



Union schweizerischer komplementärmedizinischer Ärzteorganisationen
Union des sociétés suisses de médecine complémentaire
Unione delle associazioni mediche svizzere di medicina complementare
Union of Associations of Swiss Physicians for Complementary Medicine

Übersetzung des Textes aus der Schweizerische Ärztezeitung | Bulletin des médecins suisses | Bollettino dei medici svizzeri | 2012;93: 35

La médecine chinoise (MTC): tour d'horizon

Cet article marque le début de la série de présentations des quatre sociétés de médecine complémentaire réunies au sein de l'UNION. Commençons par l'«Association des sociétés médicales suisses d'acupuncture et de médecine chinoise» (ASA), qui nous présente ses pratiques thérapeutiques les plus courantes.

Albert Naterop-Perroud ^a,

Samuel Imfeld ^b

a Dr méd., spécialiste en médecine générale FMH, AFC en acupuncture-MTC (ASA), président de l'ASA, membre du comité directeur de l'UNION

b Dr méd., spécialiste en médecine générale FMH, AFC en acupuncture-MTC (ASA), membre du comité directeur de l'ASA et de l'UNION

1 Burkhalter D. Communiqué de presse du Conseil fédéral du 12.01.2011.

2 Porkert M. Neues Lehrbuch der chinesischen Diagnostik. Dinkelscherben: Phainon; 1993.

3 Porkert M, Hempfen C. Systematische Akupunktur. 2^e édition. Munich: Urban & Schwarzenberg; 1997.

4 Focks C, Hillenbrand N. Leitfaden Traditionelle Chinesische Medizin. 6^e édition. Munich: Urban & Schwarzenberg; 2010.

Correspondance:

Dr méd. Albert Naterop-Perroud

ASA

Postfach

CH-8575 Bürglen

Tél. 071 630 09 83

[naterop-perroud\[at\]bluewin.ch](mailto:naterop-perroud[at]bluewin.ch)

En écho à la réintégration (provisoire dans un premier temps) des cinq méthodes de médecine complémentaire dans le catalogue des prestations de l'assurance de base [1], nous avons souhaité présenter dans différentes publications ces types de thérapie qui, incomprises par un grand nombre de spécialistes, sont de fait perçues de manière sceptique voire négative par ces derniers.

La médecine chinoise (appellation officielle en Chine actuellement) constitue la méthode de traitement la plus ancienne bénéficiant d'une documentation écrite, puisque les documents s'y rapportant remontent au IV^e siècle avant notre ère. Cette approche de la médecine, fondée sur la philosophie traditionnelle chinoise (en particulier le taoïsme), est définie comme scientifique par d'éminents sinologues [2]. D'après le professeur Manfred Porkert, certains concepts latins médicaux sont mieux adaptés à la complexité de la langue chinoise que la nomenclature allemande employée autrefois, souvent insuffisante pour rendre compte d'une situation donnée. Aujourd'hui, c'est la terminologie anglaise qui s'est imposée dans la pratique.

Principes fondamentaux

La vision du monde décrite par la médecine chinoise est foncièrement éloignée de celle des Occidentaux, pétris de science. Contrairement aux sciences naturelles démontrées, qui reposent sur la recherche des liens de causalité, la médecine chinoise acquiert les connaissances au moyen d'une méthode inductive synthétique et les affirmations sont énoncées sur le fondement de l'observation directe de situations dynamiques à l'instant présent [3]. Les actions réelles du présent, soit les mouvements et les fonctions, ne sont pas mesurées de manière quantitative (poids, quantité) mais uniquement de façon qualitative et donnent une orientation, tandis que les actions passées ne permettent que des affirmations quantitatives (un volume fixe, invariable – inanimé). Dans cette optique, nous considérons la MTC dans son ensemble comme véritablement complémentaire de la médecine académique que l'on trouve en Occident et en Europe.

Dans la médecine chinoise, le *Qi* est un principe énergétique qui, en raison de sa polarité *Yin* et *Yang*, est à l'origine de tous les processus vitaux circulant dans un cercle perpétuel. Le *Yang* incarne l'aspect dynamique; il représente l'induction, l'activité, le changement, la dispersion, la dissolution et est à ce titre non quantifiable. Le *Yin* est quant à lui synonyme de structure, de matérialisation, de densité, de consolidation, de conservation, et est à ce titre quantifiable. Ces deux pôles ne constituent pas des opposés mais sont au contraire indissociables l'un de l'autre. Dans sa représentation, le cercle énergétique est comparé aux saisons, comptant elles-mêmes cinq phases de transformation (appelées à tort «éléments»): l'eau, le bois, le feu, la terre et le métal. Le *Qi* circule dans l'organisme à travers douze cercles fonctionnels (que l'on peut comparer, au sens le plus large, avec les lignes de force invisibles d'un aimant); on peut l'influencer en y accédant en plusieurs points précis de la surface du corps, les fameux points d'acupuncture [4].

Un *Qi* circulant sans entrave dans un système est synonyme de bonne santé pour un organisme, de prospérité pour un système économique et de stabilité pour un État.

L'influence de facteurs extérieurs (agents extérieurs) tels que le froid, la chaleur, le vent, l'humidité ou la sécheresse, et d'agents intérieurs (c'est-à-dire les émotions) ou de comportements inappropriés (mauvaise alimentation, surmenage et excès) perturbe cette libre circulation, entraînant la maladie (des crises économiques ou une instabilité politique). Sur la base d'une anamnèse et d'un examen détaillés, un diagnostic de travail est posé, lequel repose sur les huit principales règles des principes *Yin/Yang*, surface/profondeur, froid/chaleur (correspondant à une dynamique amoindrie/accélérée) et vide/plénitude (manque ou excès). Le diagnostic est ensuite affiné et confirmé par la prise minutieuse du pouls et l'examen de la langue, puis les mesures thérapeutiques sont immédiatement mises en œuvre: harmonisation de la dynamique et correction d'un manque ou d'un excès, en relation avec le *Yin* ou le *Yang*.

Portrait ASA

L'ASA (Association des sociétés médicales suisses d'acupuncture et de médecine chinoise) a été fondée le 6 juin 1998.

Retrouvez toutes les informations sur le site Internet

www.akupunktur-tcm.ch

Contact:

Secrétariat ASA, Postfach, ch-8575 Bürglen,

tél. 071 630 09 83, [asa\[at\]akupunktur-tcm.ch](mailto:asa[at]akupunktur-tcm.ch)

Légende:

La médecine chinoise est la méthode de traitement la plus ancienne possédant une documentation écrite. Ce dessin illustre les méridiens, canaux dans lesquels circule l'énergie vitale (le Qi).

5 Hempen C. Taschenatlas

Akupunktur. 2^e édition.

Stuttgart: Thieme; 1998.

6 Strittmatter B. Taschenatlas

Ohrakupunktur nach Nogier/

Bahr. 4^e édition. Stuttgart:

Hippokrates; 2007.

7 Engelhardt U, Hempen C.

Chinesische Diätetik.

Munich: Urban &

Schwarzenberg; 1997.

Acupuncture et moxibustion

En Occident, les types de traitement les plus connus sont surtout l'*acupuncture* et la *moxibustion* (stimulation via la combustion d'armoise sèche). Outre les effets segmentaires des aiguilles sur le système nerveux central au niveau de la moelle épinière, il a également été démontré que l'irritation de la peau déclenchait des réflexes cuti-viscéraux qui, à leur tour, avaient un effet régulateur sur les organes correspondants [5]. L'existence des «zones de Head» est par ailleurs largement reconnue.

Le traitement physique classique de l'acupuncture chinoise fait appel à un système complexe de canaux énergétiques (les canaux conducteurs ou méridiens) comportant plus de 300 points d'acupuncture. En dehors des canaux conducteurs, un grand nombre de points supplémentaires ou avérés par l'expérience sont également utilisés [5].

Durant l'Antiquité chinoise, on utilisait des aiguilles en os ou en pierre. Aujourd'hui, ce sont de fines aiguilles en acier qui sont enfoncées à des points précis. Dès que la pointe de l'aiguille atteint l'emplacement ciblé, le patient ressent une sensation sourde difficile à décrire, appelée le *deqi*. Les aiguilles sont ensuite stimulées et laissées dans le corps 20 à 30 minutes en général. Pendant ce temps, et en fonction des indications, les points sont à nouveau stimulés, le cas échéant également par le biais de la moxibustion; si nécessaire, ce procédé peut être répété deux fois par semaine sur plusieurs séances, dont le nombre total varie en fonction du but thérapeutique choisi.

L'auriculothérapie est une forme d'acupuncture redécouverte récemment, particulièrement répandue en Europe. Au milieu du XX^e siècle, le Dr Paul Nogier, un médecin français [6] redécouvre cette approche déjà connue des temps anciens, mais abandonnée car à l'époque elle était pratiquée en brutalisant l'oreille, tandis que Nogier va rendre son utilisation, nettement plus abordable et scientifique. La méthode consiste à insérer des aiguilles spéciales exclusivement dans le pavillon de l'oreille; si nécessaire, elles peuvent être laissées en place plusieurs jours. Les points d'auriculothérapie peuvent être trouvés notamment par détection douloureuse (l'avantage est que seuls les correspondances douloureuses « s'allument » sur l'oreille), soit à l'aide du RAC, le réflexe auriculo-cardiaque [6]. De plus en plus de recherches scientifiques prouvent actuellement les relations entre les points à l'oreille, leur correspondance cérébrale et la localisation dans le corps.

Les innombrables expériences de nos collègues pratiquant la MTC et les résultats d'études valides toujours plus nombreux attestent de l'efficacité de l'acupuncture, notamment en cas de migraines, de maladies rhumatismales, de dysménorrhée et d'infertilité, ainsi que de troubles de l'appareil digestif tels que la colopathie fonctionnelle ou le syndrome du côlon irritable et la maladie de Crohn.

Diététique

Dans les textes traditionnels, la diététique au sens premier du terme, à savoir la manière de vivre et pas seulement le type d'alimentation, est clairement avancée comme la pierre angulaire de la santé [7].

La Chine possède une longue tradition en matière de nutrition et de médecine. Dès le III^e siècle avant notre ère, les Chinois étaient conscients des incidences de l'alimentation sur le corps humain [7]; cependant, aucune distinction n'était encore faite à cette époque entre médicaments et alimentation. Ce n'est que sous la dynastie Tang (618-907) qu'une différenciation claire a commencé à se dessiner. D'ailleurs, dans l'Antiquité, les médecins occidentaux eux aussi prescrivaient souvent certaines denrées alimentaires en guise de remède, bien que la qualification des effets fût intégrée de manière bien moins cohérente dans le système médical. Aujourd'hui encore, dans la diététique occidentale, on commence seulement à prendre en compte les aspects régulateurs et fonctionnels de cette dernière, les courants de pensée restant dominés par les aspects quantitatifs. A l'inverse, la diététique chinoise repose sur le même concept que la médecine chinoise dans son ensemble. Les denrées alimentaires sont ainsi classées suivant certains critères fonctionnels: a) leur réaction à la température, qui donne une indication quant à leur dynamique énergétique, b) leur saveur, qui indique la profondeur à laquelle l'effet s'exerce, c) leur tendance directionnelle, qui détermine si elles ont une action ascendante ou descendante, c'est-à-dire si leur action s'exerce vers la surface ou vers le bas, et enfin d) le cercle fonctionnel sur lequel elles agissent.

Sun Simiao écrit dans son ouvrage de référence *Qian-ji Yao-fang* («Prescriptions essentielles valant mille pièces d'or», vers 650): «La seule chose indispensable au maintien de l'équilibre et de l'harmonie du corps humain est une alimentation saine. En aucun cas il ne faut prendre des remèdes sans surveillance, car leur pouvoir est unilatéral (...) ils entraînent un déséquilibre du Qi dans les cercles fonctionnels humains, ce qui favorise l'intrusion d'affections extérieures. Tout être vivant est dépendant de son alimentation (...). L'alimentation est une activité quotidienne pour les gens, pourtant ils n'en connaissent pratiquement rien (...).»

Quelques lignes plus loin, il écrit dans le cahier des charges des médecins: «(...) ceux qui exercent la médecine devraient d'abord clairement identifier l'origine d'une maladie; ils devraient savoir quels excès ont entraîné la maladie et traiter ensuite ces derniers à l'aide de méthodes diététiques. Si la thérapie alimentaire n'apporte pas d'amélioration, alors seulement il convient d'introduire des remèdes. La nature des remèdes est dure et violente (...) utiliser des remèdes de façon négligente contre les maladies engendre l'infortune et des surcharges» [7].

La diététique est donc principalement indiquée pour renforcer l'organisme humain dans son intégralité, de manière douce et régulière. Elle agit en particulier sur ce qu'on appelle le «milieu», point de convergence du système de cercles fonctionnels et lieu d'origine du potentiel énergétique actif, le *Qi frumentarium*, ainsi que du potentiel énergétique matériel, le *Xue* (la «sève»). Elle peut aussi être appliquée de manière ciblée à chacun des cercles fonctionnels et orientée sur les dérèglements énergétiques.

8 Hempten CH, Fischer T.
Leitfaden Chinesische
Phytotherapie. 2^e édition. Munich: Urban &
Schwarzenberg; 2007.

9 Bühlmann S,
Complemedis AG,
4632 Trimbach;
communication personnelle.

10 [www.theiaforum.org/
Article_Folder/herbalmedicines-
toxic-effects-druginteractions.
pdf](http://www.theiaforum.org/Article_Folder/herbalmedicines-toxic-effects-druginteractions.pdf)

11 [www.smw.ch/docs/pdf200x/
2003/11/smw-10204.PDF](http://www.smw.ch/docs/pdf200x/2003/11/smw-10204.PDF)

12 www.akupunktur-tcm.ch

13 www.asa-tcm-kongress.ch

14 www.kikom.unibe.ch

Thérapie médicamenteuse

Au vu de ce que nous venons d'énoncer, le rôle de la thérapie par les remèdes est sans équivoque [8]. Les remèdes sont répartis en différentes catégories, tout comme les aliments; toutefois, étant donné que leurs effets sont considérablement plus importants, leur éventuelle toxicité ainsi que leur action possible en tant qu'antidote sont signalées. Dans le cadre d'une utilisation adaptée, des traitements préventifs judicieux d'une part, et d'ingénieuses combinaisons (la plupart du temps sous la forme de compositions classiques éprouvées de longue date) d'autre part, permettent de réduire considérablement les effets indésirables et les risques d'intoxication. Les écrits indiquent également qu'en cas d'indication correcte, le goût prononcé de la décoction est généralement bien toléré par le patient; la manifestation d'une profonde aversion est le signe d'une décoction inadéquate ou qui n'est plus indiquée. Depuis quelques années, outre les drogues brutes classiques qui doivent suivre un processus de cuisson plutôt coûteux, des remèdes préparés en suivant des recettes traditionnelles éprouvées sont de plus en plus utilisés, sous la forme de granulés et/ou de comprimés prêts à l'emploi. Les pharmacies suisses spécialisées soumettent d'ailleurs les médecins et thérapeutes qui prescrivent ces remèdes à un contrôle strict de la qualité et refusent toute prescription incorrecte [9]. Les drogues brutes proposées sont en outre soumises aux procédures de qualité les plus rigoureuses.

«Les connaissances s'acquièrent au moyen d'une méthode inductive synthétique, et les affirmations sont énoncées sur le fondement de l'observation directe de situations dynamiques ancrées dans le présent.»

A ce propos, il est urgent d'attirer l'attention du public sur les dangers que représentent ces remèdes lorsqu'ils sont achetés au marché gris ou sur Internet et pris en automédication [10]. L'idée reçue et largement répandue selon laquelle il ne s'agit que de «plantes inoffensives» peut avoir des conséquences néfastes. Une mauvaise indication, une composition incorrecte, des additifs non déclarés, de même que des pesticides et des métaux lourds entraînent régulièrement des empoisonnements graves, voire mortels [11], ce qui a considérablement nui à l'image de la thérapie par les remèdes.

Qi Gong, Tai-Chi et Tui-Na

Le *Qi Gong* et le *Tai-Chi* sont des exercices de gymnastique qui permettent d'harmoniser de manière ciblée la libre circulation du *Qi* et ont en outre une action relaxante et antistress grâce aux exercices de méditation. Ces deux activités sont assez éloignées de la gymnastique thérapeutique, qui est orientée exclusivement sur les fonctions mécaniques du corps.

La technique de massage *Tui-Na* vise elle aussi à améliorer et à harmoniser la circulation du *Qi* en agissant par une pression des doigts sur les cercles fonctionnels concernés. Ce traitement présente une certaine similitude avec les manipulations de la médecine manuelle.

Formation initiale, post-graduée et continue

L'«Association des sociétés médicales suisses d'acupuncture et de médecine chinoise» (ASA), organisation faîtière des trois sociétés médicales de MTC (SACAM, ATMA et AGMAR), représente plus de 800 médecins spécialisés titulaires d'une attestation de formation complémentaire reconnue par la FMH «Acupuncture et MTC (ASA)». Ce sont les trois sociétés faîtières qui proposent et organisent la formation selon des modules, puis sanctionnée par un examen final fédéral [12] en accord avec la FMH. L'ASA chapeaute cet examen et organise tous les ans depuis 8 ans, un congrès national ASA-MTC, avec aussi des orateurs internationaux, qui se tient sur 2 jours, dont la 8^e édition a eu lieu les 4 et 5 décembre 2014 à Soleure [13].

Pour ce qui est de la SACAM, c'est l'instance collégiale de médecine complémentaire (KIKOM) de l'Université de Berne [14] qui est chargée des blocs de formation pris en compte pour les examens sanctionnant les différents stades des études de médecine chinoise. Depuis peu, il y a un pendant universitaire auprès de la faculté de médecine de Zurich avec un professeur nommé (Prof C. Witt), tandis que du côté romand à Lausanne et Genève, des ouvertures voient le jour dans les facultés de médecine pour informer les futurs médecins en formation.

Nous espérons que cet article vous a permis d'y voir plus clair et contribuera à jeter un pont entre la médecine dite académique et les méthodes thérapeutiques complémentaires. Nous serions particulièrement heureux d'avoir pu inciter nos collègues à s'intéresser aux larges horizons qu'ouvre la médecine complémentaire.

Lucerne, 12 février 2014 – 15 janvier 2015