

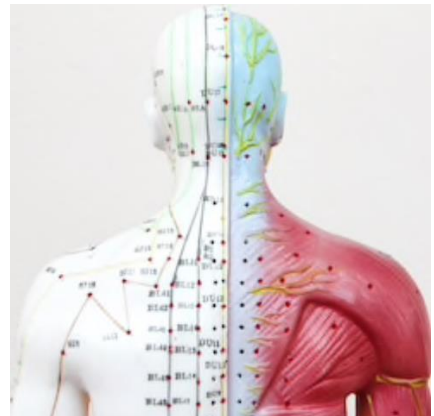
Qu'est-ce que l'acupuncture ?

1. Approche historique / traditionnelle

L'acupuncture est une méthode thérapeutique multimillénaire, développée en Chine, dont la philosophie place l'individu, dans sa globalité, au centre de la prise en charge. C'est une des branches de la médecine traditionnelle chinoise (MTC), bien qu'également pratiquée dans d'autres cultures antiques : Inde (médecine Ayurvédique), Egypte antique, etc. Elle consiste en une stimulation de points situés sur le corps, par différents stimuli (physiques, lumineux, électriques, thermiques ...).



Historiquement, l'acupuncture repose sur une vision énergétique de l'Homme et de l'Univers : l'Homme est en interaction permanente avec son environnement et son environnement interagit constamment avec lui (influence des saisons, des planètes, de l'alimentation, de la respiration et de l'environnement électromagnétique). Selon le terrain et l'influence des facteurs psychiques et environnementaux, l'approche thérapeutique, pour un même symptôme, sera donc différente. La prise en charge du patient, globale, est donc très fortement personnalisée.



Traditionnellement, on compte 361 points d'acupuncture répartis sur chaque hémicorps, le long de 12 méridiens primaires, reliés à différents organes/fonctions, et 2 méridiens "extraordinaires", ainsi qu'une centaine de points extra-méridiens. Les méridiens sont vus comme des canaux dans lesquels circule l'énergie "Qi". Aujourd'hui dans un langage plus contemporain, cette énergie est vue comme étant électromagnétique ou lumineuse (bio-photon).

2. Approche moderne / scientifique :

Que ce soit au niveau international ou à l'échelle de la France, plusieurs instances reconnaissent aujourd'hui l'intérêt de l'acupuncture dans l'arsenal thérapeutique de nombreuses pathologies. C'est le cas par exemple de la Haute Autorité de Santé (HAS), de l'Académie Française de Médecine ou encore de l'INSERM qui valident l'utilisation de cette thérapeutique dans différents états pathologiques tels que les **nausées** gravidiques (en lien avec la grossesse) ou liées à la chimiothérapie, les **cervicalgies** chroniques, les **lombalgies** ou encore les **migraines**, les épicondylites (tendinite du coude) et l'**arthrose** des membres inférieurs.

Les mécanismes d'action de l'acupuncture font l'objet de nombreuses études et concernent notamment la démonstration de l'existence des points d'acupuncture et des méridiens, la démonstration de l'action spécifique de l'acupuncture au niveau cérébral via des études d'imagerie et la compréhension des effets neurophysiologiques de l'acupuncture comme la sécrétion d'opioïdes internes (notre propre morphine) et différentes molécules (comme l'adrénaline et la noradrénaline, expliquant en partie l'action de l'acupuncture sur l'analgésie ou encore sur les troubles de l'humeur).

Qu'est-ce que l'auriculothérapie ?

1. Approche historique

La pratique de l'auriculothérapie consiste à traiter, par différents stimuli, des zones spécifiques du pavillon de l'oreille pour agir sur l'organe/la région correspondant(e). Il s'agit d'une réflexothérapie qui considère donc l'oreille comme une représentation miroir des organes. Aux points auriculaires correspond en effet une cartographie précise.

Thérapeutique millénaire utilisée en médecine traditionnelle chinoise (MTC) et également dans d'autres cultures du pourtour méditerranéen, c'est un médecin français, le Docteur NOGIER Paul qui, en 1951, la remet à l'ordre du jour. Il voit dans le pavillon de l'oreille un fœtus lové, tête en bas, identique à la position in utero et reconnaît, au niveau de l'anthélix (cartilage d'une zone du pavillon de l'oreille), la colonne vertébrale. Il en déduit l'idée d'une somatotopie (représentation cérébrale des différentes parties du corps) au niveau de l'oreille et dresse les premières cartographies auriculaires. Depuis les cartes n'ont cessé d'évoluer et de se préciser.

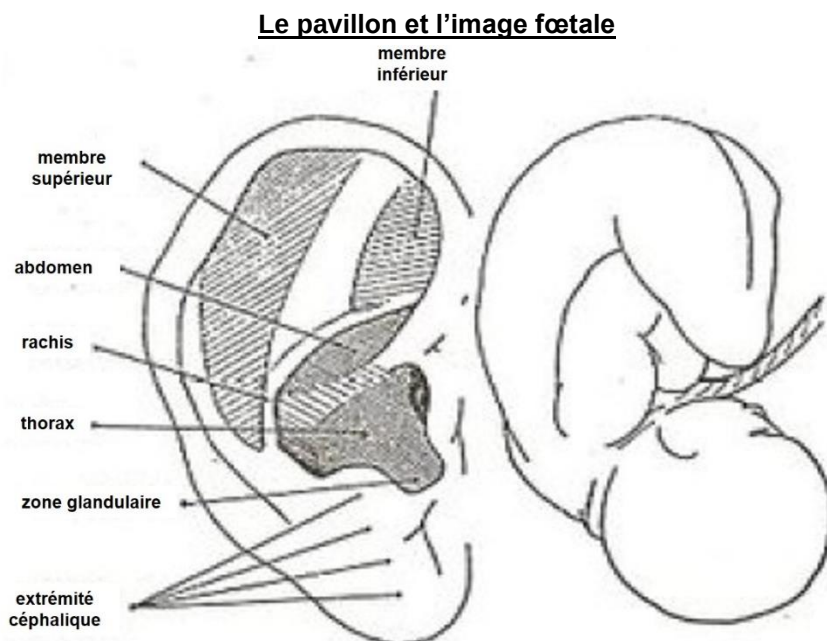


Fig 1. Le pavillon et l'image fœtale (1969). Extrait de Paul NOGIER, Traité d'Auriculothérapie

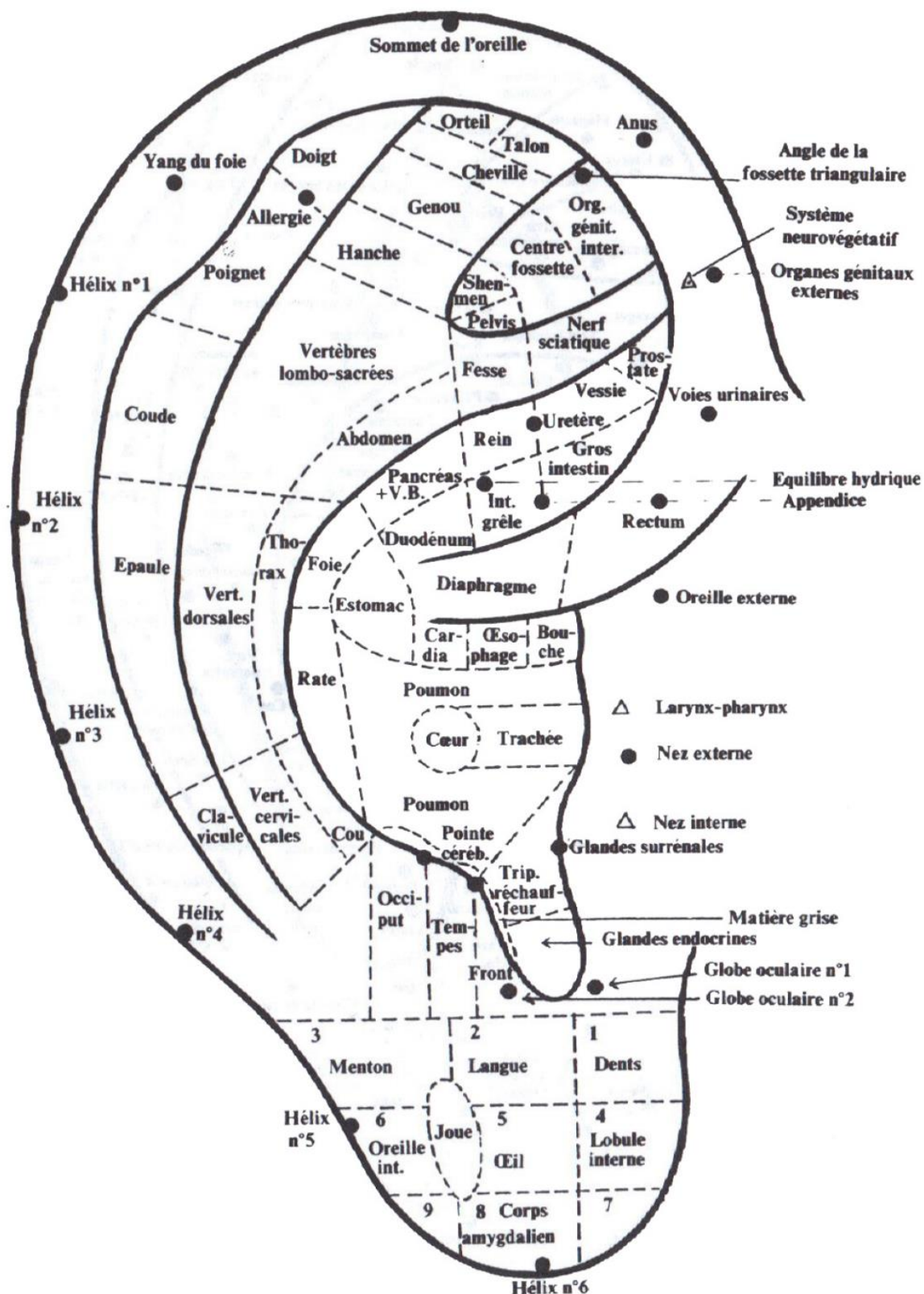


Fig2. Dessin de l'Oreille. Gramyna Illustration

2. Approche scientifique

Tout comme pour l'acupuncture, différentes instances reconnaissent aujourd'hui l'intérêt de l'auriculothérapie dans l'arsenal thérapeutique des médecins. C'est le cas notamment de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et de l'INSERM qui conclut en son efficacité pour les douleurs et l'anxiété préopératoires.

Le fonctionnement de l'auriculothérapie est un peu plus difficile à appréhender : il a été démontré qu'en cas d'anomalie d'organe le point de l'oreille correspondant présente une variation d'impédance (baisse de résistance électrique locale) plus ou moins forte par rapport à l'environnement immédiat. Des études utilisant les potentiels électriques évoqués ou encore l'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf) ont montré que la stimulation d'un point auriculaire « allumait » la zone cérébrale correspondant selon la même somatotopie. Plusieurs explications scientifiques assez « techniques » ont été avancées pour expliquer l'action thérapeutique de l'auriculothérapie, que je n'avancerai pas dans ce paragraphe.

Qu'attendre de ces différentes approches ?

Comme disait Ambroise Paré, la médecine c'est « guérir parfois, soulager souvent, écouter toujours ». Loin de prétendre pouvoir guérir tous les maux, ces différentes approches permettent à coup sûr de soulager fréquemment et durablement les patients, d'une part en potentialisant l'effet propre des différents traitements (notamment dans la thématique de la douleur) et d'autre part, par leurs effets spécifiques, en permettant ainsi au corps de retrouver une certaine souveraineté.

Vous l'aurez compris, l'acupuncture et l'auriculothérapie ont toute leur place dans l'arsenal thérapeutique du patient douloureux (en aigu ou en chronique) mais leur effet est aussi très intéressant dans le sevrage tabagique et la prise en charge des effets indésirables liés à la chimiothérapie par exemple. Ne reste qu'à trouver la bonne fréquence des séances et la bonne combinaison de points.