

L'anémie :

Vaste sujet qu'est l'Anémie. Durant ces 3 dernières années passées sur les bancs de l'école Imhotep. Je n'ai cessé de chercher à comprendre pourquoi tant de femmes autour de moi étaient sujettes à l'anémie. Ce travail modeste travail de synthèse leur est dédié.

Mais tout d'abord, reprenons l'origine étymologique, les termes médicaux et l'analyse scientifique dont la médecine allopathique catégorise l'anémie.

L'Anémie : Du grec Anaimia/Anaemia : Sans Sang (an : Sans – naemia : Sang) , est une anomalie de l'hémogramme caractérisée par une diminution du taux d'hémoglobine sous sa valeur normale. Ce manque entraîne un mauvais transport du dioxygène dans le sang et entraîne une conséquence de symptômes. Elle est diagnostiquée par la numération de la formule sanguine appelé également **hémogramme ou formule sanguine complète (analyse qualitative et quantitative du Sang)**, qui est un examen qui s'effectue lors d'une prise de sang. Elle peut avoir pour cause une destruction des hématies (globules rouges) ou une diminution de la production d'hémoglobine, on parle alors d'anémie centrale ou non régénérative. Si elle en découle d'une perte de sang, on parle alors d'anémie périphérique ou régénérative.

Pour mieux comprendre cette maladie du sang, nous devons comprendre comment est constituée cette matière organique qui constitue notre corps à hauteur de 7% et qui alimente l'ensemble de nos tissus.

Le Sang est un liquide qui est composé de plasma. Le plasma sanguin comporte à 90% de l'eau ainsi que des enzymes, des graisses, des protéines, de sels minéraux qui constituent la base du sang et dans lequel baigne 3 types de cellules :

- Les globules rouges qui ont pour mission de transporter l'oxygène des poumons vers les tissus. Rouges, car elles accueillent en elles l'hémoglobine, pigment à base de fer, qui a pour tâche de procéder à l'échange gazeux.
- Les globules blanc ou leucocytes dont le rôle principal est de lutter contre les infections (bactéries, virus, parasites) et pour certains types de globules blancs de fabriquer des anticorps.

- Les plaquettes, qui jouent un rôle primordial dans la coagulation, elles ont pour rôle de former un clou plaquettaire si jamais un vaisseau sanguin se rompt.

Pour aller plus loin et comprendre, le fonctionnement des globules rouges. Nous devons nous intéresser à la relation globules rouges et hémoglobine, qui à 2 forment un duo indissociable dans une même cellule. L'hémoglobine est une protéine riche en fer synthétisée dans la moelle osseuse (moelle rouge présente dans les os). Elle permet les échanges gazeux, c'est-à-dire de véhiculer le dioxyde de carbone jusqu'au poumon, de prendre l'oxygène de la respiration et refait le chemin vers tout l'organisme pour fournir à chaque cellule sa ration d'oxygène. Le sang récupère également, les déchets des cellules et les dépose dans le rein. Celui-ci filtre, garde les composés utiles et les renvoie vers le sang. L'urine élimine les autres composés.

Dans le cadre de l'anémie centrale ou non régénérative, l'élément touché dans la formule du sang est le globule rouge. En effet, les globules rouges sont détruits par l'organisme après production, entraînant une baisse quantitative de globules rouges dans le sang. Dans l'autre cas, l'anémie découle d'une perte de sang, c'est donc le liquide dans son entièreté qui est touché due à une fuite.

La médecine allopathique classe les causes de l'anémie selon 4 grandes familles :

- L'anémie ferriprive ou mégaloblastique : réduction de production de globules rouges par l'organisme entrant un déficit en fer.
- L'anémie hémolytique : destruction de globules rouges.
- L'anémie découlant des maladies auto-immunes (exemple : la polyarthrite rhumatoïde)
- L'anémie par saignements internes ou externes : hémorragies (accouchement, accident, blessures), règles abondantes, ankylostomes (parasitose), utilisation de médicaments à long termes (doliprane, anti inflammatoire)

Regardons maintenant, les symptômes associés à l'état d'anémie.

Les 1^{er} symptômes :

- Peau pâle, (vide de sang)
- Malaise, fatigue générale (vide de yin - vide yang – Baisse énergie Vitale)
- Mains et pieds froids (Rate) (Vide de yang)

- Réduction de l'immunité (MC – Energie Oé – Atteinte du système endocrinien)
- Essoufflement (Poumon – Vide Foyer Supérieur)
- Mal de tête
- Perte de cheveux (Rein)
- Tendance à marquer facilement sur la peau (bleus) (Intestin grele)

A un stade plus avancé :

- Tachycardie (Cœur/MC)
- Vertiges (Bois – L'eau)
- Trouble de la mémoire et concentration (entité du Pro)
- Bourdonnement d'oreilles (Rein yin)
- Apparition de mouches dans le champ visuel (Rein yin)
- Vomissements (Esto/VB /Foie/Rate)
- Aménorrhée : arrêt des règles
- Chez certains sujets âgés : cela peut provoquer une angine de poitrine ou une insuffisance respiratoire. (Cœur/MC/Poumon)
- Une anémie sévère peut causer des douleurs coronariennes (Cœur/MC) , des crampes dans les membres inférieurs (Yang ou Yin du Bas) en cas de troubles circulatoires (Rate/cœur) .

Si l'Anémie signifie d'un point de vue étymologique : Sans Sang. Tout le travail de l'acupuncteur consistera dans un premier temps à être en mesure de détecter une personne en « vide de Sang » lors de l'examen des 4 temps.

Nous pouvons déjà nous baser sur ces éléments que nous offre notre connaissance pour diagnostiquer en acupuncture traditionnelle les vides de sang : Un teint blanc ou ivoire, teint jaunâtre, une langue pale, l'intérieur de l'œil blanc, couleur des ongles pales et cassants, lèvres pales, pouls dicrote, pouls rugueux, le pouls amolli, ces pouls sont des éléments qui nous permettent d'établir au-delà de l'anamnèse les signes de vide de Sang dans l'organisme de notre patient.

Bien que l'anamnèse soit déterminante pour établir une origine de fuite de sang, il sera bon de connaître si le/la patient.e a eu une fuite interne ou externe de sang importante sur ses antécédents. Les hémorragies, les règles abondantes, saignements du nez, saignements anaux, une rectocolique hémorragique, les hémorroïdes sont autant de causes qui peuvent entraîner

notre patient à perdre son sang et donc à développer une anémie périphérique ou régénérative.

N'oublions pas que certaines pathologies Tsang/Fu dans le cadre de chaleur peuvent également entraîner des pertes de sang dans les selles ou des saignements du nez. Dans ces cas-là, il faudra penser à dégager l'énergie perverse (la chaleur) et à remettre une énergie correcte (un yin lésé par la chaleur) et bien surveiller à relancer le sang, mais nous reviendrons à ce dernier aspect plus tard.

Si nous analysons un a un, les symptômes de l'anémie, de manière disséquée. Les symptômes indiquent une présence forte sur les tsangs Rein/Cœur/Rate/Poumon assez dominante. Tous sont rattachés à un élément selon la tradition du WU Xin (5 mouvements/5 éléments) : le Rein à l'Eau, le Cœur au Feu, la Rate à la Terre et le Poumon au Métal. Nous pouvons déjà voir deux grands axes qui se dessine avec les tsangs Cœur et Rein, l'axe du Chao Yin et les tsangs Rate et Poumon, l'axe du Tae Yin.

Dans le cadre d'une anémie ferriprive, il y a un ralentissement de la production de globules rouge qui engendre un impact dans l'assimilation du fer dans l'hémoglobine. Selon L'OMS, plus de 30% de la population mondiale est touché par cette forme d'anémie qui est la plus répandue notamment dans les pays en voie de développement. Hors nous savons que la qualité du sang provient du bol alimentaire (Ku tchi). Le sang est le fruit de la transformation de l'essence des aliments par la Rate et l'Estomac. L'intestin grêle a pour rôle dans la forteresse d'assimiler les nutriments du bol alimentaire. L'assimilation du fer que puise l'organisme provient directement de la nourriture ingérée (source végétale : fer non-héminique, et animale : fer héminique). De plus, nous savons que l'élément métal (Poumon/Gros Intestin, Axe Yang Ming) joue également un rôle dans le système d'absorption au sens général du corps ainsi que l'absorption des nutriments. Ku tchi, dont l'estomac est le réceptacle des solides, ce même estomac qui appartient au Yang Ming et à la Terre, va faire un 1^{er} travail de distribution de la matière organique des solides. L'assimilation des nutriments se fera en 2 temps. Le 1^{er} avec l'intervention du Foie qui récoltera le pur de l'énergie alimentaire et un 2^{ème} tri se fera avec l'intervention de l'intestin grêle. Le tsang Foie et le Fu IG, auront pour missions d'absorber le pur du bol alimentaire et de nourrir le sang de ces essences. Nous pouvons déjà travailler dans un 1^{er} temps sur le foie et l'IG en relançant les points Mo, l'énergie de fonction organes pour réaliser ce travail « d'assimilation » des

nutriments et donc du fer provenant de l'alimentation. Ceci étant posé, il faudra veiller à ce que notre patient soit en capacité d'avoir suffisamment d'énergie au Foyer supérieur (17 Jm) ou se concentre Tsong Qi appelé également énergie essentielle, pour que l'assimilation de Ku Tchi soit possible. Le 17 JM, centre du Thorax est le Roé de l'énergie et du souffle, appartenant à la Mer de l'énergie, il est également un point de croisement du Cœur (Tchin kan), du Rein et du MC. Sa localisation, au niveau du sternum sur un os dit plat à la particularité de stocker la moelle osseuse (moelle rouge). Il faudra également veiller à chauffer le 17 Jm pour fortifier la fonction énergie et souffle qui permette une meilleure assimilation des énergies du Foyer Supérieur vers le Foyer Moyen ou les aliments sont transformés.

Le Sang est le fruit de la transformation des aliments par la rate et l'estomac. Le Chapitre 18 du Ling Tchou nous enseigne que « Tous les aliments et boissons reçus doivent traverser les différentes étapes de sélection et de séparation entre leur énergie essentielle et leurs déchets, puis l'évaporation des humeurs afin d'être digérés et absorbés. Simultanément, grâce à la réunion des éléments subtils des aliments et des boissons avec les humeurs, le sang se forme et ravitaille le corps humain en maintenant la vie de celui-ci ».

De cette quintessence des aliments naîtra l'énergie long, l'énergie dite nourricière qui va alimenter l'ensemble méridiens, elle a pour rôle d'assurer la communication des 5 tsangs et la liaison des 6 Fu. Cette énergie est pure et profonde.

L'énergie long est un formidable outil pour travailler sur le Sang et la qualité de celui-ci au sein de l'organisme. En prenant sa source au 12 JM puis au 1 Poumon en intégrant le 17 JM cité plus haut, nous pourrions avec ces 3 points relancer l'énergie long et le Foyer Supérieur pour une meilleure assimilation de Ciel Postérieur. Toutes les techniques enseignées pourront être utilisées pour faire du Sang avec le cycle circadien de l'énergie long.

Il est intéressant de s'accorder une réflexion sur le fer. En l'occurrence, le fer est une protéine dans notre organisme que nous ne produisons pas. Toutefois, cet oligo-élément tire sa définition d'un minerai qui est un métal malléable et magnétique, d'un gris clair et brillant. De nombreuses expressions françaises portent le fer à l'état d'une santé hors norme (avoir une santé de fer) ou un tempérament inébranlable (un homme de fer, une volonté de fer). Une carence en fer, signe un appauvrissement de l'individu tant sur le plan organique que sur l'image solide et robuste que la conscience collective lui confère.

Nous pourrions travailler cette idée d'absorption des nutriments via l'axe du Yang Ming appartenant à l'élément Métal dans notre foyer moyen, qui sera en parfaite résonance avec la nature du fer que nous cherchons à mieux synthétiser dans le corps. D'ailleurs, 2 points de la Mer du Sang se trouvent sur cet axe : le 37 et 39 Esto. L'idéogrammes de ses 2 points font référence aux « chevaux qui tirent les chars », l'idée de force et de vigueur est compréhensible dans la dialectique de la partie foyer inférieur.

Mais pour analyser les atteintes du Sang et comprendre l'anémie, il faut partir à l'origine du fonctionnement de notre forteresse. Le sang est considéré comme une entraille curieuse associée aux os par les chinois. Le So Wen (Chap 11), précise qu'ils sont nés de la Terre et demeure dans le Yin. Le Sang est rattaché au Merveilleux Vaisseaux du ciel antérieur qu'est le Tchrong Mo ainsi qu'à l'une des 4 Mers qui circulent dans notre corps, la Mer du Sang et des 12 méridiens.

Au 1 – orienté au Nord, à l'Eau, à la racine, là où tout commence, dans le Yin de Yin.

Dans cette dialectique, nous avons déjà un ensemble d'éléments qui peuvent nous indiquer que le Sang, préexiste depuis notre création via la Mer du Sang et des 12 méridiens. Elle est le berceau du Sang, la racine. Il sera intéressant de relancer la Mer du Sang via ses points constitutifs : 11 V « Grande Navette » qui est le Roé des Os, sans squelette rien ne peut s'attacher et c'est au sein des os qu'est produit la moelles rouge - Le 37 Esto « point supérieur du grand tertre » et 39 esto « Point inférieur du grand tertre ». A ces 3 points nous pourrions ajouter le 38 esto « Passe étroite » qui n'est pas un point constitutif de la Mer du Sang mais qui est associée pour faire la liaison entre le 37 et 39esto.

Le Tchrong Mo jouera un rôle fondamental dans la structure de la matière du Sang. Il est le garant de la bonne circulation du sang dans l'organisme et dans les méridiens. C'est également par lui que la bonne circulation de l'énergie long est possible. Ses points constitutifs sont regroupés essentiellement du 11R au 21 selon Laville-Mery et jusqu'au 27R selon Jean Motte + 4TM « Ming Men »- 23V « lu des Reins » +25VB « Mo des Reins » et d'y associer son point Roé le 39VB : « Grande Cloche » symbolique du condamné à mort, qui viendra soutenir le Tchrong Mo ou son point clé le 4 Rate « Grand père – Petit Fils » symbolique du point central : être au collectif à l'usage de toute la Forteresse, aller au plus profond de tous.

Dans le cadre d'une anémie non régénérative, ce qui entend une anémie avec sous production de globules rouges (GR) ou une destruction des GR (anémie hémolyte), il faudra se tourner vers le Tsang Rate. En effet, la Rate est l'organe trésor qui produit les globules rouges dans l'organisme selon les préceptes de l'acupuncture chinoise. Elle est également son propre cimetière à globules rouges. C'est donc la Rate qui va enclencher le système de production de globules rouges. D'ailleurs le 10 Rate « la Mer du Sang », est un point fortement recommandé pour relancer le sang dans le cadre d'une anémie. Ce point peut être associé au 11 Rate « Porte du Tamis » qui reconnectera notre Rate à faire le bon choix dans son travail de filtration des déchets et des globules rouges.

Le point Mo de la Rate « 13F : Porte de la forteresse », renferme la fonction de relancer la nature de l'organe et de remettre de l'énergie correcte pour soutenir le tsang à faire son travail. N'oublions pas que la fonction de la Rate dans son élément Terre, est la sécrétion. Dans l'anémie non régénérative, la Rate aura un rôle central dans sa fonction. Toutefois, il faudra veiller à ce qu'elle ne soit pas dysfonctionnelle au point de ralentir le processus de fabrication et d'accélérer la destruction de globules rouges. N'oublions pas que la Rate est également l'organe de la mémoire du corps et des chairs. Elle emmagasine toute l'information des traumatismes vécus de notre vie dans nos cellules. Nous pourrions penser qu'un choc émotionnel vécu de manière trop forte pourrait être à l'origine d'une anémie non régénérative.

Le fait que son point Mo soit sur le méridien du Foie, n'est pas anodin. Le Foie est le tsang qui stock le Sang, nous pourrions qualifier le Foie d'éponge à Sang. Mais il est également le bouclier de l'individu dans son rôle au sein de la forteresse. Appelé le « Général des Armées » il ordonne une réaction de défense lors d'une attaque du système immunitaire. Le Foie, c'est l'esprit du Sang. Le Foie appartient à l'Axe Tsue Yin, qui est un axe qui a pour vocation de faire plus de sang que d'énergie. Mais il est également l'axe de fermeture du Yin, le Tsue Yin est le filtre des émotions avec le Maître-cœur à son Tchéou qui est le vassal du Cœur, il protège en sa qualité de toute attaque émotionnelle trop forte. A l'image du Foie, qui filtre le pur du bol alimentaire. C'est ainsi que MC et Foie sont liés et partagent l'intime du cœur qui circule dans le Sang. Les points du Foie, véhiculent l'esprit du Sang et du mouvement, car c'est dans sa nature Bois que le Foie s'exprime. D'ailleurs, le 14V « Bei Shu du Tsue Yin » est un point qui travaille sur le Sang et la notion de filtre (organique et émotionnelle).

Sur la même ligne que le 14V, mais sur la 2^{ème} chaîne du méridien de la vessie. Autre grand point situé sur le Tae Yang, Axe Sanguin : le 43 V « Membrane Graisseuse » sera un point clé pour relancer les Globules rouges chez notre consultant.

La Médecine Occidentale et ses recherches scientifiques, établissent la production de globules rouges (ainsi que l'ensemble des plaquettes et globules blancs) dans la moelle osseuse, tissus mou et gras situé dans les cavités osseuses. Cet élément, nous renseigne sur l'origine dans l'élément Eau et plus particulièrement rattaché au Rein Yin qui gère le système osseux de l'organisme.

D'un point de vue, occidentale nous pourrions rattacher la cause originelle aux Reins. Nous pouvons déjà établir que sur certains symptômes, le Rein Yin est fortement associé à la pathologie de l'anémie. Avec la perte des cheveux, les troubles de la mémoire, bourdonnement des oreilles, vertiges, apparitions de mouches dans le champ visuel. Les Reins qui sont dans l'élément Eau sous le trigramme (yin de yin) confèrent avec intérêt un lien étroit avec la Rate qui dans son positionnement organique est également considérée comme un organe Yin de Yin.

Nous pouvons donc établir que la Rate en acupuncture traditionnelle taoïste et les os, en médecine occidentale sont producteurs de la moelle rouge et sont intimement liés pour relancer les vides de sang, et la production de globules rouges dans le cadre d'anémie. Soutenir la batterie originelle des reins, qui renferme Yuan Tchi sera indispensable.

L'appauvrissement de la qualité du Sang (hémoglobine) aura des symptômes que nous qualifions de secondaires sur les symptômes d'asthénie, les essoufflements dû à un manque de transport de l'oxygène dans le sang, de tachycardie. L'utilisation du 17 V, Roé du Sang – Beishu du diaphragme viendra soutenir la qualité du Sang (Esprit du Roé) mais également ouvrir la cage thoracique et donc soutenir la respiration.

Soutenir le vide de Rein Yin dans l'Axe Chao Yin, viendra soulager également les pathologies secondaires sur le Cœur sur l'insuffisance respiratoire, les douleurs coronariennes, la tachycardie. Cet axe du Chao Yin liant le Cœur au Rein fondamental pour comprendre notre verticalité. Des reins forts permettront à l'individu de se tenir droit, aligné entre le Ciel et la Terre.

Il n'est pas inintéressant de s'arrêter sur les symptômes de l'anémie cités plus haut et de comparer que certains symptômes pourraient être assimilés à la pathologie de la Mer des Moelles en vide : vertiges, troubles de la vue, bourdonnements d'oreilles, asthénie corporelle, endolorissement des mollets (FI). Nous savons que les os sont le réceptacle des moelles. Et que la moelle rouge (globules rouges) subsiste dans les os. Il sera intéressant de relancer au même titre que la Mer du Sang et des 12 méridiens, la mer des Moelles pour soutenir les moelles rouges chez notre patient.

Toujours selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), 40% de la population mondiale et pas n'importe laquelle est touchée par l'anémie.

On estime que l'anémie touche un demi-milliard de femmes âgées de 15 à 49 ans et 269 millions d'enfants âgés de 6 à 59 mois dans le monde pour principale cause de sous nutrition. En 2019, 30% (539 millions de femmes non enceintes) et 37% (32 millions) de femmes enceintes souffraient d'anémie.

Les femmes et les jeunes mères en devenir sont cruellement touchées par cette maladie. Composée de 2 tiers de Yin et un tiers de Yang, la femme porte en elle la matrice du sang pour les chinois. Alors que la femme et la féminité est symbolisée par la Lune selon la pensée chinoise, il est important d'intégrer les points d'ouvertures lunaires (POL) pour accompagner les femmes à intégrer l'énergie de la Lune pour faire du Sang. Le point du 32 estomac « Lapin caché » accompagnera les patientes à faire sortir le Yin profond dans le Yang et symbolisera également l'histoire « cachée » qu'elle intériorisera au plus profond de son Yin ou de son Sang.

Car derrière chaque maladie, se cache une histoire... il faudra se mettre en quête d'aller voir du côté des liens du Sang et d'accompagner la patiente à se livrer sur son histoire. Le 6 MC « Obstruction de la barrière interne » accompagnera l'individu à se libérer de ses émotions dans la couche du tsue yin et à soutenir le Yin en tant que point clé du Merveilleux vaisseaux du Yin Oé Mo. Nous retrouvons dans les points constituant du Yin Oé Mo, le 13 F « Porte des fortifications » cité plus haut qui appartient également au point qui vient clôturer l'énergie long dans le cycle circadien, il est charnière dans la mise en circulation de long. Ce point est également le Roé des Tsang, il permettra un réapprovisionnement énergétique de tous les tsangs de l'individu (Cœur, Rate, Poumon, Rein, Foie).

Nous pourrions également travailler avec des points sur le Merveilleux vaisseau du Jen Mo qui est le maître des Yin, par cela nous entendons le maître de tous les méridiens yin et donc par analogie maître de tous les Tsangs. En intégrant des points tel que le 7 Jen Mo « Croisement des Yins » et le 15 Jen Mo « Queue de Pigeon » - qui va au plus profond du Sang et des Os, nous travaillerons le soutien profond du Yin et donc le Sang.

Enfin et pour finir ce vaste sujet, chaque individu n'est que le reflet de sa propre expérience de vie et de son histoire. L'acupuncture telle qu'elle nous ait enseigné nous offre une multitude de points et de symboles qui nous permettent d'accompagner chaque personne au plus près de son chemin de vie. Comme dit si bien Jean Motte, nous ne sommes que des êtres de lumière et la maladie se déclare dans le corps lorsqu'elle n'a plus accès à la lumière.

Remerciements

Ces quelques lignes seront simples mais sincères. J'ai adoré passer ces 3 dernières années dans cette très belle école qu'est le Centre Imhotep. Quand je me retourne et que je vois le chemin parcouru, je peux enfin dire que rien est simple, rien n'est facile. Le travail, la constance, la rigueur, sont les maîtres mots de cet art ancestral transmis de générations en générations.

« Travaillez, prenez de la peine, c'est le fond qui manque le moins. Gardez-vous de vendre l'héritage que nous ont laissé nos parents, un trésor est caché dedans »

Mes premiers remerciements s'adresseront à Jean Motte. Merci d'avoir créé cet espace de vie, de rire, de réflexion et de sens profond. Je ne me suis jamais sentie aussi complète et vivante qu'en venant week-end après week-end apprendre, comprendre et me nourrir de ton immense savoir.

Je remercie également l'ensemble des enseignants du Centre Imhotep, Claire Bergereau, Fabrice Martinez et Olivier Hervy. Être votre élève fut un véritable honneur.

Un grand merci à tous mes copains de la promo « GE HONG » ainsi que mes amies : Maël, Lauriane et Eva. Nos moments de franche camaraderies vont me manquer. Sans vous, le goût des choses n'aurait pas eu la même saveur.

Enfin, je remercie ma tendre mère. J'aurais aimé te guérir. Tu as été mon moteur durant ce long parcours vers la transformation. Chaque point que j'apprenais, me rapprochais un peu plus de ta guérison. A toi maman, à toi ma mère, à toi mon Sang !