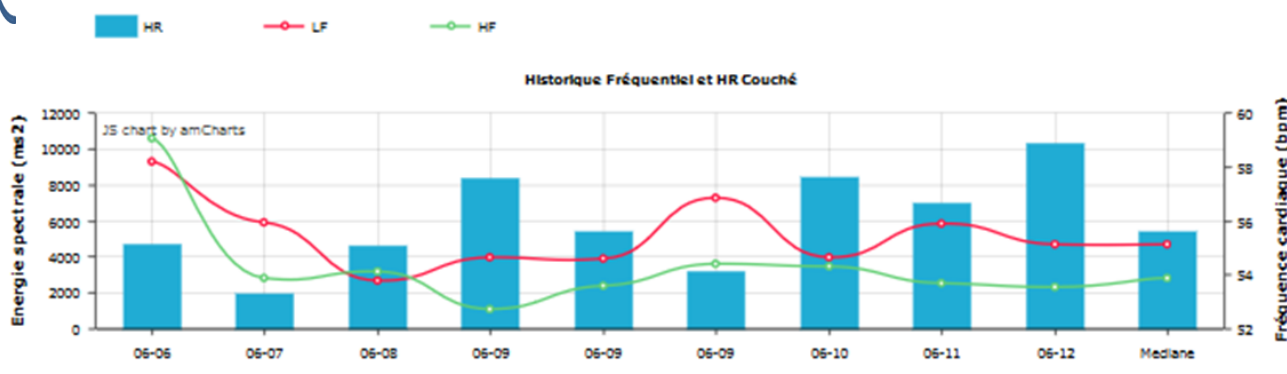
Ces tests ont cependant permis de mettre en évidence l'importance d'un protocole précis avec des situations et des relevés identiques. La régularité du protocole permet d'analyser en toute objectivité les résultats obtenus. Cependant afin de pouvoir renforcer la pertinence de l'acupuncture, il faudrait réaliser ce protocole sur un groupe beaucoup plus important.

IV.III 2^{ème} groupe

Ces personnes ont effectué les tests en respectant le protocole définie au départ, deux se sont oubliés sur une journée. Cet oubli m'a fait ajouter un jour post test énergétique afin de comparer au plus juste les résultats.

L'analyse se base sur le niveau du parasympathique (HF en vert) qui doit normalement être prépondérant en position couchée et l'orthosympathique (LF en rouge) qui doit normalement être supérieur debout.

La fréquence cardiaque est également prise en compte, basse dans la position couchée et plus haute dans la position debout.



La prise en compte du niveau d'énergie est retenue et se trouve à gauche des tableaux de courbe (énergie spectrale).

Dans la position couchée la norme se situe aux environs de 2000 pour le sympathique et 4000 pour le para.

Ce niveau d'énergie debout est d'environ 3000 à 4000 pour le sympathique et de 500 à 1000 pour le para.

1^{er} patient : Homme de 54 ans né le 29/09/1965, vie seul et travaille en tant que photographe. A eu un accident en lutte en 1984 (chute sur les cervicales) à l'âge de 20 ans avec une rupture partielle de la moelle épinière qui a entraîné des séquelles sur son système locomoteur. Cela s'est traduit par une paralysie partielle du côté droit qui s'accroît de plus en plus au fil des années. Il est en plein ramadan.

3R : rien

Langue : traces de dents sur le côté = vide de yang de la Rt
Ne sort pas beaucoup = vide de yang

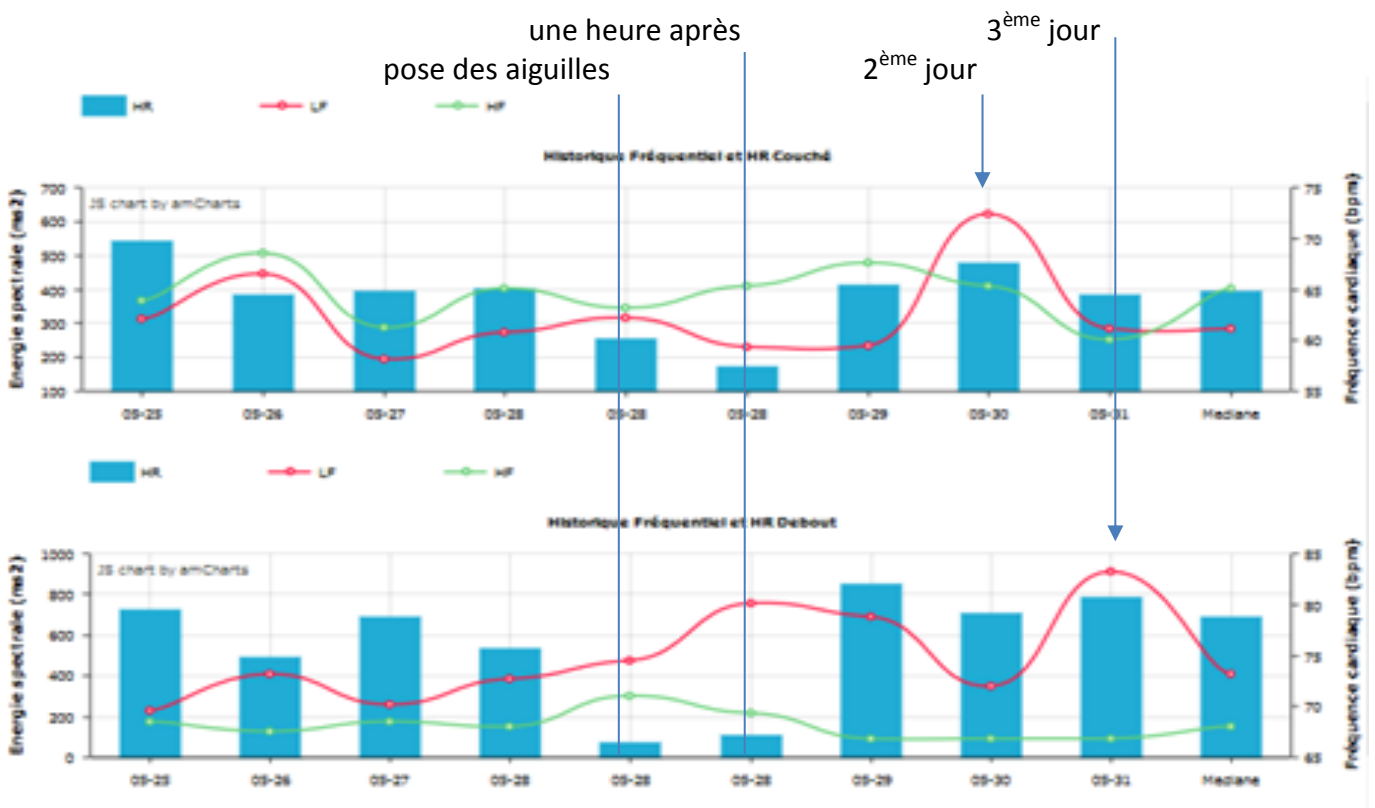
Pouls : les yang sont pleins
Les yin sont vides

Dialectique Jean Motte

L'orthosympathique dispersé 20VB(d)

Le parasympathique tonifié 10V(t)

Mer des moelles avec le 16TM en plus tonifier



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles on constate une inversion de la courbe du para, celle-ci remonte à la suite de la tonification de Tianzhu. La courbe sympathique est également en harmonie avec la pose en dispersion de Fengchi. Cette tendance se prolonge le lendemain avec également une FC qui a diminué.

Cette tendance s'inverse complètement le 2^{ème} jour, le sympathique montant à un niveau élevé et le para descendant un peu puis il redescend rapidement.

Debout : À la suite de la pose des aiguilles, la tendance s'accroît pour Fengchi qui est pourtant dispersé avec un pic une heure après. Cette courbe descend le lendemain pour atteindre un sommet le 3^{ème} jour.

Pour Tianzhu, c'est l'inverse de la poncture qui est observé, en effet le para descend et reste en bas dans ce cas de figure.

Le niveau global énergétique est bas.

2^{ème} patiente : Jeune femme de 27 ans née le 18/04/1992 qui travaille en tant qu'infirmière. Elle vit en couple et n'a pas d'enfants. Elle effectue les tests avec une toux grasse et irritante, nez bouché.

3R : 1 – 2 – 1 = FI plein

Langue : en tuyau = TR

Creux sur P = vide de P

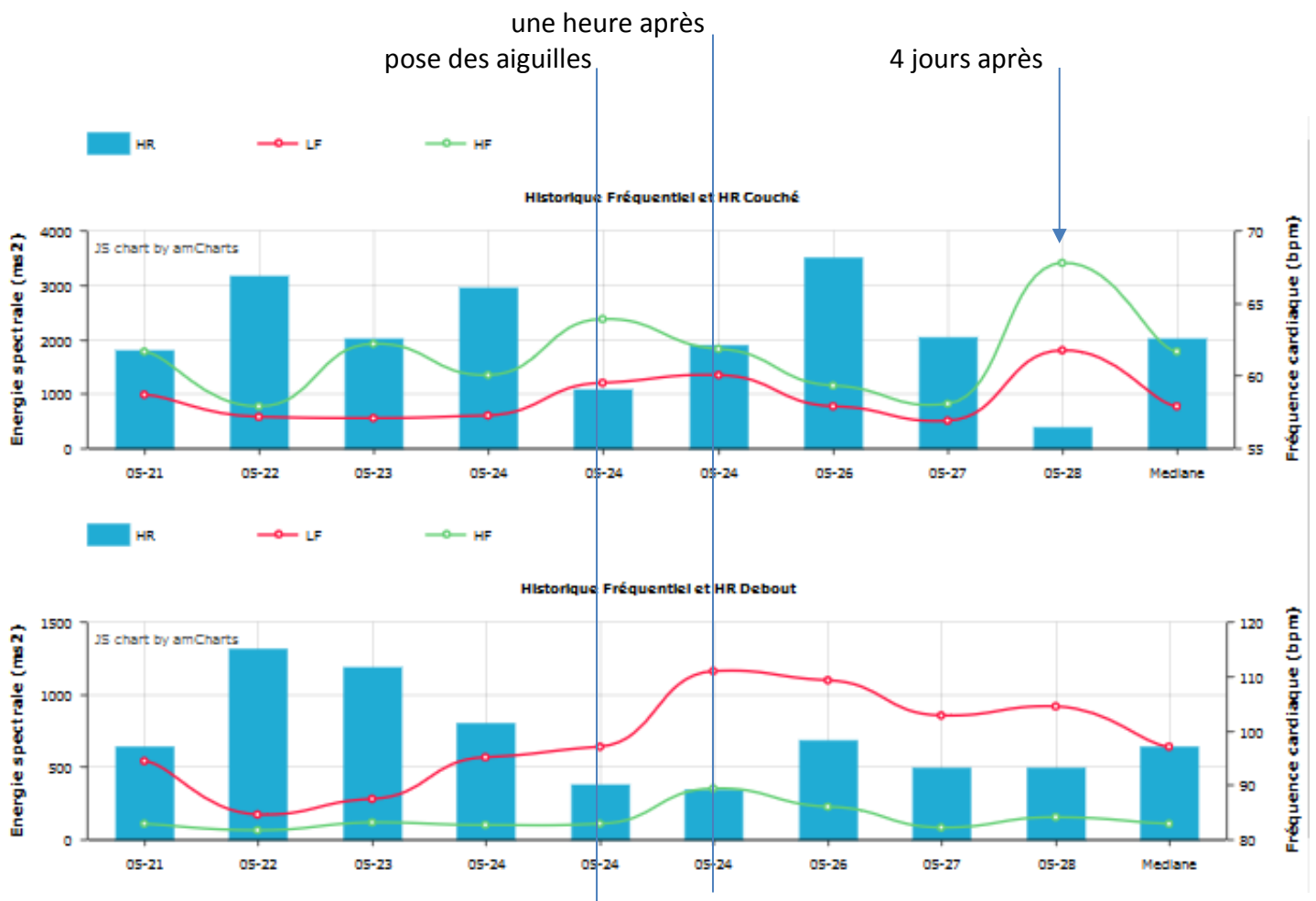
Pouls : les yang sont présents

Les yin sont vides

Dialectique Soulié de Morand

Le parasympathique dispersé 10V(d)

L'orthosympathique tonifié 20VB(t)



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles on constate orientation des courbes en harmonie avec la pose des aiguilles. La courbe du para en dispersion descend et celle du sympathique en tonification monte, cette tendance se poursuit les jours suivants.

Le 4^{ème} jour les deux systèmes sont montés à un fort niveau d'énergie avec une fréquence cardiaque basse.

Debout : On constate une accélération de la tendance des deux courbes bien que l'on ait dispersé la para pour atteindre un pique une heure après. Les deux courbes descendent régulièrement tous les jours en gardant tout de même un niveau d'énergie plus haut.

Le niveau d'énergie debout est fortement augmenté pour rester important 4 jours après.

3^{ème} patient : Jeune homme de 31 ans né le 31/07/1987, vit en couple sans enfants et travaille comme professeur de sport, il se sent fatigué.

3R : 2 - 3 voir 4 – 0 = FS vide et Rt pleine

Langue : fissure centrale = vide de yin de l'estomac

Interprétation globale : 20VB(d) et 10V(t)

La FC a fortement augmenté, cependant elle avait déjà commencé cette tendance.

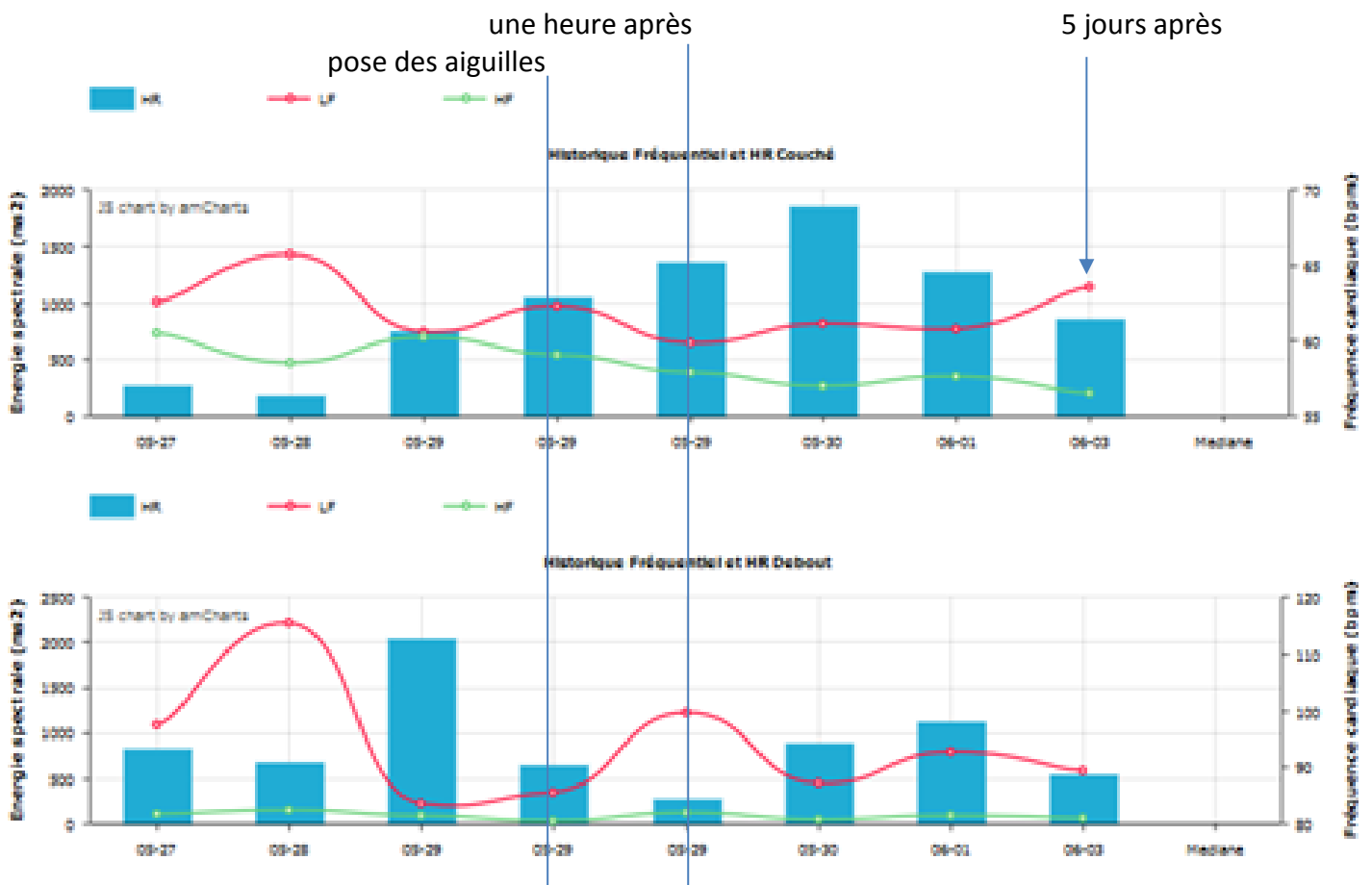
Pouls : les yang sont vides

Les yin sont pleins

Dialectique Soulié de Morand

Le parasymphatique tonifié 10V(t)

L'orthosymphatique dispersé 20VB(d)



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles on constate une orientation harmonieuse de la courbe sympathique, celle-ci descend avec la dispersion de Fengchi. La courbe du para quand à elle est en disharmonie avec la pose en tonification de Tianzhu.

Une heure après la dispersion du 20VB ne tient plus, la tendance est à la montée pour se poursuivre les jours suivants.

Debout : À la suite de la pose des aiguilles, la tendance s'accroît malgré la dispersion de Fengchi et un pic une heure après. Le niveau du sympathique n'arrive pas à se maintenir et descend ensuite régulièrement.

Le para reste lui à son niveau bien qu'il soit tonifié et ceci dès la pose des aiguilles.

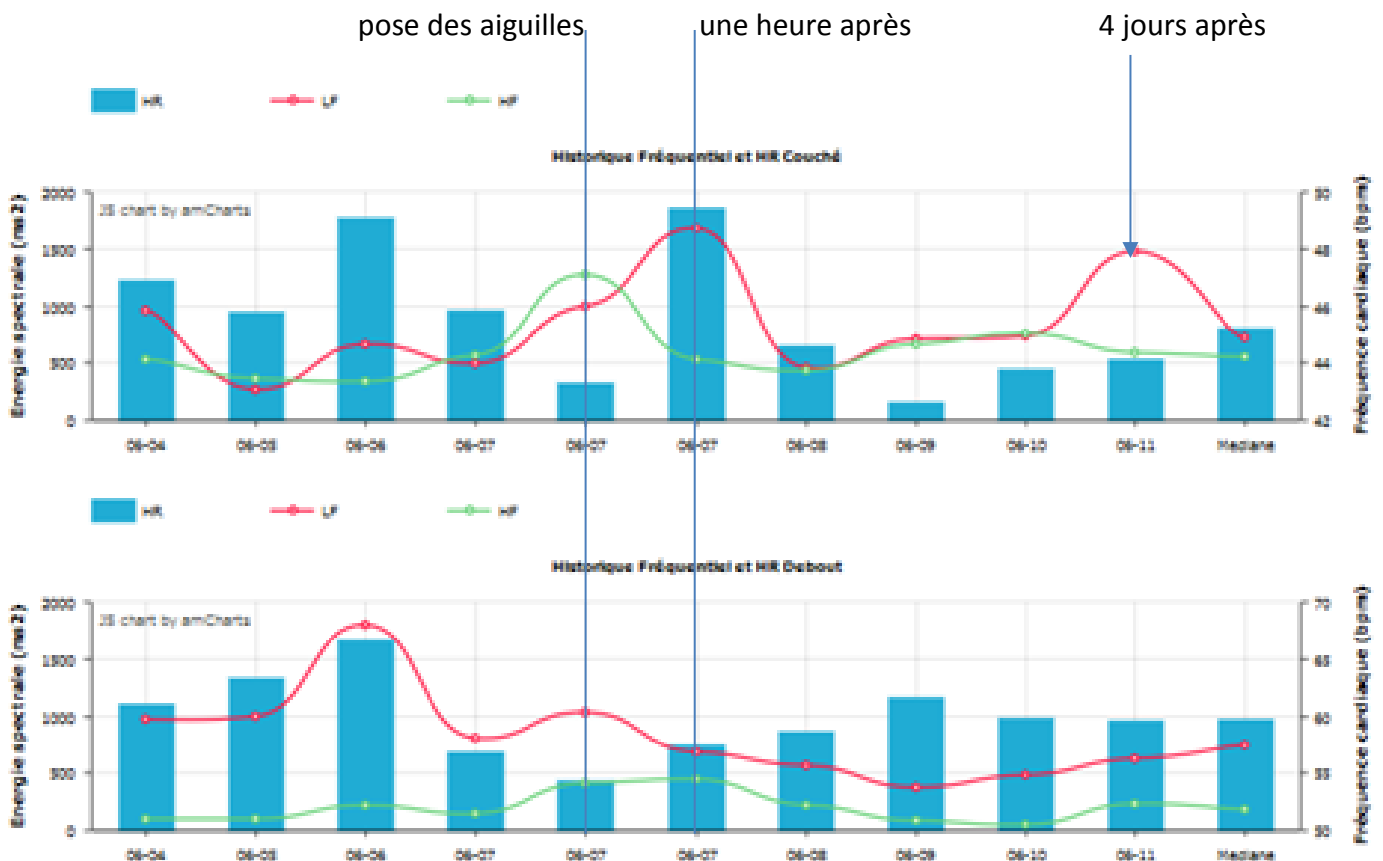
Le niveau global d'énergie est relativement bas couché. Dans la position debout, on observe un niveau correct du para avec un niveau bas du sympathique.

4^{ème} patient : Jeune homme de 37 ans né le 14/08/1981, vit maritalement avec deux enfants (fille et garçon). Il travaille en tant que pompier professionnel, il a des problèmes intestinaux et mal au dos (la nuit), c'est un ancien sportif de haut niveau et se sent fatigué.

3R : rien

Langue : pâle et sèche = vide de sang
Gonflée = blocage sur la terre, vide de yang

Pouls : les yang sont faibles
Les yin sont normaux pour la saison
Dialectique Soulié de Morand
Le parasympathique tonifié 10V(t)
L'orthosympathique dispersé 20VB(d)



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles l'on observe une inversion du para jusqu'au lendemain alors qu'il était tonifié, les jours suivant celui-ci reste au même niveau d'énergie.

Le sympathique continue sa courbe ascendante pour atteindre un pic une heure après. Il descend ensuite le lendemain pour se maintenir après. Le 4^{ème} jour, il atteint un pic presque identique à l'heure qui a suivi la poncture et une FC qui est descendue.

Debout : une inversion de la courbe du sympathique s'opère tout de suite pour continuer sa tendance jusqu'au 2^{ème} jour, ce qui correspond à la dialectique utilisée. Une légère remontée s'opère ensuite à partir du 2^{ème} jour.

Le para qui est tonifié monte pour atteindre son pic une heure seulement après, ensuite il amorce une descente jusqu'au 3^{ème} jour.

Son niveau global énergétique est bas.

5^{ème} patient : Homme célibataire de 52 ans née le 12/05/1967, il est directeur d'une agence immobilière avec 6 salariés. Il se brosse la langue tous les soirs. Il a fait du sport la veille et il se sent fatigué.

3R : 2 – 2 - 0

Langue : Creux au niveau du P = vide de poumon

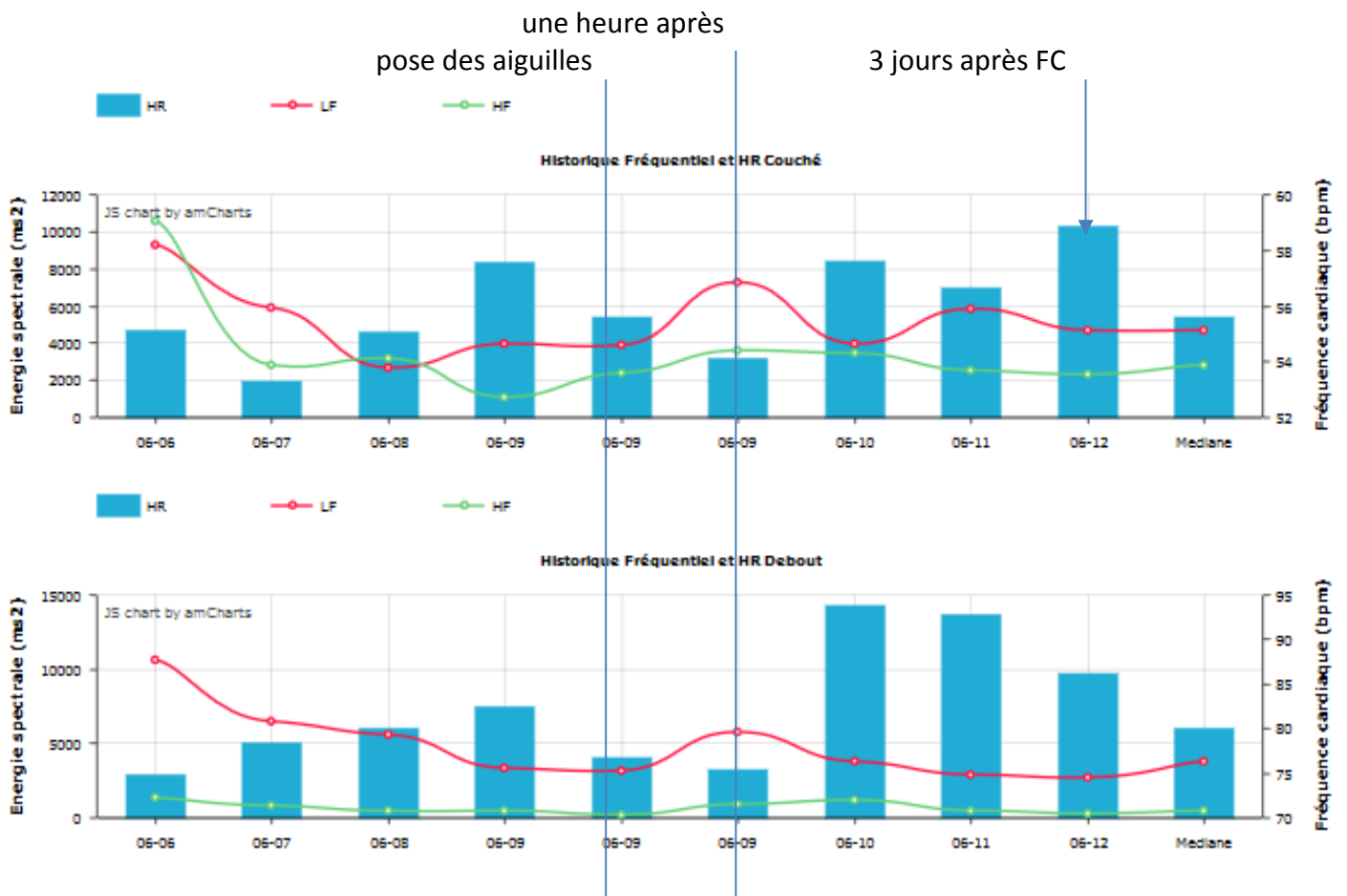
Pouls : les yang sont faibles

Les yin sont normaux pour la saison

Dialectique Soulié de Morand

Le parasympathique (les Fu) tonifié 10V(t)

L'orthosympathique (les Tsang) dispersé 20VB(d)



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles l'on observe une légère montée du para jusqu'au lendemain en harmonie avec la tonification, les jours suivant celui-ci reste pratiquement au même niveau d'énergie.

Le sympathique accélère sa courbe ascendante qui va dans le sens inverse de la poncture de Fengchi. Après une heure il amorce un mouvement en harmonie avec la poncture en dispersion.

Debout : une inversion du sympathique s'opère dès la pose des aiguilles durant une heure, il descend ensuite régulièrement les 3 jours suivants.

Le para monte légèrement à la suite de la pose des aiguilles jusqu'au lendemain pour redescendre ensuite.

La FC est globalement élevée, couchée comme debout ce qui signe un risque de fatigue.

Bon niveau d'énergie globale

6^{ème} patient : Jeune homme de 25 ans né le 4/11/1995, vit seul. Il est athlète de haut niveau en lutte et d'origine Tchétchène en attente de naturalisation. Il a des hémorroïdes, ses joues sont rouges, douleur à l'épaule droite, s'est fait opérer de l'épaule gauche (ligaments) et se fait régulièrement des entorses à la cheville D

3R : 2 – 2 - 0

Langue : rouge et sèche = vide de sang

Fissures générales horizontales = vide de yin de l'estomac

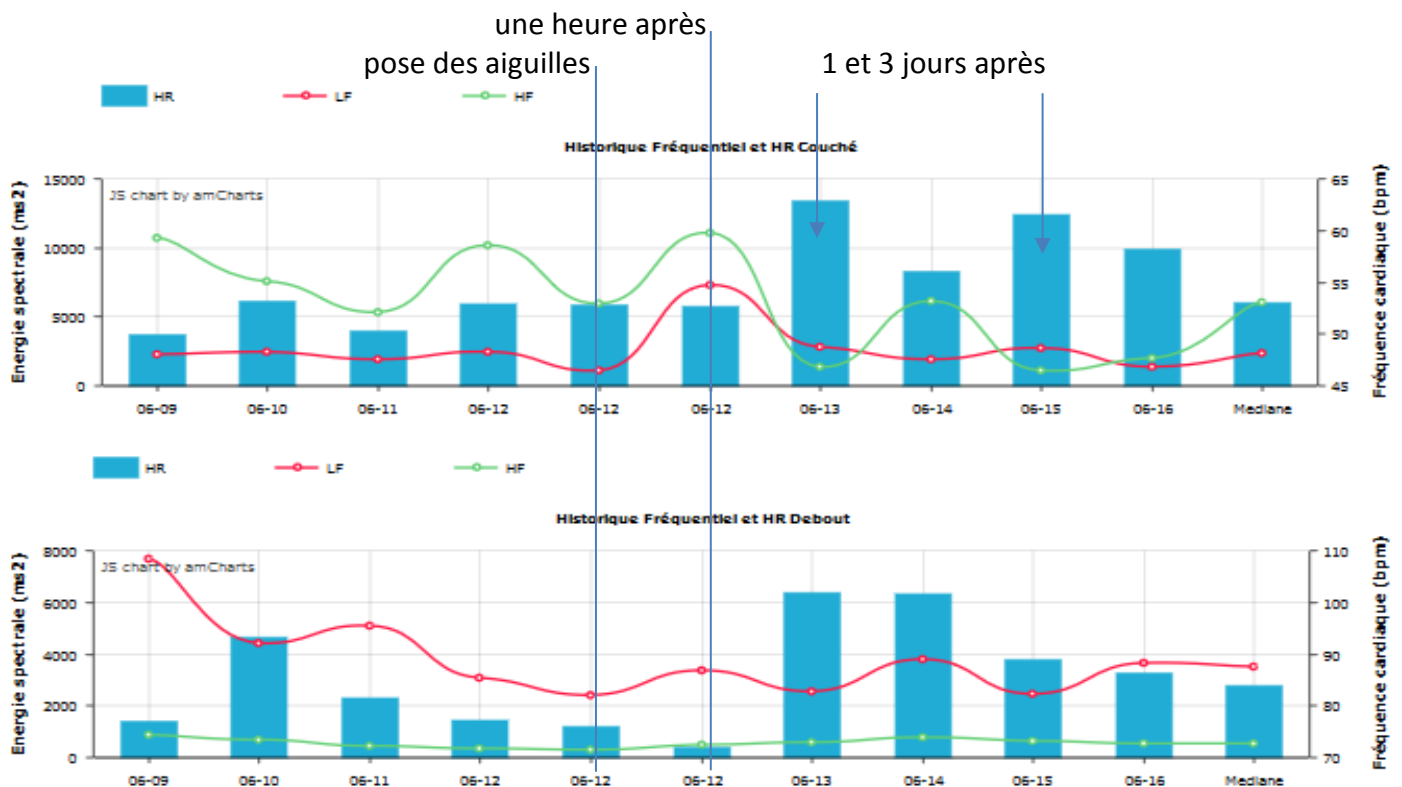
Pouls : les yang sont normaux pour la saison

Les yin sont pleins

Dialectique Soulié de Morand

Le parasympathique tonifié 10V(t)

L'orthosympathique dispersé 20VB(d)



Interprétation globale :

Couchée : Dès la pose des aiguilles l'on observe une inversion du para avec un pic une heure après, ensuite la courbe descend jusqu'au lendemain alors qu'il était tonifié. L'on constate qu'il n'y a aucune stabilité et que sa courbe ondule.

Le sympathique inverse sa courbe pour atteindre son pic une heure après. Il descend ensuite régulièrement jusqu'au 4^{ème} jour.

La FC est nettement montée le lendemain et le 3^{ème} jour signifiant un état de fatigue. La FC au repos doit normalement être basse avec un para dominant.

Debout : une inversion de la courbe s'opère au niveau du sympathique et monte à son pic une heure après la pose des aiguilles. Les jours suivants la courbe ondule en restant supérieure au para.

Le para monte légèrement à la suite de sa tonification, à partir du 2^{ème} jour il amorce une légère baisse de son niveau.

La FC est augmentée couchée et debout, ce qui signifie une fatigue para couchée.

Bon niveau d'énergie global

Evaluation

Niveau d'énergie :

Couché, le niveau augmente dans l'heure pour tous les sujets, excepté le 3^{ème}. Après une baisse le lendemain les niveaux reprennent leurs valeurs d'avant voir au-dessus excepté le 6^{ème} sujet.

Debout, le niveau augmente dans l'heure pour tous les sujets, excepté le 4^{ème}. Après une baisse le lendemain tous les niveaux remonte pour se stabiliser voir être au-dessus du niveau du 1^{er} test effectué le matin du protocole.

Fréquence cardiaque :

Couchée, Il est difficile de sortir une tendance dans l'heure qui suit car 3 sujets montent et trois descendent. Le lendemain elle augmente sauf pour le 4^{ème} sujet, ensuite les niveaux varient trop pour en extraire une constante.

Debout, dans l'heure elle est descendue excepté le 4^{ème} sujet, le lendemain la tendance est à l'augmentation. Il est également difficile de donner une tendance au regard des variations de résultat observé.

Orthosympathique :

Couché, celui-ci monte dans l'heure excepté le 1^{er} cas pour descendre le lendemain excepté le 3^{ème} patient. Les jours suivants la courbe remonte avec des pics pour certains sujets.

Debout, dans l'heure qui suit, la courbe monte pour ensuite descendre le lendemain sur tous le sujets. Les courbes étant fluctuantes et différentes entre les sujets à partir du lendemain, l'on ne peut pas sortir une tendance.

Parasympathique :

Couché, dans l'heure les réactions sont partagées en deux ce qui implique l'impossibilité de donner une tendance. Le lendemain toutes les courbes descendent excepté le 1^{er} sujet. A partir du lendemain les courbes sont fluctuantes les jours suivants. Le niveau est

Debout toutes les courbes montent dans l'heure, ensuite le lendemain les courbes montent ou descendent sans pouvoir donner une interprétation fiable. A partir du lendemain, 3 montent et 3 descendent rendant l'interprétation non fiable.

Au regard de ces analyses nous pouvons déduire que dans l'heure qui suit la pose des aiguilles les systèmes orthosympathiques, parasympathiques, la FC et le niveau d'énergie sont réactifs.

Nous ne pouvons pas affirmer que ces changements tiennent dans le temps car il n'y a pas assez de stabilité dans les données recueillis.

Conclusion

Comme on peut le constater certaines tendances ressortent à travers ces différents cas cliniques concernant le parasympathique, l'orthosympathique, la FC et le niveau d'énergie.

Toutefois il faut émettre des réserves sur les résultats obtenus via l'application en fonction des activités professionnelles des sujets. En effet certains ont effectué des activités physiques, des gardes de nuit, etc. ce qui a perturbé la stabilité et la comparaison entre les sujets.

Le but était de constater ou pas l'influence de Fengchi et de Tianzhu sur l'activité sympathique et para en lien avec des typologies de fatigue.

Ce mémoire devait permettre de savoir si en piquant l'on pouvait avoir un résultat fiable dans le temps sur l'incidence de ces deux systèmes sur la stimulation et ou la récupération d'une personne.

Il s'avère que l'on peut s'appuyer dessus pour un effet rapide mais sans durée fiable dans le temps.

Des tests à plus grande échelle, 30 sujets minimum, dans un environnement identique pourrait permettre d'identifier de manière plus fiable et scientifique l'influence de ces deux points.

Pour conclure je dirais que Tianzhu et Fengchi doivent venir en appui d'un traitement afin de renforcer son action thérapeutique.

Bibliographie

Su Wen André Duron édition Guy Trédaniel.

Art et pratique de l'Acupuncture et de la Moxibustion Da Cheng selon Zhen Jiu Da Cheng de Yang Chi Chou éditions N.V.N.

Ling Tchou de Jean Motte édition Centre Imhotep.

Nan King problèmes difficiles de l'acupuncture de Pienn Tsio centre d'enseignement et de traduction de l'acupuncture traditionnelle C.E.D.A.T.

L'Acupuncture chinoise, Soulié de Morant G. (1875 – 1955) réédition Librairie Maloine. 1972. Tome 3 : la physiologie de l'énergie.

L'esprit des points, Philippe Laurent, nouvelle édition colorisée, édition You Feng (libraire éditeur).

Les chemins cachés de l'acupuncture traditionnelle chinoise, Jean Motte, Guy Trédaniel éditeur.

Vade-Mecum d'Acupuncture Traditionnel, Jean Motte, 2^{ème} édition revue et corrigée, Guy Trédaniel Editeur.

Articles

Récupération et performance en sport, colloque organisé à l'INSEP les 10 et 11 décembre 2009, Institut Nationale du Sport, de l'Experience et de la Performance. (en annexe sur clef)

Intérêt et limites de l'utilisation de l'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque pour la pratique sportive par Johan CASSIRAME Thèse VFC Sport 2015 université de Franche Comté. (en annexe sur clef)

Effets de l'entraînement en hypoxie et suivi de l'activité du système nerveux végétatif mesurée à partir de la variabilité de la fréquence cardiaque chez des athlètes de haut niveau en endurance, présentée et soutenue publiquement par Laurent SCHMITT le : 5 Janvier 2007 (en annexe sur clef)

Détecter et caractériser la fatigue chez les sportifs de haut niveau, www.lamedecinedusport.com n°124 septembre 2016 (en annexe sur clef).

Variabilité de la fréquence cardiaque, entraînement, fatigue, stress, récupération ... (formation Becare L. Scmitt) (en annexe sur clef).