



LE JOURNAL

MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE



Bulletin d'information hebdomadaire par Sinolux



SUITE ET FIN



Remèdes naturels contre la fièvre hivernale



Nous avons vu la semaine dernière plusieurs remèdes pour lutter contre la fièvre quand celle-ci trouve son origine dans les attaques externes de Vent Chaleur avec l'utilisation de **Bai Hu Tang 3354** qui clarifie la Chaleur du Yang Ming.

En médecine traditionnelle chinoise, la fièvre est classée en 2 types.

1. La pathogénie externe qui est commune à plusieurs autres types de fièvre, comme le Vent-Froid, le Vent-Chaleur ou encore l'Humidité-Chaleur.

2. La fièvre endogène qui est principalement causée par l'alimentation, la fatigue ou des changements dans les émotions, ce qui entraîne un déséquilibre du Yin et du Yang et une déficience du Qi et du Xue. Sur le plan clinique, on observe souvent des patients souffrant d'une fébricule quotidienne qui persiste sur le long terme. En médecine occidentale, les fièvres d'origine interne se retrouvent souvent dans les maladies chroniques.

Mais dans tous les cas, lorsque la température du corps n'est pas très élevée, vous pouvez d'abord abaisser naturellement celle-ci avec la préparation qui suit.



- 15g **Qing Hao 5462** pour clarifier la Chaleur caniculaire externe perverse et faire reculer la Chaleur Vide.
- 15g **Lian Qiao 5374** pour lutter contre les attaques externes de Vent Chaleur et pendant les phases de maladies de tiédeur.
- 15g **Bo He 5516** pour rafraîchir et libérer le Biao du Vent Chaleur externe. Bo He va à la tête, aux yeux, à la gorge et traite également le prurit de la rougeole.

Trempez les ingrédients dans de l'eau bouillante pendant 10 minutes et après refroidissement, mettez-le au réfrigérateur et utilisez le liquide obtenu pour laver la poitrine, le front, les aisselles, les mains et les pieds.





Il n'est pas rare de constater que lorsque l'attaque externe de Vent est terminée, une petite fièvre persiste surtout le soir alors qu'elle n'est pas présente le matin.

En général, les personnes âgées et fragilisées sont plus susceptibles de se retrouver dans cette situation.

On peut voir que la raison de la fièvre récurrente est causée par "l'épuisement du Xue et du Qi". Le Qi et le Xue sont les fondements de la résistance. Si le Qi et le Xue sont insuffisants, la résistance sera faible, de sorte que la maladie se reproduira, avec une forte fièvre mais possiblement une fièvre légère et intermittente.

Il n'y a qu'un seul moyen de faire baisser rapidement la fièvre et de se rétablir complètement, c'est de renforcer la vitalité et d'augmenter la droiture.



Dans ce cas, la décoction suivante est conseillée

- 24g **Chai Hu 5648** en quantité importante réduit la fièvre et dissipe le Qi pervers de la couche du Shao Yang.
- 9g **Huang Jing 5799** du fait de sa nature froide, il est antipyrétique et il évacue la Chaleur.
- 9g **Ren Shen 1040** est l'ingrédient clé de cette formule car c'est un grand tonifiant, il revigore la vitalité et cultive la droiture. Sa puissance est supérieure à celle de Da Zao, Zhi Gan Cao et Sheng Jiang et il peut augmenter instantanément la résistance du corps.
- 9g **Sheng Jiang 5810** libère le Biao par la transpiration, réchauffe le Foyer Moyen et le Poumon pour stopper la toux.
- 9g **Ban Xia 5798** associé à Sheng Jiang, il stoppe les vomissements et la toux. Il assèche l'humidité et transforme les mucosités tout en harmonisant la Rate et l'Estomac.
- 12g **Da Zao 2432** est connu comme le fruit de la Rate. Ils sont sucrés, pleins de chair et riches en nutriments. Manger Da Zao pour compléter l'alimentation et renforcer la Rate et l'Estomac pendant une maladie grave améliore naturellement la vertu de l'organisme.
- 9g **Zhi Gan Cao 4815** est également un authentique remède tonifiant pour la Rate, qui revigore et reconstitue le Qi. Ce Zang et son Fu sont la source du Qi acquis et du Xue. Car ce n'est que lorsque la Rate est forte que le Qi et le Xue seront suffisants et que le Yuan Qi sera fort.



Vous pouvez également choisir d'autres méthodes comme :

- l'acupuncture des points hors méridien Shixuan, Hegu GI4, Quchi G11, Dazhui DM14, Waiguan TR5 que nous avons vu en détail la semaine dernière
- les ventouses sur les points du méridien de la vessie 
- la piqûre et la saignée de Dazhui DM14, Shaoshang PI1, Shangyang GI1
- le Gua Sha 

La thérapie de grattage par le Gua Sha est l'un des remèdes populaires efficaces couramment utilisé en Chine pour traiter la fièvre élevée. Vous pouvez choisir les points d'acupuncture cités ci-dessus pour le grattage ou vous pouvez choisir une large zone le long du méridien Du Mai et du méridien de la Vessie. Vous travaillez de haut en bas, léger au début puis lourd, jusqu'à ce que la peau locale laisse apparaître des taches « Sha » rouges pourpres.

Adeptes des plantes, des aiguilles ou plutôt du Gua Sha ou encore des ventouses, il ne vous reste plus qu'à pratiquer ces différentes méthodes pour en observer les bienfaits. .



Samedi 4 février, nous entrons dans la période du Li Chun. C'est le premier terme solaire de l'année, le début du printemps.

La médecine chinoise associe le printemps à l'élément bois, ce qui correspond au Foie. Tout naturellement, les soins de santé de cette période doivent s'attacher à nourrir ce Zang. La température devrait augmenter progressivement, les précipitations également. Cependant, faites attention à vous couvrir avec "un bas épais et un haut mince" en mettant l'accent sur le dos, l'abdomen et les pieds.



“

À LA SEMAINE PROCHAINE
POUR DÉCOUVRIR UN
NOUVEAU SUJET.



Agenda MTC



11 février

La première rentrée du CEDRE a lieu le 9 janvier, une rentrée mixte. La rentrée classique aura lieu le 11 février. Pour comprendre le pourquoi des 2 formules, rendez-vous sur cette page qui vous expliquera tout. <https://www.cedre.org/formations-du-cedre/les-formules>

18 et 19 février

Les 18 et 19 février, l'institut Shao Yang propose une formation en pharmacopée chinoise. Gilbert VAYSSE vous présentera des solutions en matière de syndrome BI, rhumatisme, arthrose, arthrite, hernie discale, douleurs du corps - <https://shaoyang.fr/stage-pharmacopée-deux-week-ends-en-novembre-2022-et-fevrier-2023/>

25 mars

Qi Fang vous propose une première formation le 25 mars destinée aux étudiants ou thérapeutes en recherche de perfectionnement en pratique clinique, plus particulièrement dans l'art du diagnostic - <https://www.qifang.eu/formations/>

Formation

" Vous souhaitez devenir expert en gynécologie, Plume Charpentier, Ethno-médecin de médecine chinoise, spécialisée en pathologies gynécologiques et infertilité, vous propose une formation complète post-graduée en 7 weekends. contact@tchenjen - <https://www.tchenjen.com>"



Il existe de nombreux livres sur le Qi Gong mais peu en évoquent les principes et encore moins la spiritualité.

Ce livre a été écrit dans le but de répondre aux questionnements de mes élèves et de leur fournir les bases de mon enseignement... Qui est principalement spirituel !

Et en faire profiter toutes les personnes dans la Voie merveilleuse du Qi Gong.

Le défi a été de parler de sujets complexes, dans un langage le plus simple. Donner ce qui est essentiel.

C'est également une introduction au Qi Gong Médical tel que je le pratique.

Un ouvrage plus détaillé est en cours d'écriture...

Vous y découvrez comment purifier votre Cœur, les 5 degrés de maîtrise du Qi, des conseils pour apprendre et aller vers la méditation, l'esprit des points, et bien plus encore.

Il est le fruit d'un long cheminement dans ma spiritualité, la méditation, l'apprentissage et l'enseignement.

Voici le lien pour le commander <https://lartduqigong.com/boutique>

Si souhaitez promouvoir une formation, un ouvrage ou autre, contactez-nous contact@sinolux.lu



Sinolux



Votre spécialiste en pharmacopée
chinoise depuis plus de 30 ans

Une large gamme de produits

Un service d'aide personnalisé

Produits de qualité supérieure

Notre engagement sur le prix

Dans un souci de rendre disponibles aux plus grands nombres la pharmacopée chinoise, Sinolux s'engage à vous proposer les prix les plus bas.

**Avez-vous trouvé moins cher ailleurs
pour un produit identique?
Faites le nous savoir, nous nous
alignerons sur ce tarif***

A qualité égale *