

ACUPUNCTURE et GROSSESSE

Barbara FORSTER

Sage-femme libérale

DU d'acupuncture en Obstétrique/Université de Strasbourg

Consultations au CHAL

à partir du vendredi 24 janvier 2014

Pour la prise de RDV, merci de vous adresser
au secrétariat de maternité-obstétrique au :

04 50 82 28 38



CHAL - 1705



Qu'est-ce-que l'acupuncture ?

L'acupuncture fait partie de la médecine traditionnelle chinoise.

C'est une médecine de prévention, complémentaire de notre médecine occidentale.

Son but principal est de rétablir une bonne circulation de l'énergie « Qi », du Sang, des liquides organiques et de l'Esprit à travers les différents méridiens qui traversent le corps selon les grands principes régissant la médecine chinoise (Dao, Yin/Yang, Loi des cinq mouvements...).

En cas de symptômes particuliers ou de pathologies, un ou plusieurs de ses éléments peut faire défaut ou circuler en excès.

L'équilibre est alors rompu.

Comment intervient l'acupuncteur ?

C'est par la stimulation de points d'acupuncture précis, situés sur les méridiens, en relation avec leurs organes correspondants que l'acupuncteur va essayer de rétablir l'équilibre énergétique.

Cette stimulation se fait par l'intermédiaire d'aiguilles stériles, très fines à usage unique.

En fonction du diagnostic, certains points peuvent être chauffés à l'aide d'un moxa, genre de cigare à bout incandescent.

Comment se déroule une séance d'acupuncture ?



La séance démarre par un interrogatoire très précis : antécédents médicaux de la personne, mode de vie, habitudes alimentaires, digestion, sommeil, état émotionnel et bien évidemment le ou les symptômes qui l'amènent à consulter.

L'acupuncteur observe la patiente (son teint, son attitude, etc..), puis palpe la zone douloureuse et examine la langue et le pouls.

Un diagnostic de médecine chinoise est alors établi. L'acupuncteur détermine alors sur quels points précis de quels méridiens portera son action.

4 à 8 aiguilles sont alors placées pour une durée d'environ 20 minutes. Certains points peuvent être sensibles à la puncture, notamment les points situés aux extrémités (doigts, orteils).

Une sensation de détente est généralement ressentie au terme de la séance.

Combien de temps dure une séance ?

La première séance dure 45 minutes, les suivantes 30 minutes. En fonction des indications, plusieurs séances doivent être envisagées.



Quelles peuvent être les indications d'une prise en charge par acupuncture durant la grossesse ?

- > sevrage tabagique,
- > nausées, vomissements,
- > brûlures gastriques,
- > douleurs lombaires, sciatalgies,
- > hémorroïdes,
- > troubles du sommeil,
- > utérus contractile,
- > angoisse,
- > syndrome du canal carpien,
- > bébé en siège,
- > préparation à l'accouchement en favorisant la descente du bébé et la maturation du col en fin de grossesse.

L'acupuncture a également sa place en salle de travail pour :

- > favoriser la survenue de contractions régulières,
- > soulager certaines douleurs, notamment sacrées,
- > assouplir le col,
- > favoriser la descente du bébé.

Après l'accouchement ?

- > stimulation de la lactation,
- > hémorroïdes,
- > périnée douloureux etc.

Existe-t-il des contre-indications ?

- > les patientes qui ont une réelle peur des aiguilles,
- > toute maladie ou infection de la peau au point de poncture.