



# LE JOURNAL

## MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE



Bulletin d'information hebdomadaire par Sinolux



## PARTIE 2

### *Dossier sur les allergies saisonnières*

#### Remèdes thérapeutiques naturels des maladies allergiques de saison

La semaine dernière nous vous avons livré les méthodes de prévention pour éviter les allergies saisonnières. Si elles se sont déjà installées, pas de panique, il existe des remèdes curatifs qui vous permettront de vous débarrasser (enfin) de vos mouchoirs.

L'allergie peut survenir dès l'enfance mais également plus tardivement. Elle résulte d'une affection des voies aériennes supérieures provoquant des écoulements nasaux en alternance, des éternuements, des gênes oculaires (rougeurs, démangeaisons, larmoiements, gonflements).



Dans les cas graves, elle aboutit à une crise d'asthme et se traduit par une contraction des muscles entourant les bronches et un gonflement intérieur de la paroi bronchique. Les signes sont nettement plus sérieux avec oppression thoracique, respiration sifflante, toux et essoufflement pouvant amener le patient à une hospitalisation en urgence.

Pendant la phase aiguë, les symptômes des patients sont évidents et le traitement en MTC se concentre principalement sur l'expulsion du pathogène externe. Ces pervers sont d'ailleurs souvent combinés et mélangés.



Nous verrons cette semaine la différenciation et le traitement de la rhinite allergique de type plénitude.

Afin de mieux la distinguer, les symptômes et des signes généraux du patient sont plus importants que les signes locaux. C'est leur observation attentive qui sera la clé de la différenciation du syndrome. Grâce aux symptômes et aux signes du corps entier, il est possible d'évaluer de manière exhaustive le syndrome et ainsi, de mieux le prendre en charge.



### Commençons par la rhinite Froide de type plénitude :



Les signes locaux sont :

- congestion et démangeaisons nasales légères le jour et sévères la nuit avec une grande quantité d'écoulement aqueux
- éternuements fréquents en cas de stimulation par le Froid

On peut retrouver les signes généraux de

- teint foncé
- transpiration peu présente ou absente
- douleurs à la tête et au cou, douleurs lombaires
- mains et pieds Froids
- langue pâle, enduit blanc ou glissant
- pouls flottant, serré


Le principe de traitement consiste à

- libérer le Biao du Vent Froid



 **Ma Huang Tang 890018** est une formule tiède qui libère le Biao du Vent et du Froid surtout si le Froid prédomine.

Les signes supplémentaires que l'on pourra observer sont des frissons, céphalées, douleurs généralisées, courbatures, dyspnée.


 **Ge Gen Tang 3385** est une formule tiède qui traite les invasions externes de Vent Froid dans le méridien Tai Yang (Vessie – Intestin Grêle). Cette formule a un tropisme pour la partie supérieure du méridien de la Vessie.

Elle peut également être utilisée dans les diarrhées chroniques chez l'enfant.

 **Jing Fang Bai Du San 3367** est une formule tiède pour les atteintes externes de Vent Froid Humidité quand il y a des mucosités et que possiblement il y a transformation du Vent Froid en Vent Chaleur.


On pourra alors observer les signes de rougeurs oculaires, gorge enflée et douloureuse, fièvre aiguë et frissons simultanés, toux et respiration sifflante avec des mucosités blanches abondantes, sensation de plénitude dans la poitrine.

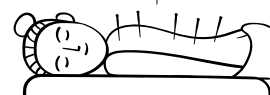
Cette formule peut être prise avec du thé chaud au **5810 Sheng Jiang** ou avec du porridge au riz et au **5810 Sheng Jiang** afin d'encourager la transpiration.

 **Xiao Qing Long Tang 3319** est une formule chaude pour les attaques externes de Vent Froid Humidité quand le Qi du Poumon remonte à contre-courant et provoque une respiration sifflante, une toux productive avec des expectorations abondantes claires ou blanches, une difficulté à expectorer, une sensation de constriction thoracique.

Peut s'accompagner d'une difficulté à uriner et d'un œdème du visage et des membres.

Traitement de court terme, arrêter la prise une fois que les symptômes de Vent Froid ont disparus, continuer le traitement avec une formule adaptée à la constitution du patient

 En plus des points d'acupuncture évoqués la semaine dernière, on peut proposer P7, VII et 12, DM14, DM16 et RM17 pour libérer la Biao du Vent Froid. La pratique de la moxibustion est recommandée.





### Voyons maintenant la rhinite Chaleur interne et Froid externe de type plénitude

Les signes locaux sont :

- congestion et démangeaisons nasales
- écoulement nasal
- éternuements fréquents en cas d'exposition au Froid

Au niveau des signes généraux, on retrouve

- teint foncé
- moindre transpiration
- douleurs à la tête, au cou, au dos
- bouche sèche et amère
- selles sèches
- lèvres rouges
- urines jaunes foncées
- langue rouge avec un enduit blanc ou jaune
- pouls flottant, rapide et tendu



Le principe de traitement consiste à

- dissiper le Vent et le Froid du Biao
- clarifier la Chaleur stagnante de l'intérieur



**Fang Feng Tong Sheng San 3310** est une formule fraîche à prendre dans les attaques externes de Vent Chaleur quand il y a déjà de la Chaleur interne préexistante dans la couche du Qi ou que l'invasion attaque simultanément l'externe et l'interne.



**Ma Xing Shi Gan Tang 3133** est une formule Froide qui clarifie la Chaleur interne qui obstrue le Poumon. A prendre lorsque la respiration est difficile, qu'il y a de la toux et de l'asthme.



Dans ce cas, les points d'acupuncture à traiter consisteront à clarifier la Chaleur et dissiper le Vent comme GI4, GI11, DM14, VII et 12, DM16, VB20, TR5, P7.



### Traitement de la rhinite de type plénitude non Froide-non Chaude

Les signes locaux sont :

- congestion nasale ou écoulement récurrents
- éternuements fréquents en cas de Vent et de Froid
- oppression thoracique, toux
- mal de gorge

On peut retrouver les signes généraux de

- fatigue, manque d'énergie
- teint pâle
- mauvaise humeur
- manque d'appétit
- sécheresse de la bouche
- nausées
- langue rouge claire, enduit blanc
- pouls flottant



Le principe de traitement consiste à

- reconstituer le Qi
- réconcilier le Shao Yang (San Jiao – Vésicule Biliaire)



**Ren Shen Bai Du Wan 3384** est une formule tiède qui libère le Biao du Vent Froid Humidité chez les patients qui présentent une déficience sous-jacente de Qi et de Yang. On peut retrouver en plus de la fièvre, des douleurs et raideurs de la tête et de la nuque, céphalées, courbatures du corps.



On ajoutera les points E36 – V20 – RM4 – RM6 – V43 pour soutenir le Yang Qi.



**Xiao Chai Hu Tang 3626** est une formule équilibrée en cas d'atteinte du Shao Yang quand Xie Qi est mi-interne, mi-externe. On aura des signes d'alternance de fièvre et frissons, froid et chaud, la bouche sera amère avec une distension dans les côtes, l'estomac peut présenter des brûlures avec nausées et/ou vomissements, irritabilité, agitation.



Les points à traiter seront alors TR5 – TR6 – MC6 – VB41 – VB40 – DM14 – TR9



Conseil santé de saison :

Le 21 mars, nous rentrons dans le 4ème terme solaire, Chun Fen, l'équinoxe de printemps. Voici une astuce pour préserver la santé de cette période : le massage du point Taichong F3.

Pressez le point Taichong 200 fois de chaque côté, jusqu'à ce que la douleur disparaisse. Une fois par jour ou tous les deux jours, ce massage permet d'apaiser le Foie, de soulager la stagnation et d'éliminer le Feu pour améliorer et prévenir les maladies fréquentes au printemps.

LA SEMAINE PROCHAINE, NOUS NOUS ATTARDERONS SUR LES ALLERGIES SAISONNIÈRES DE TYPE DÉFICIENCE.



**MARCH**  
SUNDAY MONDAY TUESDAY

## Agenda MTC



### 22 et 23 avril

Acupuncture spacio-temporelle (AST) « Retenez bien le jour et l'heure... ».

Une formation d'un week end, les 22 et 23 avril, pour apprendre à soulager vos patients des traumatismes émotionnels et physiques dont ils connaissent la date et l'heure à l'aide de 5 aiguilles maximum.

Une méthode simple et efficace pour compléter merveilleusement votre pratique.

<https://www.sferemtc.fr/post-grades-stagiaires-sfere>

### 30 mai au 2 juin

Du 30 mai au 2 juin, Shen Tao propose un stage en aromathérapie et énergétique chinoise. Cette méthode synergique unique associant le Tui Na de bien-être et les propriétés des huiles essentielles activera la circulation du sang et du Qi favorisant ainsi la prévention des maladies, l'élimination du stress et de la fatigue.

<http://shentao.fr/les-formations-mtc-lyon/stages-thematiques-qnt-aromatherapie-qi/>

### 11 au 18 juin et du 10 au 17 septembre

Formation par Catherine Charles : dans un mode expérimental et concret, en immersion pour vraiment retrouver sa vitalité lors des Retraites « Aux sources de l'Energie » à Sant'Antioco en Sardaigne.

Cette année, il y aura deux sessions : du 11 au 18 juin et du 10 au 17 septembre.

<https://www.catherinecharles.life/aux-sources-de-lenergie>

### Formations

« Que la nourriture soit ton premier médicament », c'est en partant de ce constat que l'école Shao Yin propose une formation en Diétothérapie occidentale et chinoise approfondie. Elle débutera en Novembre 2023 pour une année scolaire et se déroulera sur 5 week-ends de Novembre à Juin.

<https://www.ecole-shaoyin-mtc.fr/formation/dietotherapie/>

Philippe Sionneau ouvre son école, « l'Académie Supérieure de Médecine Chinoise ». Une formation complète pour maîtriser les théories fondamentales, manier l'acupuncture avec précision, goûter à l'art de la diététique, mettre en action la puissance de la pharmacopée, exercer les méthodes bien-être du Tui Na et étendre son énergie grâce au Qi Gong. <https://asmc.education>

UNE LARGE GAMME DE PRODUITS

UN SERVICE D'AIDE PERSONNALISÉ

PRODUITS DE QUALITÉ SUPÉRIEURE

Nous sommes ravis de vous informer que nos promotions  
continuent de plus belle !  
N'hésitez pas à nous demander un devis personnalisé.



SINOLUX ET JING WEI SHOP

