ELSEVIER

针灸

Sous la direction de

Claudia Focks

Traduit de l'anglais par

Sylviane Burner

Atlas d' acupuncture



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Dédicace

À mes parents, Paula et Alfons Focks, qui ont toujours aidé leurs enfants, moi y compris, à chercher et à trouver leur propre chemin. Avec tout mon amour et toute ma gratitude.

La présente édition française a été traduite de l'édition anglaise, *Atlas of Acupuncture* (ISBN 9780443100284), publiée par Churchill Livingstone, une marque d'Elsevier Limited.

Édition originale : ***Atlas of Acupuncture***
Commissioning Editor: Karen Morley, Claire Wilson
Development Editor: Kerry McGechie, Martin Mellor
Project Manager: Morven Dean
Designer: Stewart Larking
Photographs: Anja Messerschmidt
Graphics: Henriette Rintelen

Édition française : ***Atlas d'acupuncture***
Responsable éditorial : Marie-José Rouquette
Éditeur : Dragos Bobu
Chef de projet : Françoise Méthiviez
Conception graphique et maquette de couverture : Véronique Lentaigne

© 1998 Elsevier GmbH, München : première édition allemande (*Atlas Akupunktur*)
© 2006 Elsevier GmbH, München : deuxième édition allemande (*Atlas Akupunktur*)
© 2008 Elsevier Limited : première traduction en anglais (*Atlas of Acupuncture*)
© 2009 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés pour la traduction française
62, rue Camille-Desmoulins, 92442 Issy-les-Moulineaux cedex
www.elsevier-masson.fr

L'éditeur ne pourra être tenu pour responsable de tout incident ou accident, tant aux personnes qu'aux biens, qui pourrait résulter soit de sa négligence, soit de l'utilisation de tous produits, méthodes, instructions ou idées décrits dans la publication. En raison de l'évolution rapide de la science médicale, l'éditeur recommande qu'une vérification extérieure intervienne pour les diagnostics et la posologie.

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés réservés pour tous pays. En application de la loi du 1er juillet 1992, il est interdit de reproduire, même partiellement, la présente publication sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).

All rights reserved. No part of this publication may be translated, reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any other electronic means, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without prior permission of the publisher.

Photocomposition : Macmillan India Limited, Chennai, Inde
Imprimé en Italie par LegoPrint, 38015 Lavis (Trento), Italie

Dépôt légal : septembre 2009
ISBN : 978-2-8101-0093-4

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Préface

« Un point d'acupuncture est localisé là où on le localise » ; tout comme la localisation des veines, des artères et des nerfs, la localisation des points d'acupuncture peut varier. Par conséquent, localiser et stimuler un point d'acupuncture est un processus spécifique pour chaque patient, semblable à celui qui consiste à trouver une veine ou une artère pour faire une piqûre. Le but de cet atlas est donc d'aider ceux qui étudient ou qui pratiquent l'acupuncture à trouver la localisation correcte des points d'acupuncture. En fin de compte, la localisation exacte d'une « dépression au niveau du point d'acupuncture » sera là où on peut la sentir, la stimuler de façon énergique en toute sécurité et, le plus important de tout, là où elle est efficace pour le traitement.

Le traitement par acupuncture exige non seulement de connaître la localisation de chaque point mais aussi de comprendre le contexte de ces points. Cet atlas comporte donc à la fois une description de chaque point et une description du concept central qu'est le système des méridiens.

Le cœur des chapitres 4, 5 et 6 propose des présentations sur une seule page de chaque point d'acupuncture utilisé, y compris des points hors méridien. La présentation clairement structurée de chaque page, accompagnée de pictogrammes, permet un accès rapide aux informations pertinentes en pratique clinique quant à la localisation et aux indications de chaque point. Des instructions guident pas à pas le lecteur dans l'anatomie de surface qui entoure la localisation correcte du point. Des figures montrant les structures anatomiques pertinentes, de même que des dessins montrant le trajet des méridiens de la région du corps concerné, fournissent une aide pratique supplémentaire pour localiser correctement un point. Le texte et les photographies contiennent aussi des informations quant aux autres points localisés dans le voisinage ou aux autres points de localisation comparable dans d'autres parties du corps. Cette approche permet non seulement de détourner l'attention portée sur chaque point au profit d'une vision anatomique plus vaste, mais aussi de nourrir une compréhension du contexte entre la localisation et l'action d'un point donné.

Le chapitre 7 présente les points d'un méridien en fonction de leur région anatomique et inclut des illustrations de leur environnement anatomique, de même que des détails présentés sous forme de texte ou d'images. Cette présentation va permettre d'approfondir la compréhension de la relation anatomique qui lie les points des méridiens et compléter ce concept théorique. Le chapitre 2 « Méthodes de localisation et mesures des *cun* » de même que le chapitre 3 « Présentation anatomique » fournissent des données supplémentaires pour localiser chaque point. Les illustrations proposées dans ces chapitres sont une adaptation de celles de l'atlas bien connu de Sobotta.

Les praticiens de la médecine chinoise travaillent avec le Qi et sa circulation. Dans ce contexte, chaque « point d'acupuncture » possède à la fois une composante anatomique et énergétique, et constitue une partie intrinsèque du système des méridiens, qui permet un échange entre l'Extérieur et l'Intérieur du corps. Dans cette optique, le chapitre 1 décrit les méridiens alors que le chapitre 8 décrit les catégories de points et les associations de points, les expliquant en fonction des effets qu'ils ont par rapport aux méridiens énergétiques et les décrivant de façon bien précise et visuelle. Le chapitre 9 contient les toutes dernières informations et données sur les effets scientifiquement prouvés ou rejetés pour chaque point d'acupuncture.

J'espère que cette nouvelle édition constituera une aide précieuse à la fois pour les étudiants et les praticiens, et qu'elle leur permettra d'étudier l'acupuncture et de l'appliquer dans leur pratique clinique. J'attends avec impatience vos critiques et suggestions constructives.

Claudia Focks, 2008

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Remerciements

Cet atlas d'acupuncture illustré est un projet commun à de nombreuses personnes qui ont contribué de façon très utile à sa réalisation.

Tout d'abord, mes remerciements vont aux modèles qui ont posé pour les photos et à la photographe, Anja Messerschmitt. Sa compréhension du sujet et sa compétence photographique ont fourni la base visuelle de cet Atlas et en ont fait un « régal pour les yeux ».

J'aimerais remercier la graphiste Henriette Rintelen pour la qualité de ses schémas, qui ont contribué à convertir mes idées en images.

Mes remerciements vont aussi à mon collègue Ulrich März pour avoir organisé de façon concise le chapitre sur la « Présentation anatomique » et apporté sa contribution aux chapitres clé. J'aimerais remercier mon collègue Ingolf Hosbach pour sa participation au chapitre « Recherche » et pour ses idées sur les pictogrammes visuels concis qu'il a partiellement convertis à partir de l'outil informatique.

Je veux remercier tout le personnel d'Elsevier impliqué dans ce projet pour leur collaboration qui s'est révélée une fois de plus très efficace. Mes remerciements vont plus particulièrement à Rolf Lenzen qui a accepté de faire cet atlas, à Christine Kosel qui a pris en charge l'énorme organisation de sa réalisation, de même qu'à Petra Münzel-Kaiser et à Christl Kiener qui en ont assuré la publication. Mes remerciements chaleureux vont plus précisément à Christl Kiener pour ses nombreuses idées et pour nos échanges fructueux.

Ma gratitude la plus profonde va aussi à mes enseignants, qui ont allumé en moi l'étincelle d'où a jailli mon enthousiasme pour la médecine chinoise et la médecine énergétique. Je remercie mes patients pour leur confiance et pour m'avoir permis d'apprendre beaucoup d'eux.

J'aimerais aussi remercier les femmes de caractère de ma famille et le cercle de mes amies, qui toutes m'ont inspirée et ont été la source vivante d'une force bien féminine. Merci à ma sœur, Annette Focks, pour son amitié et sa merveilleuse musique qui m'ont aidée à surmonter les obstacles de ce projet. Je voudrais adresser des remerciements particuliers à Anneliese Solenski et Christa Skopp qui m'ont soutenue dans ma vie personnelle.

Par dessus tout, je voudrais remercier mon mari Christoph Ranzinger, source de mon inspiration, et nos merveilleux enfants, Tabae et Lasse, pour leur amour et leur généreuse tolérance, sans lesquels cet atlas n'aurait pas pu voir le jour.

Claudia Focks, Rottweil, 2008

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les auteurs

Le Dr Claudia Focks exerce à Rottweil. Anesthésiste, elle possède une qualification supplémentaire en naturopathie et en homéopathie, et elle s'est formée en médecine chinoise en Chine, en Autriche et en Allemagne, obtenant un diplôme de troisième cycle à l'ETHNOMED Institut für Ethomedizin e.V. (Institut humanitaire d'ethnomédecine) à Munich. Elle se concentre sur la médecine chinoise et les thérapies énergétiques. Elle est co-éditeur et co-auteur de *Leitfaden Chinesische Medizin*, et co-auteur de *Leitfaden Akupunctur*, ouvrages publiés tous deux par Elsevier à Munich. Elle donne des conférences sur la médecine chinoise à la fois en Allemagne et à l'étranger.

Le Dr Ulrich März exerce à Ulm. Généraliste ayant son propre cabinet, il est spécialisé en acupuncture et en médecine traditionnelle chinoise. Conférencier associé à l'Université d'Ulm en acupuncture et MTC, il est chef de projet du programme d'études de troisième cycle en acupuncture et MTC à l'Akademie für Wissenchaft, Wirtschaft und Technik de l'Université d'Ulm. Il est co-auteur de *Leitfaden Akupunctur*, publié par Elsevier à Munich.

Le Dr Ingolf Hosbach exerce à Bochum. Anesthésiste, il possède une qualification supplémentaire en soins palliatifs. Il travaille à la clinique universitaire Bergmannsheil à Bochum. Il est conférencier associé aux universités de Witten/Herdecke et de Bochum. Il est l'auteur de publications scientifiques sur la recherche en soins palliatifs, en acupuncture et en MTC. C'est lui qui est le webmestre de la page d'accueil du Département de médecine chinoise des universités de Witten/Herdecke et du DWGTCM e. V. (www.dwgtcm.com).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

1 Les méridiens principaux et secondaires - *jing luo*

Claudia Focks

1.1 Introduction

1.1.1 Deux modèles de circulation du Qi dans les méridiens – Aperçu historique

Il existe essentiellement deux points de vue quant à la circulation du Qi dans les méridiens. Ceux-ci reposent sur une compréhension différente de la circulation du Qi dans les corps (→ Pirog 1995, Manaka 1995/2004). Pour une meilleure compréhension de chaque modèle, il faut imaginer une personne qui lève les bras au ciel (→ Fig. 1.1 et 1.2).

Modèle de circulation centripète

Le cœur de la cosmologie chinoise traditionnelle, qui décrit les hommes comme étant entre le ciel (Yang) et la terre (Yin), intègre l'interrelation, l'influence et l'interdépendance entre le cosmos et l'homme. En conséquence, des textes très anciens sur les méridiens (→ voir Annexe) décrivent le trajet des 11/12 méridiens comme partant des extrémités, se dirigeant vers le centre du corps et se terminant soit à la tête, soit au torse. C'est le schéma caractéristique du **modèle de circulation centripète** (→ Fig. 1.1).

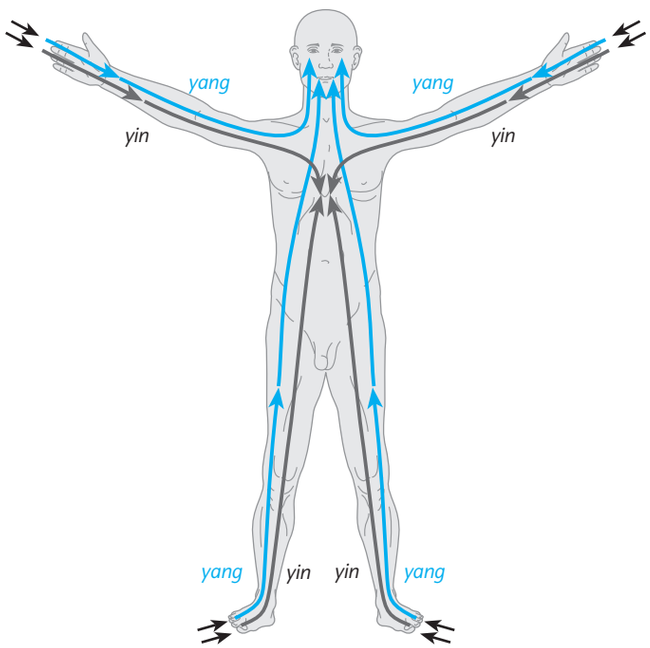


Fig. 1.1 Modèle de circulation centripète (adapté de Pirog 1996)

Ce modèle est aussi présent dans la théorie des cinq points *shu* (points de Transport) (→ 8.1.6). Le Qi macrocosmique pénètre dans le corps à l'extrémité des membres et peut se comparer au cours d'un fleuve. Au début, il est très dynamique, comme un puits, un jaillissement et une rivière qui gonflent jusqu'à former un fleuve se jetant dans la mer vaste et profonde aux coudes et aux genoux, avant d'atteindre les organes internes par le biais des méridiens.

Selon ce modèle, on peut comparer la structure des méridiens à une antenne qui reçoit l'influence cosmique et la transmet au corps. La circulation du Qi dans les méridiens va toujours d'une position distale (venant de l'Extérieur et pénétrant dans le corps à ses extrémités) à une position proximale (allant vers le centre, en direction des organes internes). Chaque méridien relie l'homme à différentes parties du cosmos, identifiables dans la structure numérologique. Ainsi, il existe une relation ente les huit merveilleux vaisseaux et les huit trigrammes du *Yijing* (→ 1.7). Les méridiens principaux reflètent les 12 rameaux terrestres et les 10 troncs célestes. Les textes les plus anciens ne mentionnaient que 11 méridiens (→ Annexe, note 2), à savoir 10 sur le bras et 12 sur la jambe. Plus tard, on a essentiellement associé les 12 méridiens principaux aux 12 rameaux terrestres, les 10 troncs célestes servant plutôt à représenter le cycle des Cinq Éléments (*remarque* : on peut également inclure les 10 troncs célestes dans ces derniers).

Modèle de circulation autonome

Au cours de l'évolution de la société chinoise moderne, l'idée d'une forte relation entre l'homme et le cosmos (en tant que modèle « ciel-terre-homme ») a régressé. Actuellement, on compare de plus en plus le système des méridiens à des phénomènes créés par l'homme, comme à des **canaux** et des **fossés de drainage**. L'importance de la connexion originelle avec le cosmos a décliné alors que celle des relations existant dans la société a progressé. La société chinoise est devenue plus complexe, formant une unité indépendante. De la même façon, le concept de méridien en tant que connexion avec le macrocosme a été partiellement abandonné et la circulation du Qi a été décrite comme indépendante et autonome (→ Fig. 1.2). Selon ce **modèle de circulation autonome**, le Qi peut s'écouler dans un sens ou dans un autre, aller des extrémités à l'Intérieur du corps, et de l'Intérieur vers l'Extérieur.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

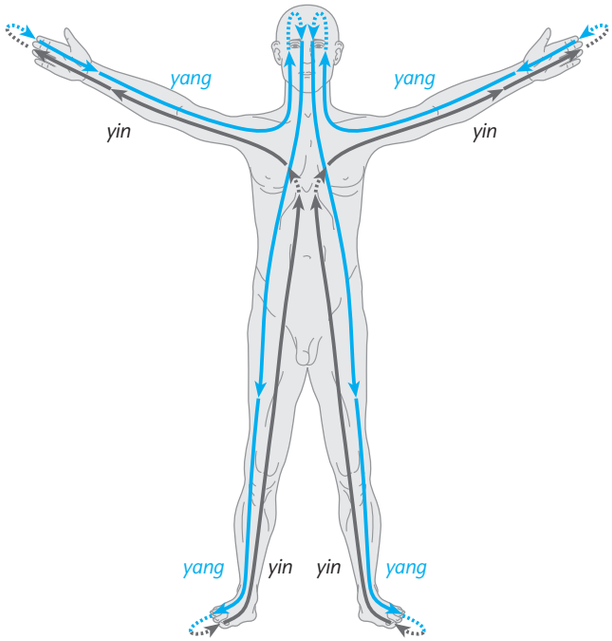


Fig. 1.2 Modèle de circulation autonome (adapté de Pirog 1996)

Ainsi, le sens de circulation du Qi dans les méridiens principaux peut aller d'une direction proximale à une direction distale, et inversement, selon la polarité Yin ou Yang de chaque méridien, et selon chaque extrémité.

Cette deuxième conception, probablement plus récente, décrit la circulation du Qi comme une **circulation continuelle** dans le corps (→ Annexe, note 2), allant du thorax à la main, à la tête et au pied, et retournant au thorax. Cette conception reflète l évolution de la civilisation chinoise, de son agriculture et plus particulièrement de la **gestion** et du **stockage de l'eau** grâce à des réservoirs, des canaux d'irrigation, des fossés, etc., éléments qui ont grandement contribué à l'élaboration de la théorie des méridiens vus comme des **canalisations** dans lesquelles circulent le Qi et le Sang. Les connexions entre les méridiens sont considérées comme des anastomoses (→ 1.2.2) qui facilitent la circulation continuelle et circulaire du Qi d'un méridien à l'autre, permettant la circulation du flux de Qi à l'Intérieur.

On peut donc décrire le modèle de circulation autonome de la façon suivante :

- les méridiens Yin de la main vont du thorax à la main : **P, C, MC**,
- les méridiens Yang de la main vont de la main à la tête : **GI, IG, TR**,
- les méridiens Yin du pied vont de la tête au pied : **E, V, VB**,
- les méridiens Yang du pied vont du pied au thorax : **Rte, Rn, F**.

En Occident, la tradition de l'acupuncture attache plus d'importance à ce modèle de circulation du Qi, ce qui explique partiellement l'utilisation des numéros plutôt que des noms chinois pour nommer les points d'acupuncture.

Toutefois, la structure de ce nouveau modèle de circulation était probablement trop rigide pour expliquer certains des effets de l'acupuncture. Selon Pirog (1996), c'est peut-être la raison pour laquelle on a intégré les méridiens secondaires, par exemple, les méridiens musculaires (→ 1.4) et les méridiens divergents (→ 1.3), ainsi que leur trajet relativement primitif et naturel, dans le système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) selon le modèle de circulation **centripète**.

Comparaison des deux modèles de circulation (adapté de Pirog 1996)

	Modèle centripète	Modèle autonome
Sens de circulation du Qi	Toujours de distal à proximal	Soit de proximal à distal, soit l'inverse, en fonction de la polarité (Yin/Yang) du méridien
Origine du Qi	À partir de l'extérieur du corps. L'extrémité distale du méridien est ouverte de façon à recevoir le Qi du cosmos	Part de l'intérieur du corps. L'extrémité distale des méridiens est reliée au méridien suivant
Fonction des méridiens	Transporter le Qi du cosmos, qui est à l'extérieur, vers l'Intérieur. Favoriser la relation entre l'homme et la nature (le cosmos)	Circulation du Qi à l'intérieur du corps. Favoriser la relation de l'homme avec lui-même

1.1.2 Brève présentation du système des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*)

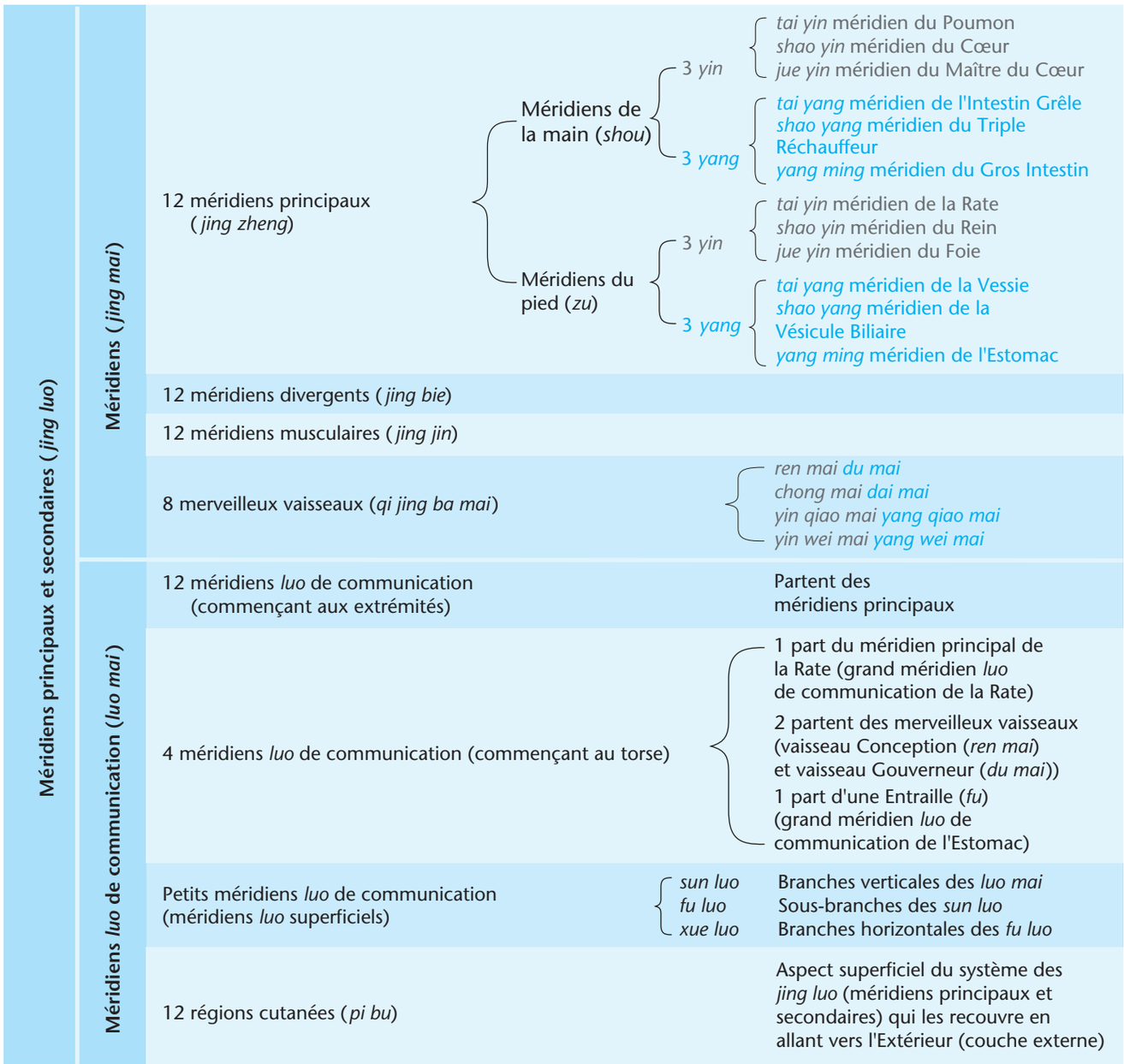
Au chapitre 11, le *Ling Shu* dit : « L'homme vit, les maladies surviennent … le maître, qu'il soit débutant ou expérimenté, doit toujours commencer par le système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) ».

En médecine chinoise, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) sont considérés comme un réseau de méridiens et de vaisseaux dans lesquels circulent le Qi et le Sang (*xue*). Ils sont en relation avec le système des Viscères (*zangfu*) et avec « l'eau » de l'organisme tout entier, approvisionnant le corps en Qi et en Sang (*xue*) à la surface (l'Extérieur) et au plus profond du corps (l'Intérieur), en haut comme en bas.

D'un point de vue fonctionnel, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) gouvernent la distribution du Qi et du Sang (*xue*), régulent le Yin et le Yang, et protègent le corps. Mais ils permettent aussi la diffusion des maladies. Les réactions suscitées par n'importe quelle maladie se manifestent donc sur le trajet des méridiens et peuvent prendre la forme de troubles du méridien même ou de projections externes de troubles des Viscères (*zangfu*). En pratique clinique, les méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) peuvent servir à envoyer le Qi dans les zones malades du corps (pour une présentation de la classification et de la nomenclature du système des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*), → Fig. 1.3).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

a)



b)

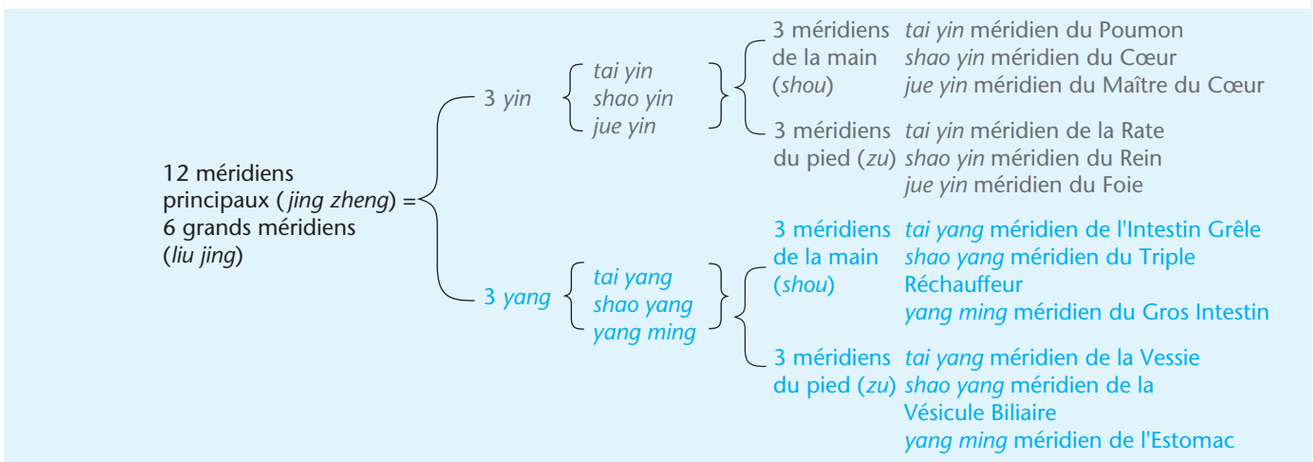


Fig. 1.3 (a) Brève présentation du système des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*) ; (b) Les 12 méridiens principaux et les 6 grands méridiens (*liu jing*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

1.1.3 Répartition et organisation du système des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*)

Selon la loi Extérieur-Intérieur (*biao-li*), « l'Extérieur » communique avec « l'Intérieur ».
L'Extérieur (*biao*) correspond à la peau, aux muscles et aux trajets du système superficiel des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*). Les trajets profonds des méridiens et du système des Viscères (*zangfu*) appartiennent à l'Intérieur (*li*). Une organisation structurelle spécifique est nécessaire au sein du système des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*) pour garantir la circulation du Qi et la communication entre l'Extérieur et l'Intérieur. À cet égard, les merveilleux vaisseaux jouent un rôle particulier. Alors que, de façon générale, ils jouent un rôle majeur dans la coordination et la régulation des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*), ils ne relient pas directement l'Extérieur et l'Intérieur. De la même façon, il n'y a pas de connexion directe entre les merveilleux vaisseaux et le système des Viscères (*zangfu*) (voir ➞ 1.7 et Chapitre 5).

Organisation du système des *jing luo* en profondeur

Il existe différentes conceptions quant à la profondeur à laquelle se situent les divers méridiens et vaisseaux dans le corps. Le tableau qui suit et la figure 1.4 présentent une adaptation des conceptions que l'on trouve chez Solinas et al. (1998) et chez Deadman et al. (1998). Alors que ces auteurs considèrent les trajets Internes profonds des méridiens principaux et divergents comme étant les structures les plus profondes des méridiens, d'autres attribuent ce rôle aux huit merveilleux vaisseaux (pour les huit merveilleux vaisseaux, voir ➞ 1.7).

Brève présentation de la localisation possible des méridiens principaux et secondaires (*jing luo*) en fonction de la profondeur :

Niveaux	Système des méridiens
Niveaux superficiels (peau et muscles)	• 12 régions cutanées • Méridiens *luo* de communication superficiels (*xue luo, fu luo, sun luo*) • 12 méridiens musculaires
Niveaux intermédiaires	• 15/16 méridiens *luo* de communication (*luo mai*) • Trajets externes des 12 méridiens principaux • Trajets externes des 12 méridiens divergents (*jing bie*) • Huit merveilleux vaisseaux
Niveaux profonds (Viscères -*zangfu*)	• Trajets profonds (internes) des 12 méridiens principaux • Trajets profonds (internes) des 12 méridiens divergents

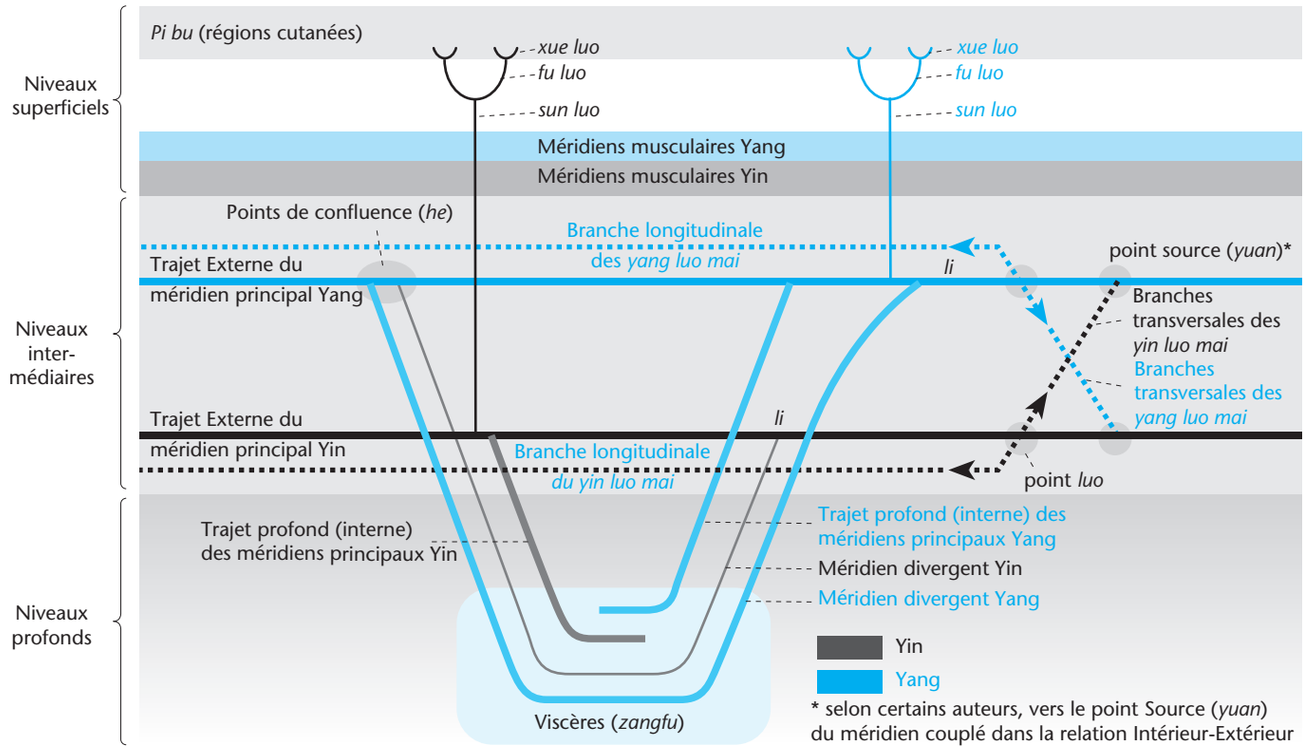


Fig. 1.4 Illustration d'une possible organisation du système des méridiens principaux et secondaires (système des *jing luo*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Système des méridiens

Chaque méridien principal, de même que les « méridiens secondaires » qui s'y rattachent, forme une organisation complexe composée de multiples niveaux, autrement dit, un « système ». Ces systèmes comprennent les diverses relations et connexions entre chacun des méridiens, de même qu'entre les méridiens et les huit merveilleux vaisseaux (→ 1.7, chapitre 5). Ils participent à une régulation harmonieuse du corps. Il existe 12 systèmes de méridiens (*tai yin* de la main, *yang ming* de la main, etc., chaque système comportant les éléments suivants :

- un **méridien principal** (*jing zheng*) (→ 1.2) avec un trajet externe et un trajet interne qui pénètre dans le Viscère (*zangfu*) auquel il se rattache
- un **méridien divergent** (*jing bie*) (→ 1.3)
- un **méridien musculaire** (*jing jin*) (→ 1.4)
- un **grand méridien *luo* de communication** (*luo mai*) (→ 1.5)

À leur tour, les **régions cutanées** enveloppent l'ensemble du système des méridiens.

1.1.4 Circulation du Qi et système des méridiens

Qu'est-ce qui circule avec et dans les méridiens ?

Le système des méridiens représente les « voies du Qi ». En acupuncture, de nombreuses écoles ont pour base de travail le **Qi Vrai (*zhen qi*)** qui, selon Maciocia (1989) représente le stade final du processus de raffinement et de transformation du Qi : le Qi Complexe (*zong qi*), sous l'influence du Qi Originel (*yuan qi*), qui agit comme un catalyseur, devient le Qi Vrai (*zhen qi*), qui se manifeste sous deux aspects, à savoir le Qi Protecteur (*wei qi*) et le Qi Nourricier (*ying qi*). Selon Larre et Rochat de la Vallée (1986), le Qi Vrai est considéré comme **la somme de tous les mécanismes du Qi et/ou de toutes les formes de Qi** du corps. Autrement dit, si la circulation dans les méridiens est harmonieuse et bien équilibrée, on peut alors l'appeler le Qi Vrai (*zhen qi*), c'est-à-dire la circulation qui est « ici et maintenant ». La somme totale de toutes les formes de Qi circulant correctement s'appelle le **Qi Correct (*zheng qi*)** et constitue l'opposé du Qi Pervers (*xie qi*), par exemple, les facteurs pathogènes ou la circulation du Qi à contresens.

Formes de Qi

Essence (Qi) (*jing qi*)

L'Essence (Qi) agit dans l'organisme et, selon certains auteurs, dans une certaine mesure également dans les merveilleux vaisseaux (→ 1.7). Elle représente l'association de l'Essence du Ciel Antérieur héritée des parents, qui, selon de nombreuses écoles, est stockée au Rein et est en relation avec la Porte de la Vie (*ming men*), et de l'Essence du Ciel Postérieur du Réchauffeur Moyen. Elles s'aident mutuellement et se complètent.

Qi Originel (*yuan qi*)

Le Qi Originel (*yuan qi*) est souvent décrit comme la **forme active de l'Essence (*jing*)** qui circule dans les méridiens et se diffuse dans l'organisme tout entier avec l'aide du Triple Réchauffeur. Comme un catalyseur, il représente la force dynamique qui éveille et maintient l'activité fonctionnelle de tous les organes et des toutes les structures. Il possède une composante prénatale et une composante post-natale. C'est pourquoi son bon fonctionnement dépend de l'approvisionnement du Qi acquis, dérivé de l'eau et des aliments fournis par le Réchauffeur Moyen. Le Qi Originel est directement accessible et influencé au niveau des points source (*yuan*) (→ 8.1.1) ou des points **RM-17** (*danzhong/shanzhong*), **RM-12** (*zhongwan*) et **RM-6** (*qihai*).

Qi Complexe (*zong qi*)

Selon Larre et Rochat de la Vallée (1986), le Qi Complexe (*zong qi*) se forme au centre de la poitrine lorsque les essences dérivées de la respiration (Grand Qi, *da qi*) rencontrent la nourriture (*shui gu*, dérivé du Qi des Aliments (*gu qi*) et de l'eau) et sont mises en mouvement grâce à des mécanismes ancestraux par la première respiration post-natale. Comme un « moteur », il règle le rythme et la circulation, il contrôle la respiration et il régule les battements du pouls. Lui-même ne circule pas mais il est comme une « Mer du Qi » qui « se rassemble » au centre de la poitrine, derrière **RM-17** (*danzhong/shanzhong*). Cette mer contient l'eau venue de tous les fleuves (c'est-à-dire les vaisseaux) et ressemble à un réservoir inépuisable qui ne s'écoule pas mais redistribue toutes ses ressources en eau.

Qi Protecteur (*wei qi*)

Le *wei qi* est le **Qi Protecteur** du corps. Ainsi, il défend le corps au niveau de la peau, des fascias et des muscles. Par rapport au Qi Nourricier (*ying qi*), c'est une forme de Qi plus glissante et moins pure qui circule de façon dynamique et rapide dans le corps, comme un **gardien**. Ses racines se trouvent dans le **Réchauffeur Inférieur**, où il est produit par le Feu de ***ming men*** (le feu de la Porte de la Vie), de sorte qu'il a une composante génétique ou constitutionnelle importante. L'Essence (*jing*) et le Qi Originel (*yuan qi*), qui sont stockés dans le Réchauffeur Inférieur (ou, selon de nombreuses écoles, au Rein) sont impliqués dans la formation du Qi Protecteur (*wei qi*), jouant ainsi aussi un rôle dans la défense contre les facteurs pathogènes Externes. De plus, le *wei qi* est constamment réapprovisionné en essence pure extraite de la nourriture par la Rate et l'Estomac, dans le **Réchauffeur Moyen**. Il est diffusé dans le corps entier grâce au **Réchauffeur Supérieur**. Le bon fonctionnement du *wei qi* dépend donc des trois Réchauffeurs.

Qi Nourricier (*ying qi*)

Le Qi Nourricier (*ying qi*) est le résultat de la purification et/ou du processus de distillation d'une substance originelle pure et claire. Comparé au Qi Protecteur (*wei qi*), il est de nature plus Yin. Il **nourrit** le corps entier et constitue sa « **substance**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

constructive » et c'est pourquoi on l'appelle souvent « Qi constructif » ou « énergie constructrice ».

Circulation du Qi Protecteur (*wei qi*) et du Qi Nourricier (*ying qi*)

Circulation du Qi Protecteur (*wei qi*)

Au chapitre 43 du *Su Wen*, le Qi Protecteur (*wei qi*) est décrit comme s'écoulant « en dehors des *mai* » (les méridiens et les vaisseaux). Toutefois, il suit en partie le trajet des méridiens, circulant dans l'espace compris entre la peau et les muscles, ***cou li***. Les *« cou li »* (expression souvent traduite de façon impropre par « pores ») sont les stries ou les compartiments situés entre la peau et les muscles. Ils ont pour fonction de servir de portail à l'entrée et à la sortie du Qi et des liquides, et donc de protéger contre l'invasion des facteurs pathogènes Externes. Selon Larre et Rochat de la Vallée (1986), les *cou li,* en tant qu'enveloppes les plus externes du Triple Réchauffeur, recouvrent le corps entier, mettant en relation la surface du corps et les organes internes. C'est ce qui explique l'efficacité de l'acupuncture et d'autres thérapies manuelles pour traiter les troubles internes, de même que la trace visible, à l'Extérieur du corps, de la présence de maladies des organes internes.

Dans les **couches superficielles du corps**, le Qi Protecteur (*wei qi*) circule dans la peau et la musculature superficielle, qu'il réchauffe, nourrit et fortifie. Par ces actions, il aide le corps à se défendre contre les facteurs pathogènes Externes, agissant essentiellement dans le domaine des méridiens musculaires (*jing jin*) (→ 1.4). Dans les **couches profondes du corps**, il joue un rôle important dans le fonctionnement du « diaphragme ». Selon Larre et Rochat de la Vallée (1986), celui-ci représente non seulement une barrière membraneuse entre le thorax et l'abdomen, mais on peut aussi le considérer comme un « sac de membranes » incluant et reliant le péritoine, la plèvre et le péricarde. Nielsen (1995) voit ce « réseau de creux » comme l'**aspect interne du Triple Réchauffeur** qui se relie à son **aspect externe,** les ***cou li***. Selon cette interprétation, le Qi Protecteur (*wei qi*) serait aussi impliqué dans la **protection du mésentère** et dans celle des organes internes.

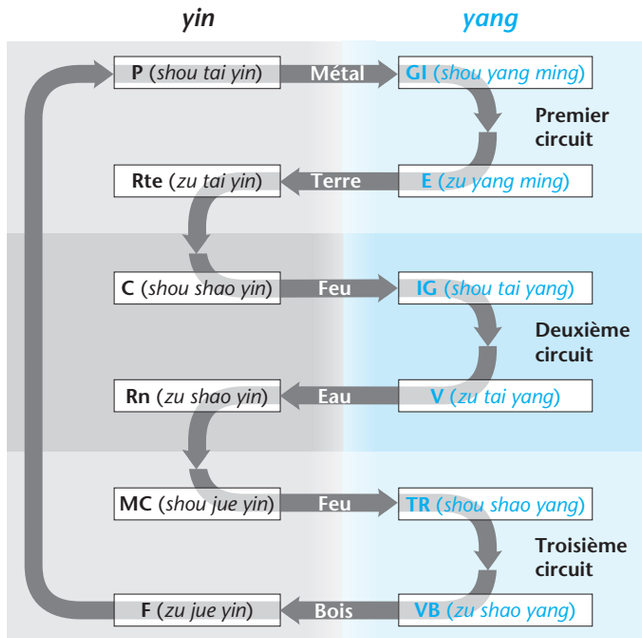
Selon le chapitre 75 du *Ling Shu*, la **circulation du Qi Protecteur (*wei qi*)** est cyclique, changeant entre le jour et la nuit, et inversement. A l'aube, lorsque le Yin est épuisé, le Yang Qi afflue aux yeux et les yeux s'ouvrent. De ce fait, le *wei qi* monte du talon, via le vaisseau (Yin) du Talon (*yin qiao mai*) vers les yeux, au point **V-1** (*jingming*), et s'écoule dans le corps entier comme une cascade, en suivant les six grands méridiens Yang ; « il circule 25 fois dans le Yang ». Au crépuscule, lorsque le Yang Qi est épuisé, le *wei qi* pénètre dans l'Intérieur du corps et circule « 25 fois dans le Yin », selon le cycle de domination (cycle *ke* → 8.2.5) : du Rein, il va au Cœur, du Cœur il va au Poumon, du Poumon il va au Foie, du Foie il va à la Rate, puis il retourne au Rein. Voilà pourquoi le *wei qi* est en relation avec le cycle sommeil-veille : pendant le sommeil, il se retire plus profondément dans le corps, et pendant le jour, il circule dans les couches superficielles du corps. Deux merveilleux vaisseaux, le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) jouent un rôle important (→ 1.7, → chapitre 5) dans ce cadre. Si leur cycle est interrompu, la circulation du *wei qi* est bloquée et les troubles apparaissent. Le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) monte, alors que le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) descend, les deux se rencontrant aux yeux, au point **V-1** (*jingming*) et formant un cycle semblable à celui du petit cycle céleste du vaisseau Conception (*ren mai*) et du vaisseau Gouverneur (*du mai*). Dans les méridiens, si le Yang Qi est en excès, il est drainé et entraîné dans le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), alors « les yeux ne peuvent pas se fermer » et l'insomnie survient. Si le Yin Qi est en excès, il est drainé et entraîné dans le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), alors « les yeux ne peuvent pas s'ouvrir » et la somnolence survient. Dans ces deux cas, il y a un déséquilibre relatif entre ces deux vaisseaux antagonistes.

Circulation du Qi Nourricier (*ying qi*)

Le Qi Nourricier (*ying qi*) circule dans les « *mai* ». Les « *mai* » comprennent à la fois les méridiens principaux (*jing mai*) et les méridiens secondaires comme les méridiens de communication (*luo mai, sun mai*), les méridiens divergents (*jing bie*), les merveilleux vaisseaux et les Vaisseaux Sanguins. Partout où il y a des méridiens et des vaisseaux, le *ying qi* circule. Selon les chapitres 16 et 18 du *Ling Shu*, le *ying qi* circule constamment et continuellement.

Premier circuit du *ying qi* (→ Fig. 1.5)

Le premier circuit du *ying qi* englobe les 12 méridiens principaux. Le cycle **commence** au **méridien principal du Poumon** et **se**



Circuit selon l'horloge des Viscères ; *shou* = main ; *zu* = pied

Fig. 1.5 Premier circuit du Qi Nourricier (*ying qi*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

termine au **méridien principal du Foie** qui, à son tour, se relie au méridien principal du Poumon, fermant ainsi la boucle (→ Fig. 1.5). C'est le **Réchauffeur Moyen** qui fournit *le ying qi* et le **distribue** dans le corps entier. Selon certains textes classiques, le Qi des Aliments (*gu qi*) dérivé de la nourriture est transformé en Qi Nourricier (*ying qi*) exclusivement dans le Poumon, et non pas dans le Réchauffeur Moyen. Comme le trajet interne du méridien principal du Poumon prend naissance dans le Réchauffeur Moyen, ces deux positions ne sont pas contradictoires.

Les **changements de polarisation Yin/Yang** (le passage d'un méridien Yin à un méridien Yang et inversement) s'effectuent toujours au niveau de la main ou du pied (voir aussi → 1.2.2). Par exemple, l'énergie potentielle Yang monte du méridien Yin vers le méridien Yang, puis descend ensuite du méridien Yang vers le méridien Yin (→ Fig. 1.6).

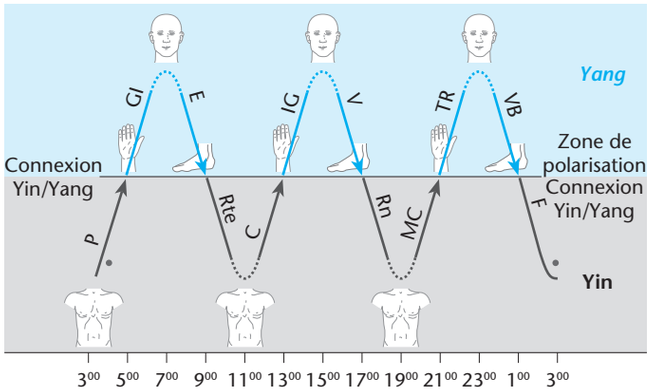


Fig. 1.6 Changements de polarisation Yin/Yang vus comme une courbe sinusoïdale

Premier circuit du Qi Nourricier (*ying qi*) et horloge des Viscères

Le Qi Nourricier (*ying qi*) circule dans les 12 méridiens principaux selon un **rythme circadien de 24 heures** (→ Fig. 1.7), chaque **heure chinoise**, qui porte le nom de l'un des « rameaux terrestres » correspondant à deux heures occidentales (→ horloge détaillée des Viscères, Fig. 1.8).

Chaque créneau de deux heures favorise un méridien spécifique, autrement dit, chaque jour, pendant deux heures (occidentales), le **flux d'énergie culmine** dans un méridien précis. Durant cette période, le Qi de ce méridien s'accroît, déclinant ensuite au cours des deux heures qui suivent. Ce Qi ne va toutefois pas tomber en dessous d'un certain niveau, de sorte qu'il y a toujours une certaine quantité d'énergie qui s'écoule continuellement dans les méridiens.

Exemple : Le Qi du méridien principal de l'Estomac va commencer à se manifester de façon « plus puissante » lorsque le Qi du méridien du Gros intestin est très fort. C'est pourquoi le « flux » du méridien de l'Estomac se situe entre 5 et 7 heures, son apex entre 7 et 9 heures et son « reflux » entre 9 et 11 heures. Au moment de l'apex du méridien de l'Estomac, le méridien qui est à son opposé sur l'horloge des Viscères est à son point

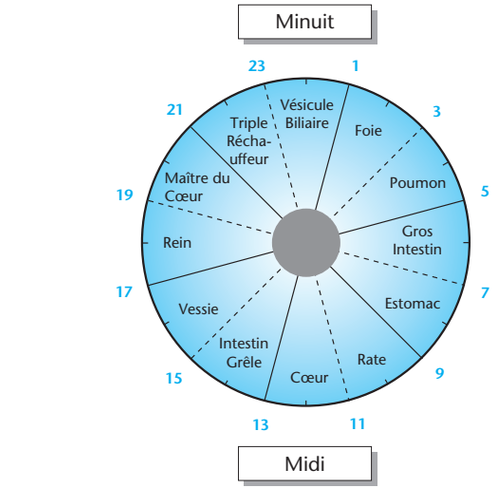


Fig. 1.7 Horloge des Viscères

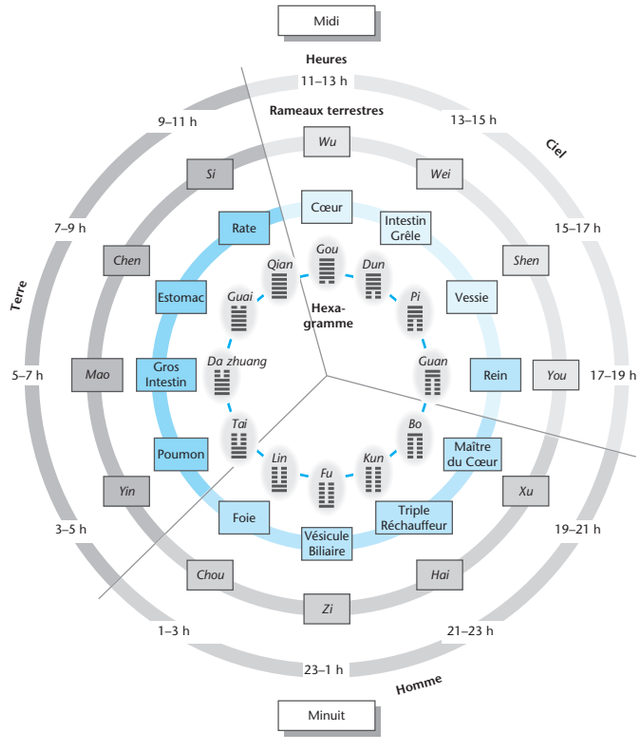


Fig. 1.8 Horloge détaillée des Viscères

le plus bas (→ Fig. 8.3.7) ; ainsi, lorsque le méridien de l'Estomac atteint son maximum, le méridien du Maître du Cœur atteint son minimum.

La figure 1.8, représentant l'horloge détaillée des Viscères avec le circuit de 24 heures effectué par les 12 méridiens principaux, montre également la relation de ce circuit avec les rameaux terrestres et les hexagrammes du *Yijing*.

Second circuit du Qi Nourricier (*ying qi*)

Selon le chapitre 16 du *Ling Shu*, le Qi Nourricier (*ying qi*), après avoir circulé dans les 12 méridiens principaux, emprunte un trajet plus profond du méridien du Foie qui prend naissance

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

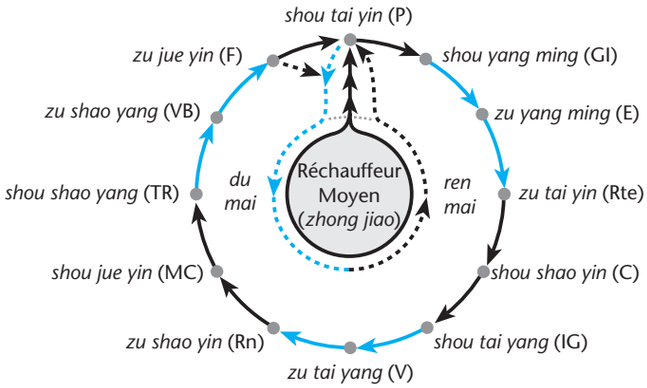


Fig. 1.9 Premier et deuxième circuits du Qi Nourricier (*ying qi*) dans le Réchauffeur Moyen

au point **F-14** (*qimen*), passe par le Poumon, la face postérieure du cou, les voies nasales internes et atteint **DM-20** (*baihui*), puis suit le trajet du vaisseau Gouverneur (*du mai*) sur le dos et du vaisseau Conception (*ren mai*) sur la ligne médiane de l'abdomen. À peu près au niveau de **RM-22** (*tiantu*), le *ying qi* atteint aussi le méridien du Poumon, qui traverse la fosse sus-claviculaire (à proximité de **E-12**). Ici, au début du méridien principal du Poumon, commence un nouveau circuit du *ying qi* dans les 12 méridiens principaux.

1.2 Les 12 méridiens principaux (*jing zheng*)

1.2.1 Contexte général

Synonyme : méridiens primaires, méridiens réguliers ; «*zheng* », traduit par « essentiel » (méridiens principaux) est également en relation avec les termes de « droit » et de « direct ».

Appellation chinoise des méridiens

Sens (voir aussi → 1.2.4, les six grands méridiens (*liu jing*)

Tai : signifie « plus grand », « plus haut ». L'énergie polarisée (Yang et Yin) évolue et atteint le maximum de son activité dans les méridiens *tai yang* et *tai yin*. C'est là qu'ils atteignent le sommet de leur polarité respective avant de commencer à décliner de nouveau.

Shao : signifie « moindre » ou « plus jeune ». L'énergie polarisée (Yang et Yin) est moindre dans les méridiens *shao yang* et *shao yin* que dans les méridiens *tai yang* et *tai yin*.

Ming : signifie « clair », « brillant », « radieux », « éclatant » (pour plus de détails, voir → 1.2.4, les six grands méridiens).

Jue : signifie « absolu », « terminal », « épuisé » mais également, selon Wiseman, « inversé ». L'énergie polarisée (Yin) du méridien *jue yin* représente la phase terminale du Yin ; à ce stade, la polarité devient Yang.

Composition du nom des méridiens

En chinois, le nom des méridiens indique :

- la nature ou la **polarité de l'énergie** (Yin ou Yang) qui coule dans ce méridien
- la **qualité** ou l'**intensité** (*tai, shao, jue, ming*) de l'énergie Yin ou de l'énergie Yang, et
- l'**extrémité** à laquelle commence ou se termine le méridien.

Ainsi, les méridiens Yin ou Yang qui commencent ou se terminent à la main portent le nom de « méridiens principaux de la main » (***shou*** *jing zheng*). Les méridiens Yin ou Yang qui commencent ou se terminent au pied portent le nom de « méridiens principaux du pied » (***zu*** *jing zheng*) (→ Fig. 1.2).

1.2.2 Communication et connexions

Principes du système de méridiens principaux

Les 12 méridiens principaux parcourent le corps de façon **bilatérale**. Chaque méridien a son **propre circuit**, qui comporte un trajet **interne**, profond, et un trajet **externe**, plus superficiel.

On peut faire une distinction entre les méridiens Yin et les méridiens Yang qui sont couplés dans une relation Intérieur-Extérieur. Alors que chaque méridien est en relation avec l'Organe (*zang*) ou l'Entraille (*fu*) qui s'y rattache, il est également connecté à l'Organe du méridien avec lequel il est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur.

Tous les méridiens Yin de la main commencent dans la région du thorax et se dirigent vers la main. Tous les méridiens Yang de la main commencent à la main et se dirigent vers la tête, où ils rencontrent les méridiens Yang du pied. Ceux-ci descendent vers les orteils, où ils rencontrent les méridiens Yin du pied, qui montent au thorax rencontrer les méridiens Yin de la main.

Pour mieux comprendre ce modèle, il faut imaginer une personne debout qui lève les bras au ciel. Dans cette position, **tous les méridiens Yin vont vers le haut** (**phénomène Yang**), tandis que **tous les méridiens Yang vont vers le bas** (**phénomène Yin**) (→ Fig. 1.10).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

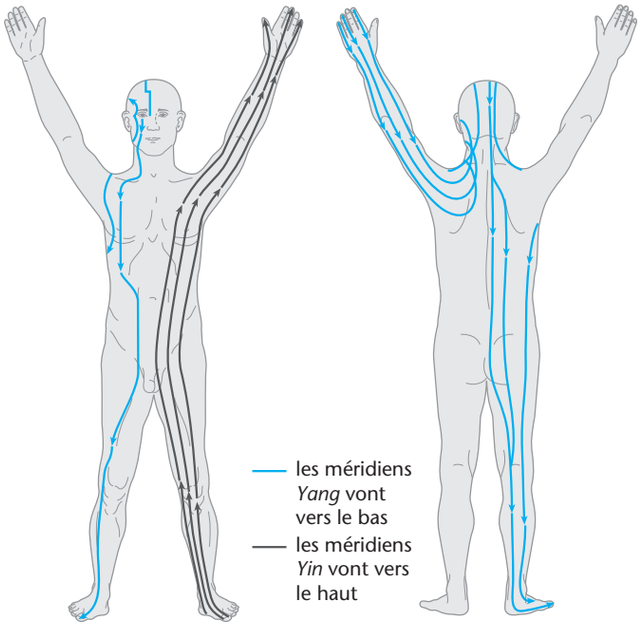


Fig. 1.10 Montée et descente des méridiens principaux (selon Pirog, 1996)

Chaque méridien est associé à des symptômes pathologiques spécifiques, ce qui représente un outil diagnostique important en pratique clinique (pour les pathologies spécifiques des méridiens, voir ➞ chapitre 4).

Communication entre les méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

Les **connexions** (**anastomoses**) entre les méridiens ont pour fonction de permettre la communication entre le système des méridiens, de même qu'entre les méridiens et le système des Viscères. Cette relation Extérieur-Intérieur (*biao-li*) comporte les aspects suivants :

Communication de l'Intérieur vers l'Extérieur

- Les **trajets internes des méridiens Yin de la main** se connectent avec les Organes (*zang*) auxquels ils se rattachent, de même qu'avec l'Entraille (*fu*) Yin ou Yang avec laquelle ils sont couplés. Ils vont de la région du thorax vers l'Extérieur et se relient au méridien Yang avec lequel ils sont couplés au niveau des extrémités des doigts ou sur la main (➞ Fig. 1.11 a).
- Les **trajets internes des méridiens Yin du pied** se connectent avec l'Entraille (*fu*) à laquelle ils se rattachent, de même qu'avec l'Organe (*zang*) Yin ou Yang avec lequel ils sont couplés. Ils vont de la région du centre du corps vers l'Extérieur et se relient au méridien Yin avec lequel ils sont couplés au niveau du pied (➞ Fig. 1.11 b).

Communication de l'Extérieur vers l'Intérieur

Chaque méridien Yang de la main commence à la main, se dirige vers la région thoracique, pénètre dans le thorax et se relie à Intérieur du corps à l'Entraille (*fu*) à laquelle il se rattache et à l'Organe (*zang*) Yin ou Yang avec lequel il est couplé (➞ Fig. 1.11 c).

Chaque méridien Yang du pied commence au pied, pénètre dans l'abdomen et atteint l'Intérieur et l'Organe (*zang*), de même que l'Entraille (*fu*) Yin ou Yang auxquels il se rattache (➞ Fig. 1.11 d).

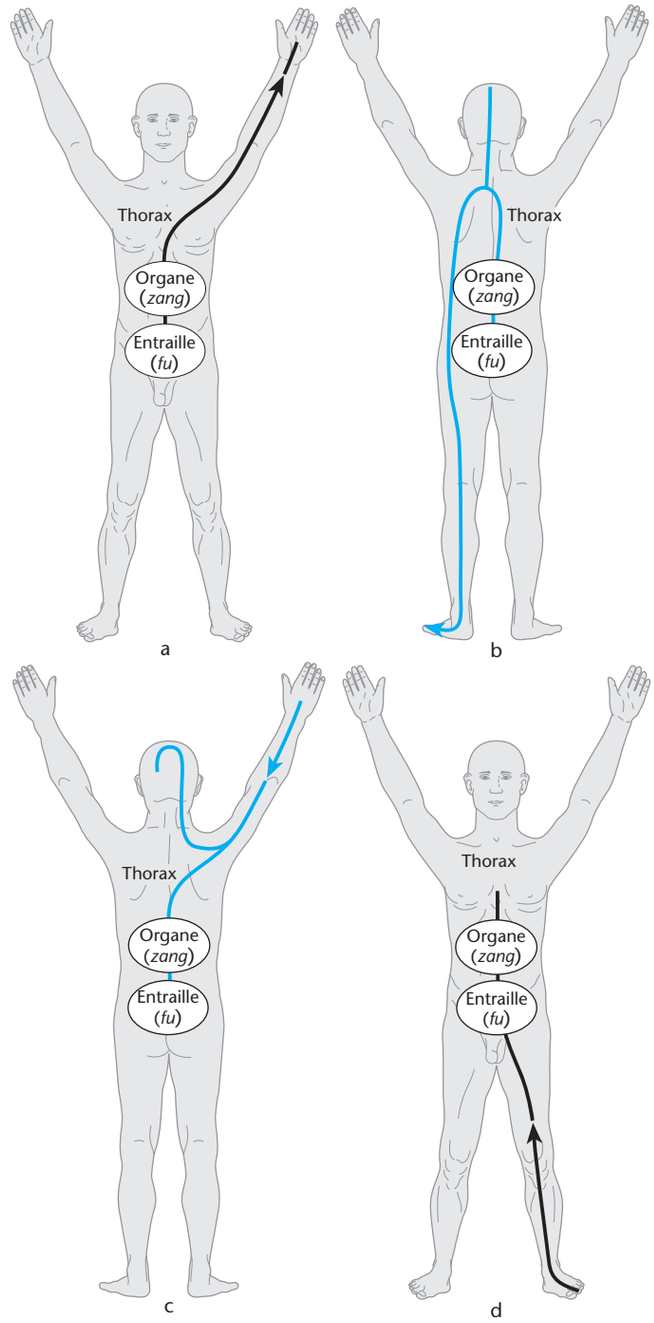


Fig. 1.11 Communication Intérieur → Extérieur méridiens Yin de la main (a)
Communication Intérieur → Extérieur, méridiens Yang du pied (b)
Communication Extérieur → Intérieur, méridiens Yang de la main (c)
Communication Extérieur → Intérieur, méridiens Yin du pied (d)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Circuits des méridiens

On peut distinguer trois circuits dans le système des méridiens principaux, chacun comprenant quatre méridiens principaux. Deux des méridiens d'un même circuit sont localisés sur le côté Yin du corps, côté le plus antérieur (Intérieur), et deux se trouvent sur le côté Yang, côté le plus postérieur (Extérieur). Le méridien de l'Estomac (*yang ming* du pied, pour plus de détails → 1.2.3) est une exception à cette règle. Bien que la majeure partie de son trajet se déroule sur la face antérieure du corps, on le considère comme un méridien Yang (→ Fig. 1.12 et 1.13).

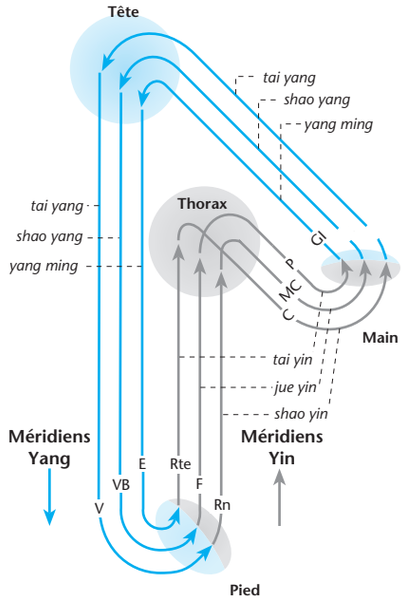


Fig. 1.12 Principe du circuit des méridiens

Premier circuit					
Méridien	**Heure**	**Début**	**Fin**	**Main/Pied**	
P	3-5	Thorax	Extrémité des doigts	Main (*shou*)	*tai yin*
GI	5-7	Extrémité des doigts	Face	Main (*shou*)	*yang ming*
E	7-9	Face	Extrémité des orteils	Pied (*zu*)	*yang ming*
Rte	9-11	Extrémité des orteils	Thorax (Cœur)	Pied (*zu*)	*tai yin*
Deuxième circuit					
C	11-13	Thorax	Extrémité des doigts	Main (*shou*)	*shao yin*
IG	13-15	Extrémité des doigts	Face	Main (*shou*)	*tai yang*
V	15-17	Face	Extrémité des orteils	Pied (*zu*)	*tai yang*
Rn	17-19	Extrémité des orteils	Thorax (Maître du Cœur)	Pied (*zu*)	*shao yin*
Troisième circuit					
MC	19-21	Thorax	Extrémité des doigts	Main (*shou*)	*jue yin*
TR	21-23	Extrémité des doigts	Face	Main (*shou*)	*shao yang*
VB	23-1	Face	Extrémité des orteils	Pied (*zu*)	*shao yang*
F	1-3	Extrémité des orteils	Thorax (Poumon)	Pied (*zu*)	*jue yin*

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

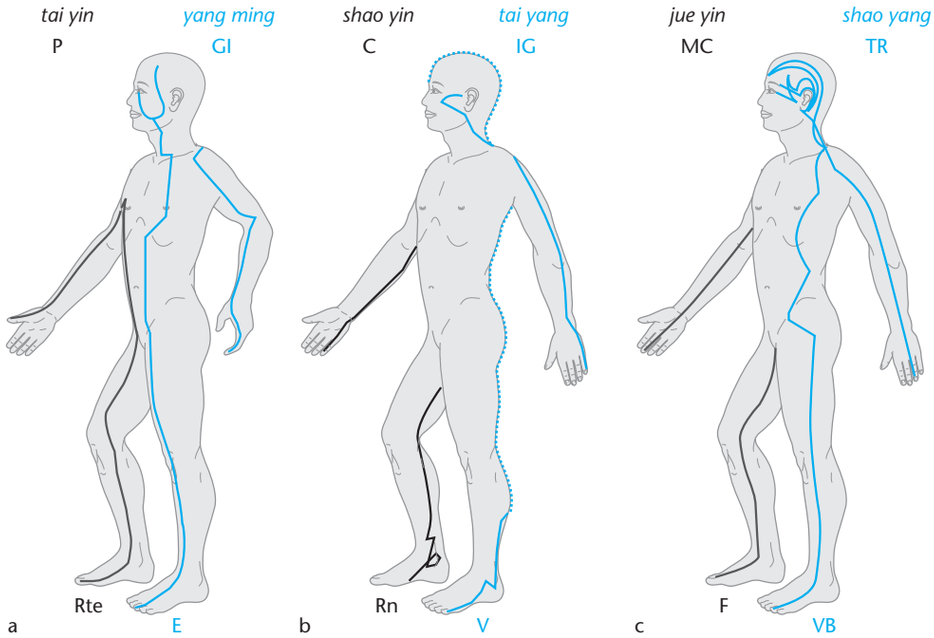


Fig. 1.13 Aperçu des circuits des méridiens

Connexions entre les méridiens principaux

Afin d'assurer une circulation ininterrompue (voir aussi → 1.1.4) à l'intérieur du système des méridiens principaux, il est nécessaire qu'il y ait des connexions entre chacun d'eux. Ces connexions sont présentées sous forme de graphique sur la figure 1.5.

Selon certaines écoles, les connexions entre les méridiens principaux sont facilitées par des points appelés « points d'entrée » ou « points de sortie ». Divers auteurs (par exemple, Worsley, Jarrett, Pirog, Hicks et al. ; pour plus de détails voir → 8.1.16) décrivent ces points comme des points de dérivation entre les méridiens qui se suivent selon l'horloge des Viscères. Le point de sortie marque le point d'un méridien où le flux (interne) rejoint un point (point d'entrée) du méridien qui le suit selon l'horloge des Viscères. Il existe certaines incohérences quant à la localisation de ces connexions telles que les décrivent les auteurs cités plus haut et celles décrites par Solinas et al. (1998). Nous les avons signalées ci-dessous lorsque cela nous semblait pertinent.

Connexions Yin-Yang

Les connexions (anastomoses) entre les méridiens Yin et les méridiens Yang sont situées sur la main et le pied. Les méridiens se connectent le plus souvent au niveau de leur dernier point mais parfois aussi grâce à des branches qui partent du méridien principal. Ces connexions Yin-Yang sont les endroits où le Qi peut changer de polarité : le Yin Qi devient le Yang Qi et le Yang Qi devient le Yin Qi, ce qui crée un équilibre dynamique et permet une meilleure circulation du Qi. Les connexions Yin-Yang suivent l'ordre de la structure de base du rythme circadien (cycle de 24 heures).

Connexions Yin-Yang de la main (→ Fig. 1.14)

Dans la plupart des cas, les **méridiens Yin de la main** se connectent aux méridiens **Yang de la main** à l'extrémité des doigts ; parfois, ils se connectent sur la main grâce à une branche qui part du méridien principal Yin et se dirige vers le méridien Yang de la main :

PREMIER CIRCUIT :

méridien du Poumon (*shou tai yin*) ➡ méridien du Gros Intestin (*shou yang ming*)

P-7 (*lieque*) ➡ **GI-1** (*shangyang*).

Une branche se sépare du méridien principal du Poumon au point ➡ **P-7** (*lieque*) et se dirige vers le méridien principal du Gros Intestin ➡ GI-1 (*shangyang*).

Remarque : selon Hicks et al. (2004, (→ 8.1.16), **GI-4** (*hegu*) est considéré comme un point d'entrée.

DEUXIÈME CIRCUIT :

méridien du Cœur (*shou shao yin*) ➡ méridien de l'Intestin Grêle (*shou tai yang*)

C-9 (*shaochong*) ➡ **IG-1** (*shaoze*).

TROISIÈME CIRCUIT :

méridien du Maître du Cœur (*shou jue yin*) ➡ méridien du Triple Réchauffeur (*shou shao yang*)

MC-8 (*laogong*) ➡ **TR-1** (*guanchong*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

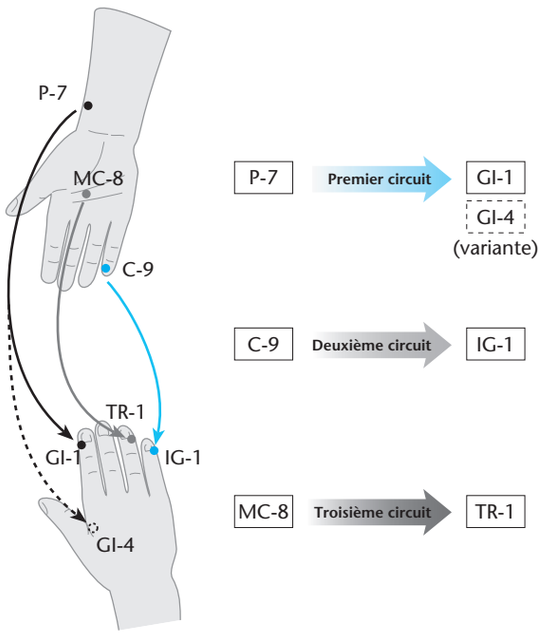


Fig. 1.14 Connexions Yin-Yang de la main (méridiens principaux)

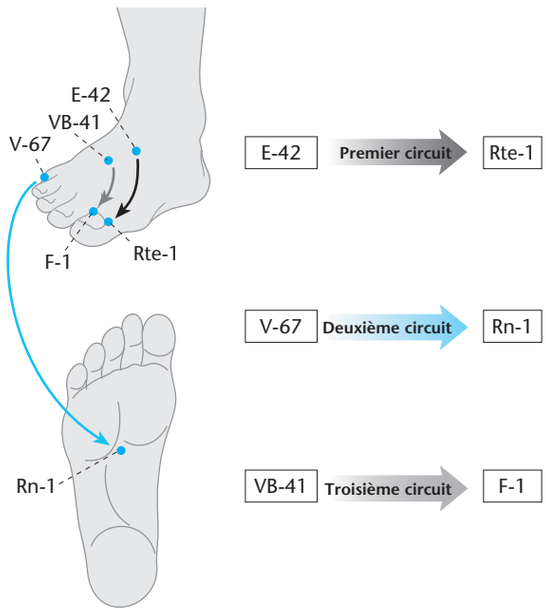


Fig. 1.15 Connexions Yang-Yin du pied (méridiens principaux)

Connexions Yang-Yin du pied (→ Fig. 1.15)

Les **méridiens Yang du pied** se relient aux **méridiens Yin du pied** aux orteils grâce à des branches qui se séparent des méridiens principaux Yang et se dirigent vers les méridiens Yin du pied (→ Fig. 1.15) :

PREMIER CIRCUIT :

méridien de l'Estomac (*zu yang ming*) ➡ méridien de la Rate (*zu tai yin*)

E-42 (*chongyang*) ➡ **Rte-1** (*yinbai*).

Au point ➡ **E-42**, une branche se sépare du méridien principal de l'Estomac et va jusqu'à ➡ **Rte-1**.

DEUXIÈME CIRCUIT :

méridien de la Vessie (*zu tai yang*) ➡ méridien du Rein (*zu shao yin*)

V-67 (*zhiyin*) ➡ **Rn-1** (*yongquan*).

TROISIÈME CIRCUIT :

méridien de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang*) ➡ méridien du Foie (*zu jue yin*)

VB-41 (*zulinqi*) ➡ **F-1** (*dadun*).

Sur le cou-de-pied, au point ➡ **VB-41**, une branche se sépare du méridien de la Vésicule Biliaire et va jusqu'à ➡ **F-1**.

Connexions Yang-Yang (→ Fig. 1.16)

Les connexions Yang-Yang entre les méridiens principaux sont situées sur la **tête**. Elles sont relativement superficielles et suivent l'ordre des méridiens selon le **cycle circadien** (selon l'horloge des Viscères, → Fig. 1.7). Ces connexions favorisent la communication entre les méridiens principaux Yang de la main et les méridiens principaux Yang du pied dans la région crânienne. Ces méridiens transportent un Qi de même nature et de même qualité (*yang ming, tai yang, shao yang*). Ces connexions représentent aussi les connexions entre les axes Yang, également appelées couples main-pied (→ 1.2.3), et servent de lien entre le **haut** et le **bas**.

PREMIER CIRCUIT :

méridien du Gros Intestin (*shou yang ming*) ➡ méridien de l'Estomac (*zu yang ming*)

GI-20 (*yingxiang*) ➡ **E-1** (*chengqi*).

DEUXIÈME CIRCUIT :

méridien de l'Intestin Grêle (*shou tai yang*) ➡ méridien de la Vessie (*zu tai yang*)

IG-18 (*quanliao*) ➡ **V-1** (*yingming*)

TROISIÈME CIRCUIT :

méridien du Triple Réchauffeur (*shou shao yang*) ➡ méridien de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang*)

TR-23 (*sizhukong*) ➡ **VB-1** (*tongziliao*)

Commentaire : selon Hicks et al. (2004, → points d'entrée/de sortie, → 8.1.16), **TR-22** (*heliao*) est considéré comme un point de sortie.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

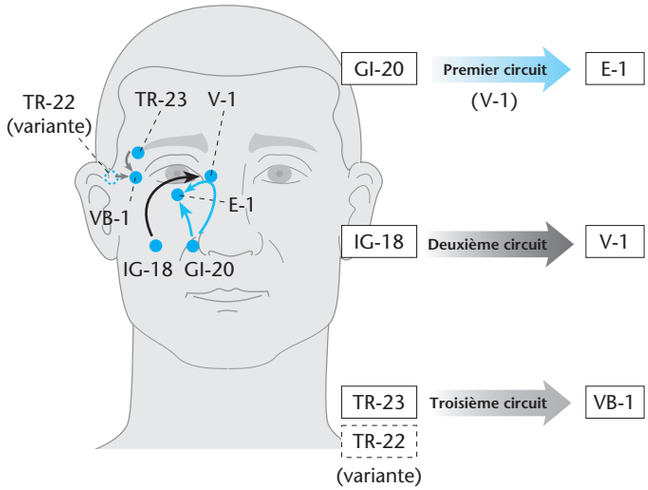


Fig. 1.16 Connexions Yang-Yang des méridiens principaux

Connexions Yin-Yin

Les connexions Yin-Yin entre les méridiens principaux sont situées dans la **région thoracique** (➞ Fig. 1.17).

Contrairement aux connexions Yang-Yang qui sont relativement superficielles, les connexions Yin-Yin sont situées en profondeur à l'intérieur du corps (trajet interne des méridiens).

Il existe deux sortes de connexions Yin-Yin :

- les connexions des axes Yin de la main ou du pied (*tai yin, jue yin, shao yin*), qui sont **non circadiennes** (dans lesquelles le Qi ne circule pas selon l'horloge des Viscères), et
- les connexions Yin-Yin (profondes), dont le Qi circule selon le rythme **circadien** de l'horloge des Viscères.

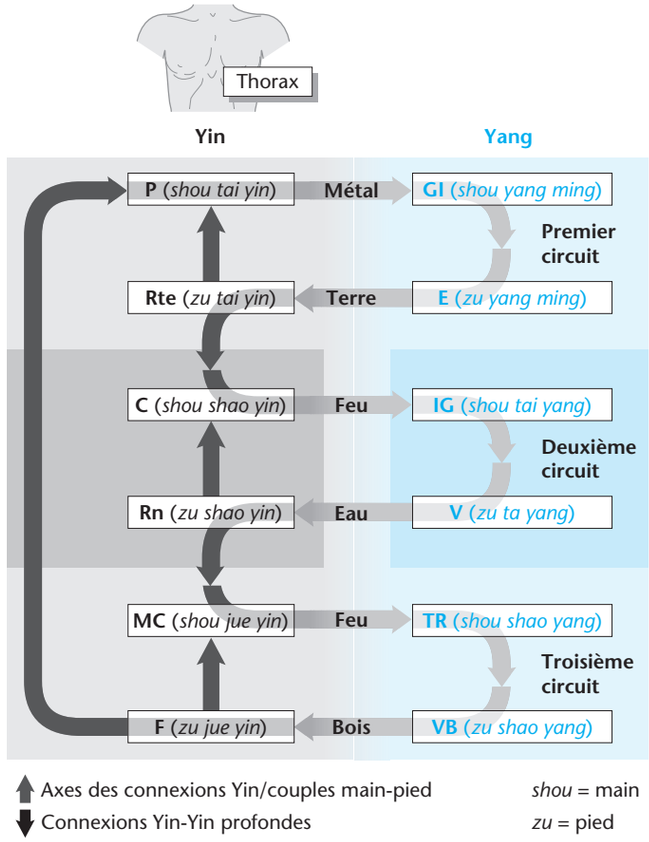


Fig. 1.17 Panorama des connexions Yin-Yin (méridiens principaux)

Connexions des axes Yin (couples main-pied)

Ces connexions Yin-Yin facilitent la communication entre les méridiens Yin de la main et les méridiens Yin du pied, qui transportent un Qi de même nature et de même qualité (*tai ying, shao ying, jue yin*) et servent de lien entre le **haut** et le **bas**. Leur Qi **ne circule pas selon le rythme circadien** de l'horloge des Viscères (➞ Fig. 1.17).

PREMIER CIRCUIT :

méridien de la Rate (*zu tai yin*) ➡ méridien du Poumon (*shou tai yin*)

Rte-20 (*zhourong*) ➡ **P-1** (*zhongfu*).

Selon Solinas et al. (1998), une branche superficielle se sépare du méridien principal de la Rate au point ➞ **Rte-20** et rejoint le méridien principal du Poumon au point ➞ **P-1**.

DEUXIÈME CIRCUIT :

méridien du Foie (*zu jue yin*) ➡ méridien du Maître du Cœur (*shou jue yin*)

F ➡ **MC**.

Une branche interne descend du Foie, traverse le diaphragme et se relie au méridien principal du Maître du Cœur en dessous du point ➞ **MC-1** (*tianchi*).

TROISIÈME CIRCUIT :

méridien du Rein (*zu shao yin*) ➡ méridien du Cœur (*shou shao yin*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn ➡ MC.
Une branche interne du méridien principal du Rein va au Foie, pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon. Du Poumon, une branche va au Cœur, où elle se relie au méridien principal du Cœur.
De nombreux auteurs considèrent **C-1** (*jiquan*) comme le lieu de connexion.

Connexions profondes Yin-Yin

Ces connexions Yin-Yin facilitent le **cycle circadien** de l'horloge des Viscères et représentent les transitions entre les circuits des méridiens. Elles sont situées en profondeur dans la région thoracique, au niveau des Organes (*zang*).
CONNEXION ENTRE LE PREMIER ET LE DEUXIÈME CIRCUIT :
méridien de la Rate (*zu tai yin*) ➡ méridien du Cœur (*shou shao yin*)
Rte ➡ C.
Une branche interne du méridien principal de la Rate se déploie au Cœur et se relie au méridien du Cœur. Remarque : selon Hicks et al. (2004, → points d'entrée/de sortie, → 8.1.16), **Rte-21** est considéré comme le point de sortie du méridien de la Rate et **C-1** comme le point d'entrée du méridien du Cœur.
CONNEXION ENTRE LE DEUXIÈME CIRCUIT ET LE TROISIÈME CIRCUIT :
méridien du Rein (*zu shao yin*) ➡ méridien du Maître du Cœur (*shou jue yin*)
Rn ➡ MC.
Une branche interne du méridien principal du Rein va au Rein, puis au Foie, pénètre dans le diaphragme et se déploie au Poumon. Du Poumon, une branche interne va au Cœur, où elle rencontre le méridien principal du Maître du Cœur et atteint également le point → **RM-17** (*shanzhong/danzhong*). Remarque : selon Hicks et al. (2004, → points d'entrée/de sortie, → 8.1.16), **Rn-22** est considéré comme le point de sortie du méridien du Rein et **MC-1** comme le point d'entrée du méridien du Maître du Cœur.
CONNEXION ENTRE LE TROISIÈME ET LE PREMIER CIRCUIT :
méridien du Foie (*zu jue yin*) ➡ méridien du Poumon (*shou tai yin*)
F ➡ P.
Une branche interne du méridien principal du Foie prend naissance au Foie, passe par le diaphragme, se déploie dans le Poumon et se relie au méridien principal du Poumon grâce à un réseau de branches. Remarque : selon Hicks et al. (2004, → points d'entrée/de sortie, → 8.1.16), **F-14** est considéré comme le point de sortie du méridien du Foie et **P-1** comme le point d'entrée du méridien du Poumon.

1.2.3 Les six grands méridiens (*liu jing*)

Sur la base des connexions Yang-Yang et Yin-Yin (→ 1.2.2, → Fig. 1.16, → Fig. 1.17), les méridiens principaux de même nature et de même qualité peuvent se diviser en **six grands méridiens** (*liu jing*) ou **six couples (ou axes) main-pied**. Ils représentent les trois grands méridiens Yang et les trois grands méridiens Yin.

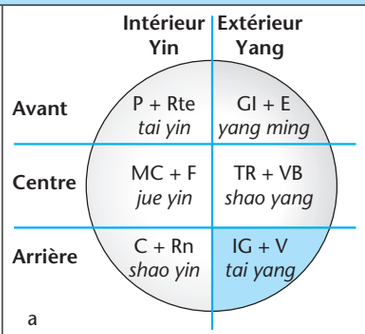
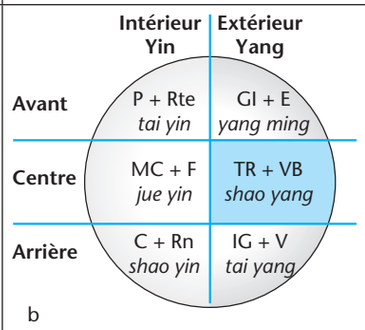
Méridiens	Trajet		Quantité de Qi et de Sang
Extérieur			
Méridiens Yang (couples main-pied)			
tai yang (**IG, V**)	Face latéro-postérieure des quatre membres, face postérieure de la tête et du corps		Moins de Qi, plus de Sang **Qi < Sang**
shao yang (**TR, VB**)	Face latérale des quatre membres et du torse		Plus de Qi, moins de Sang **Qi > Sang**

Fig. 1.18 Panorama des six grands méridiens (*liu jing*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

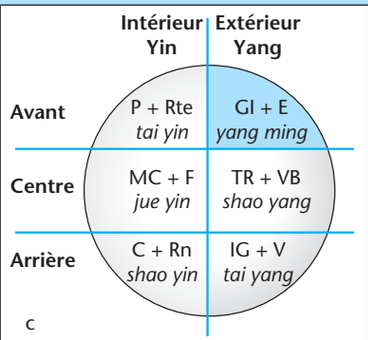
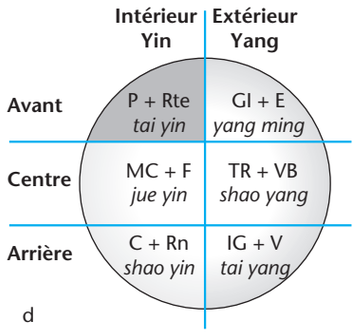
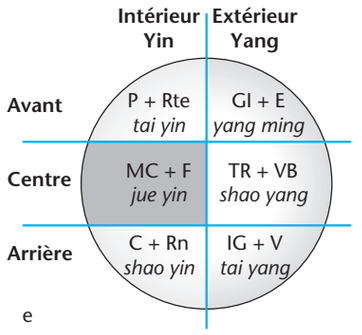
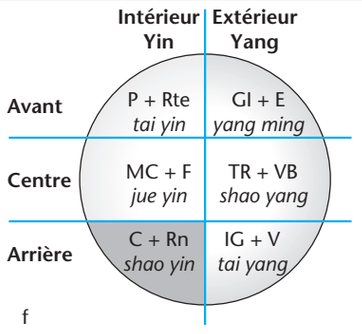
Méridiens Yang (couples main-pied)			
yang ming (**E, GI**)	Face latéro-antérieure des quatre membres, face frontale de la tête (visage, front), face antérieure du tronc	 c	Plus de Qi, plus de Sang **Qi = Sang**
Méridiens Yin (couples main-pied)			
tai yin (**P, Rte**)	Face médio-antérieure des quatre membres, de même que thorax et abdomen	 d	Plus de Qi, moins de Sang **Qi > Sang**
jue yin (**MC, F**)	Milieu de la face médiale des quatre membres, de même que thorax et abdomen	 e	Moins de Qi, plus de Sang **Qi < Sang**
shao yin (**C, Rn**)	Face médio-antérieure des quatre membres, de même que thorax et abdomen	 f	Plus de Qi, moins de Sang **Qi > Sang**
Intérieur			

Fig. 1.18 (*suite*) Panorama des six grands méridiens (*liu jing*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nom et fonctions des six grands méridiens (*liu jing*)

Tai signifie « plus grand », « supérieur »

L'énergie de polarité Yang ou Yin se développe et atteint le maximum de son activité dans les méridiens *tai yang* ou *tai yin*. C'est là qu'est atteint le **niveau maximum du Yin ou du Yang**, niveau qui commence ensuite à décliner de nouveau. L'expression « Le *tai yang* s'ouvre vers l'Extérieur » signifie qu'il se diffuse à l'Extérieur (→ voir les commentaires ci-dessous dans le paragraphe sur le *yang ming*, voir aussi → Fig. 1.19).

Shao signifie « moindre », « inférieur »

L'énergie de polarité Yang ou Yin est moindre dans les méridiens *shao yang* ou *shao yin*. Cela se manifeste aussi dans leur localisation : les méridiens *shao yang* sont situés à mi-chemin entre l'**intérieur** (ou face antérieure) et l'**extérieur** (ou face postérieure) du corps, faisant office de charnières. Selon Larre et Rochat de la Vallée (1986), il faudrait traduire *shao yang* par « Yang jeune ». D'après eux, ce dernier est situé entre l'extérieur (les deux autres méridiens Yang) et l'intérieur (les trois autres méridiens Yin).

Cette interprétation voit les méridiens *shao yin* comme situés entre les méridiens *tai yin* et *jue yin*, ou encore comme étant les plus profonds des six méridiens. Ils sont donc considérés comme une charnière ou comme un point central fixe (pour plus de détails, voir → Organisation des méridiens en profondeur).

Ming signifie « lumineux », « brillant », « clair »

« Le *yang ming* se ferme vers l'intérieur ; le *yang ming* se resserre vers l'intérieur ».

Le méridien *yang ming* a certaines caractéristiques uniques. Pour ce qui est de son trajet à proprement parler, il **n'est pas « Yang »** comme les deux autres méridiens Yang, mais il représente un phénomène Yang à l'intérieur des aspects Yin du corps (trajet antérieur partiel du méridien de l'Estomac).

L'idéogramme signifiant *ming* se compose de la clé du soleil et de celle de la lune. L'idéogramme signifiant Yang comporte aussi la clé du soleil. Selon le *Su Wen*, le *yang ming* est le lieu où les deux Yang brillent ensemble. Ainsi, on peut interpréter ces deux soleils comme le symbole du redoublement de l'énergie Yang. Le *tai yang* et le *shao yang* ne sont « Yang » qu'en raison de leur localisation physique. Mais le *yang ming* est « Yang » en raison de la qualité de l'énergie qu'il renferme. Reste à savoir pourquoi le méridien *yang ming* est si opulent, pourquoi il contient autant de Qi et de Sang. Pirog (1996) explique cela par le développement embryonnaire. La « fermeture » du *yang ming* peut être mise en parallèle avec la position de l'**embryon**, replié sur lui-même (→ Fig. 1.19). En raison de sa position de compression, de « fermeture », l'énergie du méridien *yang ming* peut être comparée à l'énergie qui est sous pression dans une cocotte minute. Ainsi, le processus « Yin » de contraction vers l'intérieur a pour résultat de produire le Yang ou, en d'autres termes, de comprimer l'énergie à l'Intérieur.

C'est cette énergie comprimée de façon naturelle qui est utilisée en pratique clinique. On peut atteindre les méridiens *yang ming*, mais plus particulièrement le méridien de l'Estomac, par les massages ou par l'acupuncture, afin d'approvisionner le corps entier en énergie grâce à celle qui y est stockée et accumulée. De la même façon, on peut piquer les méridiens *yang ming* pour drainer l'excès de Chaleur (processus comparable à celui qui consiste à laisser s'échapper la vapeur d'une cocotte minute).

Jue signifie « terminal », « absolu » (« réversible » pour Wiseman)

L'énergie de polarité Yin dans le méridien *jue yin* représente la phase terminale du Yin ; ici, la polarité change et devient Yang (→ voir ci-dessous pour plus de détails).

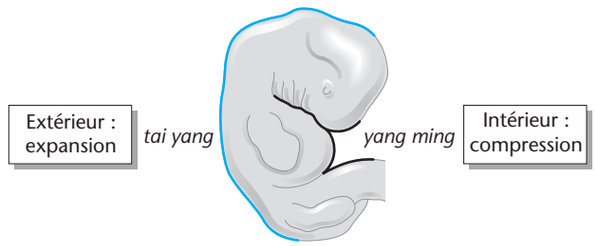


Fig. 1.19 Développement embryonnaire des méridiens *yang ming* et *tai yang* (selon Pirog 1996)

Les six grands méridiens (*liu jing*) : relations et organisation en profondeur

La division du système des méridiens en six niveaux est principalement associée au *Shang Han Lun*, ouvrage classique de phytothérapie. Mais selon Pirog (1996), ce système peut aussi représenter une forme de déclinaison de l'acupuncture car il fournit les idées fondamentales quant à la fonction des points, des méridiens et des relations entre les méridiens. Il se concentre particulièrement sur les changements caractéristiques du Qi, quel que soit le niveau auquel il agit. On peut décrire les méridiens comme étant entassés les uns sur les autres, comme les couches géologiques que l'on peut voir dans une carrière. La profondeur d'un point ou d'un méridien indique sa fonction et sa signification. On part de l'hypothèse que plus le point est situé profondément, plus ses fonctions concernent les parties profondes du corps, et plus il est à même de traiter les pathologies situées au plus profond du corps. Ces points ne sont toutefois pas statiques. Selon leur localisation dans le corps humain, ils représentent des structures vivantes avec des activités spécifiques permettant, par exemple, d'ouvrir, de fermer, de servir de charnière ou de pivot, fonctions illustrées par leur nom chinois. La figure 1.20 montre l'organisation des six grands méridiens de l'extérieur vers l'intérieur, semblable à des pelures d'oignon (→ Fig. 1.20).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nguyen Van Nghi (1996) compare les trois méridiens Yin et les trois méridiens Yang à des portes. La porte (*tai yang* ou *tai yin*) est fermée pour éviter que des invités indésirables, comme des facteurs pathogènes externes, ne puissent entrer. Mais la porte peut aussi être ouverte pour laisser entrer des amis. Le fait que la porte soit ouverte ou fermée dépend grandement de ses charnières (*shao yang* ou *shao yin*). Ce n'est que si les charnières fonctionnent avec fluidité que la circulation peut d'effectuer correctement. Le châssis de la porte (ou mécanisme de fermeture) (*yang ming* ou *jue yin*) se ferme vers l'intérieur, autrement dit, il protège et soutient ce qui est à l'intérieur (→ Fig. 1.21).

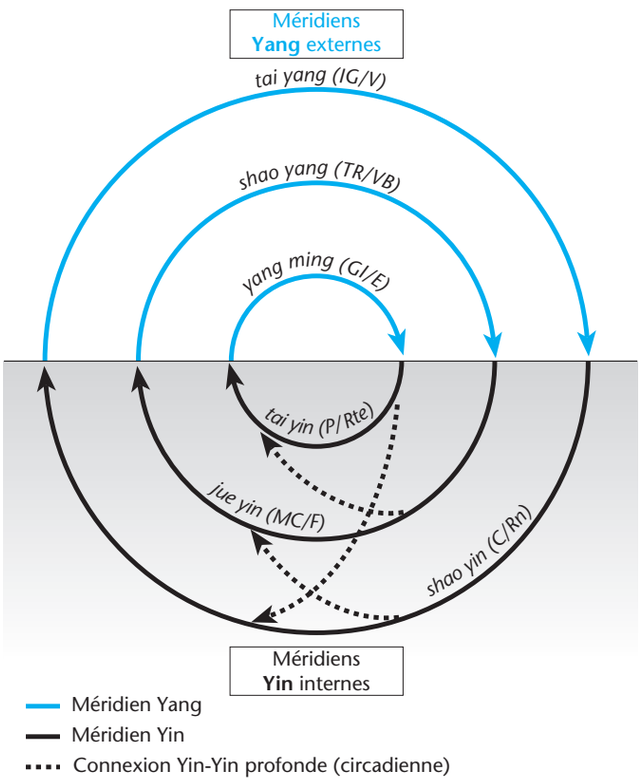


Fig. 1.20 Relations entre les trois méridiens Yin et les trois méridiens Yang (selon Nguyen Van Nghi, 1996)

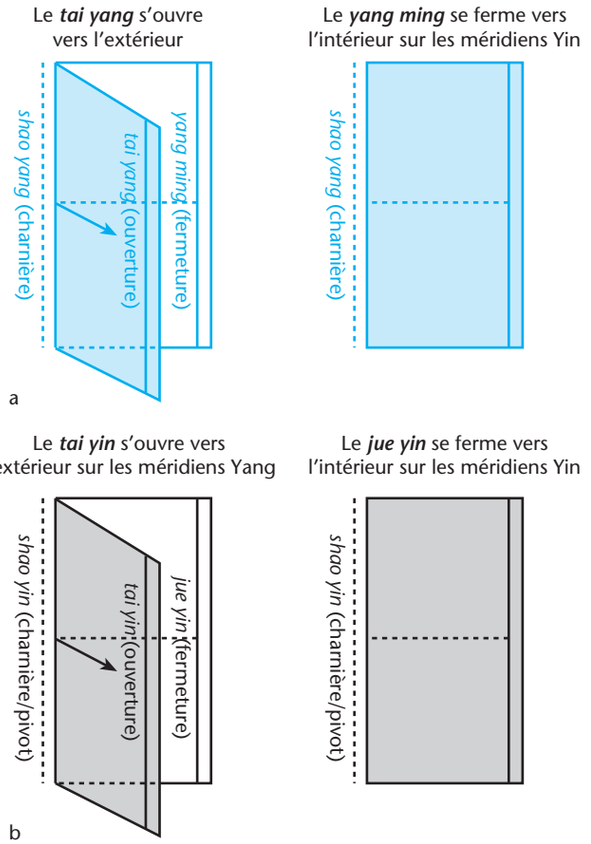


Fig. 1.21 Les six grands méridiens vus comme l'ouverture, la charnière ou le châssis d'une porte

La littérature est quelque peu contradictoire quant à savoir quels sont ceux des six grands méridiens qui sont les plus profonds, les méridiens *shao yin* ou les méridiens *jue yin*. Pirog (1996) a apporté une contribution intéressante en suggérant que les méridiens *shao yin* sont plus profonds. Ils sont situés à une position médiale (proche du milieu du corps) telle que lorsque la personne est normalement en position debout, les méridiens *shao yin* sont recouverts et ne sont pas immédiatement visibles. Selon Pirog, le *shao yin* ne fonctionne pas comme une charnière mais plutôt comme un pivot fixe, semblable à l'axe de la roue d'un moulin, lui-même immobile mais capable d'engendrer le mouvement. Lorsque le Qi a atteint le point le plus profond du *shao yin* et que le « Yin du *jue yin* est épuisé », il doit repartir en sens inverse. Autrement dit, il va retourner à un niveau plus superficiel, à l'extérieur, ou il doit se transformer en Yang. Dans ce cadre là, ce sont les méridiens du Maître du Cœur et du Foie qui initient à nouveau la circulation du Qi vers le Yang, de l'intérieur vers l'extérieur, et du bas vers le haut (→ Fig. 1.22).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

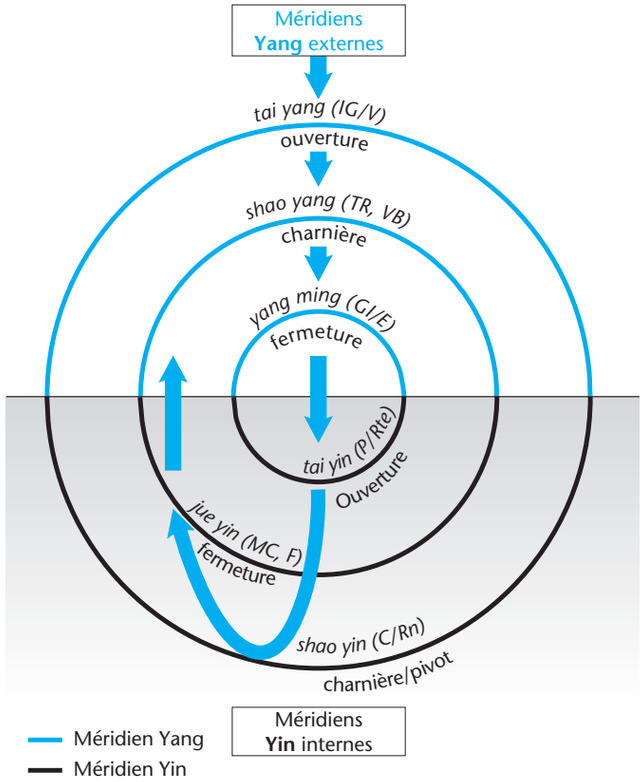


Fig. 1.22 Organisation profonde des six grands méridiens (selon Pirog, 1996)

Points de confluence ou de communication des six grands méridiens (*jiu jing*)

Les **méridiens principaux Yin** (*liu jing*) se relient entre eux dans la **région thoracique** (voir aussi → axes Yin ou couples main-pied → 1.2.2, Fig. 1.17). Par contre, les **méridiens principaux Yang** se relient entre eux dans la **région crânienne** (voir aussi → axes Yang ou couples main-pied → 1.2.2, Fig. 1.16). De nombreuses écoles suggèrent que les connexions des méridiens sont de même nature et de même qualité aux **six points de confluence** suivants :

Méridiens Yin	**P-1** (*zhongfu*), **MC-1** (*tianchi*), **C-1** (*jiquan*)
Méridiens Yang	**V-1** (*jingming*), **VB-1** (*tongziliao*), **E-1** (*chengqi*)

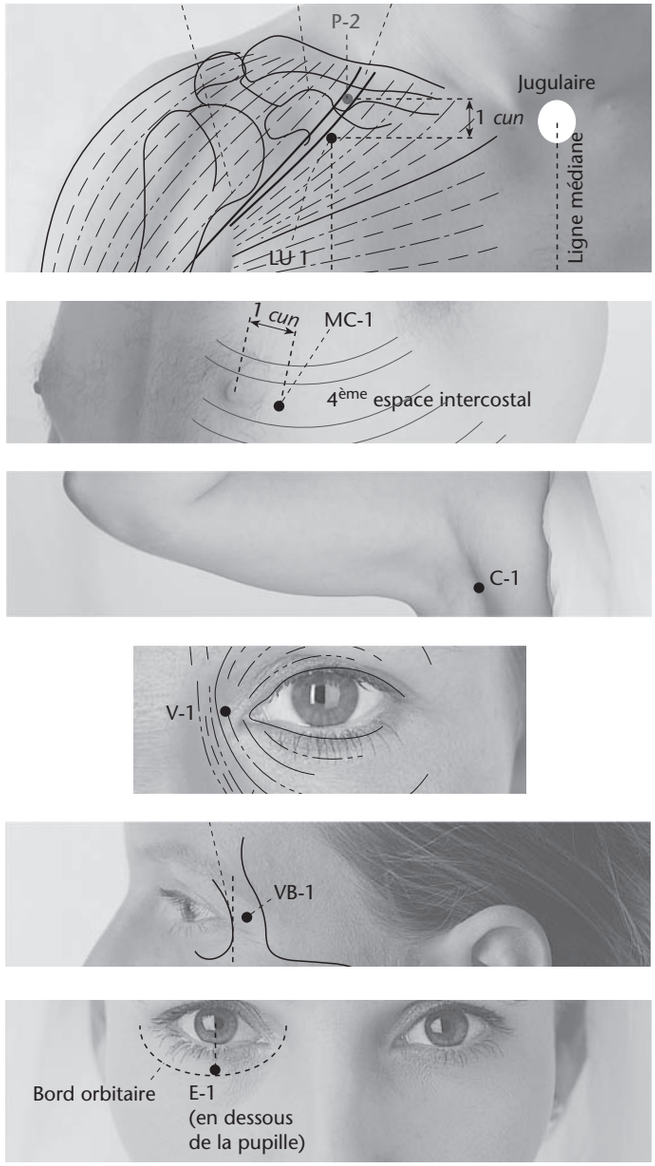


Fig. 1.23 Points de confluence des six grands méridiens

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points de départ et point de terminaison des six grands méridiens (*liu jing*)

La figure 1.24 montre les points de départ et les points de terminaisons des six grands méridiens respectivement du pied et de la main.

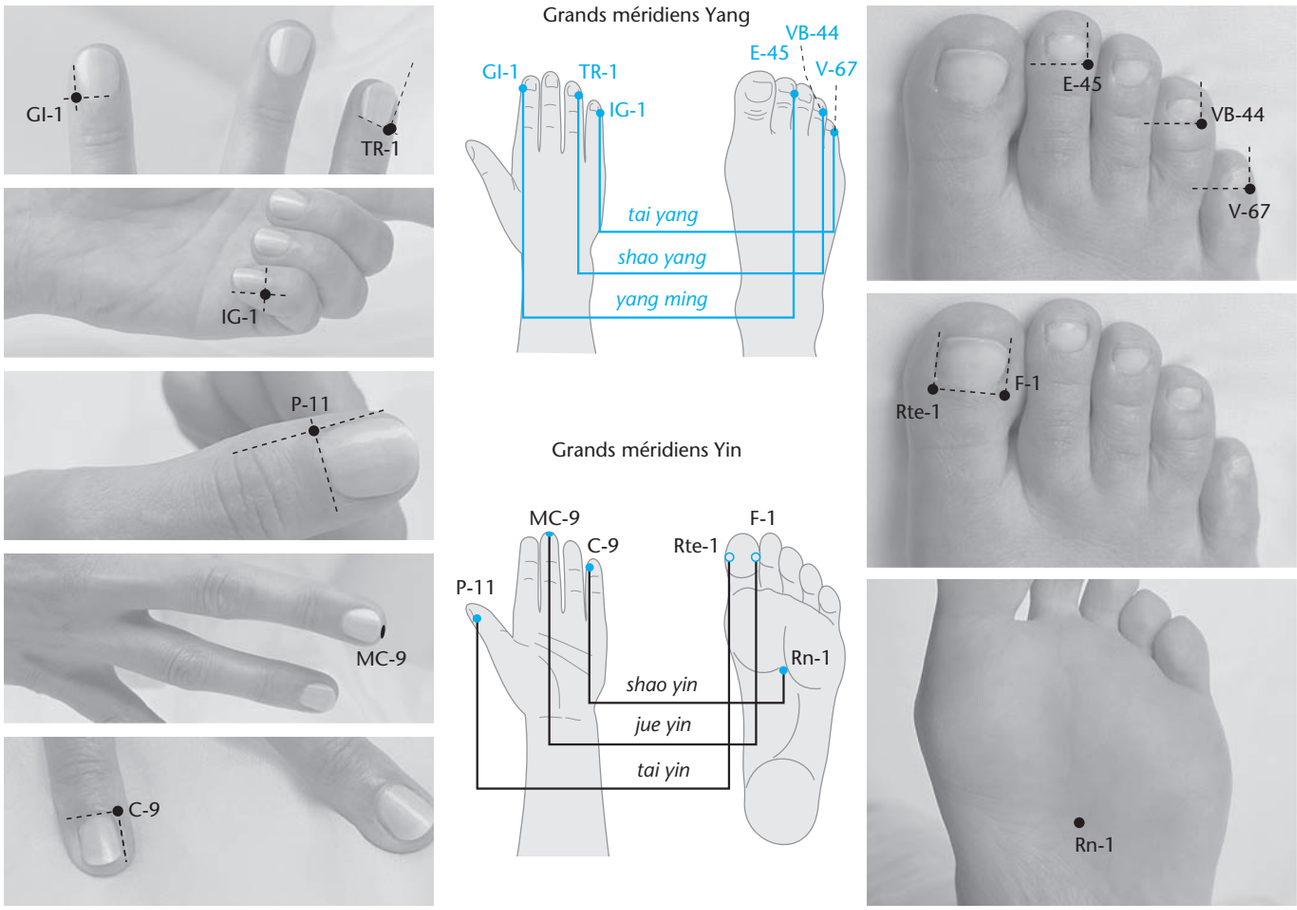


Fig. 1.24 Points de départ et points de terminaison des six grands méridiens (*liu jing*)

Points racine et points de liaison des six grands méridiens (*liu jing*)

Selon le chapitre 5 du *Ling Shu*, chacun des six grands méridiens (*liu jing*) a un point racine (*gen*) et un point de liaison (*jie*).

Points racine (*gen*)

Au point racine, l'énergie de polarité Yin ou Yang d'un grand méridien est à son minimum ; ce point marque la fin du Yang ou le début du Yin. Les points racine sont situés sur le pied (→ Fig. 1.24).

Points racine des trois méridiens Yang (→ Fig. 1.24)

Ils représentent toujours le **point de terminaison** de chaque grand méridien Yang.

tai yang (IG ➡ V)	**V-67** (*zhiyin*)
shao yang (TR ➡ VB)	**VB-44** (*zuqiaoyin*)
yang ming (GI ➡ E)	**E-45** (*lidui*)

Points racine des trois méridiens Yin (→ Fig. 1.24)

Ils représentent toujours le **premier point** de chaque grand méridien **Yin**.

tai yin (Rte ➡ P)	**Rte-1** (*yinbai*)
jue yin (F ➡ MC)	**F-1** (*dadun*)
shao yin (Rn ➡ C)	**Rn-1** (*yongquan*)

Points de liaison (*jie*)

Le point de liaison est le point où l'énergie de polarité Yin ou Yang d'un grand méridien atteint son maximum. C'est à ce point que le méridien de la main et le méridien du pied entrent en communication.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points de liaison des trois méridiens Yang

Ce sont les **points d'inversion** des grands méridiens Yang (inversion de la main au pied). Ils sont localisés dans la **région crânienne**.

tai yang (IG ➡ V)	**V-1** (*jingming*)
shao yang (TR ➡ VB)	**TR-21** (*ermen*)*
yang ming (GI ➡ E)	**E-1** (*chengqi*)†

Points de liaison des trois méridiens Yin (→ Fig. 1.24)

Ce sont les **points d'inversion** des grands méridiens Yin (inversion du pied à la main). Ils sont localisés dans la **région thoracique ou la région abdominale**.

tai yin (Rte ➡ P)	**RM-12** (*zhongwan*)
jue yin (F ➡ MC)	**RM-18** (*yutang*
shao yin (Rn ➡ C)	**RM-23** (*lianquan*)

1.3 Les méridiens divergents (*jing bie*)

Synonymes : méridiens distincts, trajets séparés (Larre et Rochat de la Vallée (1986)).

Idéogramme : *bie* signifie « divergent », « qui se sépare », « qui bifurque ». Dans ce sens, on peut considérer les 12 méridiens divergents comme des branches des méridiens principaux.

Trajet des méridiens divergents (→ Fig. 1.25)

Les 12 méridiens divergents, qui n'ont pas de points propres, tirent leur nom des méridiens principaux qui leur correspondent et dont ils dépendent.

On peut les diviser en **couples de six grands méridiens Yin et de six grands méridiens Yang**, qui ont leur propre système de six confluences (ou réunions) : V/Rn, VB/F, E/Rte, IG/C, TR/MC, GI/P. Selon Ramakers (documents de cours, 2003), les méridiens divergents suivent leur propre biorythme (non cosmique) quotidien :

V ➡ VB ➡ E ➡ IG ➡ TR ➡ GI ➡ Rn ➡ F ➡ Rte ➡ C ➡ MC ➡ P.

Tous les méridiens divergents se séparent (*li*) du méridien principal qui leur correspond aux extrémités, à l'exception du méridien du Triple Réchauffeur, qui part de la tête. Mais bon nombre d'auteurs soupçonnent que leur trajet commence avant le point où ils se séparent effectivement du méridien principal. Dans ce cas là, les méridiens divergents commenceraient aux extrémités distales des méridiens principaux et suivraient un trajet parallèle tout en restant autonomes (→ 1.1.1) ; autrement dit, leur circulation irait toujours d'une direction distale à une direction proximale, vers le tronc ou la tête. Une fois qu'ils se sont séparés des méridiens principaux, les méridiens divergents pénètrent plus profondément (*ru*) dans le corps et après avoir suivi leur trajet interne, ils émergent à nouveau près de la surface du corps (*chu*). Les couples de méridiens divergents (Yin/Yang) traversent tous l'Intérieur du corps pour rejoindre (*he*) les méridiens principaux auxquels ils se rattachent dans la région occipitale ou crânienne. C'est la réunion de leurs trajets que l'on appelle les six confluences (ou six réunions) (*liu he*).

Trajet des méridiens divergents Yin

Après s'être séparés du méridien principal, ils se relient à l'Organe (*zang*) auquel ils se rattachent, puis à l'Entraille (*fu*) avec laquelle ils sont couplés dans la relation Intérieur-Extérieur. Ils continuent à courir dans la moitié supérieure du corps avec le méridien divergent Yang avec lequel ils sont couplés et rejoignent le méridien principal Yang avec lequel ils sont couplés. Contrairement aux méridiens divergents Yang, les méridiens divergents Yin ne retournent pas aux méridiens principaux Yin auxquels ils se rattachent une fois leur trajet interne terminé (→ Fig. 1.25).

Trajet des méridiens divergents Yang

Après s'être séparés du méridien principal, les méridiens divergents Yang se dirigent vers l'Entraille (*fu*) à laquelle ils se rattachent, puis vers l'Organe (*zang*) avec lequel ils sont couplés dans la relation Intérieur-Extérieur. Ils se relient à nouveau au méridien principal auquel ils se rattachent, de même qu'au méridien divergent Yin avec lequel ils sont couplés dans la relation Intérieur-Extérieur dans la moitié supérieure du corps (→ Fig. 1.25).

Les méridiens divergents et le Cœur

Tous les méridiens divergents traversent la région thoracique et le Cœur, à l'exception des méridiens divergents du Poumon, du Gros Intestin et du Rein. Selon Shima et Chase (2001), cela signifie que tous les méridiens divergents communiquent avec le Qi Vrai (*zhen qi*), qui représente la synthèse entre le Qi Complexe (*zong qi*) et le Qi Originel (*yuan qi*) (→ 1.1.4). Ces auteurs pensent que cette hypothèse est conforme à toutes les connaissances disponibles sur les méridiens divergents et, qui plus est, ils expliquent pourquoi les méridiens divergents sont si utiles dans le traitement des troubles d'Organes profondément ancrés, de même que des déséquilibres du Qi Protecteur (*wei qi*). Cela accrédite l'idée qu'un méridien divergent est un axe fondamental entre l'Intérieur et l'Extérieur du corps. D'après Shima et Chase (2001), les méridiens divergents représentent une connexion inestimable pour faciliter le retour du Qi Protecteur (*wei qi*) à l'intérieur du corps et pour transférer le Qi Originel (*yuan qi*) interne fondamental à la périphérie. Dans ce cadre, le Yang Originel (*yuan yang*) n'est pas seulement en relation avec le Qi Protecteur (*wei qi*) mais il a aussi la capacité de le renforcer.

* Selon Nguyen Van Nghi (1996) et Solinas et al. (1998), il s'agit de VB-2 (*tinghui*)

† Selon Nguyen Van Nghi (1996) et Solinas et al. (1998), il s'agit de E-8 (*touwei*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

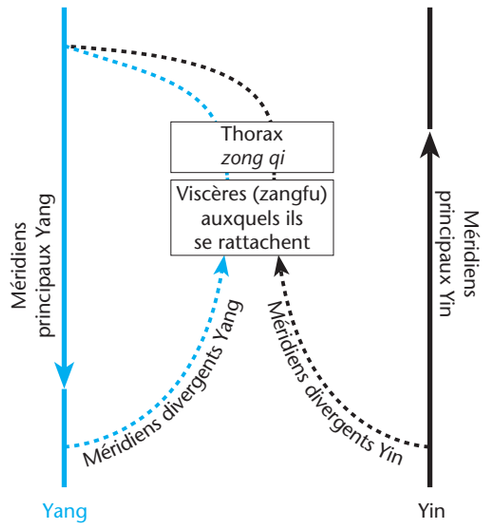


Fig. 1.25 Schéma illustrant le trajet des méridiens divergents (selon Shima et Chase, 2001)

Fonctions

Les méridiens divergents renforcent la circulation et la communication des méridiens principaux à l'intérieur du corps. C'est leur connexion avec les méridiens principaux Yang qui le permet (→ leur trajet). Mais la structure de leur organisation parachève aussi le fonctionnement des méridiens principaux ; par exemple, les méridiens divergents contrôlent les zones du corps qui ne sont pas sur le trajet des méridiens principaux. Ainsi, des points situés sur les méridiens principaux Yin peuvent avoir des effets sur la tête et la face, même si leur trajet « externe » se termine au thorax. Ces effets peuvent s'expliquer par le fait que les méridiens divergents Yin, une fois qu'ils se sont séparés du méridien principal Yin auquel ils se rattachent, se déversent dans les méridiens divergents Yang qui vont à la tête. Une compréhension plus profonde de la trajectoire et des fonctions de ces méridiens divergents va alors nous amener à une meilleure compréhension des applications cliniques de certains points couramment utilisés en acupuncture. Comme leur trajet traverse le Cœur et le thorax, les méridiens divergents renforcent les connexions avec le Cœur (→ les explications ci-dessus). Selon certaines écoles, les méridiens divergents peuvent donc servir à traiter les troubles psychosomatiques. Il existe de nombreuses interprétations et de nombreuses variantes quant à leur trajet et leurs applications cliniques (pour une bonne vue d'ensemble, voir → Shima et Chase, 2001).

1.4 Les 12 méridiens musculaires (*jing jin*)

Synonymes et traductions : méridiens tendino-musculaires, muscles en relation avec les méridiens (Larre et Rochat de la Vallée, 1986), zone musculaire.

Principes du système des méridiens musculaires

Les méridiens musculaires recouvrent essentiellement les muscles, les tendons et les ligaments situés sur le trajet des méridiens principaux et des vaisseaux de communication qui s'y rattachent. Ils n'ont pas de points propres et n'ont pas non plus de connexion avec le système des Viscères (*zangfu*). Les 12 méridiens musculaires bilatéraux sont en relation avec un méridien principal auquel ils se rattachent et dont ils tirent leur nom. Chaque méridien musculaire a son propre trajet, qui suit généralement le trajet du méridien principal auquel il se rattache. Toutefois, à la différence des méridiens principaux, les méridiens musculaires commencent toujours aux extrémités, se séparant principalement des méridiens principaux aux points Puits (*jing*) (→ 8.1.6), à l'extrémité des doigts et des orteils. Leur trajet court des extrémités au tronc ou, plus loin, à la tête et au visage (→ circulation centripète → 1.1.1). Ils recouvrent une zone plus vaste que ne le font les méridiens principaux, sous la forme d'une bande en fuseau qui se fixe (*jie*) aux articulations et à d'autres parties du corps. Cela leur permet de recouvrir des zones du corps qui ne sont pas parcourues par les méridiens principaux ou par les méridiens divergents, ce qui contribue aussi à expliquer l'action de certains points situés sur le méridien principal auquel ils se rattachent. Dans certains troubles, les méridiens musculaires se manifestent par l'intermédiaire des points *ah-shi* (*a shi xue*), ou « points gâchette ».

Terminologie

La fixation *jie* renvoie à l'extrémité en forme de fuseau des méridiens musculaires, qui se fixent généralement sur les plus gros muscles et les articulations (pour plus de détails sur les méridiens musculaires spécifiques, voir → chapitre 4).
Le terme *ju* (zone de confluence, de réunion) sert à désigner une région où deux ou plusieurs méridiens musculaires forment un paquet. Le Qi se dissémine ou se diffuse (*san*) dans les plus gros muscles, que l'on peut diviser en groupes plus petits. Les méridiens musculaires relient (*luo*) les muscles, les tendons et les ligaments aux articulations pour en faciliter la mobilité.

Rythme de circulation du Qi

Selon Ramakers (documents de cours, 2003), la circulation du Qi dans les méridiens musculaires suit un rythme quotidien qui lui est propre :
V ➡ VB ➡ E ➡ IG ➡ TR ➡ GI ➡ Rte ➡ P ➡ F ➡ MC ➡ Rn ➡ C.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet des méridiens musculaires (→ Fig. 1.26)

- Les trois méridiens musculaires Yang de la main (GI, IG, TR) vont de l'extrémité des doigts vers l'omoplate, montent à l'oreille et se rencontrent au point **VB-13** (*benshen*)
- Les trois méridiens musculaires Yang du pied (E, V, VB) vont de l'extrémité des orteils vers la tête, se rejoignent au niveau de la joue et se rencontrent au point **IG-18** (*quanliao*)
- Les trois méridiens musculaires Yin de la main (C, MC, P) vont de l'extrémité des doigts vers la poitrine, se mêlant à la musculature thoracique, et se rencontrent au point **VB-22** (*yuanye*)
- Les trois méridiens musculaires Yin du pied (F, Rn, Rte) vont de l'extrémité des orteils vers la poitrine, se rejoignent dans la région génitale et se rencontrent, selon les auteurs, au point **RM-2** (*qugu*) ou **RM-3** (*zhongji*)

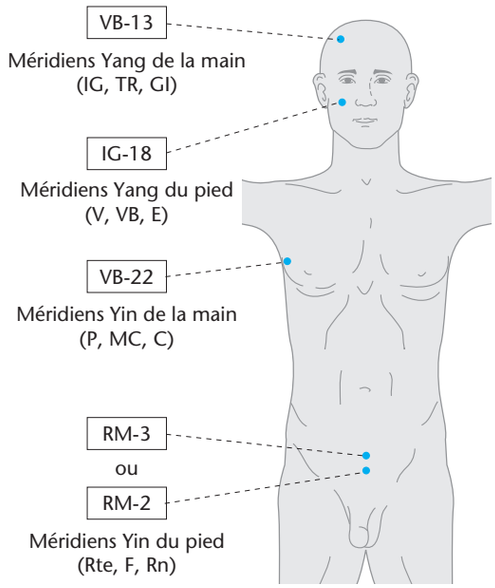


Fig. 1.26 Points de rencontre des méridiens musculaires

Fonctions

La principale fonction des méridiens musculaires est de distribuer le Qi et le Sang (*xue*) à la surface du corps, de même que de relier les muscles, les tendons et les ligaments aux articulations. Généralement, les méridiens musculaires rassemblent des groupes de muscles en synergie, facilitant leur mobilité et leur mouvement naturel tout en ayant aussi pour fonction de les relier à la surface du corps. En même temps, ils protègent les os et le squelette en les reliant à la structure du corps.

Le bon fonctionnement des muscles dépend de la Rate (*pi*) et du Foie (*gan*), et plus précisément du Sang (*xue*) de ce dernier. Alors que l'aspect Yin de la musculature, la « chair », est régi par la fonction de nutrition de la Rate, le fonctionnement des muscles et des tendons est gouverné par le Foie. Mais le Foie est également en liaison avec les structures mésenchymales du corps, surtout celles qui entourent les organes. Les méridiens musculaires ne sont pas uniquement composés de structures musculaires mais comportent aussi les formations mésenchymales, de sorte que, selon Larre et Rochat de la Vallée, ils sont également impliqués dans la structure du diaphragme et dans les membranes séreuses du thorax et de l'abdomen, en particulier la plèvre, le péritoine et le péricarde. Dans les régions les plus profondes du corps, ils agissent grâce aux fascias musculaires profonds. Une des fonctions principales des méridiens musculaires est de constituer une « enveloppe protectrice » qui protège le corps contre les attaques venant de l'Extérieur. À cet égard, le Qi Protecteur (*wei qi*) revêt une importance particulière (→ 1.1.4) : les fuseaux musculaires sont traversés par un flux de Qi vague et diffus qui contient aussi du Qi Protecteur (*wei qi*). Le Qi Nourricier (*ying qi*) est également présent, surtout à l'extrémité externe du fuseau musculaire (→ 1.1.4).

Les méridiens musculaires ont également pour tâche d'empêcher l'accès aux méridiens les plus profonds. Autrement dit, dans une situation pathologique, les méridiens profonds ne seront atteints que si la résistance des zones musculaires a été brisée. Un des objectifs importants de la thérapie par le massage tuina est d'évacuer la tension musculaire. Selon Larre et Rochat de la Vallée (1996), les méridiens musculaires jouent aussi un rôle dans les troubles psychosomatiques dans la mesure où ils constituent une carapace musculaire très efficace. Les auteurs évoquent ici l'interprétation bioénergétique de la tension musculaire.

Importance clinique et thérapeutique

Les troubles des méridiens musculaires apparaissent sur leur trajet et se traduisent par une tension musculaire, des douleurs, des crampes, des spasmes, de la raideur mais aussi une paralysie, une faiblesse et un gonflement des muscles, des tendons et des ligaments. Toute altération de l'amplitude des mouvements d'une articulation traduit une pathologie impliquant les méridiens musculaires. De plus, chaque méridien musculaire possède des symptômes spécifiques (→ chapitre 4, description de chaque méridien). Les facteurs qui peuvent contribuer aux troubles des méridiens musculaires sont les suivants :

- syndromes *bi* (invasion externe de Vent, de Froid, d'Humidité ou de Chaleur pathogènes),
- blessures traumatiques,
- fatigue musculaire due à une sollicitation excessive du muscle,
- fatigue et contractures musculaires dues à une tension émotionnelle et psychique ancienne.

Alors que les méridiens musculaires n'ont pas de points propres, on peut facilement agir sur eux en piquant les points *ah-shi*, ou par l'intermédiaire de thérapies complémentaires comme l'utilisation de ventouses, les massages Tuina, les marteaux « fleur de prunier », la moxibustion ou le massage *gua sha* (tribo-effleurage). On peut aussi utiliser les points distaux pour traiter les troubles des méridiens musculaires.

Pour les blessures traumatiques impliquant une limitation du mouvement, piquer les points distaux en faisant simultanément bouger l'articulation affectée se révèle très efficace. On peut choisir les points distaux (→ 8.2.1) en commençant par déterminer la zone affectée, puis piquer les points de la zone distale qui lui correspond sur le côté opposé.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Par exemple, en cas de blessure au genou, on localise la douleur avec exactitude, puis on pique ou on masse le point ou la zone correspondante sur le coude, du côté opposé. La figure 1.27 illustre les zones qui sont connues pour être efficaces. Ces zones sont également appelées « zones de réciprocité » (→ pour plus de détails, voir → 8.2, 8.3).

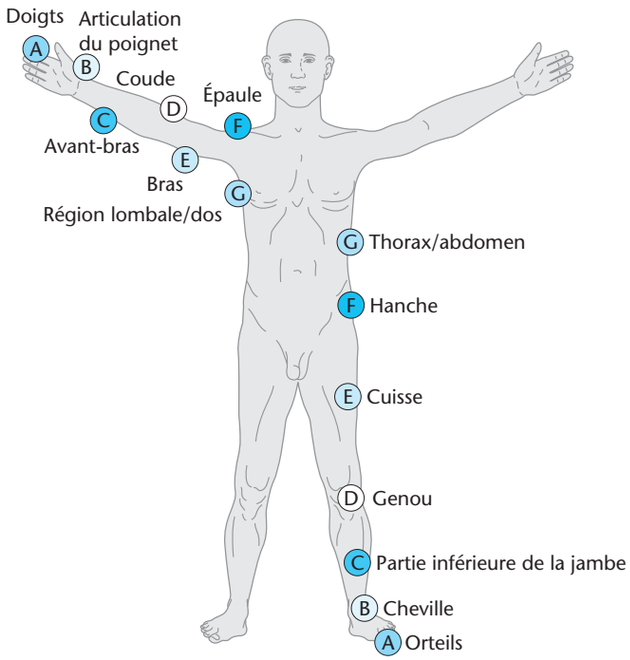


Fig. 1.27 Correspondances entre les zones du corps

1.5 Les méridiens *luo* de communication

Synonymes : méridiens secondaires, méridiens collatéraux, trajets secondaires (Larre et Rochat de la Vallée)

Organisation

Les méridiens *luo* de communication se répartissent en 15 ou 16 grands méridiens *luo* de communication, ainsi qu'en nombreux méridiens *luo* plus petits et plus superficiels. Pris dans leur ensemble, ils forment un réseau qui embrasse le corps entier, et tous les méridiens *luo* de communication, à leur tour, se relient au grand méridien *luo* de la Rate (au point → **Rte-21**), qui joue un rôle majeur dans le réseau des méridiens *luo* de communication (*Ling Shu*, chapitre 10). Avec le système des méridiens principaux, ils constituent un réseau de vaisseaux qui distribuent le Qi et le Sang non seulement dans le corps mais aussi à sa surface (→ Fig. 1.3, 1.4).

Les 16 grands méridiens *luo* de communication

Traditionnellement, il y a 15 méridiens *luo* de communication, mais si on leur ajoute le grand méridien *luo* de l'Estomac (*wei zhi da luo* ou *xu li*), on arrive à 16 :

- 12 méridiens *luo* de communication (*luo mai*) en relation avec les 12 méridiens principaux qui partent des extrémités
- 4 méridiens *luo* de communication qui partent du thorax :
  - les 2 méridiens *luo* de communication du vaisseau Conception (*ren mai*) et du vaisseau Gouverneur (*du mai*)
  - le grand méridien *luo* de communication de la Rate
  - le grand méridien *luo* de communication de l'Estomac.

À part le Grand méridien *luo* de communication de l'Estomac (*xu li*), qui prend naissance dans une Entraille (*fu*), les 15 autres méridiens *luo* de communication émergent à un point spécifique du méridien principal auquel ils se rattachent appelé « point *luo* » de communication (→ 8.1.2). 13 points *luo* de communication sont situés sur des méridiens principaux et 2 sur des merveilleux vaisseaux (vaisseau Conception (*ren mai*) et vaisseau Gouverneur (*du mai*)). Les points *luo* de communication sont situés sur des zones du corps où les méridiens *luo* de communication, qui se relient aux méridiens principaux auxquels ils sont associés dans la relation Intérieur-Extérieur, se divisent en méridiens plus petits. Les 15/16 méridiens *luo* de communication remplissent alors un rôle de contrôle sur les autres méridiens *luo* de communication plus petits. Chaque méridien *luo* de communication a ses propres pathologies, en liaison avec le méridien principal auquel il se rattache (→ introduction aux méridiens principaux → chapitres 4 et 5).

Méridiens *luo* de communication superficiels

Les méridiens *luo* de communication plus superficiels, plus petits, sont des ramifications des grands méridiens *luo* de communication. Ils se divisent à leur tour en méridiens minuscules de communication (*sun luo*), branches verticales parfois aussi appelées « branches tertiaires » ou « branches petit-fils ». Les méridiens minuscules de communication (*sun luo*) non seulement se déploient sur la surface du corps, mais recouvrent également les Organes Internes. Ils se divisent ensuite en méridiens superficiels de communication (*fu luo*), qui se divisent eux aussi en branches horizontales plus petites appelées méridiens de communication du sang (*xue luo*) (réseau des vaisseaux sanguins).
Les facteurs pathogènes ont tendance à pénétrer dans le corps grâce aux méridiens *luo* de communication superficiels. De la même façon, des troubles comme la stagnation de Qi ou de Sang dans un méridien principal ou un Viscère (*zangfu*) peuvent se traduire au niveau des méridiens de communication du Sang (*xue luo*) par des modifications de couleur de la peau, des veinules apparentes, etc.

Importance clinique

Les méridiens *luo* de communication sont accessibles grâce à des techniques de puncture superficielles ou des techniques de stimulation au niveau de la peau, comme l'utilisation du marteau « fleur de prunier », de la saignée, des ventouses, du *gua sha* et de la moxibustion.

> Les maladies récentes sont localisées dans les méridiens principaux ; les maladies anciennes (chroniques) se situent dans les méridiens *luo* de communication.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

1.6 Les régions cutanées (*pi bu*)

Caractéristiques

Les régions cutanées forment la partie la plus superficielle ou la couverture la plus externe du système des méridiens principaux (*pi* = peau). Selon Ramakers (documents de cours, 2003), on peut les comparer à « un gros sac qui maintient tout ensemble » et (en dehors des merveilleux vaisseaux) elles représentent les tissus les plus anciens du corps, ceux qui se sont formés à partir de l'ectoderme. Les régions cutanées ne constituent pas des méridiens *per se* mais plutôt des zones de la peau qui sont reliées au réseau des méridiens superficiels, qu'elles recouvrent. Leur nom est en relation avec celui des six grands méridiens (*liu jing* → 1.2.3) (Fig. 1.28).

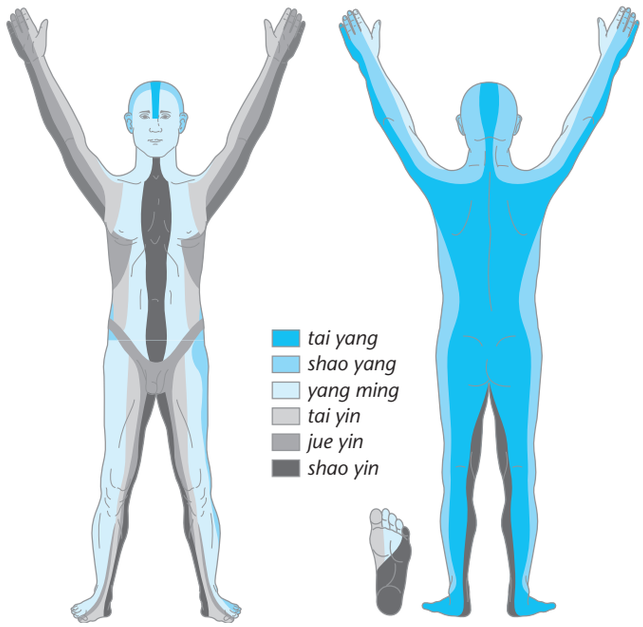


Fig. 1.28 Régions cutanées (faces antérieure et postérieure)

Fonctions

Les régions cutanées dirigent la circulation du Sang et du Qi, surtout du Qi Protecteur (*wei qi*) vers la surface du corps, et elles régulent la peau et les pores, renforçant ainsi les défenses du corps. Leur bon fonctionnement dépend du Qi du Poumon, qui gouverne la peau, et du Qi Protecteur (*wei qi*) (→ 1.1.4). C'est à travers les zones cutanées que les facteurs pathogènes peuvent entrer et sortir du corps.

Importance clinique

Les troubles des méridiens principaux et des Viscères (*zangfu*) qui s'y rattachent peuvent se refléter à la surface du corps au niveau des zones cutanées sous forme, par exemple, de sensations anormales, de lésions ou de changements de couleur de la peau. Une coloration verdâtre-bleuâtre peut signaler une douleur ou un blocage, une coloration rouge de la chaleur et une coloration pâle et blanchâtre un vide ou du Froid. Ainsi, les régions cutanées peuvent être un outil diagnostique dans les maladies de la peau ou la douleur, surtout lorsque la douleur est chronique. Les techniques thérapeutiques comprennent la puncture superficielle, l'utilisation du marteau « fleur de prunier », les ventouses, les massages et le *gua sha* (technique chinoise d'effleurage). L'auteur a obtenu de bons résultats dans le traitement de la douleur chronique grâce à l'acupuncture somatopique du poignet ou de la cheville mise au point par le Dr Zhang Xin Shu (→ JCM, N° 37, 11/1991, → Focks et Hillenbrand 2003). La puncture exclusivement sous-cutanée utilisée dans cette technique a bien évidemment une influence sur les zones cutanées.

1.7 Les huit merveilleux vaisseaux (*qi jing ba mai*)

Synonymes : méridiens extraordinaires, méridiens curieux
Signification de *qi jing ba mai* :
Qi : extraordinaire, étrange, sans pareil, miraculeux, merveilleux
Jing : méridien
Ba : huit
Mai : vaisseau
Les huit merveilleux vaisseaux ne sont pas des méridiens semblables aux *jing mai*, les méridiens principaux, mais comme leur nom l'indique, ils sont « extraordinaires ». Même si on les mentionne souvent en même temps que les méridiens principaux, ils jouent néanmoins un rôle particulier.

1.7.1 Théories sur l'origine des merveilleux vaisseaux

Les huit merveilleux vaisseaux sont souvent considérés comme les structures les plus profondes et les plus primitives du corps et du système des méridiens, se développant très tôt dans la phase embryonnaire. On considère qu'ils « recouvrent la totalité de l'activité humaine » (Larre et Rochat de la Vallée, 1986). Ils sont aussi à l'origine de fonctions secondaires et sont sans arrêt à l'œuvre. C'est pourquoi leurs pathologies se manifestent sous la forme de symptômes complexes et impliquent les Essences prénatale et postnatale. Le *Nanjing* (traduction d'Unschuld, 1986) est le premier à avoir décrit les merveilleux vaisseaux comme un système à part entière. Des mentions antérieures ne les évoquaient que de façon individuelle, dans le contexte de leurs fonctions respectives.

Origine des merveilleux vaisseaux

Pour que les manifestations de la vie puissent apparaître, le corps a besoin de structures qui s'accordent au rythme du Qi et de ses processus d'harmonie et d'équilibre. Le *Nanjing* introduit le concept d'un centre énergétique du corps, le « Qi qui circule entre les Reins », qui est souvent associé à *ming men* (la Porte de la Vie) et au *qihai dan tian* (Champ Inférieur de l'Élixir), et qui est soumis aux influences cosmiques tout comme à celles du Qi prénatal et du Qi postnatal.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Selon Matsumoto et Birch (1986), le « Qi qui circule entre les Reins » représente le *Taiji* du corps, le « Grand Unique », l'origine même du Yin et du Yang. On le considère comme la racine et l'origine de toutes les structures et de tous les systèmes humains et, selon certains auteurs, il est en relation avec le Qi Originel (*yuan qi*) (→ 1.1.4). Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*), en tant que vaisseau le plus ancien, est parfois assimilé au « Qi qui circule entre les Reins ». Le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) représentent la division de base du Yin et du Yang dans le corps ; autrement dit, ils prennent naissance dans le « Qi qui circule entre les Reins », ou vaisseau Pénétrant (*chong mai*), sous forme d'une branche Yin et d'une branche Yang. Au cours de cette « division », l'une monte le long de la partie antérieure du corps (le vaisseau Conception (*ren mai*)), l'autre le long du dos (le vaisseau Gouverneur (*du mai*).

Le Ciel et la Terre ont midi et minuit comme pôles axiaux, le corps a le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*). Le vaisseau Conception (*ren mai*), le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) portent différents noms mais, en fin de compte, ils sont identiques et ont la même signification. Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) assure l'unité ou l'inséparabilité du vaisseau Conception (*ren mai*) et du vaisseau Gouverneur (*du mai*), c'est-à-dire du Yin et du Yang. Si l'on essayait de séparer le Yin et le Yang, on comprendrait vite qu'ils sont « un tout inséparable, une unité ».

C'est pourquoi la fonction des merveilleux vaisseaux est d'être une sorte de matrice qui est la source du fonctionnement énergétique et de la division cellulaire du corps. Cette matrice est présente dès le moment de la conception et elle organise la structuration du développement embryonnaire dès ses tout débuts.

Explication de la figure 1.29 (d'après Matsumoto et Birch)

Au commencement était le Grand Unique, le *Taiji* (premier niveau). À ce stade de « non forme », le Grand Unique commence à se séparer (deuxième niveau) et devient le Yin et le Yang (troisième niveau). Au quatrième niveau, le Yang et le Yin se séparent à deux reprises :

- Une branche **se sépare en trois** pour donner le **Triple** Réchauffeur (*san jiao*) et les formes de Qi qui lui sont associées. Une séparation supplémentaire amène à la formation des **six** grands méridiens (*liu jing* → 1.2), des **Cinq** Éléments et de **leur source**, de même qu'aux 12 méridiens principaux.
- L'autre branche se sépare au quatrième niveau pour former les **quatre** régions du corps (gauche, droite, haut, bas), puis les **huit** merveilleux vaisseaux.

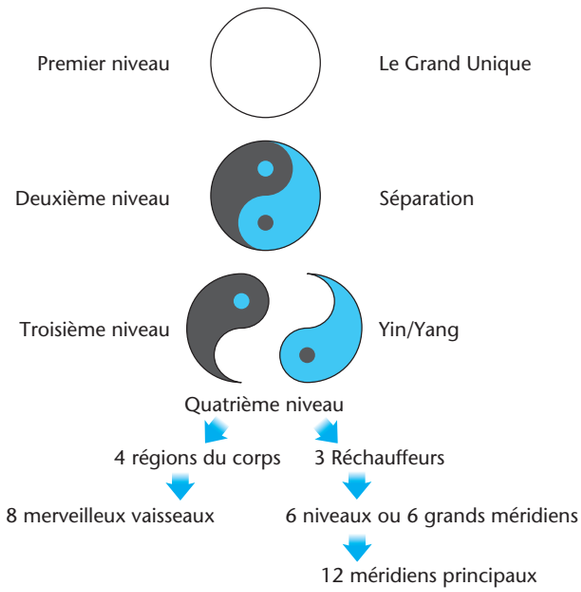


Fig. 1.29 Origine des méridiens principaux

Cicatrice de la division de la première cellule

Matsumoto et Birch (1986) ont commenté les travaux de Manaka et al., qui interprètent les merveilleux vaisseaux en fonction du développement embryonnaire, les voyant comme des cicatrices ou des « lignes de séparation de la division de la première cellule ». Le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) sont le résultat de la première division de l'œuf fécondé alors que le vaisseau Ceinture (*dai mai*) apparaît au cours de la seconde division. À ce stade, l'embryon est essentiellement un torse, alors que les extrémités et les merveilleux vaisseaux plus « périphériques » (le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), de même que le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) ne se forment qu'au cours des divisions suivantes.

Les huit merveilleux vaisseaux et la structure du corps

- Selon Manaka et al. (1995), il existe une relation étroite entre les huit merveilleux vaisseaux et la structure ou la symétrie du corps.
- Le **vaisseau Gouverneur (*du mai*)** et le **vaisseau Conception (*ren mai*)** séparent le corps verticalement en une partie **gauche** et une partie **droite** : le vaisseau Conception (*ren mai*) détermine la ligne médiane antérieure et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) monte le long de la ligne postérieure.
- Le **vaisseau Ceinture (*dai mai*)** encercle la taille **horizontalement**, déterminant un **axe horizontal**. Il sépare le **haut** du **bas** (→ Fig. 1.30 a).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Poursuivant cette idée, Manaka décrit la division du corps en **huit régions**, qu'il compare à la topologie d'un octaèdre (→ Fig. 1.30 b). Dans ce modèle, les huit merveilleux vaisseaux sont en relation directe avec les « lignes qui séparent » les faces de cet octaèdre :

- en raison de leur localisation sur la ligne médiane antérieure/postérieure, le **vaisseau Conception (*ren mai*)** et le **vaisseau Gouverneur (*du mai*)** séparent le corps en une partie gauche et une partie droite ;
- le **vaisseau Ceinture (*dai mai*)** sépare le haut du bas ;
- les **méridiens de la Vésicule Biliaire et du Triple Réchauffeur** s'assimilent aux lignes antérieure et postérieure qui divisent l'aspect Yang du corps sur la partie latérale du corps ;
- les **méridiens du Maître du Cœur et de la Rate** s'assimilent aux lignes antérieure et postérieure qui divisent l'aspect Yin du corps sur la partie latérale du corps.

Les points d'ouverture des merveilleux vaisseaux, à l'exception de **Rte-4** (un point du méridien du Foie serait plus approprié), représentent cette division :

- **MC-6** et **TR-5** sont les points d'ouverture respectivement du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) et du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).
- **Rte-4** et **VB-41** sont les points d'ouverture respectivement du vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et du vaisseau Ceinture (*dai mai*).

Ces quatre méridiens divisent les parties **antérieure** et **latérale** du corps et mettent en relation les parties **supérieure** et **inférieure**, les merveilleux vaisseaux qui leur sont associés suivant ce schéma. Le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), en raison de leur connexion avec les méridiens du Rein et de la Vessie (**Rn-6** et **V-62** sont les points d'ouverture) entretiennent une relation forte avec le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*). De plus, le trajet du méridien du Rein est proche de celui du vaisseau Conception (*ren mai*) alors que le trajet du méridien de la Vessie proche de celui du vaisseau Gouverneur (*du mai*).

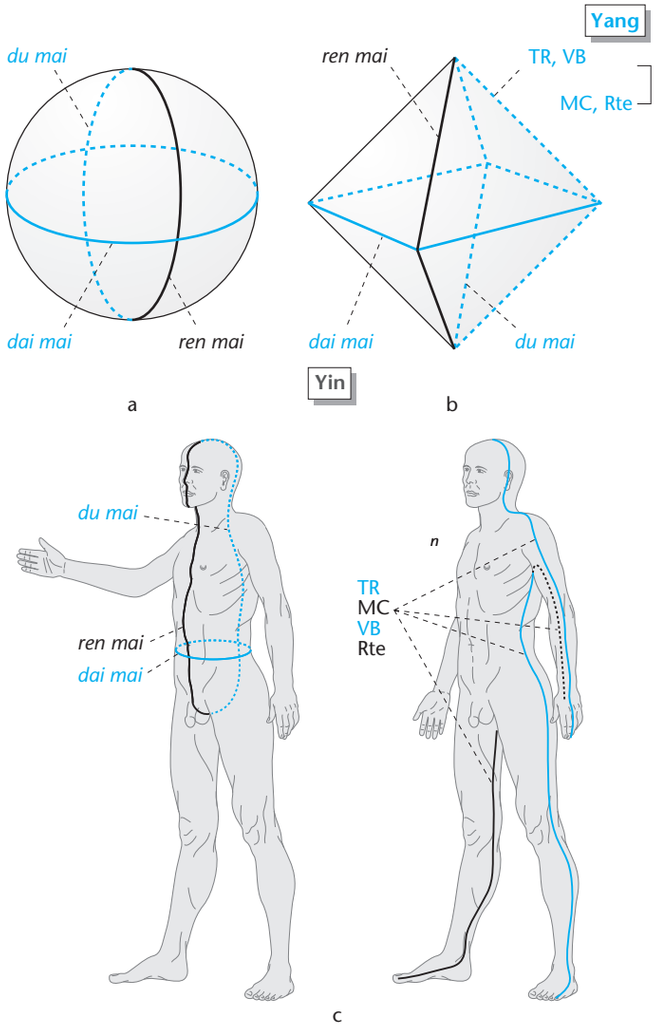


Fig. 1.30 Développement de la structure de l'octaèdre en fonction de la symétrie du corps

1.7.2 Principes et fonctions

« Les méridiens principaux sont les fleuves, les merveilleux vaisseaux sont les lacs ».

Dans certains classiques, on compare les merveilleux vaisseaux à des réservoirs qui stockent l'excès de Yang, de Yin, de Qi ou de Sang, déversant ces derniers dans les méridiens principaux en cas de besoin. À l'exception du vaisseau Conception (*ren mai*) et du vaisseau Gouverneur (*du mai*), ces merveilleux vaisseaux n'ont pas de points propres, mais on peut y avoir accès et s'y relier par l'intermédiaire des points des méridiens principaux (voir les trajets des méridiens principaux → chapitre 5). Tous les merveilleux vaisseaux (à l'exception du vaisseau Ceinture (*dai mai*) dont le trajet est horizontal) commencent aux extrémités inférieures ou sur la partie inférieure du torse, et vont à la tête. On peut les stimuler en piquant leur point d'ouverture et leur point couplé (thérapie différentielle → 8.1.8).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fonction de réservoir et de compensation

« … lorsque les vaisseaux (*méridiens principaux*) *sont remplis au point de déborder, alors le contenu excédentaire de ces vaisseaux peut s'écouler dans un réseau de canalisations unique* (*les merveilleux vaisseaux*) *et le remplir »* (*Nanjing,* traduction d'Unschuld, 1986).

Le Nanjing compare les merveilleux vaisseaux à des réservoirs capables d'absorber l'excès de Qi et de Sang des méridiens principaux, relâchant à nouveau ces derniers en période d'insuffisance. Par exemple, si des facteurs pathogènes pénètrent dans le système des méridiens principaux, l'excès qui en découle peut être absorbé par les merveilleux vaisseaux, ce qui va éviter que les Viscères (*zangfu*) ne soient touchés. Dans ce sens, les merveilleux vaisseaux ont une fonction de régulation et de compensation.

Reproduction et fertilité

Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*) en particulier, mais également le vaisseau Gouverneur (*du mai*) jouent un rôle important dans la reproduction et la fertilité.

Connexions avec les méridiens principaux

- Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*), qui est aussi connu sous le nom de la « **mer des 12 méridiens principaux** », se relie aux méridiens de l'Estomac et du Rein. Il renforce aussi le lien qui existe entre le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*).
- Le vaisseau Conception (*ren mai*), en tant que **mer du Yin**, se relie à tous les méridiens Yin.
- Le vaisseau Gouverneur (*du mai*), en tant que **mer du Yang**, se relie à tous les méridiens Yang au point **DM-14** (*dazhui*).
- Le vaisseau Ceinture (*dai mai*) encercle le corps au niveau de la taille et donc les trajets verticaux des 12 méridiens principaux en général, mais plus particulièrement ceux du vaisseau Pénétrant (*chong mai*), du vaisseau Conception (*ren mai*) et des méridiens du Rein, du Foie et de la Rate.
- Le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) **régit l'Intérieur** du corps et se relie aux méridiens du Rein, de la Rate et du Foie, ainsi qu'au vaisseau Conception (*ren mai*).
- Le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) **régit l'Extérieur** du corps et se relie aux méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, du Triple Réchauffeur, de l'Intestin Grêle et de l'Estomac, ainsi qu'au vaisseau Gouverneur (*du mai*).
- Le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) se relie aux méridiens du Rein et de la Vessie, et il contrôle l'équilibre.
- Le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) se relie aux méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, de l'Intestin Grêle, du Gros Intestin et de l'Estomac, et il contrôle l'activité.

De plus, les huit merveilleux vaisseaux sont considérés comme les **méridiens de communication des huit merveilleuses Entrailles (*fu*)**.

Protection du corps

Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*), le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) font circuler le Qi Protecteur (*wei qi*) dans le thorax, l'abdomen et le dos, et participent ainsi à la protection du corps contre les facteurs pathogènes externes. En raison de leur origine, ils sont également directement reliés au Rein, au Qi du ciel antérieur et aux forces constitutionnelles.

1.7.3 Comparaison des huit merveilleux vaisseaux avec les méridiens principaux

	Méridiens principaux	Huit merveilleux vaisseaux
Points, trajets	Points spécifiques bilatéraux	Seuls, le vaisseau Conception (*ren mai)* et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) ont leurs propres points (trajets internes) ; tous les autres merveilleux vaisseaux « empruntent » des points aux méridiens principaux. Les quatre vaisseaux centraux sont unilatéraux (sauf le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) qui a aussi un trajet au niveau des extrémités) ; les quatre vaisseaux périphériques sont bilatéraux
Circulation	Font continuellement circuler le Qi Nourricier et le Sang	Font circuler le Qi Essentiel, le Qi Nourricier et le Qi Protecteur, mais selon certains auteurs, la circulation du Qi en eux n'est pas continuelle
Profondeur	Trajet superficiel, externe et trajet interne plus profond ; ils sont directement reliés aux Viscères (*zangfu)* auxquels ils se rattachent	Par rapport au trajet interne des méridiens principaux, leur trajet est plus superficiel, et par rapport au trajet externe des méridiens principaux, leur trajet est plus profond. Ils n'ont **aucune connexion directe** avec les Viscères (*zangfu*) mais leur origine, surtout celle des quatre vaisseaux centraux, se situe au plus profond du corps
Connexions	Ils relient l'Extérieur à l'Intérieur (grâce aux trajets interne/externe) et aux méridiens Yin/Yang), de même que le haut au bas (couples main-pied, axes)	Ils ne relient pas l'Intérieur à l'Extérieur, pas plus qu'ils ne relient le Yin au Yang
Fonctions	Ils guident l'excès de Qi et de Sang vers les huit merveilleux vaisseaux ou vers d'autres méridiens secondaires	Ils ont une fonction de réservoirs : l'excès de Qi et de Sang des méridiens principaux s'écoule vers les huit merveilleux vaisseaux, qui le stocke. En cas d'insuffisance, ils renvoient le Qi et le Sang dans les méridiens principaux
Diagnostic	En MTC, le diagnostic repose sur la théorie des méridiens et sur les Viscères (*zangfu*), le pouls et la langue	Le diagnostic se caractérise par des symptômes spécifiques localisés et des pouls spécifiques

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

1.7.4 Couples et fonctions particulières

On peut associer les huit merveilleux vaisseaux deux par deux de plusieurs façons (→ Fig. 1.31) :

- on peut associer les vaisseaux centraux et les vaisseaux périphériques sous forme de couples Yin-Yang,
- ou on peut associer un vaisseau central à un vaisseau superficiel. Ces couples concernent des régions spécifiques et sont très importants en thérapie par l'acupuncture (→ Points d'ouverture 8.1.8).

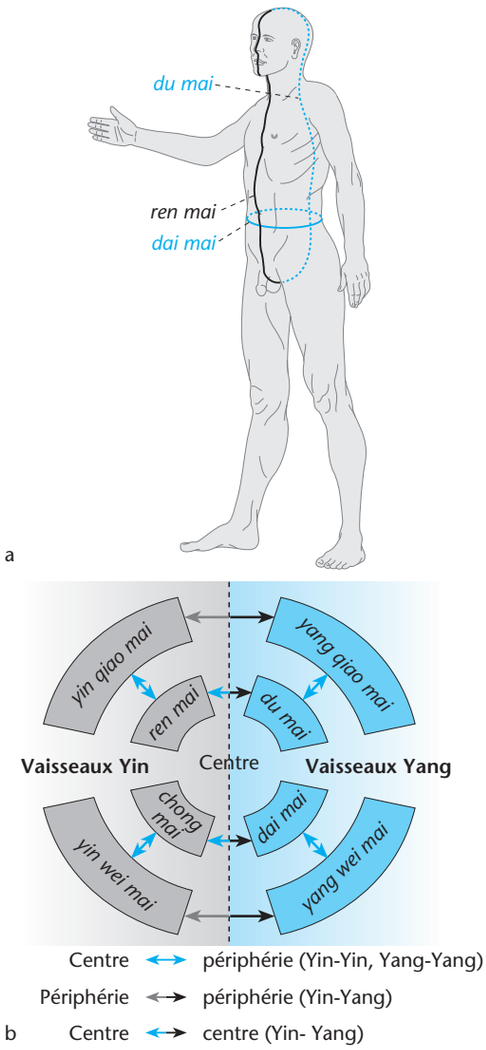


Fig. 1.31 Couples de merveilleux vaisseaux (schéma b adapté de Pirog 1996)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Couples selon la polarité Yin/Yang

Couples de merveilleux vaisseaux selon la polarité Yin/Yang

Vaisseaux Yin	Vaisseaux Yang	Fonctions des couples Yin/Yang	Fonctions générales – Centre/périphérie
Vaisseaux centraux (trajet sur la tête et le torse)			
ren mai	*du mai*	On peut considérer que le vaisseau Gouverneur (*du mai*) est la première manifestation du Qi et du Yang, le vaisseau Conception (*ren mai*) la première manifestation du Sang et du Yin. Ce couple **stocke le Yin Qi et le Yang Qi**	**Fonctions :** stocker et distribuer (le Yin et le Yang). Fondement des huit merveilleux vaisseaux, stockent le Qi Essentiel, responsables de l'aide apportée aux Organes Internes et aux merveilleuses Entrailles (*fu*), de même qu'aux structures fondamentales du corps
chong mai	*dai mai*	Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) est comme une connexion harmonieuse entre le Yin et le Yang, il exprime la vitalité et la stimule. Le vaisseau Ceinture (*dai mai*) encercle, il est comme un récipient et il prépare la circulation du Yin et du Yang. Ce couple **fait circuler l'Essence (*jing*) et le Qi entre les parties Yin et les parties Yang du corps**.	
Vaisseaux périphériques (trajet des extrémités inférieures au torse)			
yin qiao mai	*yang qiao mai*	Ce couple crée un équilibre entre le Yin et le Yang (par exemple, équilibre entre l'Essence (*jing*) et le Qi, le Sang et le Qi, la gauche et la droite, le Qi Nourricier et le Qi Protecteur, mais aussi à l'extérieur entre le jour et la nuit, contrôle et régule les mouvements de montée (*yin qiao mai*) et de descente (*yang qiao mai*) dans le corps, est responsable de l'équilibre et du rythme entre le Yin et le Yang	**Fonctions :** équilibrer, faire circuler et mettre en relation (les aspects Yin et les aspects Yang). Mettre en contact les régions distales du corps et le torse et la tête.
yin wei mai	*yang wei mai*	Le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) gouverne l'Intérieur (*li*), il organise et crée des connexions avec les aspects Yin du corps. Le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) gouverne l'Extérieur (*biao*), il organise les aspects Yang du corps. Ce couple **relie respectivement le Yin et le Yang**. « Ce qui circule entre les méridiens Yin s'appelle le *yin wei*, ce qui circule entre les méridiens Yang est le *yang wei* ».	

Couples centre/périphérie

Ici, c'est un vaisseau du centre qui est couplé avec un vaisseau périphérique. Cette association renvoie probablement aux régions du corps qui sont traversées et approvisionnées par ces couples.

Couples centre/périphérie de merveilleux vaisseaux

Couple	Vaisseau	Relation	Point d'ouverture	Point couplé	Régions concernées
Couple 1	*chong mai*	père	Rte-4	MC-6	Cœur, thorax, Estomac
	yin wei mai	mère	MC-6	Rte-4	
Couple 2	*du mai*	époux	IG-3	V-62	Canthus interne de l'œil, occiput, épaules et dos, méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vessie
	ren mai	épouse	V-62	IG-3	
Couple 3	*dai mai*	homme	VB-41	TR-5	Région latérale de l'œil et de la tempe, oreilles, joues, occiput et épaules
	yang wei mai	femme	TR-5	VB-41	
Couple 4	*ren mai*	hôte	P-7	Rn-6	Face, gorge, thorax, Poumons, diaphragme, abdomen
	yin qiao mai	invité	Rn-6	P-7	

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

2 Méthodes de localisation et mesures en *cun*

Claudia Focks

Un des pré-requis de base pour tout traitement réussi en acupuncture, outre un bon diagnostic et une sélection adéquate de points, est une localisation correcte de ces points.

2.1 Méthode de localisation en acupuncture

Il existe plusieurs méthodes de localisation des points d'acupuncture :

Approche anatomique : de nombreux points d'acupuncture sont situés à des endroits anatomiques bien déterminés, par exemple dans des dépressions, au point d'insertion d'un muscle et d'un tendon, dans un sillon, à une jointure articulaire, à une proéminence osseuse, etc. Avec un peu d'expérience, le doigt qui palpe va automatiquement « tomber » dans la bonne dépression ou le bon creux.

Diverses structures et régions anatomiques forment la base de la localisation des points. Elles sont décrites plus en détail dans le chapitre 3. On peut faire les distinctions suivantes :

- **les repères fixes**, qui ne sont pas affectés par la position du corps ou par le mouvement, qui comprennent des repères osseux comme des dépressions ou des proéminences du squelette, mais aussi les doigts et les orteils, les mamelons, l'ombilic, etc. La plupart des mesures en *cun* (→ 2.2) reposent sur des repères fixes.
- **les repères mobiles**, qui se déterminent souvent plus facilement à l'occasion d'une posture ou d'un mouvement spécifique du corps (→ 2.3.2). Par exemple, lorsqu'on fléchit le coude, le pli cubital est bien plus visible, ce qui permet de localiser précisément **GI-11**. De la même façon, on voit beaucoup mieux le pli palmaire le plus distal lorsqu'on ferme le poing pour localiser **IG-3**. Les autres paramètres qui peuvent servir à la localisation d'un point d'acupuncture comprennent une modification de la consistance de la peau, une sensibilité à la pression, une sensation de gonflement ou de résistance lorsque le doigt palpe doucement un endroit, etc.

Mesures proportionnelles : lorsqu'on essaye de localiser des points qui ne sont pas situés à des endroits proéminents, la médecine chinoise applique un système de mesure proportionnelle ayant le *cun* pour unité (→ 2.2).

Détecteurs de points électriques : ces derniers mesurent la résistivité de la peau de façon à trouver la localisation correcte des points, car cette résistivité est généralement moindre dans l'environnement immédiat d'un point. Cette méthode est particulièrement utilisée en auriculothérapie mais s'avère peu pratique en acupuncture.

Technique du « point juste » (d'après Gleditsch, 2005) : on tient l'aiguille avec souplesse au-dessus de la peau et on lui imprime une sorte de danse. Lorsque l'aiguille trouve le point juste, elle « s'en saisit » et pénètre la peau presque sans le vouloir.

2.2 Mesurer le corps en *cun*

En médecine chinoise, les mesures afférant au corps sont traditionnellement effectuées en *cun*. Contrairement au *cun* officiel, qui correspond à 2,5 cm, le *cun* utilisé dans un contexte médical est une **unité de mesure proportionnelle** qui prend en compte les mesures individuelles de chacun.

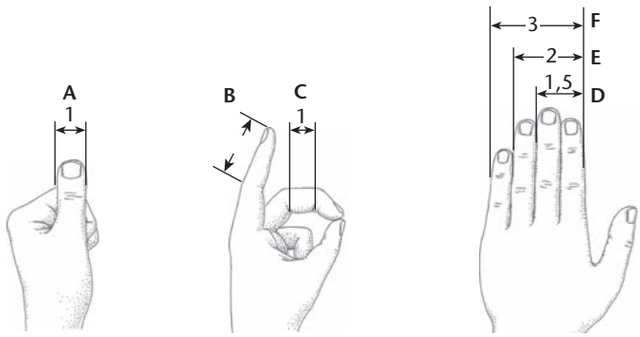
L'unité relative de mesure qu'est le *cun* se définit soit en utilisant la largeur d'un doigt précis ou de plusieurs doigts de la personne (*cun* du doigt) ou la distance entre deux repères clairement définis sur le corps (*cun* du corps).

En pratique clinique, on peut localiser de nombreux points grâce au *cun* du doigt (→ Fig. 2.1). Il est toutefois important de prendre les **doigts du patient** et non ceux du praticien comme point de référence. Si les doigts du patient et ceux du praticien ont sensiblement la même taille, le praticien peut se servir de la taille de ses propres doigts pour localiser les points. Sinon, il faut adapter les mesures pour corriger les petites déviations possibles, par exemple, en resserrant ou en espaçant les doigts lorsque les mesures utilisent plusieurs doigts.

Le *cun* du corps ou *cun* proportionnel repose sur les proportions de zones particulières du corps que l'on divise en un nombre spécifique d'unités (→ Fig. 2.3). En pratique clinique, la mesure de ces divisions peut être très pesante. C'est pourquoi on utilise généralement la technique de l'amplitude de la main (Koenig et Wancura), qui permet au praticien de déterminer rapidement le point médian d'une distance donnée (→ 2.3.3). Dans la plupart des cas, cette technique, associée aux mesures obtenues par le *cun* du doigt et à la palpation, est suffisante pour localiser correctement un point. Pour la localisation des points sur l'abdomen, il peut être utile d'avoir sous la main un ruban élastique pour mesurer les *cun* du corps (→ 2.3.1).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cun du doigt



A :
1 *cun* :
pouce

B :
2 *cun* :
index

C :
1 *cun* :
majeur

D :
1,5 *cun* :
travers de doigts

E :
2 *cun* :
travers de doigts

F :
3 *cun* :
travers de doigts

Fig. 2.1

A	1 *cun* avec le pouce comme référence	Largeur de l'articulation inter-phalangienne du pouce à son endroit le plus large
B	2 *cun* avec l'index comme référence	Distance entre les deux phalanges distales de l'index
C	1 *cun* avec le majeur comme référence	Lorsque l'extrémité du majeur est sur le pouce, distance entre les extrémités des plis des articulations inter-phalangiennes du majeur
D	1,5 *cun* avec deux doigts comme référence	Largeur, au niveau des articulations inter-phalangiennes distales, de l'index et du majeur serrés l'un contre l'autre
E	2 *cun* avec l'index, le majeur et l'annulaire comme référence	Largeur, au niveau des articulations inter-phalangiennes distales, de l'index, du majeur et de l'annulaire serrés l'un contre l'autre
F	3 *cun* avec les quatre doigts comme référence	Largeur, au niveau des articulations inter-phalangiennes distales, des quatre doigts serrés l'un contre l'autre (= 1 travers de main)

Cun du corps ou *cun* proportionnel – mesure proportionnelle la plus fréquemment utilisée

Conseil pour localiser l'extrémité du pli axillaire : le pli axillaire antérieur ou postérieur définit l'extrémité de l'aisselle et forme un pli dans la peau, là où le bras rejoint le thorax. Le pli axillaire est le point de référence pour toute mesure en *cun* sur la partie supérieure du bras (→ Figs. 2.2, 2.3, **P-3** et **P-4**) et on peut le trouver en demandant au patient de mettre le bras en adduction et de mettre la plat de la main dans l'aisselle. L'extrémité du pli axillaire, orientée vers le haut, se termine au bord inférieur du grand pectoral qui, dans cette zone, s'étend jusqu'à son insertion sur l'humérus, en dessous du muscle deltoïde. La place de l'extrémité du pli axillaire peut varier considérablement en fonction de la taille de chaque individu, de la position du bras et du fléchissement des muscles. Il faut donc le localiser lorsque le patient laisse tomber les bras de façon relâchée le long du corps.

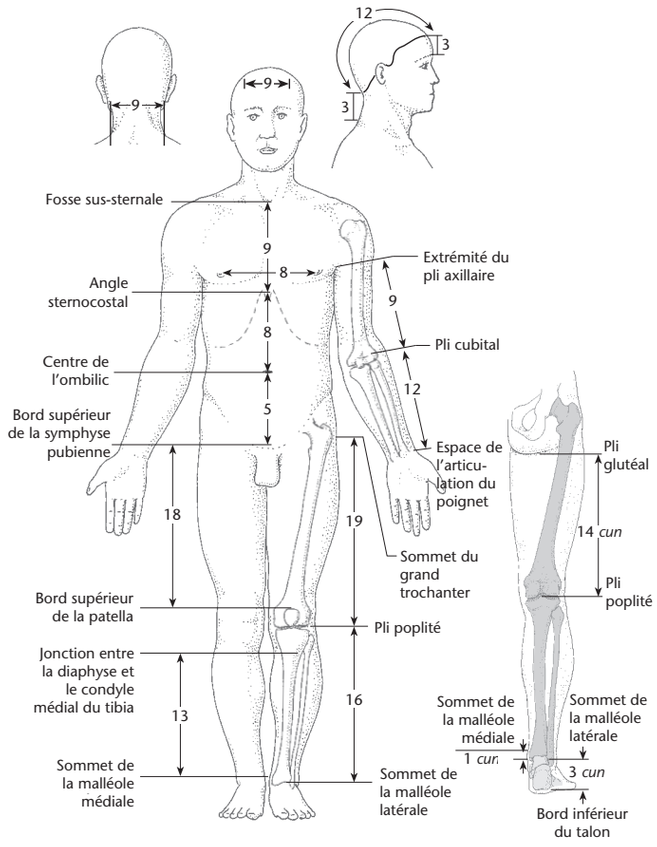


Fig. 2.2

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Tête		
Longitudinalement	12 *cun*	De l'avant (➞ 3.1.1) à la ligne postérieure des cheveux (➞ 3.1.5)
	3 *cun*	Du milieu des sourcils à la ligne antérieure des cheveux (➞ 3.1.1)
	3 *cun*	Du bord inférieur du processus épineux de C7 (➞ 3.4.1) à la ligne postérieure des cheveux (➞ 3.1.5)
	18 *cun*	De ***yintang*** **(point HM)** à **DM-4**
Horizontalement	9 *cun*	Distance entre les processus mastoïdes
	9 *cun*	D'un coin à l'autre du front (à la hauteur de **E-8**)
Thorax et abdomen		
Longitudinalement	9 *cun*	Du creux sus-sternal (**RM-22**) à l'angle sterno-costal (➞ 3.5, synchondrose xipho-sternale)
	8 *cun*	De l'angle sterno-costal (➞ 3.5, synchondrose xipho-sternale) au centre de l'ombilic
	5 *cun*	Du centre de l'ombilic au bord supérieur de la symphyse pubienne (➞ 3.5)
Horizontalement	8 *cun*	Distance entre les deux mamelons
Longitudinalement et latéralement	12 *cun*	De l'extrémité du pli axillaire au bord de l'extrémité libre de la 11ème côte (**F-13**)
Dos et région lombale		
On se sert des deux processus épineux des espaces intercostaux pour s'orienter. Les principaux points de référence sont : le processus épineux de C7, l'angle inférieur de l'omoplate (au niveau de T7), la crête iliaque (au niveau du processus épineux de L4), l'épine iliaque postéro-supérieure (au niveau de S2 ou du 2ème foramen sacral). Attention : la position du patient (debout, assis, allongé), de même que l'anatomie de chacun et la structure de la colonne vertébrale (cyphose, lordose, etc.) ont une influence sur le niveau des vertèbres, qui peut donc varier considérablement par rapport à d'autres structures anatomiques. Pour plus de détails, ➞ chapitre 3		
Longitudinalement	30 *cun*	Du processus épineux de T1 à l'extrémité du coccyx
Horizontalement	3 *cun*	Du bord médial de l'omoplate à la ligne médiane postérieure (processus épineux) lorsque l'épaule est relâchée et que les bras tombent le long du corps
Membre supérieur		
Latéralement	9 *cun*	De l'extrémité du pli axillaire antérieur au pli cubital transverse
	12 *cun*	Du pli cubital transverse à la jointure de l'articulation du poignet (➞ 3.3.3, pli transversal du poignet)
Membre inférieur		
Latéralement	19 *cun*	Du sommet du grand trochanter (➞ 3.6) au pli poplité
	16 *cun*	Du pli poplité au sommet de la malléole latérale (➞ 3.6.2)
	14 *cun*	De **VB-34** (tête antérieure postérieure de la fibula) au sommet de la malléole latérale (➞ 3.6.2)
	3 *cun*	Du sommet de la malléole latérale (➞ 3.6.2) au bord inférieur du talon
Direction médiale	18 *cun*	Du bord supérieur de la symphyse pubienne (➞ 3.5) au bord supérieur de la patella (➞ 3.6.1)
	15 *cun*	De l'extrémité médiale du pli poplité au sommet de la malléole médiale (➞ 3.6.2)
	13 *cun*	Du condyle médial du tibia (➞ 3.6.1, jonction de la tête et de la diaphyse du tibia) au sommet de la malléole médiale (➞ 3.6.2)
Face dorsale	14 *cun*	Du pli glutéal au pli poplité
Différence entre la malléole médiale et la malléole latérale		
	1 *cun*	Différence entre le niveau du sommet respectivement de la malléole latérale et de la malléole médiale (➞ 3.6.2)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

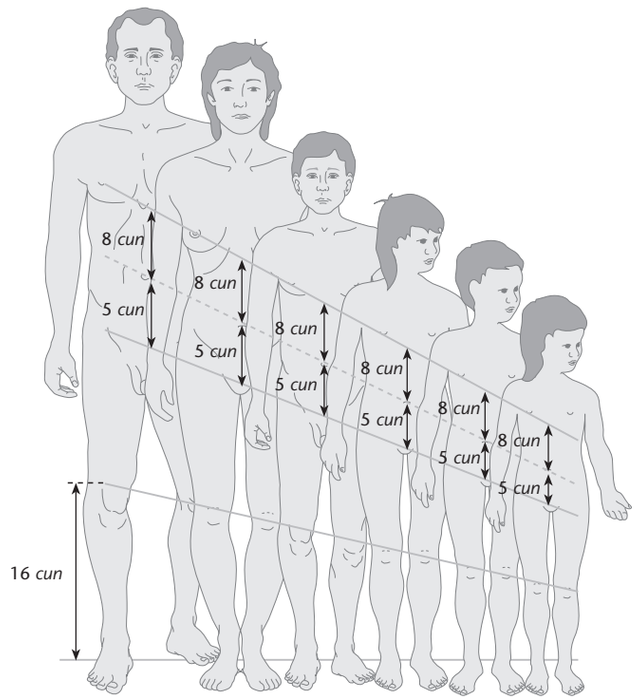


Fig. 2.3

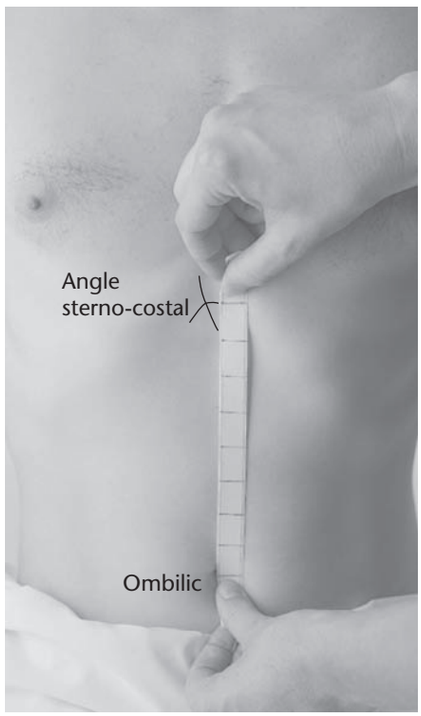


Fig. 2.4

2.3 Conseils pour la localisation des points

2.3.1 Ruban élastique

Le ruban élastique s'est révélé être un outil très utile pour simplifier les mesures en *cun* et faciliter la localisation correcte des points. Il est particulièrement efficace pour la détermination des points de l'abdomen, dont la taille peut varier considérablement d'un individu à l'autre (Kitzinger, 1995). Ce ruban est généralement large de 1 à 2 cm et long de 40 cm, les unités sont matérialisées régulièrement tous les 2 cm avec parfois des repères chiffrés de 1 à 20. On place ce ruban sur la distance à mesurer et on l'étire en fonction du nombre correct de *cun* que fait cette distance précise. Cette méthode permet d'utiliser la méthode proportionnelle pour chaque patient.

Par exemple :

- Pour localiser des points sur la partie supérieure de l'abdomen, on étire ce ruban de façon à ce que 8 unités recouvrent la distance qui sépare l'angle sterno-costal du centre de l'ombilic (→ Fig. 2.4).
- Pour localiser des points sur la partie inférieure de l'abdomen, on étire ce ruban de façon à ce que 5 unités recouvrent la distance qui sépare le bord supérieur de la symphyse pubienne du centre de l'ombilic (→ Fig. 2.5).

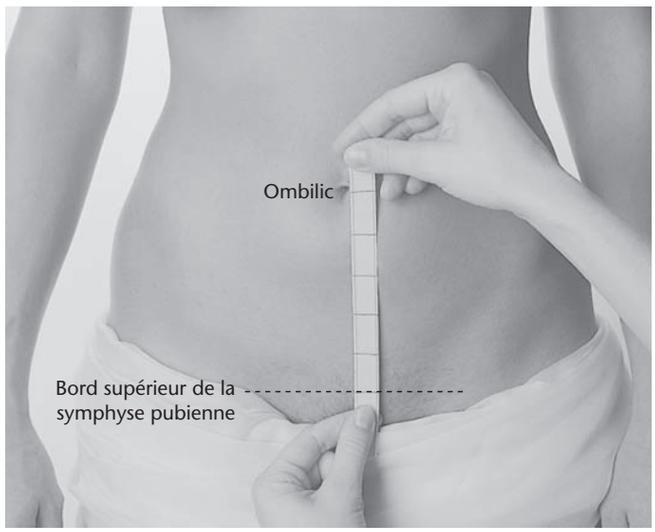


Fig. 2.5

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

2.3.2 Position du patient et mouvements du corps

Pour localiser certains points, il peut être très utile de demander au patient de prendre une position particulière ou de faire un mouvement spécifique.

Par exemple :

- Pour localiser des points sur le méridien du **Maître du Cœur** sur le bras, demander au patient d'appuyer fortement le pouce sur le petit doigt. Les tendons seront alors mieux visibles (→ Fig. 2.6).
- « Prise de la gueule du tigre » comme aide à la localisation de **P-7** et de **GI-6** (→ Fig. 2.7).
- Pour localiser **GI-4**, demandez au patient d'appuyer fortement le pouce sur l'index. Une saillie musculaire va alors apparaître. **GI-4** se trouve à son sommet (→ Fig. 2.8).
- Lorsque l'articulation du poignet passe d'une position de pronation à une position de demi-supination, le doigt qui palpe va tomber dans une dépression immédiatement proximale par rapport au processus styloïde de l'ulna (**IG-6** → Fig. 2.9).
- Lorsque le doigt qui palpe glisse le long de la peau, il va être « arrêté » par une saillie qui correspond à la localisation du point. Cette méthode est très utile pour localiser rapidement certains points comme **TR-5** ou **MC-6** (→ Fig. 2.10).

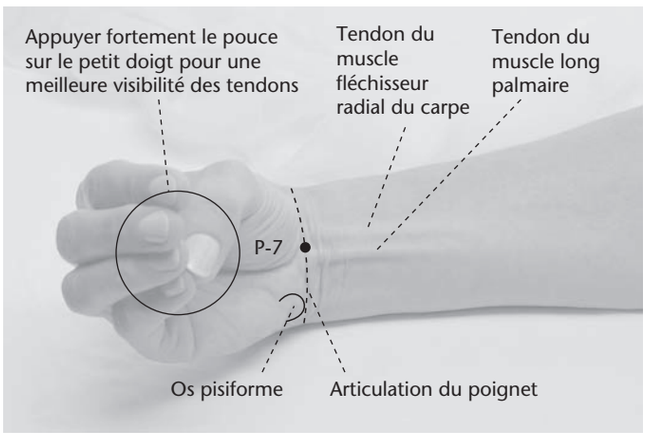


Fig. 2.6



Fig. 2.7

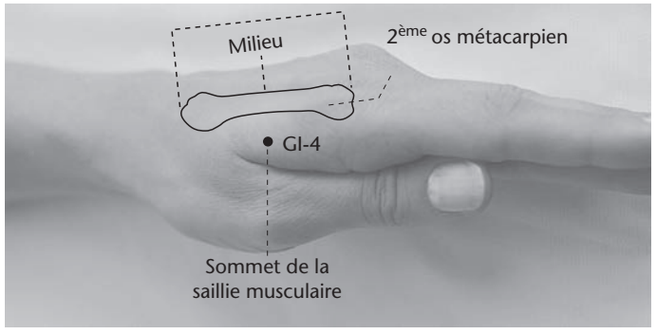


Fig. 2.8

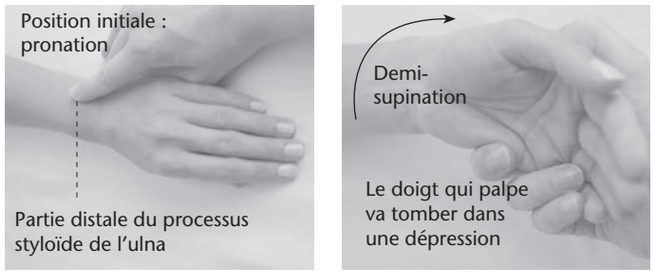


Fig. 2.9



Fig. 2.10

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

2.3.3 Technique de l'amplitude de la main selon König et Wancura

La technique utilisant l'amplitude de la main est particulièrement utile pour déterminer rapidement le milieu d'une distance donnée. Pour ce faire, on place l'auriculaire de chaque main à chaque extrémité de la distance à mesurer. On étend alors uniformément la main sur cette distance. Les pouces se rejoignent au centre, déterminant ainsi le milieu.

Par exemple :

- Pour déterminer le milieu d'une distance de 16 *cun* entre le pli poplité et la proéminence de la malléole latérale, on place les auriculaires sur chaque extrémité de cette distance (→ Fig. 2.11).
- Pour localiser **DM-20**, on place les mains sur les côtés de la tête du patient, les auriculaires touchant l'apex de l'oreille. Les pouces se rejoignent alors sur le vertex et montrent la position de **DM-20** (→ Fig. 2.12).

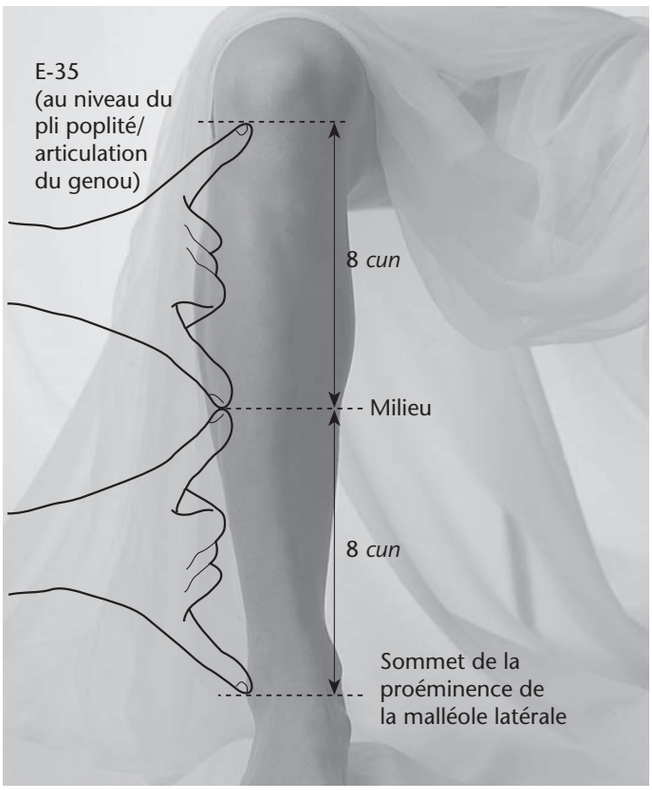


Fig. 2.11

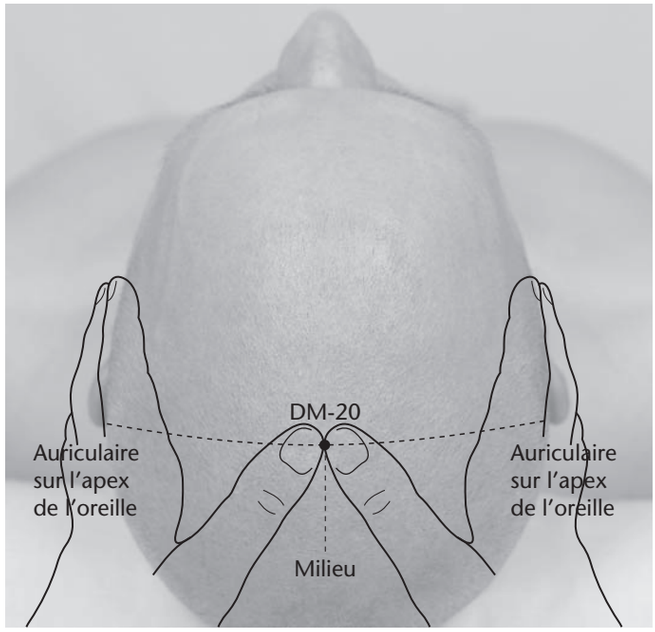


Fig. 2.12

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

3 Repères anatomiques

Ulrich März

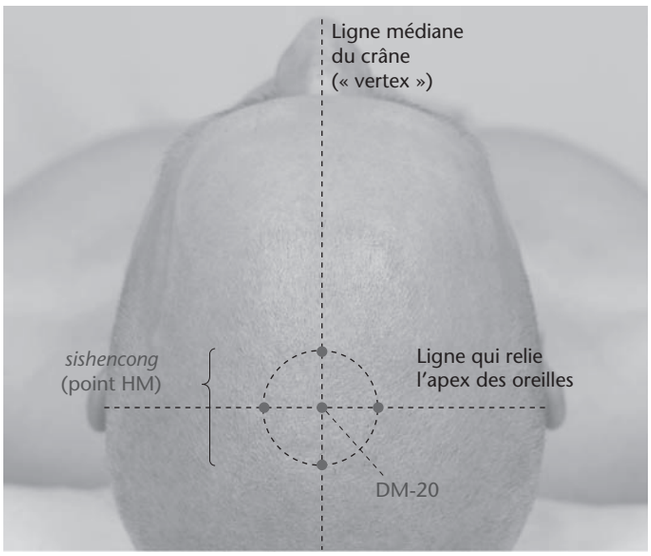


Fig. 3.1

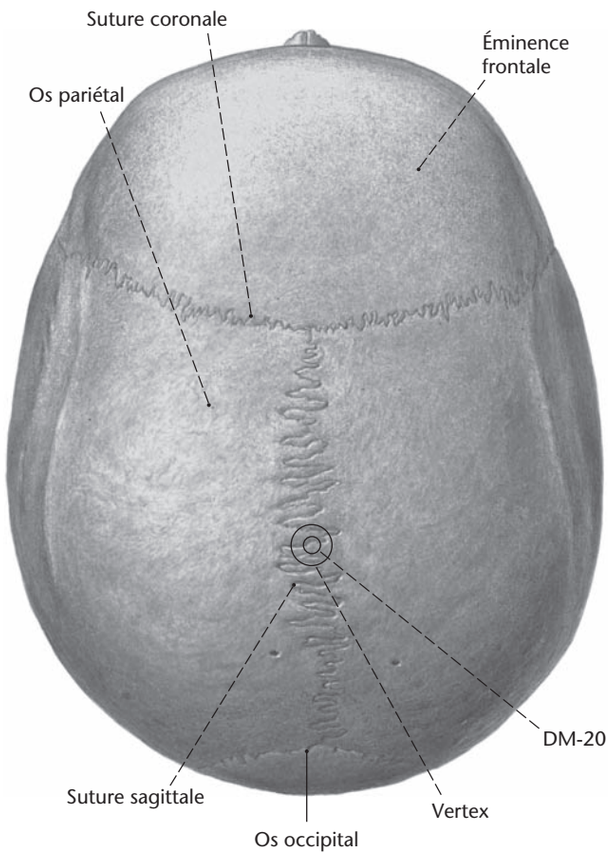


Fig. 3.2

3.1 Tête

3.1.1 Vertex, front, région sus-orbitaire

Vertex (→ Fig. 3.1, 3.2)

DM-20 (*baihui*) se trouve à la jonction de la ligne médiane du crâne et d'une ligne imaginaire qui relie l'apex des oreilles. Ce point est à 5 *cun* de la ligne antérieure des cheveux et à 7 *cun* de la ligne postérieure des cheveux, et il représente le point le plus haut du crâne (le « vertex »).

Attention : lorsqu'on localise **DM-20**, il faut que la tête du patient soit bien droite. Technique de l'amplitude de la main (selon König et Wancura, → chapitre2) : placer les mains sur le côté de la tête du patient, les auriculaires touchant l'apex de l'oreille. Les pouces se rejoignent alors sur la ligne médiane du crâne et montrent la position de **DM-20** (*baihui*).

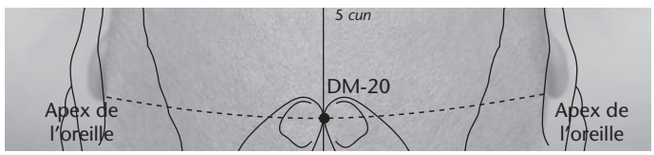


Fig. 3.3

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Ligne antérieure des cheveux (→ Fig. 3.4)

La ligne antérieure des cheveux dessine le bord supérieur du front et elle peut considérablement varier d'une personne à l'autre. On considère généralement que la ligne originelle de pousse des cheveux constitue la ligne antérieure des cheveux.

Chez les hommes plus particulièrement, cette ligne peut commencer à reculer assez tôt dans la vie suite à une calvitie progressive, de sorte que la ligne effective des cheveux peut ne pas être identique à la ligne originelle, qui se trouve alors dans une zone dépourvue de cheveux. Dans ce cas, il faut demander au patient de froncer le front : la ligne originelle des cheveux se trouve alors au-dessus des rides du front, à la jonction de la peau encore un peu plissée et de la peau complètement lisse. Les point situés au-delà de cette ligne sont les points de **DM-20** à **DM-24**, de **V-3** à **V-7**, de **VB-4** à **VB-7, VB-13, VB-15** et **E-18**.

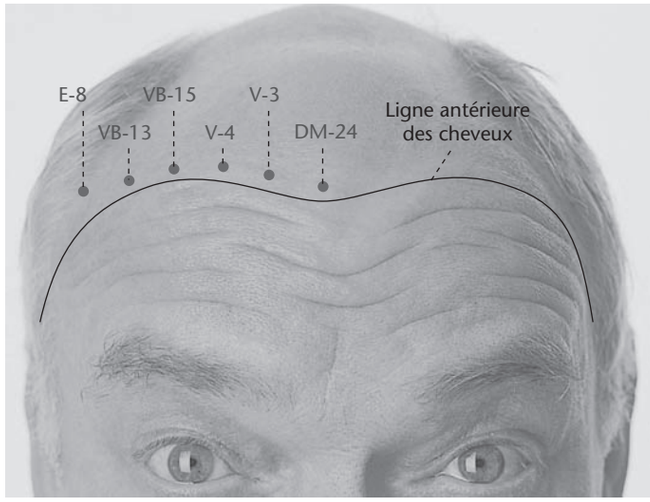


Fig. 3.4

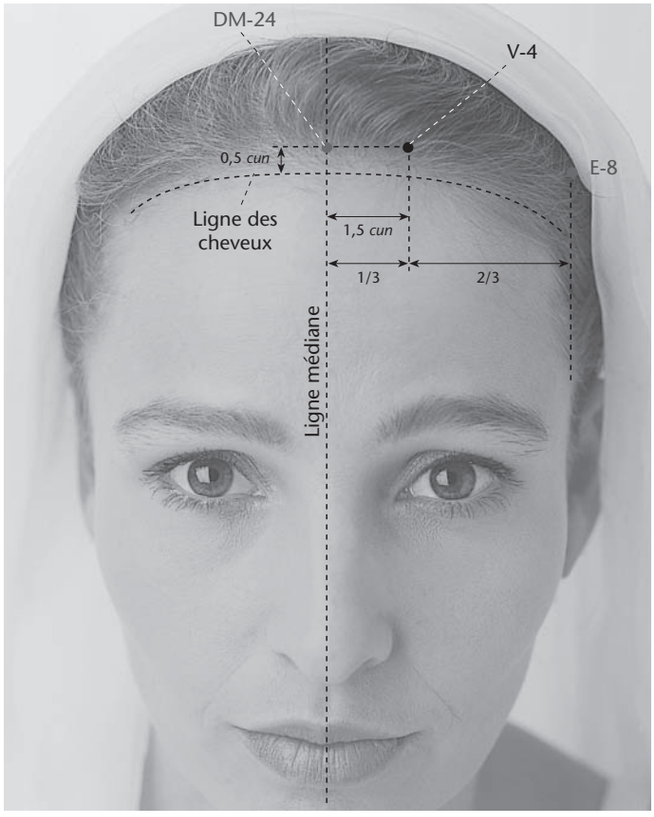


Fig. 3.5

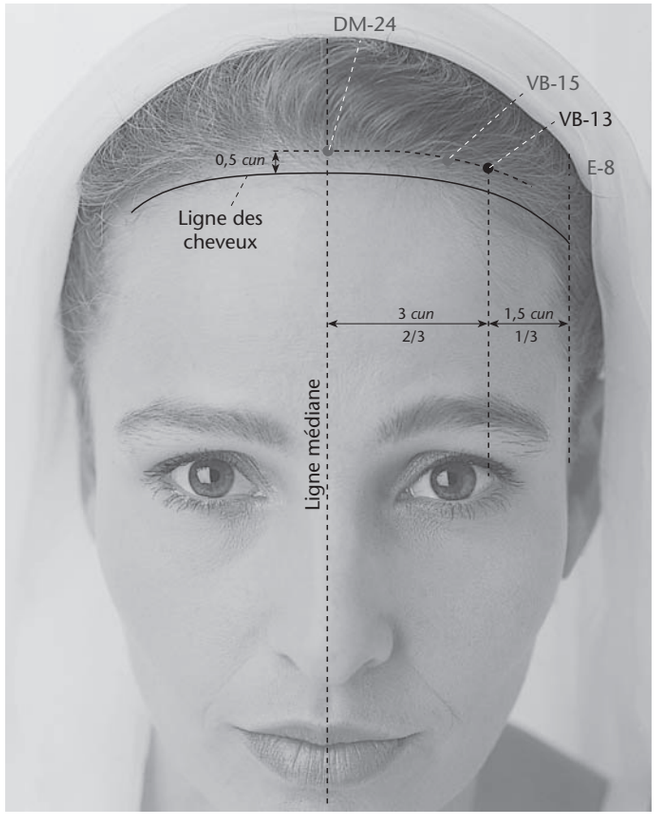


Fig. 3.6

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

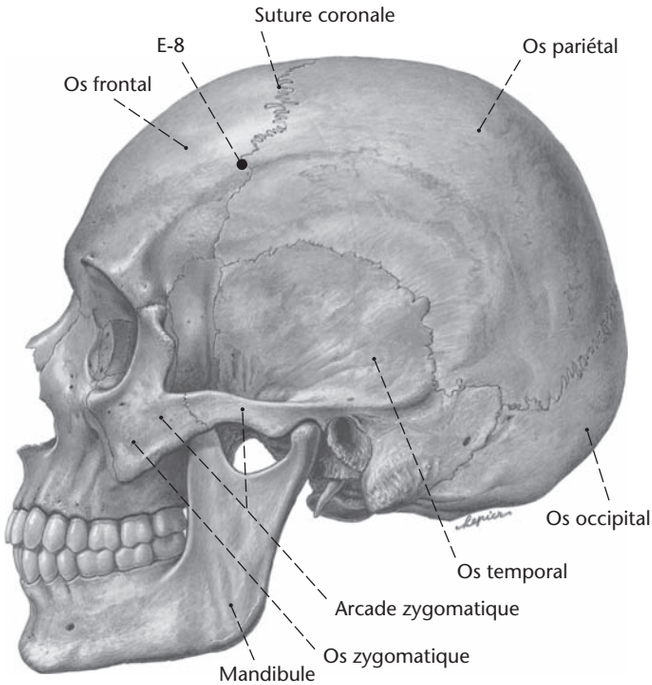


Fig. 3.7

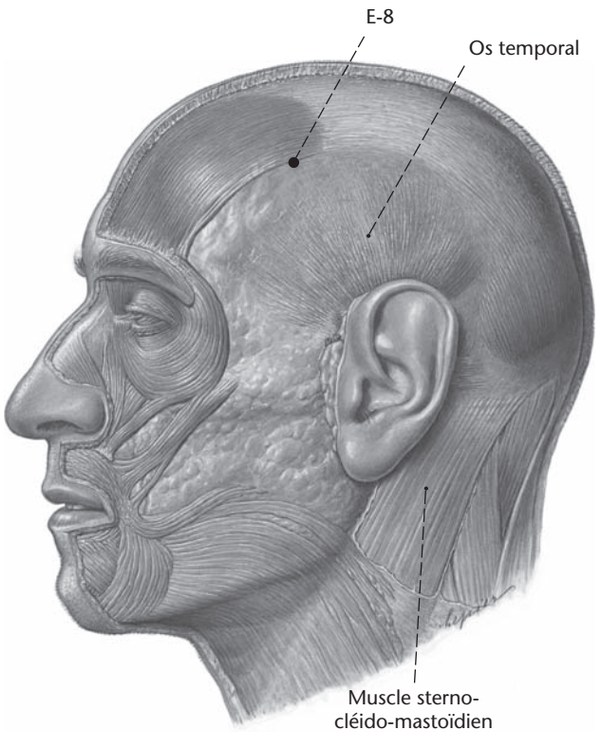


Fig. 3.8

Muscle temporal et coin temporal du front (→ Fig. 3.7–3.9)

En demandant au patient de serrer fortement les dents puis de relâcher la pression, on peut palper le muscle temporal sur la face latérale du front. Le coin situé entre le front et la tempe correspond à la jonction de la ligne antérieure des cheveux et de la ligne temporale des cheveux. Il a tendance à être plus visible lorsque la ligne des cheveux recule.

→ **E-8** se trouve au centre de cette zone, au point d'insertion du muscle temporal, 0,5 *cun* en dedans de la ligne naturelle des cheveux. Souvent, on peut palper la suture coronale à cet endroit.

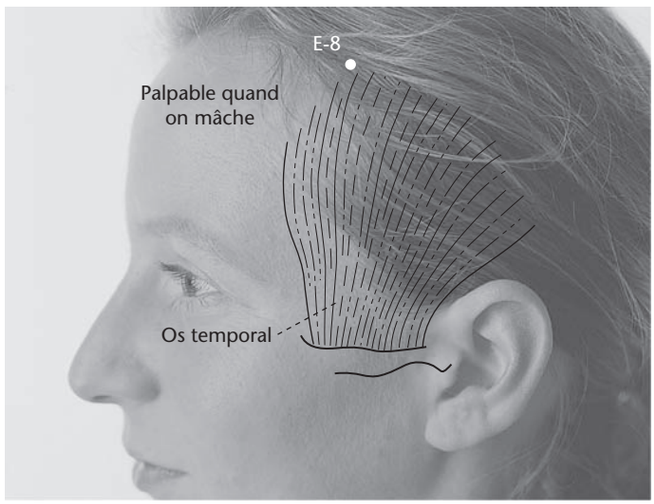


Fig. 3.9

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Front (→ Fig. 3.10, 3.11)

On peut sentir les éminences frontales, qui peuvent être plus ou moins saillantes, de chaque côté du front. → **VB-14** se situe sur leur rebord inférieur, dans une petite dépression à la jonction de l'éminence frontale et de l'arcade sourcilière. Lorsque le patient regarde droit devant lui, **VB-14** se trouve juste au-dessus de la pupille, environ à 1 *cun* du bord sus-orbitaire.

Glabelle, arcade sourcilière

La glabelle est le point de référence osseux central sur le front ; elle forme une zone légèrement convexe et plane au-dessus de la racine du nez, entre les arcades sourcilières.

Le point hors méridien ***yintang*** se trouve au centre de la glabelle. Plusieurs points sont situés le long de l'arcade sourcilière, à savoir (en allant du centre vers les côtés) → **V-2, *yuyao*** (point HM) et **TR-23**.

Attention : → **V-2** est au-dessus du canthus interne de l'œil, dans la zone de l'incisure frontale (et non sus-orbitaire) lorsque celle-ci est présente.

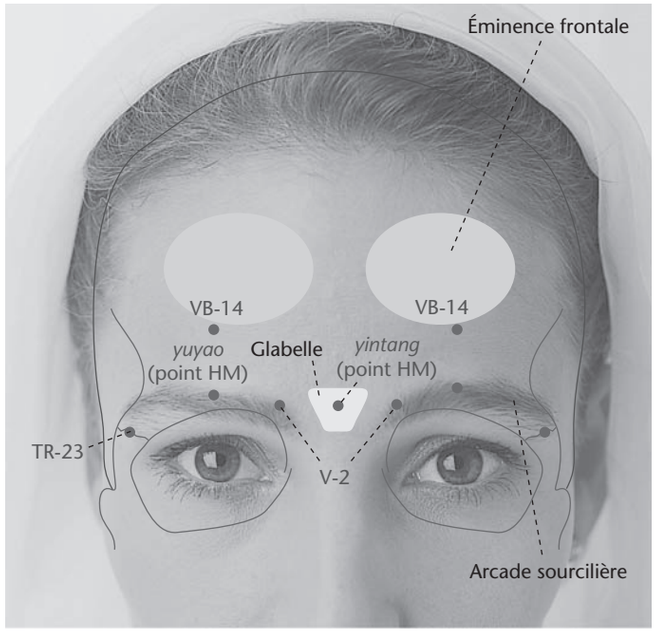


Fig. 3.10

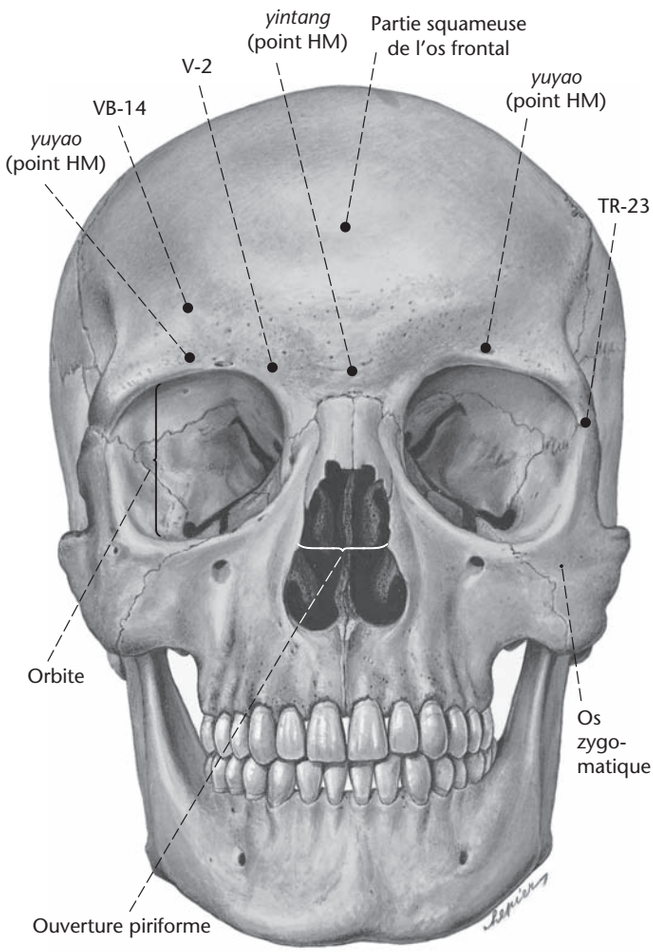


Fig. 3.11

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

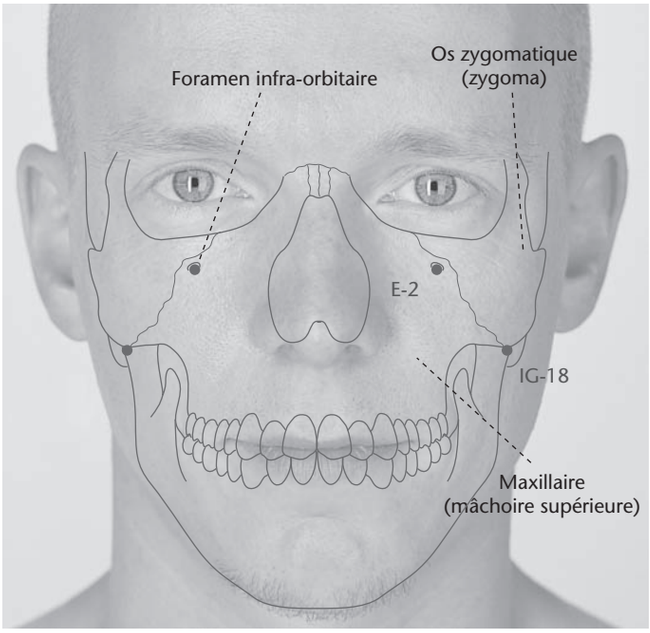


Fig. 3.12

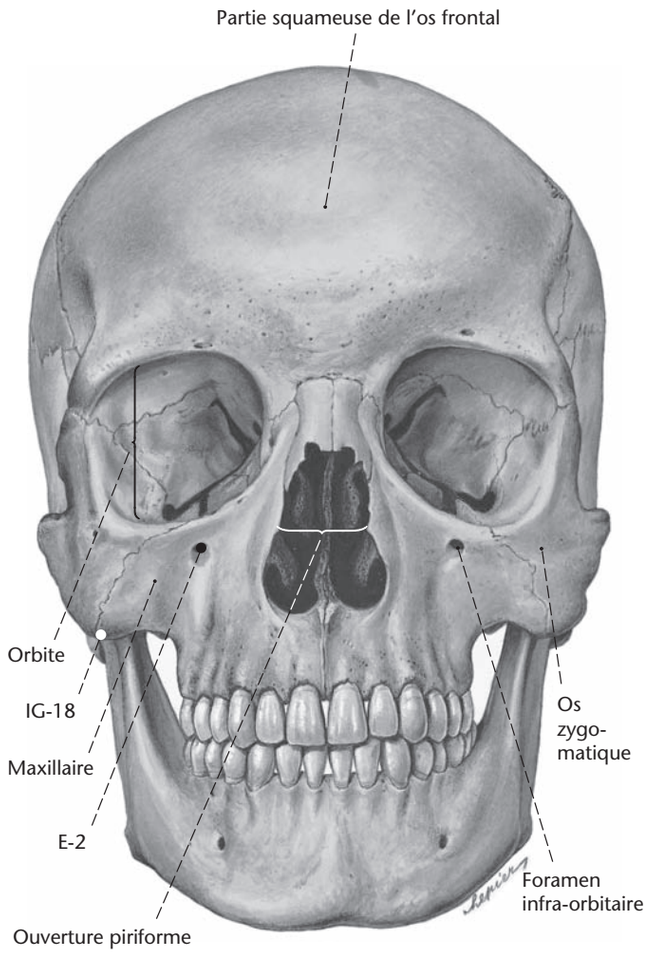


Fig. 3.13

3.1.2 Centre de la face et région du nez

Os malaire (→ Fig. 3.12, 3.13)

Le maxillaire et l'os zygomatique forment tous deux l'os malaire situé en dessous de l'œil. Le foramen infra-orbitaire, le rebord inférieur de l'os zygomatique et l'arcade zygomatique de l'os temporal constituent des repères anatomiques importants.

Foramen intra-orbitaire (→ Fig. 3.12, 3.13)

Lorsque le patient regarde droit devant lui, le foramen infra-orbitaire et **E-2** se trouvent sur le maxillaire, juste en dessous de la pupille. Le foramen se trouve un travers de doigt en dessous de l'arête infra-orbitaire. En palpant la région située en dessous de celle-ci, on peut le sentir sous la courbe maximale de l'arête, dans une petite dépression souvent sensible à la pression.



Fig. 3.14

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Os zygomatique (→ Fig. 3.15, 3.16)

Les structures osseuses situées en dessous de l'orbite latérale sont formées par l'os zygomatique. → **IG-18** se trouve juste en dessous du canthus externe de l'œil, au bord inférieur de l'os zygomatique, à la jonction de celui-ci avec le maxillaire, sur le bord antérieur du muscle masséter. (→ Partie inférieure de la face et menton).

Arcade zygomatique (→ Fig. 3.15, 3.16)

Sur la face latérale de la face, le processus temporal de l'os zygomatique s'articule avec le processus zygomatique de l'os temporal pour former l'arcade zygomatique. C'est une structure osseuse pratiquement horizontale que l'on peut palper sur le côté, derrière l'oreille. → **VB-3** and → **TR-22** sont tous deux situés sur le bord supérieur de l'arcade zygomatique, tandis que → **E-7** and → **TR-21** se trouvent sur son bord inférieur.

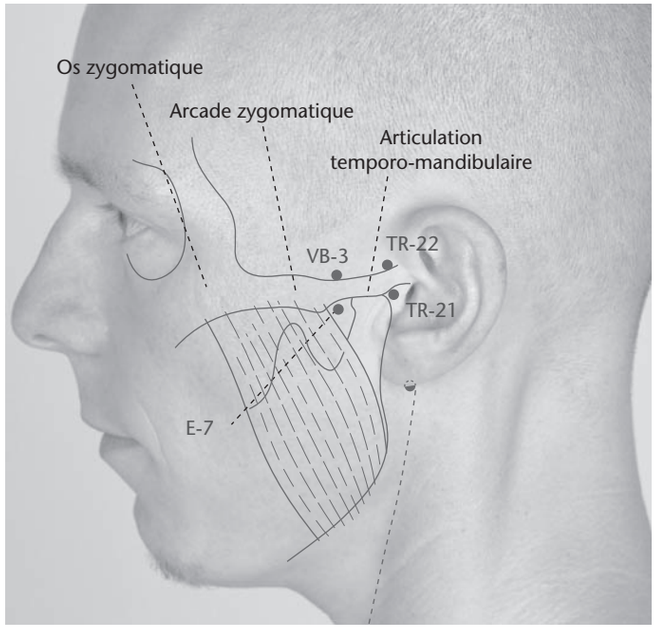


Fig. 3.15

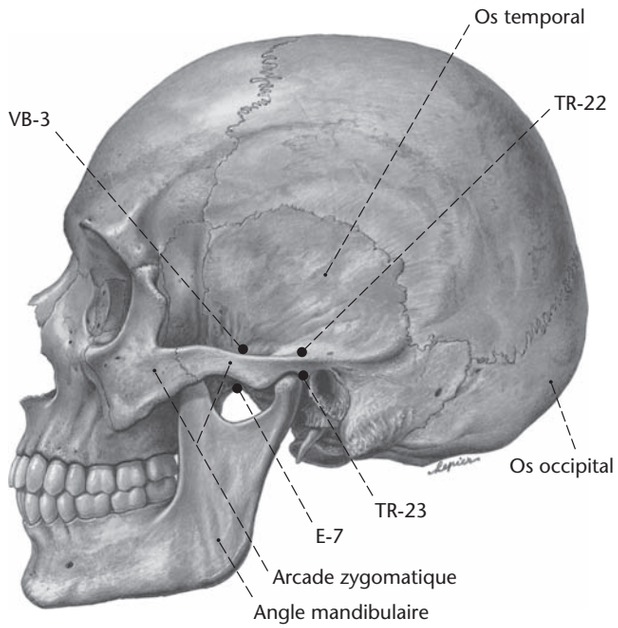


Fig. 3.16

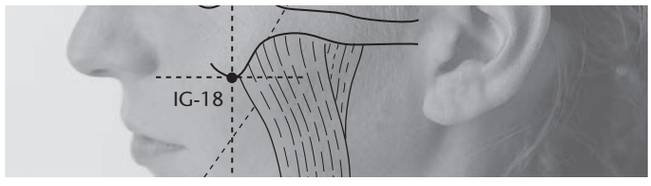


Fig. 3.17

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

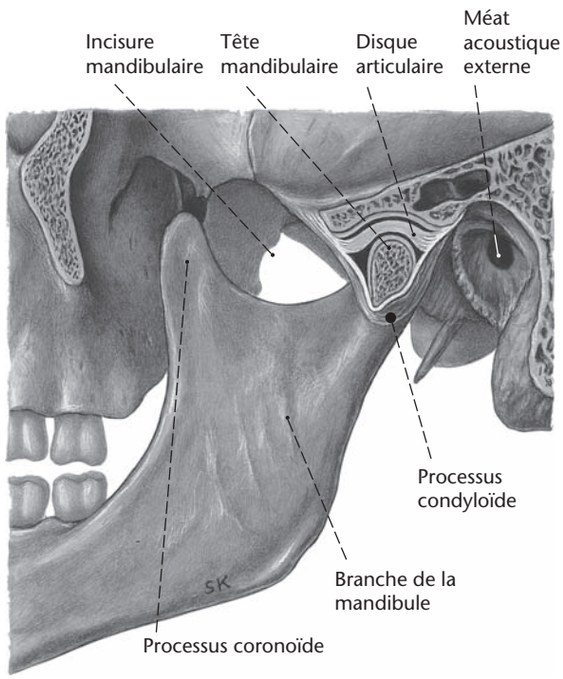


Fig. 3.18

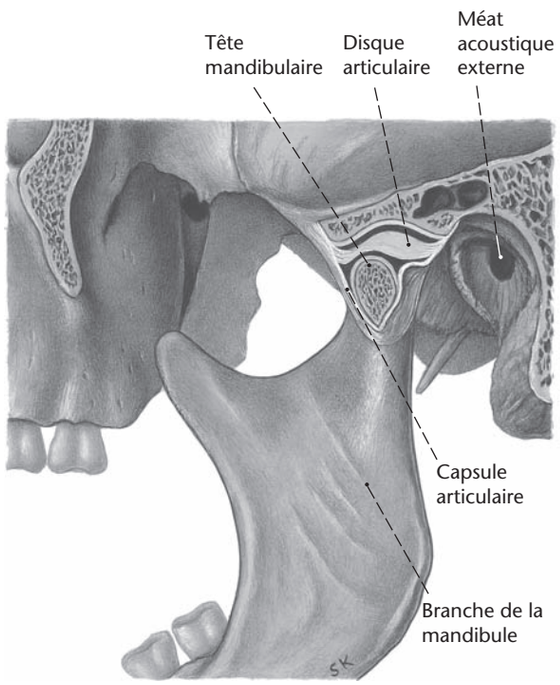


Fig. 3.19

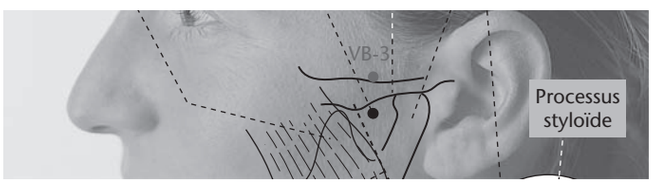


Fig. 3.20

Articulation temporo-mandibulaire (→ Fig. 3.15, 3.18, 3.19)

L'articulation temporo-mandibulaire est en dessous de l'arcade zygomatique et devant le tragus de l'oreille. On peut facilement sentir son mouvement lorsqu'on ouvre et ferme la bouche. → **E-7** se trouve dans une dépression située devant l'articulation et directement en dessous de l'arcade zygomatique. Cette dépression est située dans l'incisure mandibulaire formée par le processus coronoïde et le processus condylaire de la mandibule. Lorsqu'on ouvre la bouche, le doigt qui palpe et qui repose sur → **E-7** est « expulsé » de la dépression lorsque le processus condyloïde glisse vers l'avant.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Sillon rhino-labial (→ Fig. 3.21)

Le sillon rhino-labial commence sur le côté du nez et au-dessus des ailes du nez, à la jonction du cartilage et de l'os. De là, il va aux coins de la bouche. → le point HM ***bitong*** est situé à son extrémité supérieure, à la jonction de la mâchoire supérieure et des cavités nasales. → **GI-20** se trouve légèrement en dessous de ***bitong*** (point HM), entre le bord latéral de l'aile du nez et le sillon rhino-labial.

3.1.3 Partie inférieure de la face et menton

Angle mandibulaire (→ Fig. 3.22)

L'angle mandibulaire correspond à la zone où la ligne de la mâchoire inférieure change de direction, passant d'horizontale à verticale. Il se situe clairement en dessous et en avant du lobe de l'oreille. Cet angle donne la localisation de → **E-6** (un travers de doigt en avant et au-dessus de l'angle mandibulaire), de même que de → **IG-17** et → **TR-16** (au même niveau que l'angle de la mandibule).

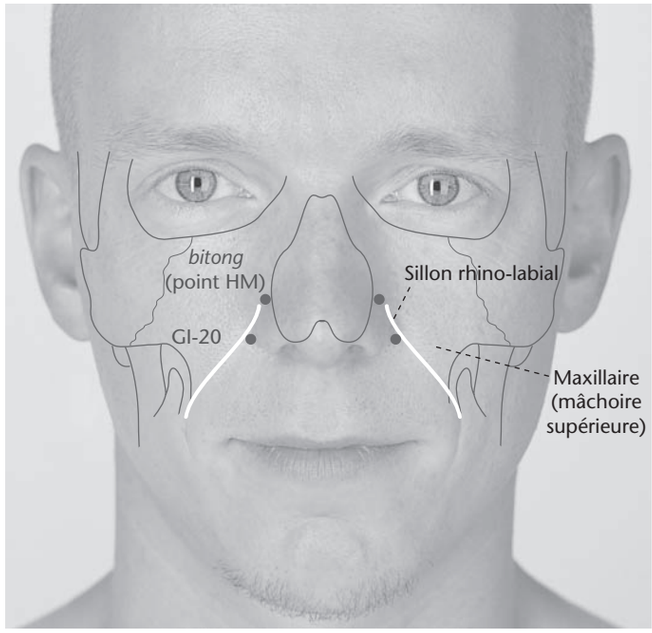


Fig. 3.21

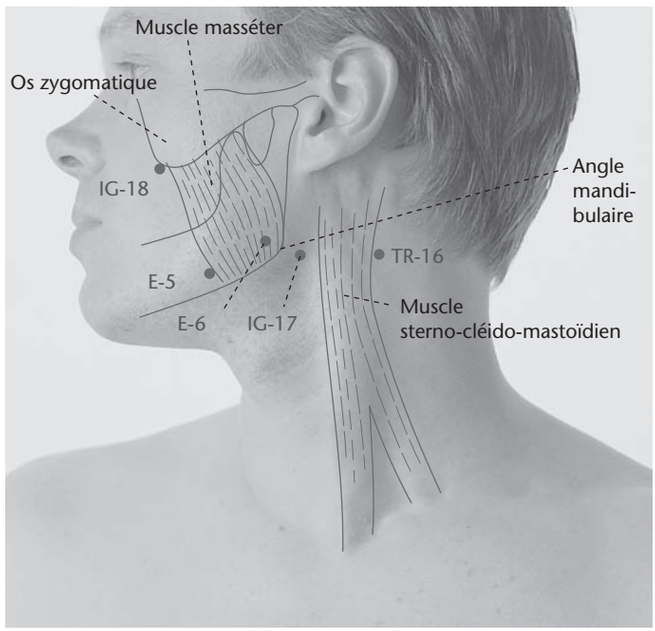


Fig. 3.22

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

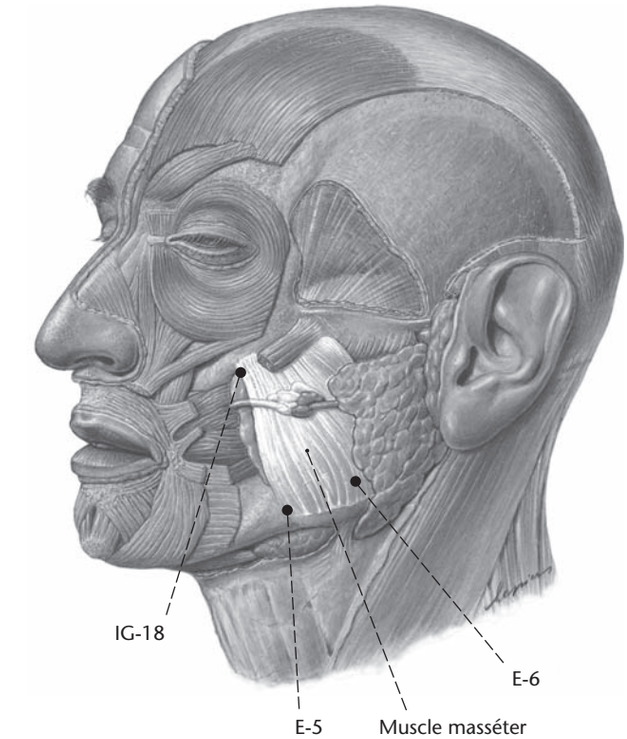


Fig. 3.23

Muscle masséter (→ Fig. 3.23)

Lorsque la mâchoire est bien serrée, on peut voir clairement les contours du muscle masséter, qui s'étend de la partie latérale de la mâchoire inférieure à l'os zygomatique. Il prend naissance à l'arcade zygomatique (→ Fig. 3.15) et s'insère à l'angle de la mandibule (→ Fig. 3.22).

Sillon mento-labial (→ Fig. 3.24)

Il forme un sillon transversal à la jonction du menton et de la lèvre inférieure. → **RM-24** se trouve en son centre.

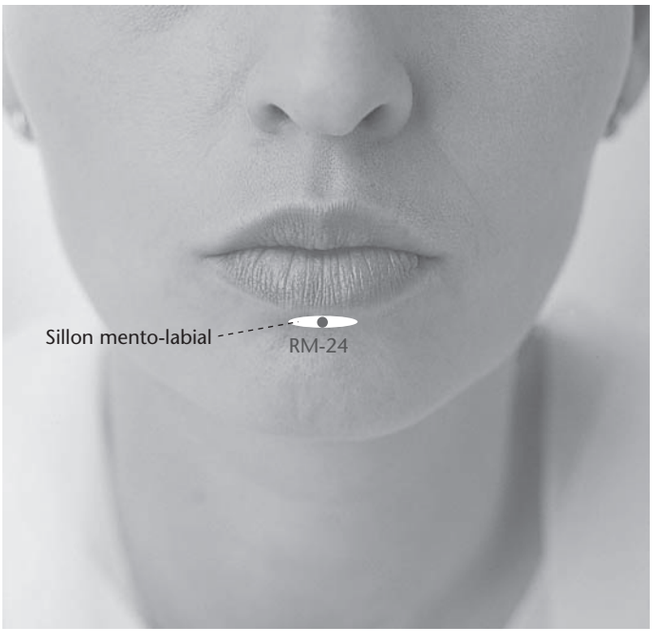


Fig. 3.24

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

3.1.4 Région de l'oreille

Remarque : les points spécifiques à l'auriculothérapie ne sont pas présentés ici.

Racine de l'hélix (→ Fig. 3.25, 3.26)

La racine de l'hélix suit la partie supérieure de l'oreille. C'est là que se trouve → **TR-22**.

Échancrure sus-tragique (→ Fig. 3.25, 3.26)

L'échancrure sus-tragique forme une incisure avec le cartilage de l'oreille, séparant la racine de l'hélix du tragus. → **TR-21** se trouve en avant de celui-ci.

Tragus (→ Fig. 3.25, 3.26)

→ **IG-19** est situé devant le milieu du tragus.

Échancrure intertragique (→ Fig. 3.25, 3.26)

L'échancrure intertragique forme une incisure dans le cartilage auriculaire et sépare le tragus du lobe et de l'antitragus. → **VB-2** est situé devant cette échancrure.

Lobule de l'oreille (→ Fig. 3.25, 3.26)

En dessous du lobule de l'oreille et du canal de l'oreille, on trouve une dépression qui est bordée à l'arrière par le processus mastoïdien et à l'avant par la mâchoire inférieure. Le bord inférieur est formé par le processus transverse de la 1ère vertèbre cervicale (atlas). → **TR-17** se trouve dans cette dépression.

Bord entre l'auricule et la face (→ Fig. 3.26)

Le bord entre le pavillon et la tempe ou la joue forme généralement une ligne plus ou moins verticale qui devient plus marquée lorsqu'on ramène l'auricule et le tragus vers l'avant. Plusieurs points se trouvent sur cette ligne, à savoir (du haut vers le bas) : → **TR-22, TR-21, IG-19, VB-2**.

Processus mastoïdien (→ Fig. 3.26, 3.27)

Le processus mastoïdien est une structure osseuse en forme de cône que l'on peut sentir à l'arrière de l'oreille. → **VB-12** est situé à son extrémité, alors que → ***anmian*** (point HM) se trouve à la limite entre le processus mastoïdien et l'occiput. → ***yiming*** (point HM) est situé quelque peu plus en dessous.

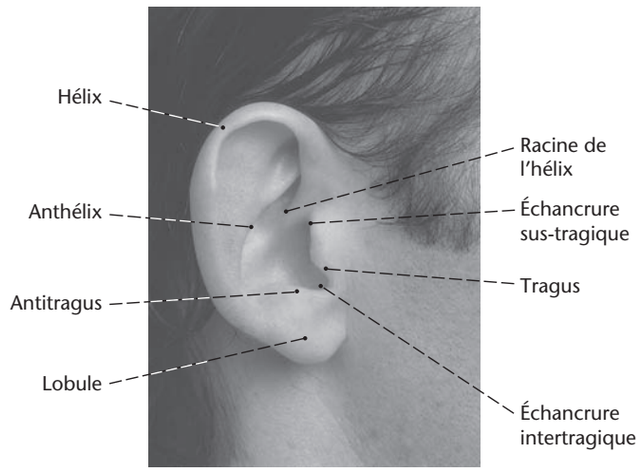


Fig. 3.25

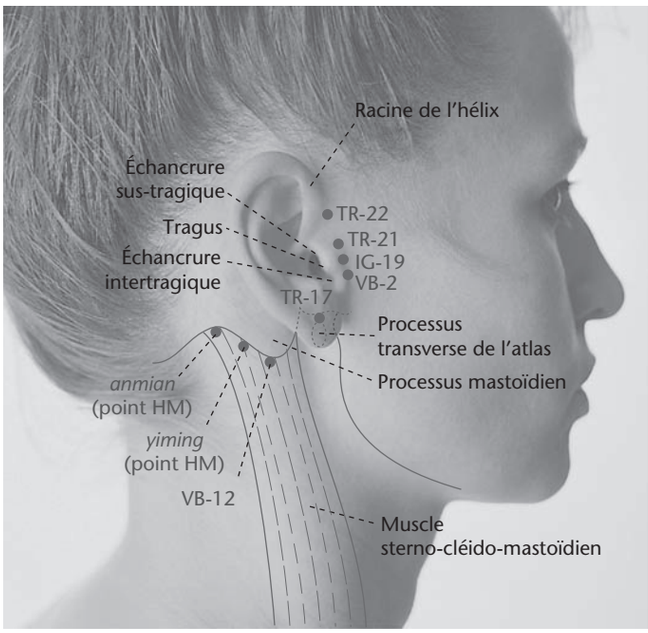


Fig. 3.26

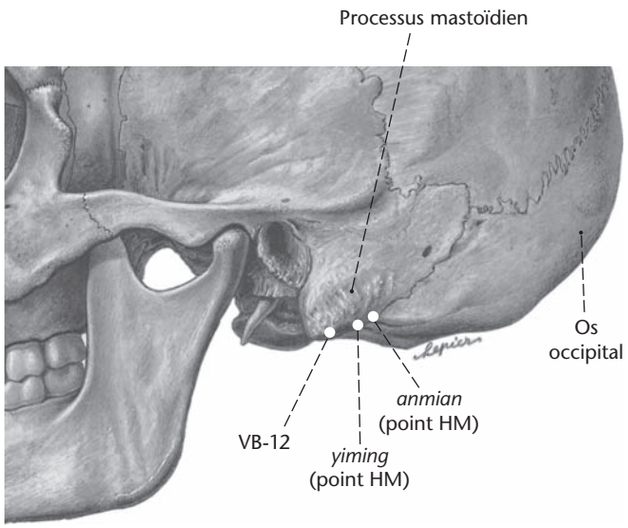


Fig. 3.27

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

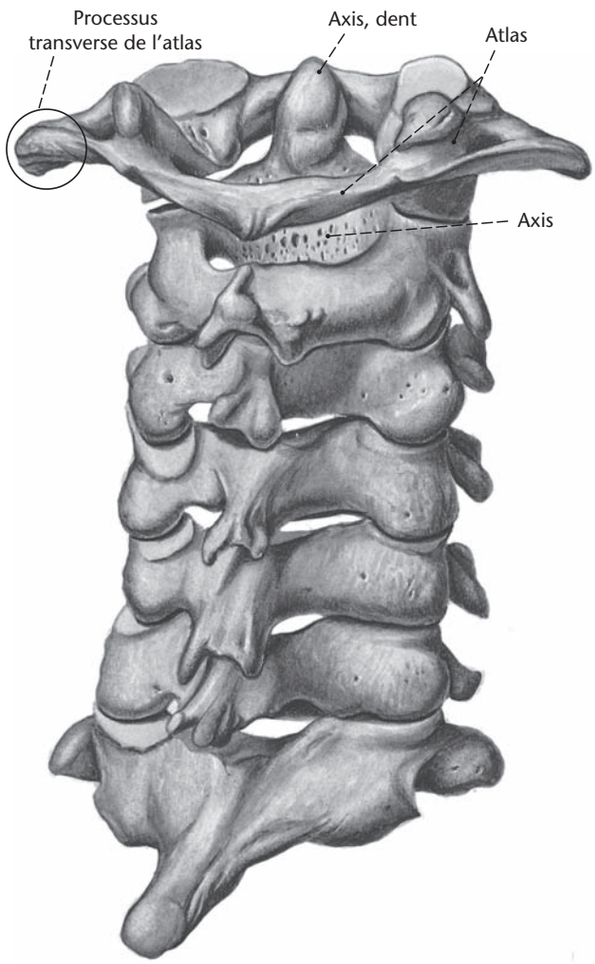


Fig. 3.28

Processus transverse de la 1ère vertèbre cervicale (atlas) (→ Fig. 3.28)

Le processus transverse de la 1ère vertèbre cervicale peut se sentir en dessous du lobule, sous forme d'une structure osseuse qui, la plupart du temps, est sensible à la pression.

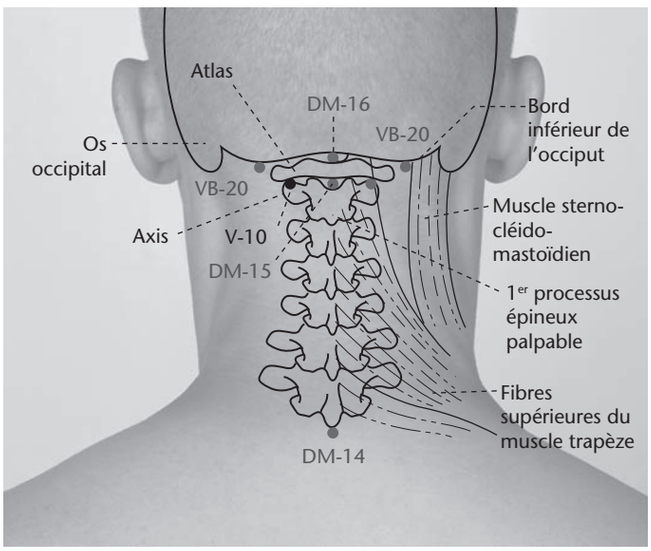


Fig. 3.29

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

3.1.5 Occiput

Transition crânio-cervicale (→ Fig. 3.28–3.32)

La transition entre la tête et le cou est formée par le processus mastoïdien, la musculature dorsale adjacente et l'occiput. On y trouve les points suivants : → **VB-12,** ***yiming*** (point HM)**,** ***anmian*** (point HM)**, VB-20, V-10, DM-15** et **DM-16**.

Protubérance occipitale externe (→ Fig. 3.32, 3.33)

La protubérance occipitale externe forme un replat situé sur la ligne médiane postérieure de l'occiput ; on peut la sentir légèrement au-dessus de la transition crânio-cervicale. Elle permet la localisation de → **DM-16, DM-17** et **V-9**. Parfois, et plus fréquemment chez les femmes, cette protubérance peut ne pas sentir pas ou ne se sent que légèrement.

Ligne postérieure des cheveux

La ligne postérieure des cheveux sert de point de référence pour localiser des points sur l'occiput mais en raison de sa nature variable, ce n'est pas un repère fiable.

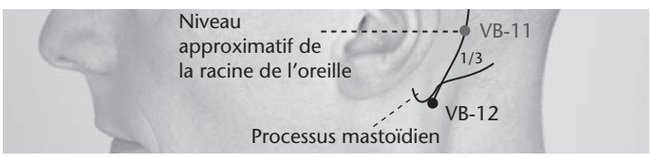


Fig. 3.30



Fig. 3.31

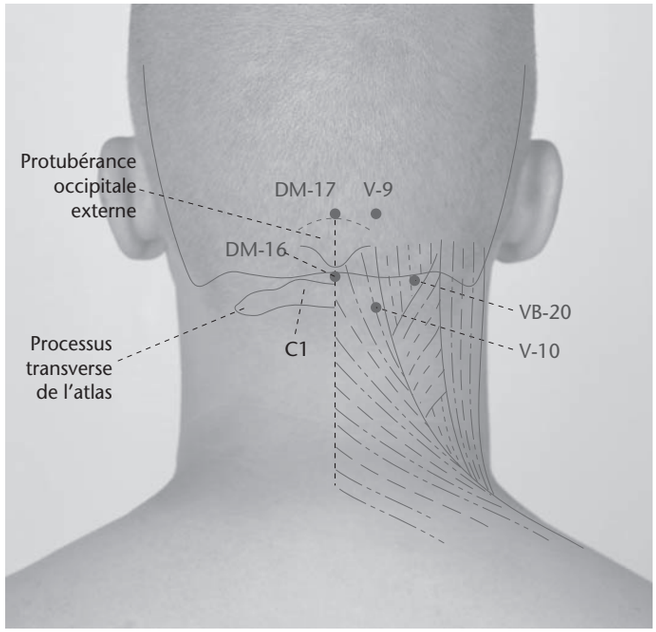


Fig. 3.32

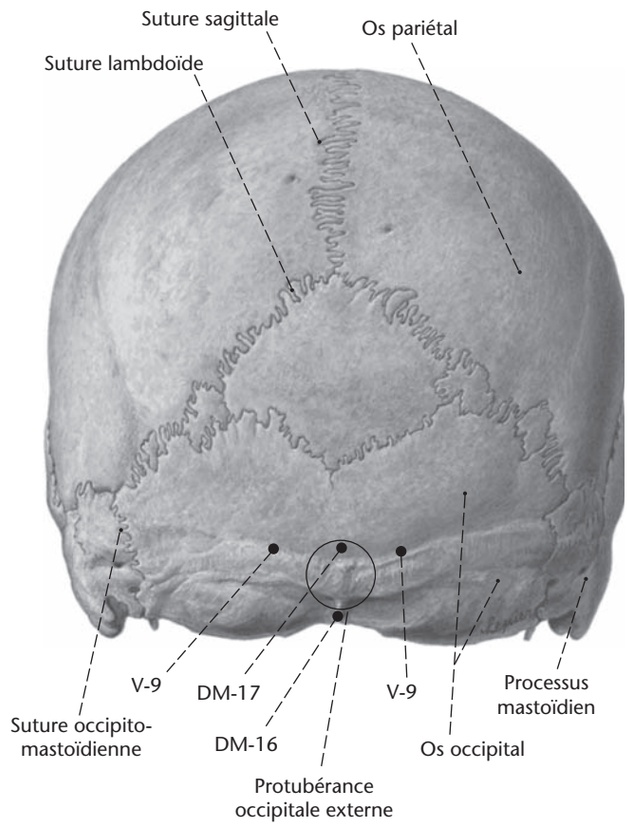


Fig. 3.33

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

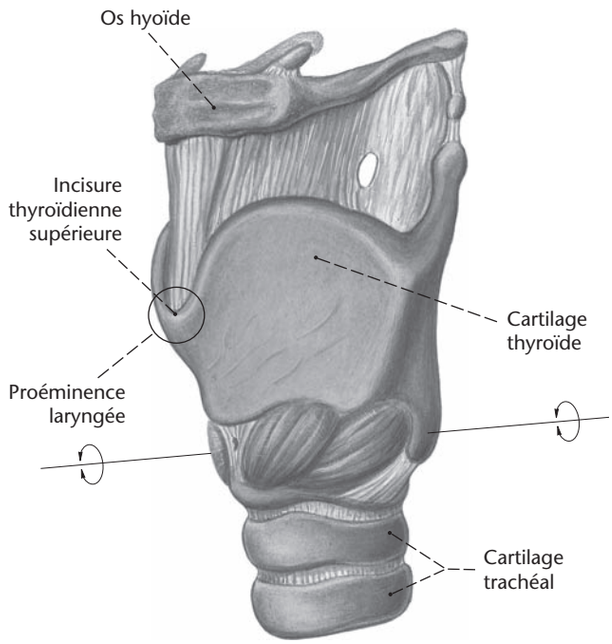


Fig. 3.34

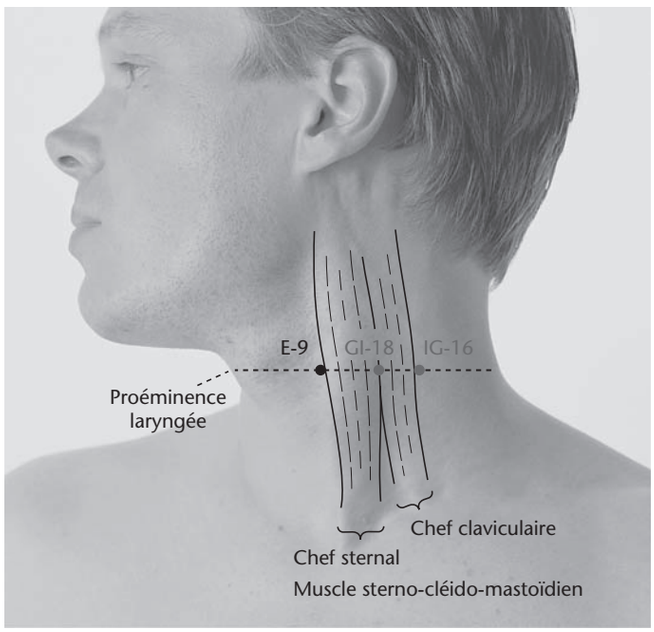


Fig. 3.35

3.2 Cou

Proéminence laryngée (→ Fig. 3.34, 3.35)

Chez les hommes, la proéminence laryngée, en tant que point le plus saillant du larynx (la « pomme d'Adam »), est une structure le plus souvent clairement palpable et visible. Chez les femmes, l'identification visuelle est plus difficile, de sorte qu'il est nécessaire de recourir à la palpation pour localiser l'incisure en forme de V située au bord supérieur du cartilage thyroïdien, sur la ligne médiane du larynx. C'est au niveau de cette proéminence laryngée que l'on trouve → **E-9, GI-18** et **IG-16**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Muscle sterno-cléido-mastoïdien (→ Fig. 3.36, 3.37)

Ce muscle forme une structure distincte facilement identifiable sur la face antérieure latérale du cou ; cette structure devient visible et palpable lorsqu'on tourne le cou dans la direction opposée. On peut augmenter cet effet en imprimant une résistance à la tête (par exemple, en maintenant le menton pendant la rotation). Le chef claviculaire le plus fin prend naissance sur la face antérieure du manubrium alors que le chef claviculaire le plus plat prend naissance au tiers médial de la clavicule, laissant apparaître un petit triangle entre les deux chefs, près de l'articulation sterno-claviculaire. Le point → **ST-11** se trouve à cet endroit. En remontant avec le doigt le muscle sterno-cléido-mastoïdien, on peut distinguer les deux chefs formant la partie principale du muscle, avant qu'ils n'aillent s'insérer sur la face postérieure du processus mastoïdien et sur la ligne nuchale latérale postérieure de l'occiput. Outre → **ST-11,** les points suivants sont situés sur le ventre du muscle : → **GI-17, GI-18, IG-16, E-9, VB-12** et ***anmian*** (point HM).

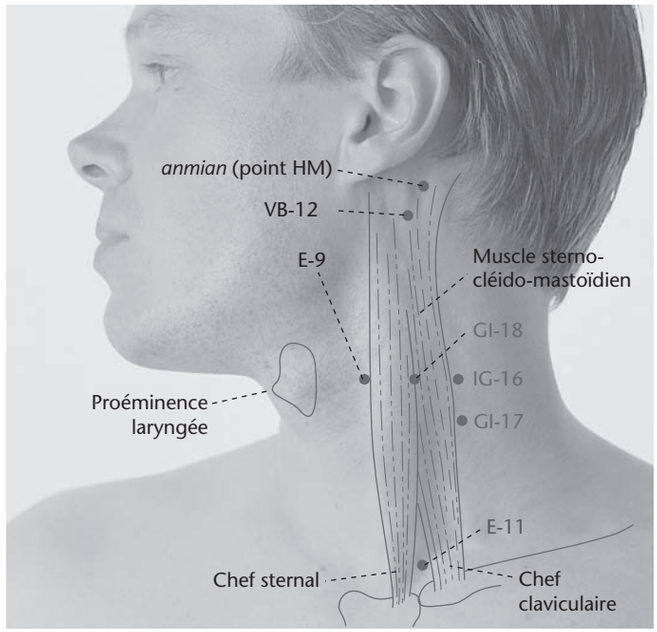


Fig. 3.36

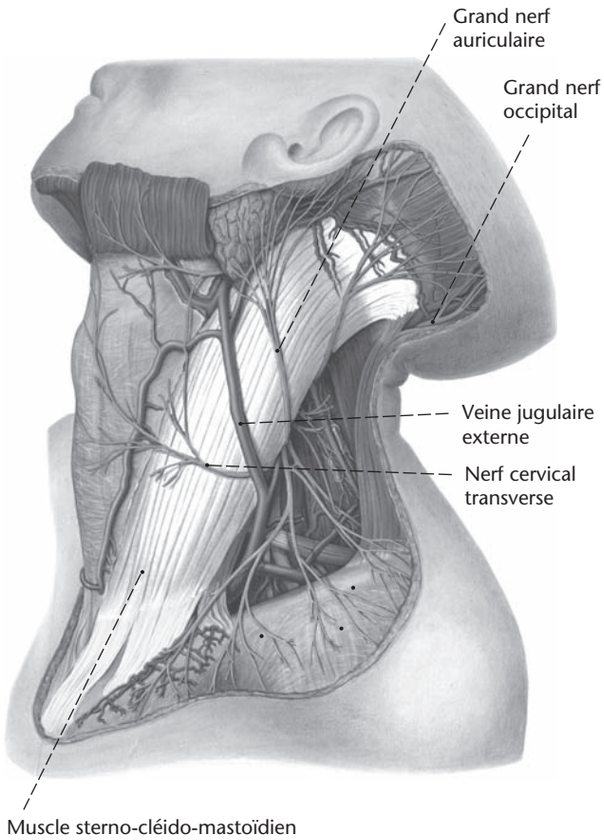


Fig. 3.37

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

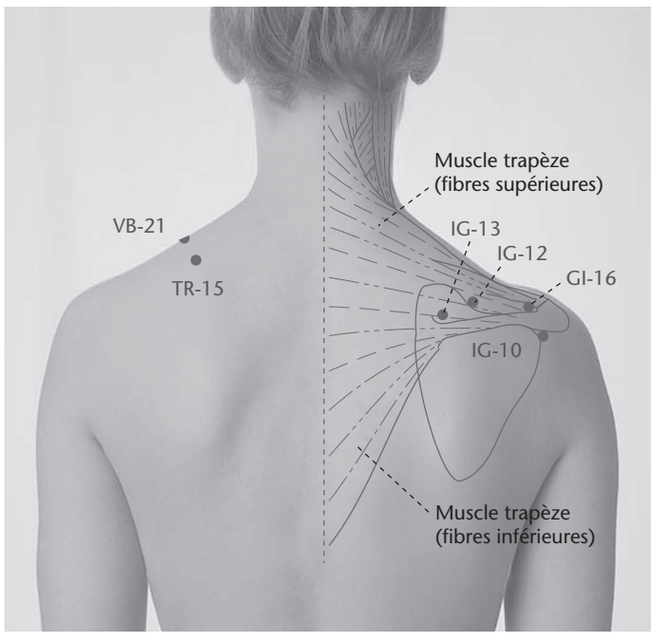


Fig. 3.38

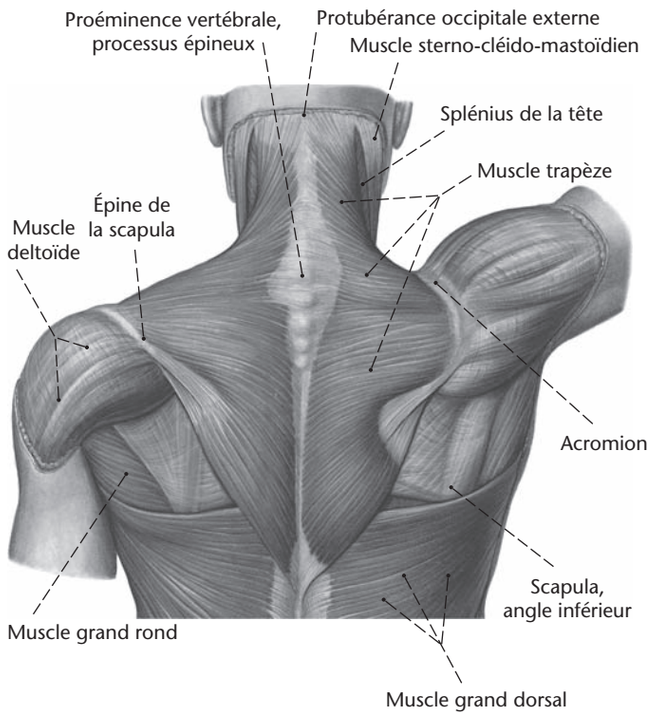


Fig. 3.39

3.3 Bras et épaule

3.3.1 Épaule et partie supérieure du bras

Trapèze (→ Fig. 3.38, 3.39)

Ce muscle recouvre la face supérieure de l'épaule ; ses parties supérieures s'étendent de la colonne cervicale jusqu'à l'acromion, sur l'extrémité latérale de la scapula. Au milieu du bord supérieur du muscle, on trouve → **VB-21** et, légèrement en dessous, → **TR-15**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Acromion (→ Fig. 3.39, 3.42, 3.43)

Lorsqu'on palpe l'articulation de l'épaule en direction latérale, on peut sentir l'acromion sous forme d'une extension osseuse qui présente une surface plane, légèrement au-dessus de la protubérance de la tête de l'humérus.

Épine de la scapula (→ Fig. 3.39 à 3.44)

L'épine de la scapula forme une crête osseuse qui part de l'acromion, rejoint la scapula en formant un angle oblique et se termine au bord médial de la courbe qui s'ouvre vers le haut. C'est là que se trouve → **IG-13** ; → **GI-16** est situé sur la partie le plus latérale du trapèze et des muscles sus-épineux, dans l'angle formé par l'origine acromiale de l'épine de la scapula et l'articulation acromio-claviculaire.

Tête de l'humérus, creux de l'épaule (→ Fig. 3.42, 3.44)

La tête de l'humérus se trouve en dessous de l'acromion et elle est légèrement saillante par rapport à la face latérale de l'épaule. Lorsque le bras est en abduction à l'horizontale, deux creux se forment à la transition entre le bras et l'épaule. C'est dans le creux antérieur que se trouve → **GI-15**, alors que → **TR-14** est dans le creux postérieur. Ces creux constituent la frontière entre la clavicule et la partie acromiale, de même que la frontière entre l'acromion et la partie spinale du deltoïde.

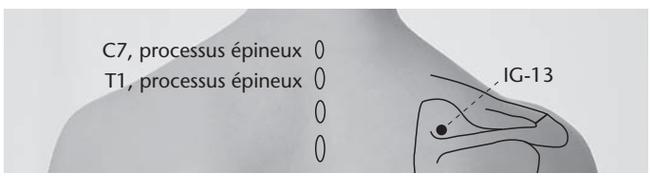


Fig. 3.40

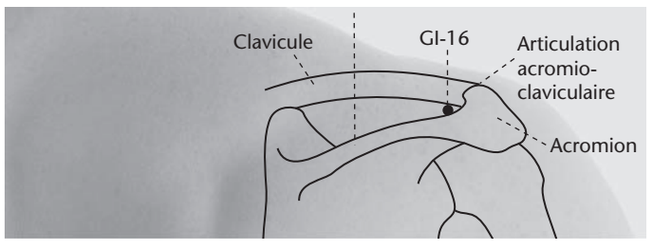


Fig. 3.41

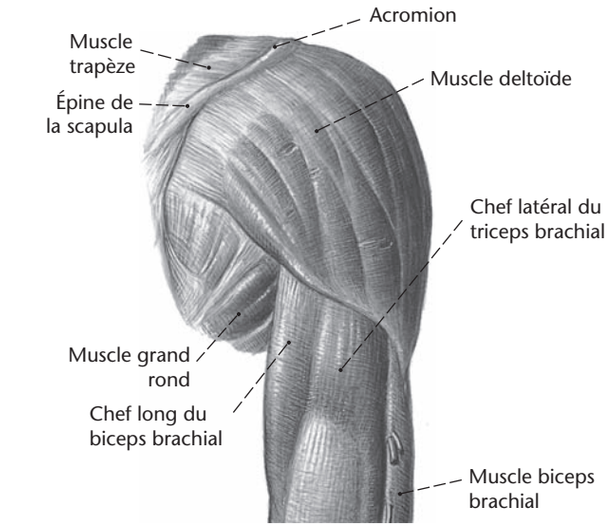


Fig. 3.42

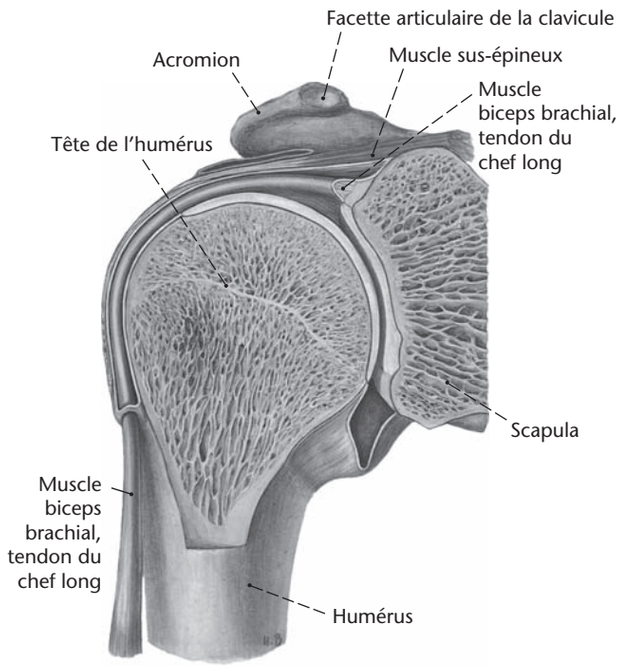


Fig. 3.43

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

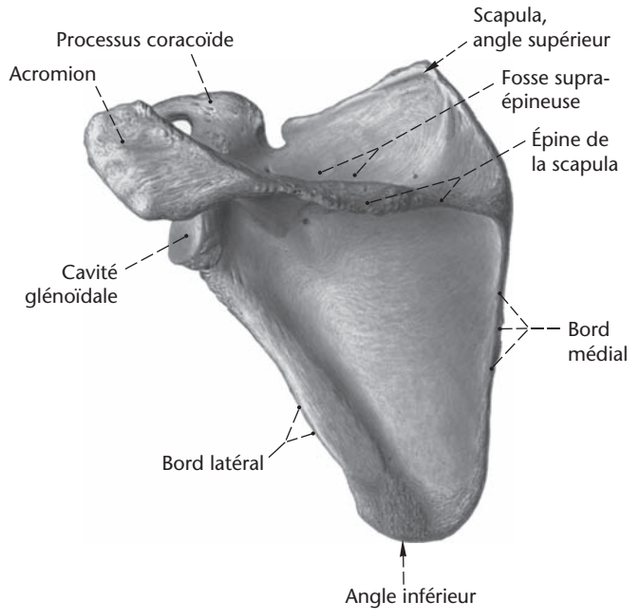


Fig. 3.44

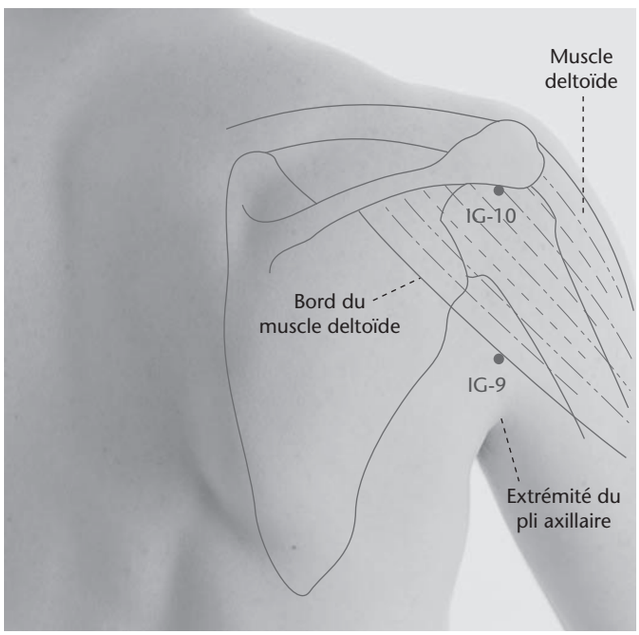


Fig. 3.45

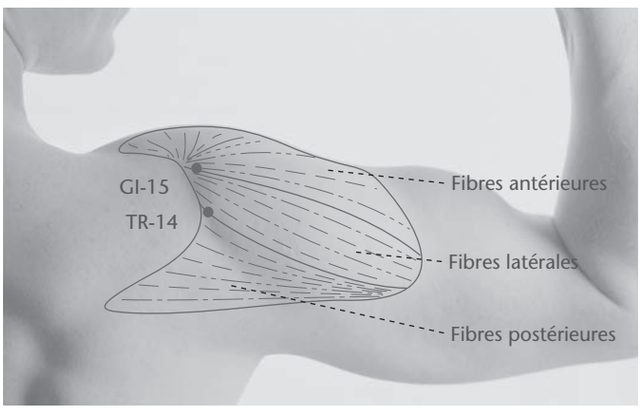


Fig. 3.46

Muscle deltoïde (→ Fig. 3.42, 3.45–3.51)

Ce muscle recouvre les parties antérieure, postérieure et latérale de la tête de l'humérus. Les points qui suivent se trouvent soit sur le muscle même, soit au bord du muscle : **→ IG-9, IG-10, TR-14, GI-15, *jianquan*** (point HM), **P-1, P-2, P-3, GI-14**.

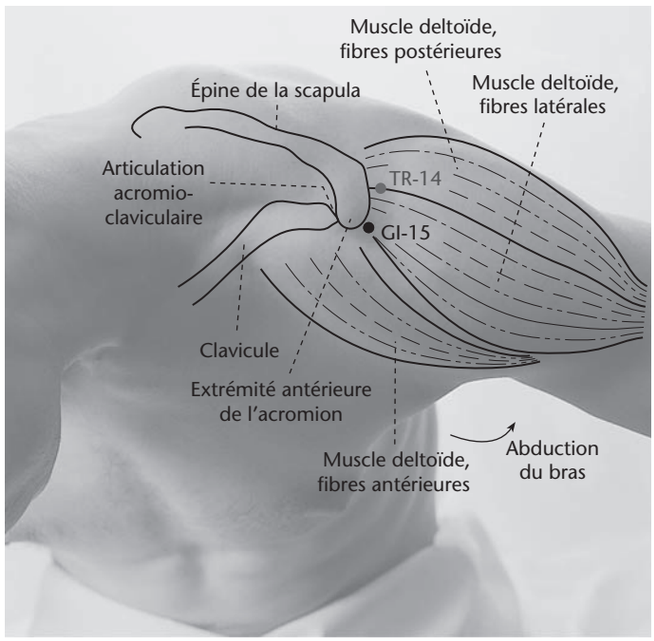


Fig. 3.47

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

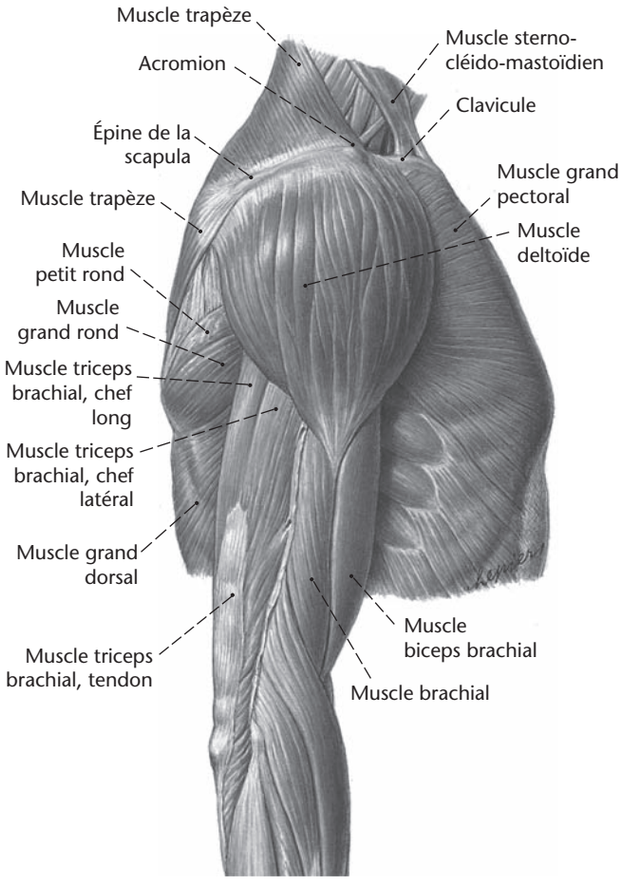


Fig. 3.48

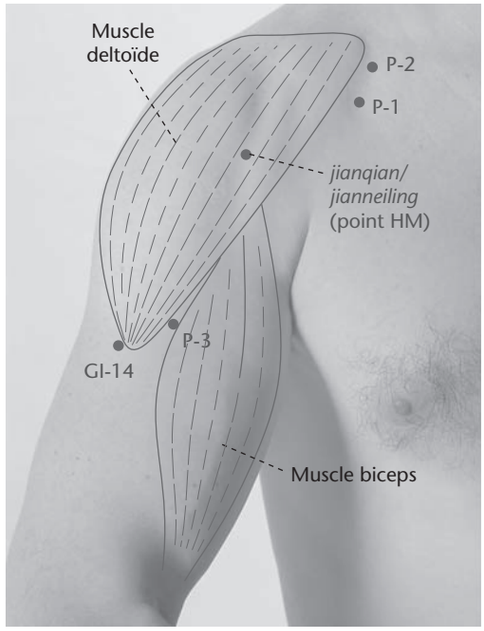


Fig. 3.50

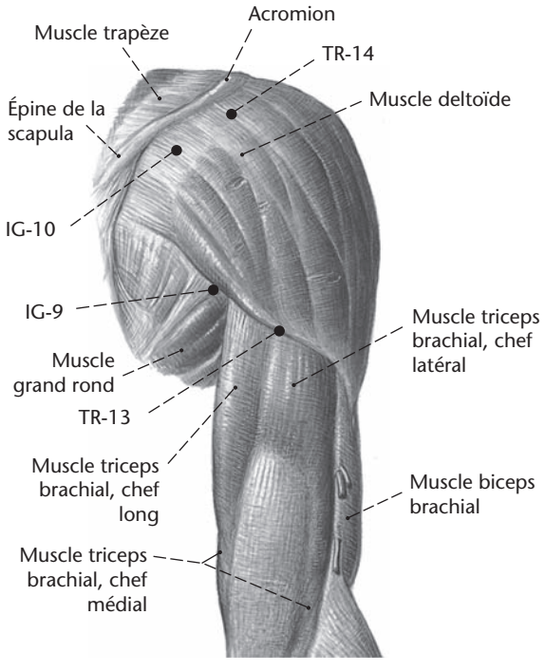


Fig. 3.49

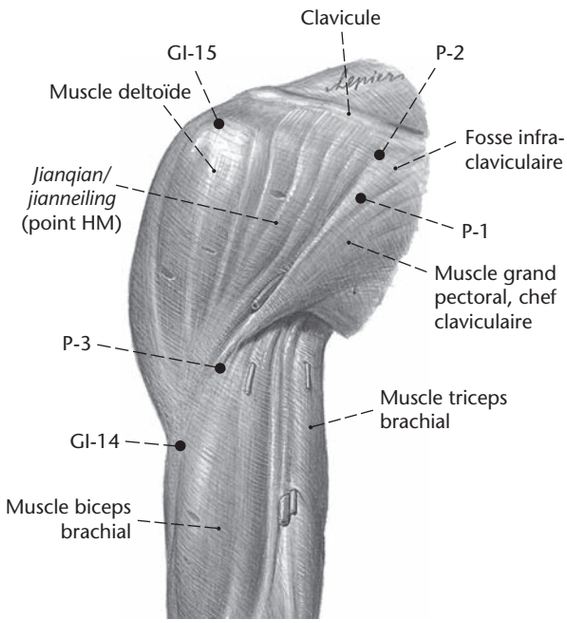


Fig. 3.51

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

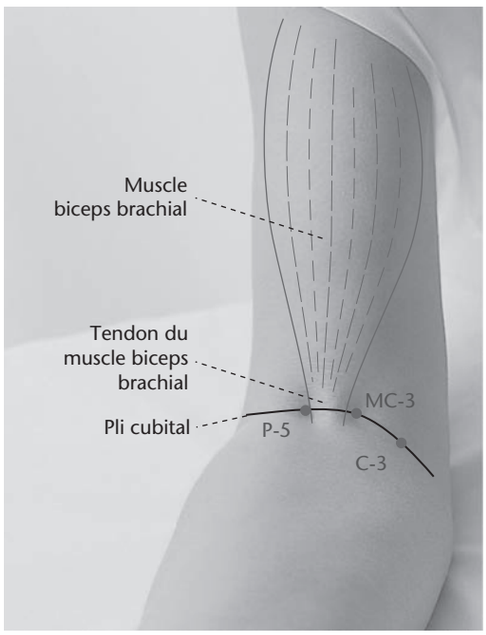


Fig. 3.52

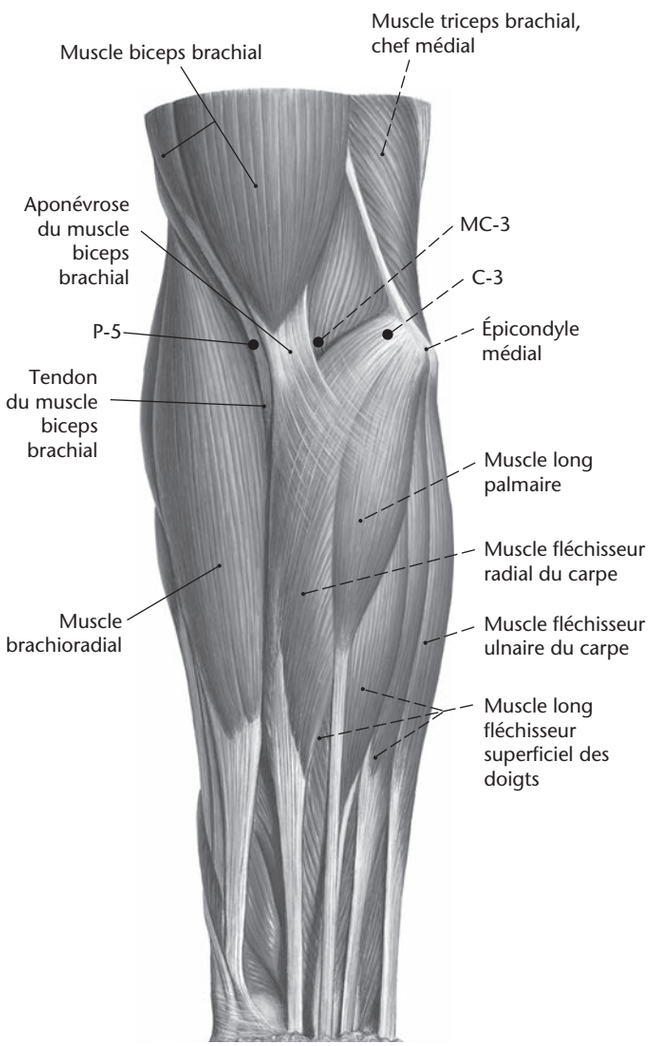


Fig. 3.53

3.3.2 Coude

Coude, tendon du biceps (→ Fig. 3.52, 3.53)

Sur la face antérieure du coude, se trouve le pli cubital, qui va de l'épicondyle médial à l'épicondyle latéral de l'humérus, avec, au centre, le tendon du biceps. → **GI-11** et → **P-5** se trouvent sur le bord latéral du tendon tandis que → **MC-3** et → **C-3** sont situés en direction médiale par rapport à celui-ci.

Épicondyles latéral et médial de l'humérus (→ Fig. 3.53, 3.55, 3.56)

Les épicondyles latéral et médial de l'humérus constituent les parties latérales du coude. L'olécrâne se trouve entre ces deux épicondyles, sur la face postérieure du coude. L'épicondyle médial est l'origine des muscles extenseurs de l'articulation du poignet tandis que les muscles fléchisseurs partent de l'épicondyle médial.

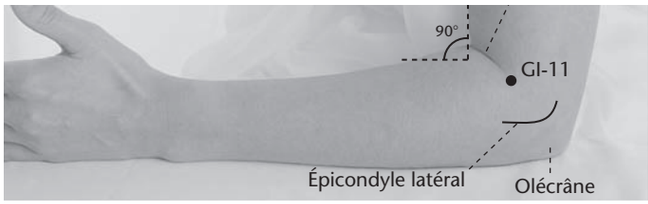


Fig. 3.54

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Olécrâne (→ Fig. 3.55, 3.56)

L'olécrâne forme l'extrémité du coude. → **IG-8** est localisé dans la gouttière de l'ulna, entre l'épicondyle médial et l'extrémité de l'olécrâne, tandis que → **TR-10** est situé dans une dépression proximale par rapport à l'olécrâne.

3.3.3 Avant-bras et main

Pour localiser les points de l'avant-bras, il est important de savoir si le bras est en pronation ou en supination, car cela peut modifier considérablement la localisation relative de certains points (voir aussi la localisation détaillée de points précis). Par exemple, lorsque le bras est en supination, la ligne qui relie → **GI-5** et → **GI-11** suit le bord latéral de l'avant-bras, alors que si le bras est en pronation, cette ligne traverse l'avant-bras.

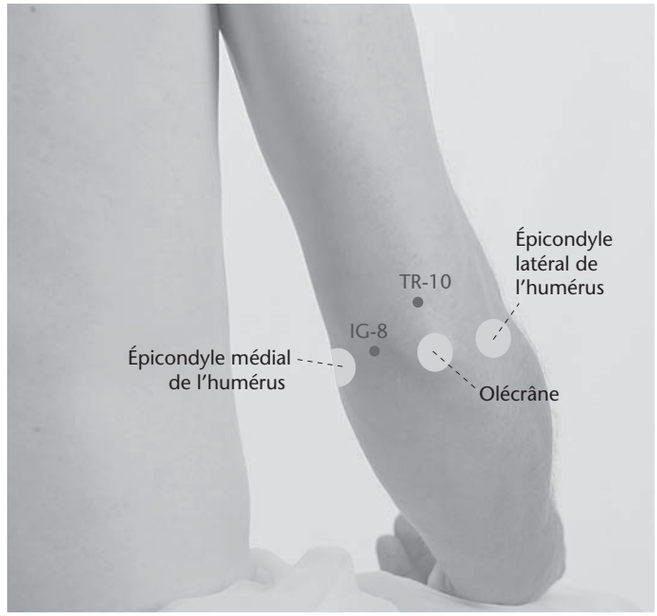


Fig. 3.55

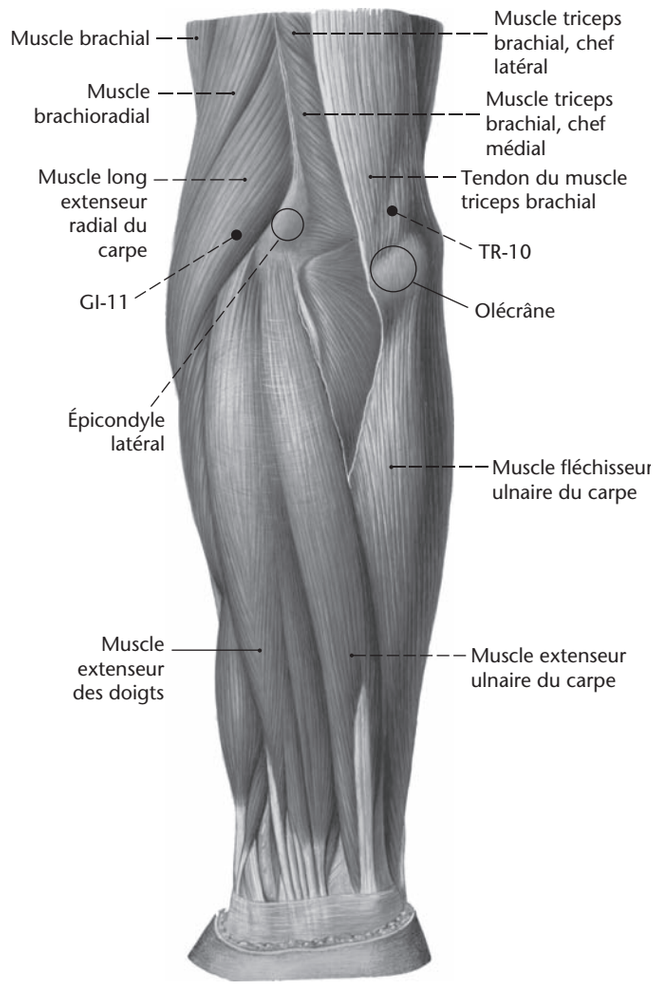


Fig. 3.56

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

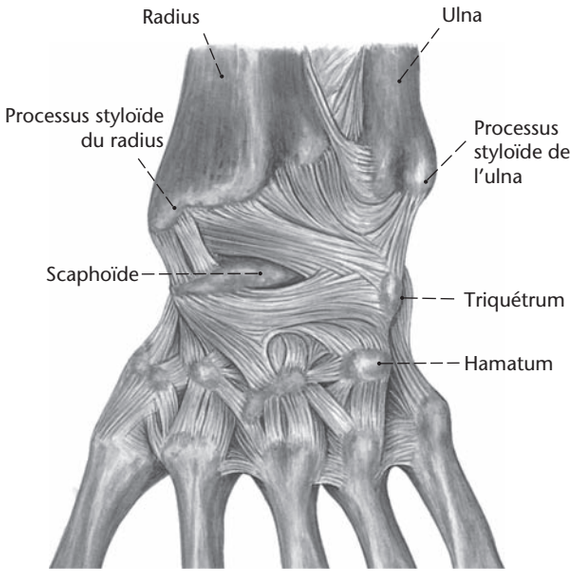


Fig. 3.57 Articulation du poignet, vue postérieure

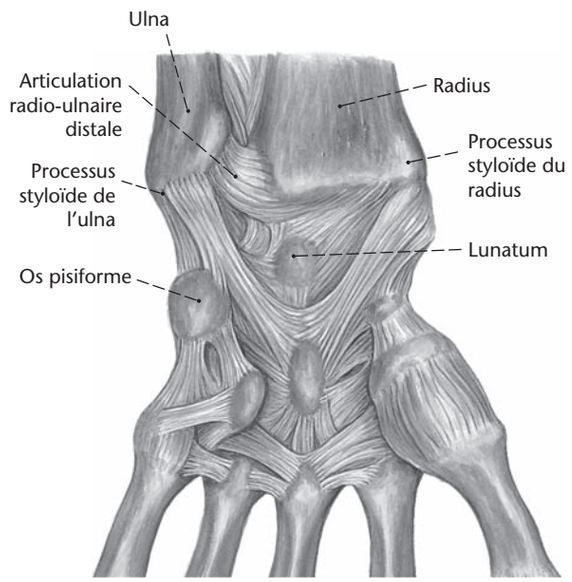


Fig. 3.58 Articulation du poignet, vue antérieure

Processus styloïde du radius (→ Fig. 3.57, 3.58)

Le processus styloïde radial forme une protubérance plate sur la face latérale antérieure de l'extrémité distale du radius. On peut sentir un sillon oblique au niveau de la transition entre le processus styloïde et la diaphyse du radius. C'est là que se situent **→ P-7**. **→ P-8** est légèrement plus distal et plus antérieur, au bord du processus styloïde radial.

Processus styloïde de l'ulna (→ Fig. 3.57, 3.58)

Le processus styloïde ulnaire se trouve à l'extrémité distale de l'ulna et forme une proéminence bien visible. Lorsque le coude est fléchi et que l'avant-bras est en supination, un peut sentir un petit sillon (sillon du tendon du muscle extenseur ulnaire du carpe). C'est là que se trouve **→ IG-6**.

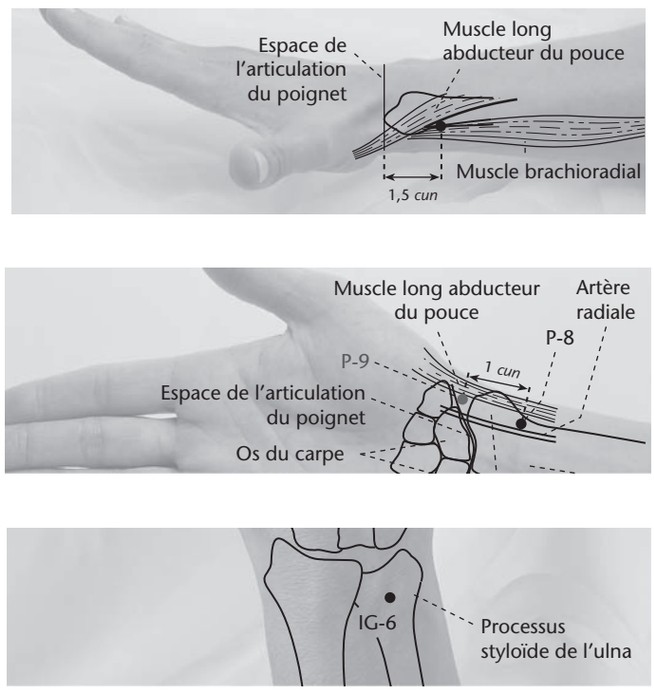


Fig. 3.59

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Espace antérieur de l'articulation du poignet (« pli distal du poignet ») (→ Fig. 3.61, 3.62)

Les manuels d'acupuncture chinois utilisent le pli distal du poignet comme point de référence pour la localisation des points situés autour du poignet. Toutefois, comme la localisation de ce pli est variable, il vaut mieux utiliser l'espace compris entre la rangée proximale des os carpiens et l'ulna ou le radius. En faisant bouger doucement l'articulation du poignet, on peut sentir clairement cet espace.

Dans la rangée proximale des os carpiens, l'os pisiforme, qui est proéminent, marque l'extrémité ulnaire, son bord proximal servant de repère osseux pour localiser l'espace antérieur de l'articulation du poignet. → **C-7, MC-7** et **P-9** sont tous localisés à cet endroit.

Os pisiforme et tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe (→ Fig. 3.62)

L'os pisiforme est un repère important de la partie ulnaire de l'articulation du poignet. À cet endroit, l'insertion du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe permet la localisation de plusieurs points du méridien du Cœur : → **C-7** à → **C-4** sont alignés sur la face radiale du tendon.

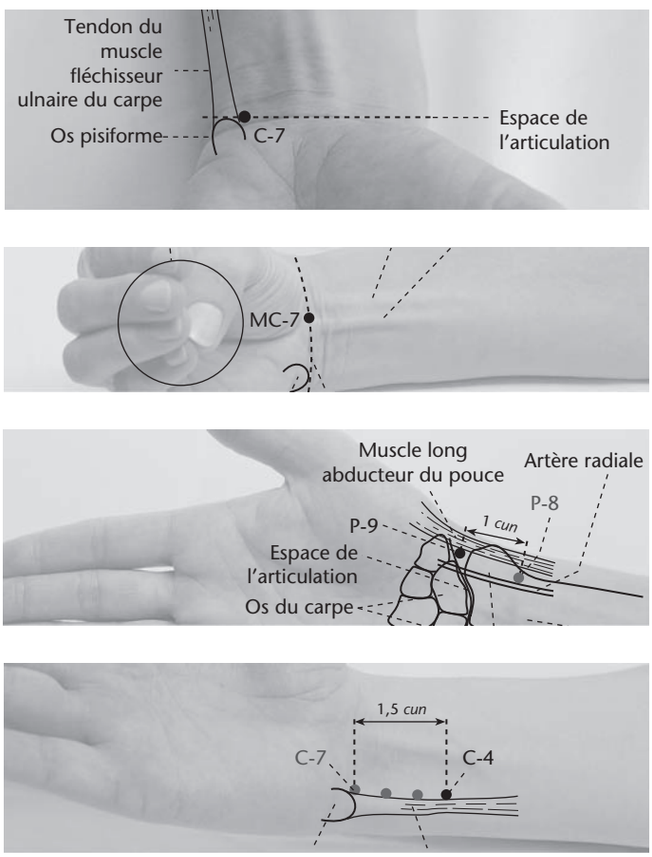


Fig. 3.60

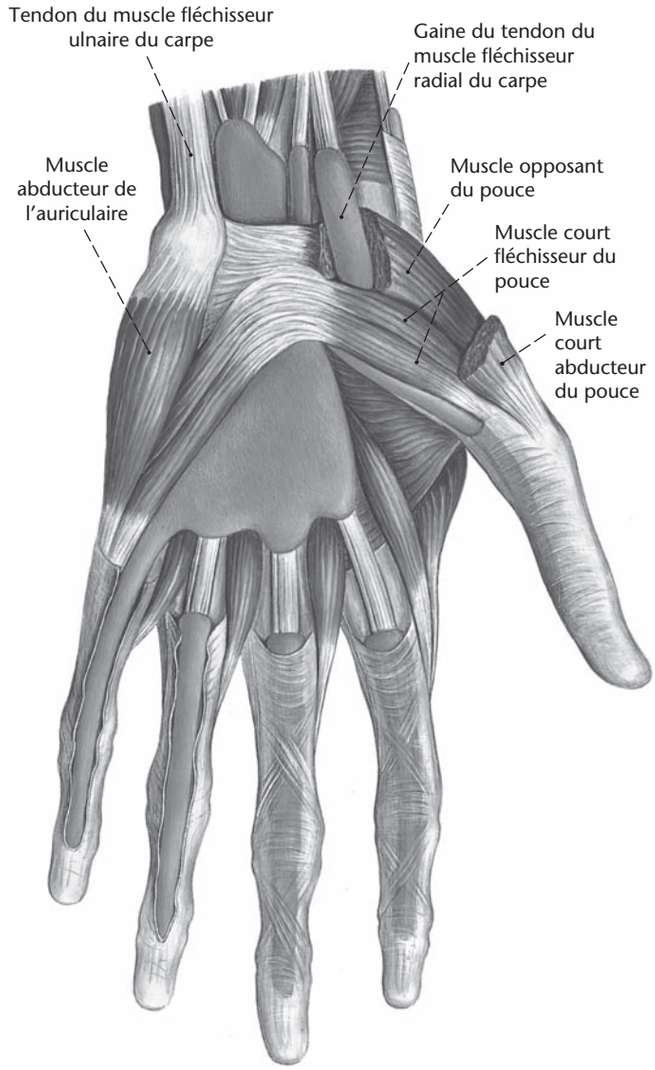


Fig. 3.61

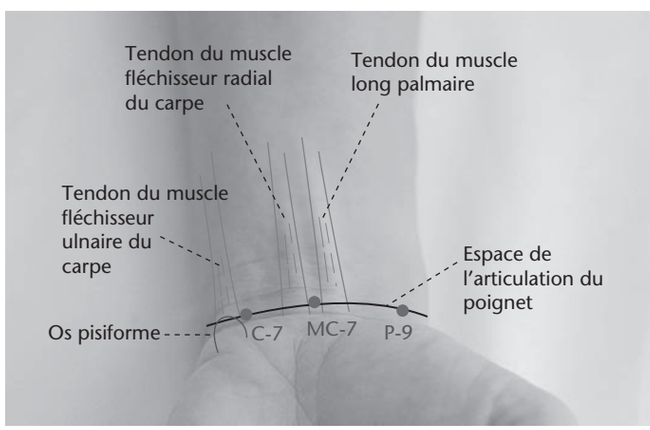


Fig. 3.62

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

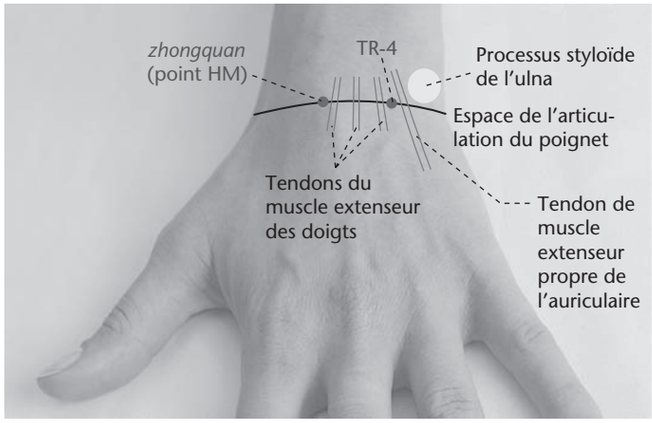


Fig. 3.63

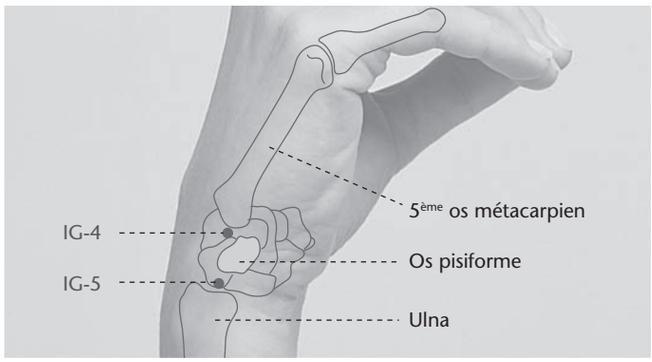


Fig. 3.64

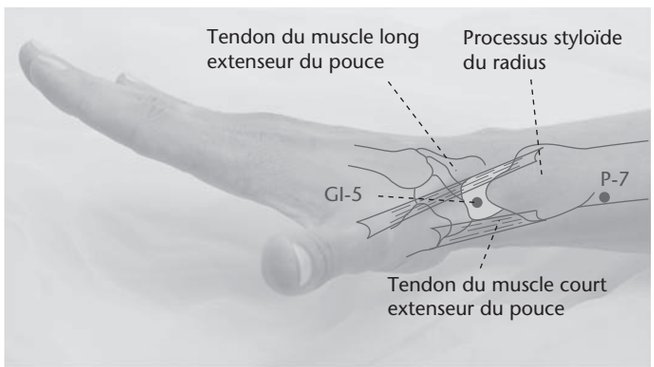


Fig. 3.65

Espace dorsal de l'articulation du poignet (« pli dorsal du poignet ») (→ Fig. 3.63)

Pour la localisation des points situés sur la face dorsale de la main et de l'avant-bras, les manuels chinois prennent le pli dorsal du poignet comme point de référence anatomique. Toutefois, comme la localisation de ce pli est variable, il vaut mieux utiliser l'espace compris entre la rangée proximale des os carpiens et l'ulna ou le radius. → **TR-4** et → ***zhongquan*** (point HM) sont tous deux localisés à cet endroit.

Os pisiforme et bord ulnaire de la main (→ Fig. 3.64)

Sur le bord ulnaire de la main, distal par rapport à l'espace de l'articulation du poignet, l'os pisiforme est à nouveau un bon repère pour la localisation. On peut le sentir sous la forme d'une proéminence nette entre l'espace de l'articulation et la tête du 5ème os métacarpien qui sépare → **IG-4** (position distale) de → **IG-5** (position proximale).

« Tabatière anatomique » (→ Fig. 3.65)

Lorsque le pouce est en abduction, la « tabatière anatomique » forme une dépression sur la face radiale de l'espace de l'articulation du poignet. Cette dépression est tournée vers le corps lorsque la main est en position horizontale. Elle est bordée par les tendons du muscle long extenseur du pouce et du muscle court extenseur du pouce. → **GI-5** se trouve dans cette « tabatière ».

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

3.4 Colonne vertébrale et région sacro-iliaque

Dans la plupart des cas, les processus épineux des vertèbres sont de bons repères anatomiques. Il est important que le patient ait une position correcte pour faciliter la palpation des processus épineux et des espaces intervertébraux.

Pour la palpation, le praticien doit placer l'index et le majeur à gauche et à droite de la vertèbre préalablement identifiée, et faire descendre doucement ces deux doigts d'un espace intervertébral à l'autre. Sentir les dépressions qui sont entre les vertèbres permet de se repérer sur la colonne vertébrale même chez les sujets obèses, chez qui les processus épineux ne sont peut-être pas palpables.

Remarque concernant la branche interne du méridien de la Vessie : en pratique clinique, les points de la branche interne du méridien de la Vessie ne sont pas tous répartis régulièrement 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane. Ils se trouvent plutôt sur le point le plus haut de la musculature para-spinale, de sorte que la distance qui les sépare de la ligne médiane a tendance à être plus importante au niveau de la colonne thoracique inférieure et de la colonne lombale supérieure.

Remarque concernant la position du patient : la position du patient peut influencer de manière considérable le niveau des vertèbres par rapport à d'autres structures anatomiques comme la scapula ou le pelvis (→ pour plus de détails, voir les parties consacrées à la colonne thoracique et à la colonne lombale).

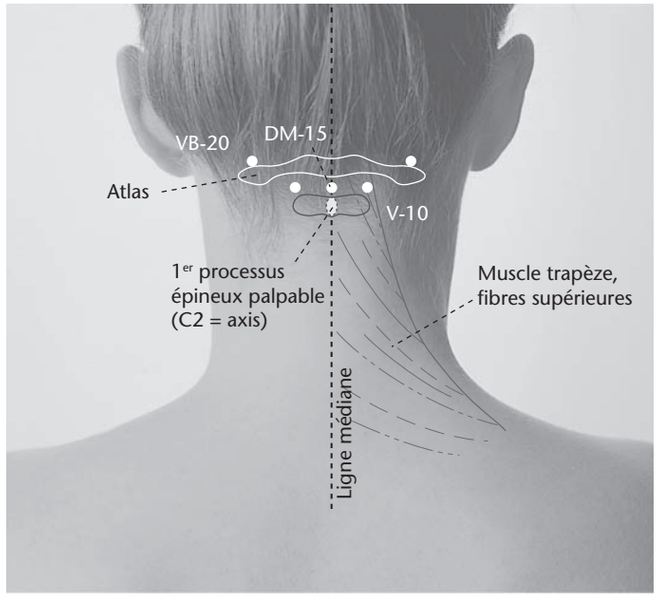


Fig. 3.66

3.4.1 Colonne cervicale

Pour localiser des points sur la colonne cervicale, il convient que le patient soit assis (ou debout). La tête doit être dans une position neutre.

Processus épineux de la 2ème vertèbre cervicale (C2, axis) (→ Fig. 3.66, 3.67)

La première vertèbre cervicale (atlas) ne possède pas de processus épineux, de sorte qu'en palpant la ligne postérieure à partir de l'occiput, c'est la 2ème vertèbre (axis) qui a le premier processus épineux palpable. → **DM-15** se situe légèrement au-dessus de celui-ci.

Les processus épineux de C3, C4 et C5 sont souvent peu nets ou non palpables, alors que celui de C6, par contre, se sent aisément (→ identification de C6 et de C7).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

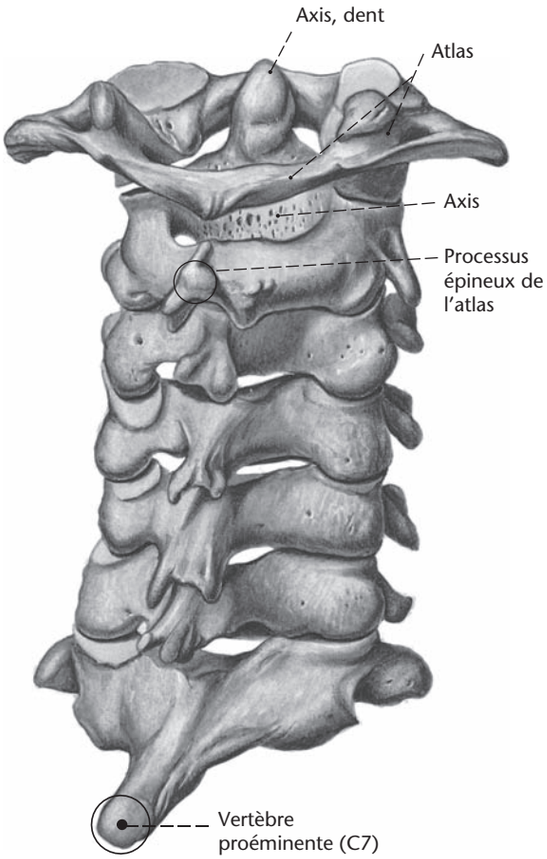


Fig. 3.67

Vertèbre proéminente (processus épineux de C7) (→ Fig. 3.67, 3.68)

On place deux doigts (par exemple, l'index et le majeur) sur les processus épineux que l'on attribue à C6 et C7. On demande alors au patient de fléchir la tête d'avant en arrière. Lorsque la colonne vertébrale est en bon état, le processus épineux de C6 glisse légèrement en avant à la moindre extension alors que celui de C7 reste immobile. Si l'extension est plus prononcée, le processus épineux de C6 va finir par disparaître complètement alors que celui de C7 reste palpable. Si le praticien peut sentir sous ses doigts les déplacements décrits plus haut, c'est que les doigts sont bien sur les processus épineux de C6 et C7. Si, toutefois, le processus épineux reste palpable malgré une forte extension, il est probable que les doigts sont placés sur T1 et C7.

Il est important de bien localiser C6, car C7 n'est pas toujours la « vertèbre saillante ». Dans de nombreux cas, le processus épineux de T1 est également saillant, parfois plus que celui de C7. → **DM-14** se situe en dessous du processus épineux de C7.

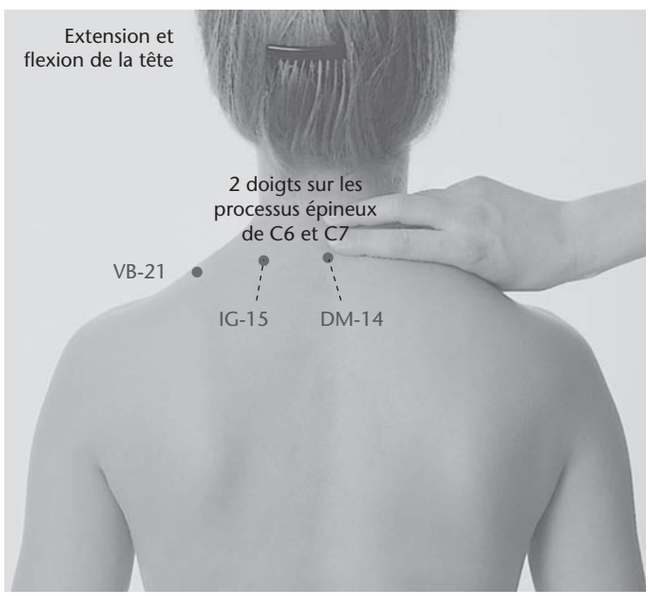


Fig. 3.68

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

3.4.2 Colonne thoracique

Une posture légèrement cyphotique peut aider à palper et à localiser les points situés sur la colonne thoracique. Du milieu de la colonne thoracique jusqu'en bas, la palpation peut s'avérer difficile si le patient est assis ou debout, de sorte qu'il vaut mieux que celui-ci soit couché sur le ventre. On peut ensuite lui mettre un oreiller sous l'abdomen pour mieux ouvrir les espaces qui séparent les processus épineux et faciliter ainsi la palpation, surtout si ce patient présente une hyperlordose de la colonne lombale.

Vertèbres thoraciques (→ Fig. 3.69, 3.70)

Une fois C6 et C7 identifiées (→ colonne cervicale inférieure), on peut compter les vertèbres thoraciques à partir de celles-ci, en commençant par T1 (**→ points sur le méridien de la Vessie et sur le vaisseau Gouverneur (*du mai*) au niveau de la colonne thoracique**).

La scapula est aussi un repère utile pour s'orienter sur la colonne thoracique. Il faut que le patient soit assis ou debout, les bras relâchés tombant le long du corps.

- La face médiale de l'épine de la scapula est approximativement au même niveau que le processus épineux de T3.
- L'angle inférieur de la scapula est approximativement au même niveau que T7.

Colonne thoracique inférieure

Il est préférable de localiser les vertèbres de la colonne thoracique inférieure en partant de la colonne lombale (→ colonne lombale).

12ème côte (→ Fig. 3.69, 3.70)

La 12ème côte marque le bord inférieur de la face postérieure du thorax. En palpant son trajet de la direction médiale à la direction latérale, on va rencontrer son extrémité libre sur la face latérale du dos, là où se trouve → **VB-25**.

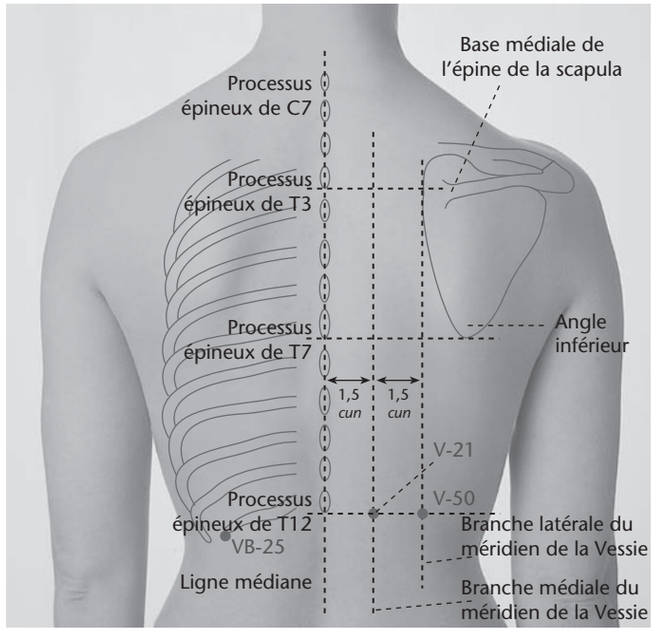


Fig. 3.69

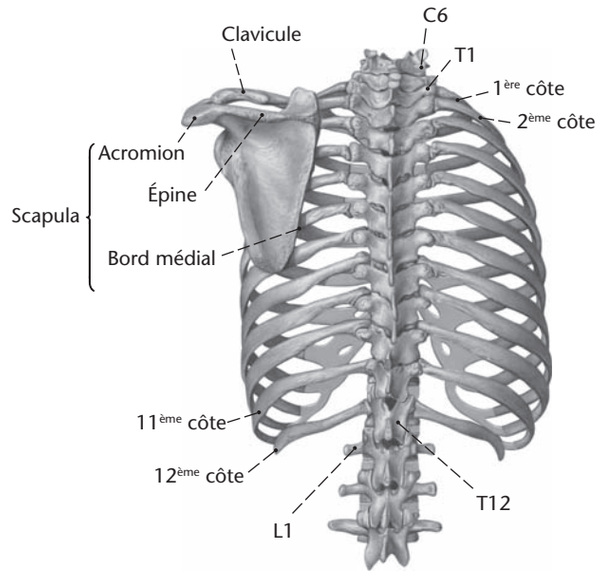


Fig. 3.70

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

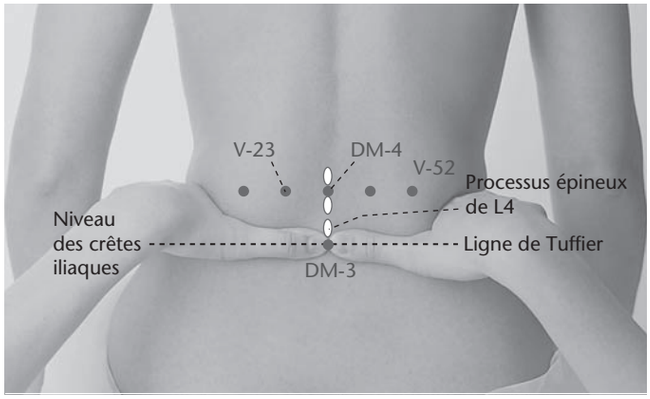


Fig. 3.71

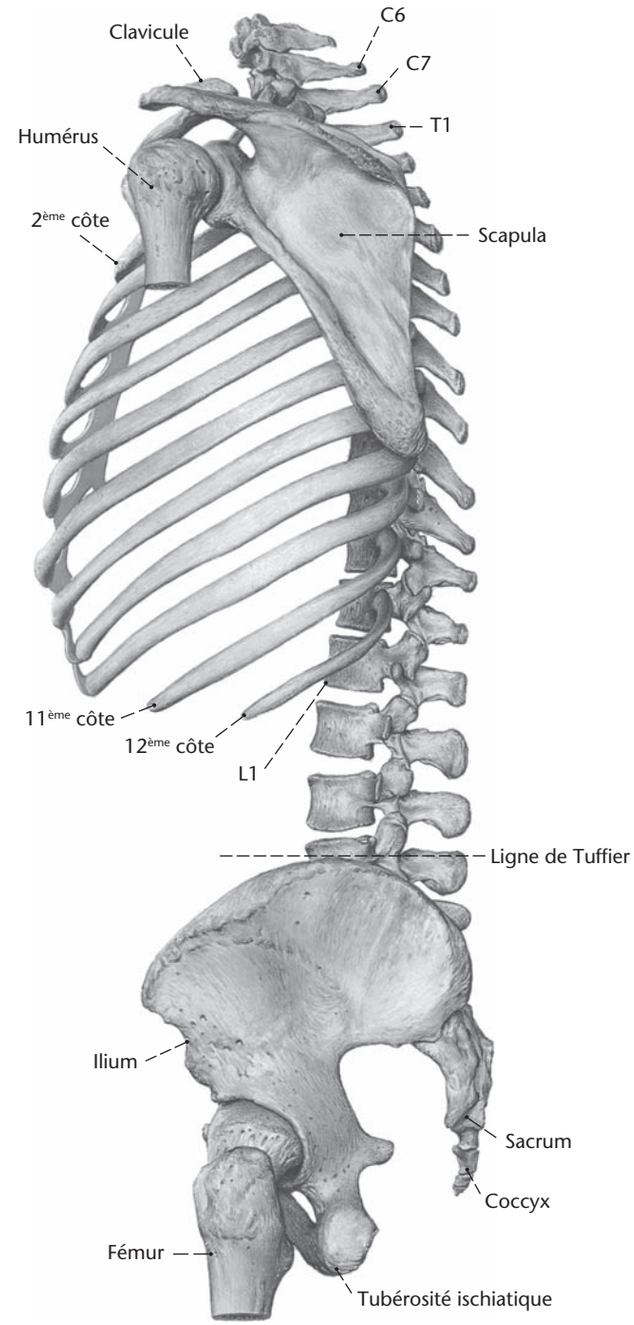


Fig. 3.72

3.4.3 Colonne lombale

Crête iliaque, ligne de Tuffier (→ Fig. 3.71, 3.72)

Les crêtes iliaques (et la ligne de Tuffier qui leur est associée) sont les principaux points de repères de la région lombale. La ligne de Tuffier se trouve en palpant les crêtes iliaques à partir du centre en direction latérale jusqu'à leur point le plus haut. La ligne de Tuffier est une ligne horizontale imaginaire qui relie ces deux points. L'intersection de cette ligne et de la colonne vertébrale se situe généralement au niveau du processus épineux de L4. Pour une localisation rapide en pratique clinique, on place les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du point le plus haut des crêtes iliaques, puis on fait se rejoindre les pouces au centre, au-dessus de la colonne lombale. Il faut noter toutefois que l'épaisseur de muscles et de peau entre les crêtes et les mains du praticien peuvent dévier la ligne de Tuffier en direction crânienne.

Attention : la position du patient (assis, debout, allongé sur le ventre), de même que l'anatomie pelvienne ou vertébrale de chaque individu, peuvent avoir une influence significative sur la situation des vertèbres lombales par rapport au pelvis. Aussi la ligne de Tuffier va-t-elle couper la colonne vertébrale à des endroits différents selon que le patient est assis ou allongé sur le ventre, ou selon que le patient debout présente une hyperlordose de la colonne vertébrale et une antéflexion pelvienne, ou une hypolordose de la colonne vertébrale, une rétroflexion pelvienne et une musculature ischiocrurale réduite.

Additif : Hosbach (Université de Bochum en Allemagne) a étudié les effets qu'une position allongée sur le ventre (comme on la pratique souvent en acupuncture) pourrait avoir sur la localisation de la ligne de Tuffier par rapport à la colonne vertébrale. Il semblerait que, dans cette position, cette ligne se « déplace » vers le bas de la colonne, jusqu'au bord supérieur de L5 ou l'espace entre L4 et l5. Toutefois, le faible nombre de cas étudiés ne permet pas d'obtenir des résultats concluants.

Pour s'assurer de localiser correctement L4, il est toujours conseillé de toujours utiliser des points de repère supplémentaires comme l'espace entre L5 et le sacrum (→ articulation lombosacrale), etc.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Charnière lombo-sacrale

Grâce à l'identification de la région lombale à l'aide des crêtes iliaques (→ crête iliaque), on peut localiser l'articulation lombo-sacrale en comptant le nombre de processus épineux en descendant le long de la colonne. Cette articulation est généralement caractérisée par une dépression marquée suivie par le plus petit processus épineux de la crête sacrale médiane légèrement convexe qui se trouve en dessous.

Attention : il faut noter que, selon la littérature sur le sujet, dans jusqu'à 15% des cas, on peut avoir une lombarisation de la première vertèbre sacrale ou une sacralisation de L5. Dans ces cas là, il y aura quatre ou six vertèbres lombales.

Épine iliaque postéro-supérieure (→ Fig. 3.73, 3.74)

Un autre repère important de la région lombale est l'épine iliaque postéro-supérieure, qui forme l'extrémité postérieure de la crête iliaque qui est latérale par rapport au haut de la région sacrale. Cette épine iliaque postéro-supérieure peut souvent être identifiée grâce à deux fossettes superficielles visibles. On les localise le plus facilement en palpant du bas vers le haut. Si ces fossettes ne sont pas visibles, on peut les localiser en palpant la région située à 3 *cun* du sillon glutéal, en directions supérieure et latérale, avec un angle de 45°, jusqu'à ce que l'on sente nettement une crête osseuse.

Généralement, l'épine iliaque postéro-supérieure se trouve au niveau de l'espace entre le premier et le second foramen sacral, de sorte que → **V-27** est directement médial ou légèrement supérieur et médial par rapport à l'épine iliaque postéro-supérieure, tandis que → **V-28** est directement inférieur et médial par rapport à l'épine iliaque postéro-supérieure.

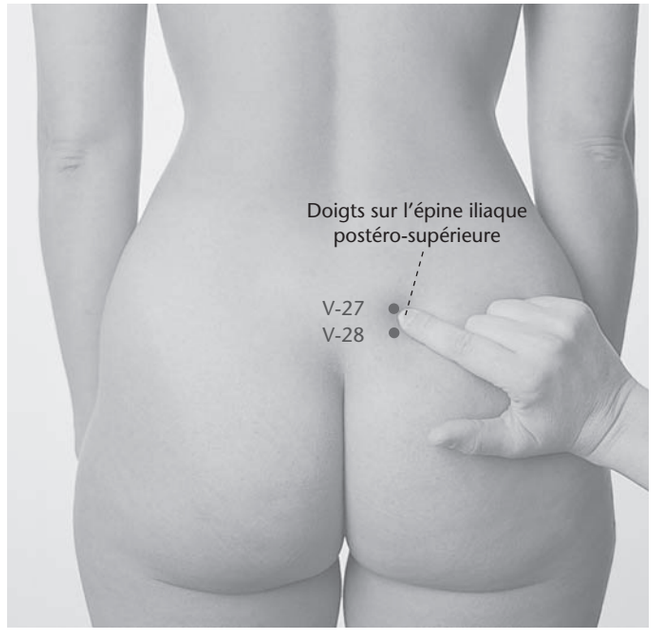


Fig. 3.73

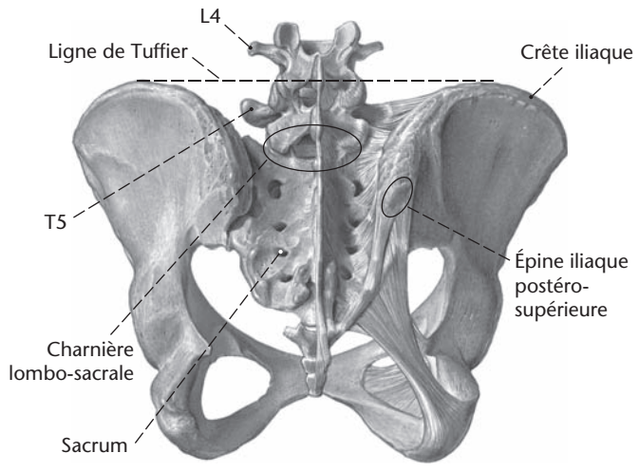


Fig. 3.74

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

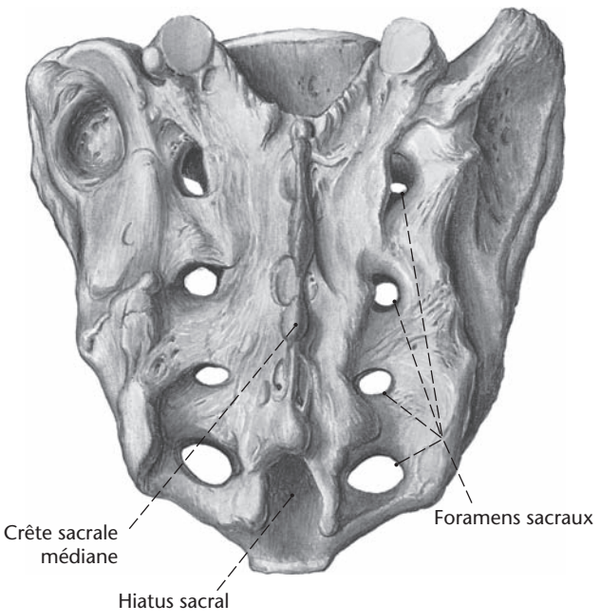


Fig. 3.75

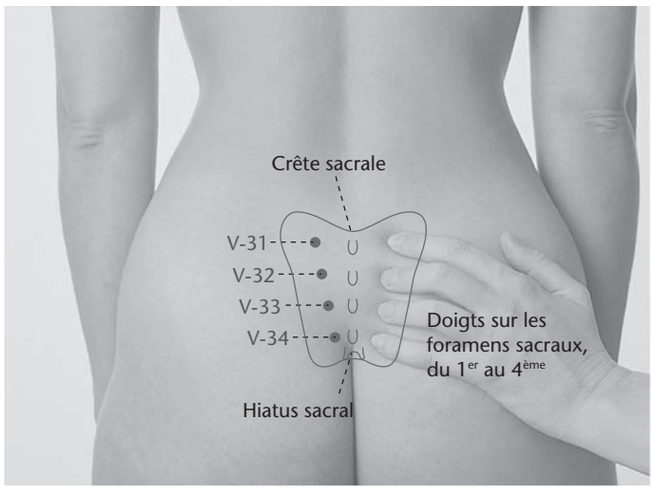


Fig. 3.76

3.4.4 Sacrum et articulation sacro-iliaque

Sacrum (→ Fig. 3.75, 3.76)

Sur le sacrum, les repères utiles lors de la palpation sont la crête sacrale médiane et le hiatus sacral, de même que les foramens sacraux situés sur le côté.

Crête sacrale (→ Fig. 3.74, 3.75)

La crête sacrale est formée par le processus épineux étroit et irrégulier que l'on peut sentir sur la ligne sacrale médiane.

Hiatus sacral (→ Fig. 3.75, 3.76)

On peut sentir le hiatus sacral sous forme d'une dépression en forme de U au bord inférieur de la crête sacrale. → **DM-2** se situe sur la ligne médiane, juste en dessous de ce hiatus. Le hiatus sacral et le grand trochanter sont tous deux des repères pour localiser → **V-30**.

Foramens sacraux (→ Fig. 3.75–3.78)

Les foramens sacraux se trouvent entre l'articulation lombo-sacrale et le hiatus sacral. On peut généralement les sentir. Dans la plupart des cas, ils sont espacés de façon régulière et se trouvent approximativement à un travers de doigt en dehors de la ligne médiane, cette distance décroissant en direction distale. C'est au niveau de ces foramen sacraux que se trouvent les points de → **V-31** à **V-34**.

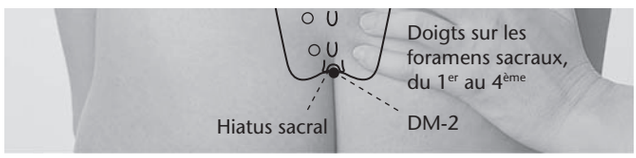


Fig. 3.77

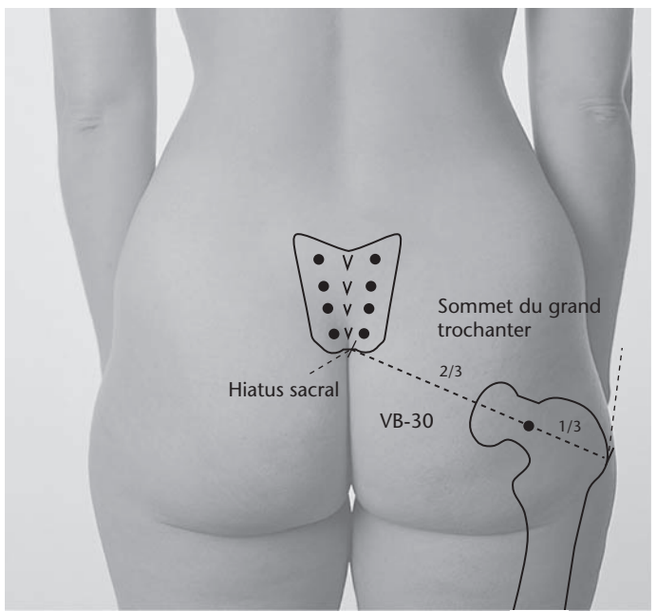


Fig. 3.78

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Articulation sacro-iliaque (→ Fig. 3.80, 3.81)

On peut sentir l'articulation sacro-iliaque de chaque côté sous la forme d'un sillon peu profond entre le sacrum, l'épine iliaque postéro-supérieure (voir ci-dessus) et les structures iliaques situées plus en dessous. C'est à ce niveau que se trouvent les points de **→ V-26** à **V-29**.

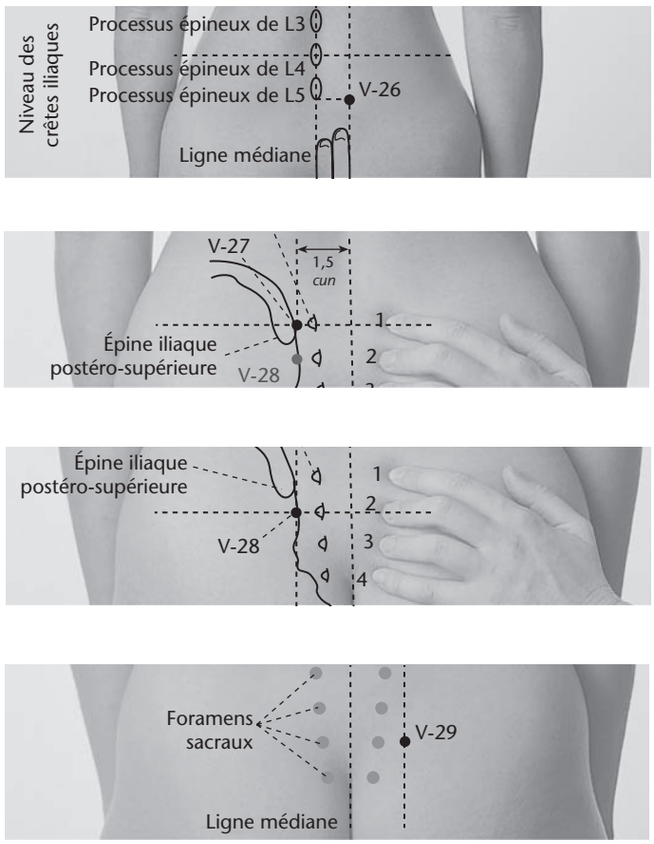


Fig. 3.79

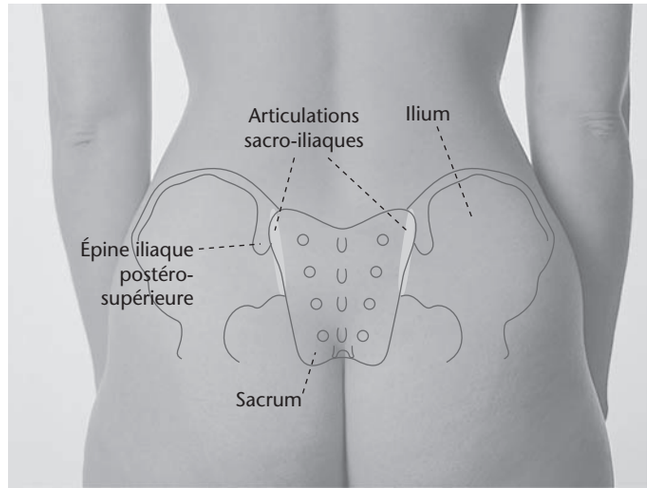


Fig. 3.80

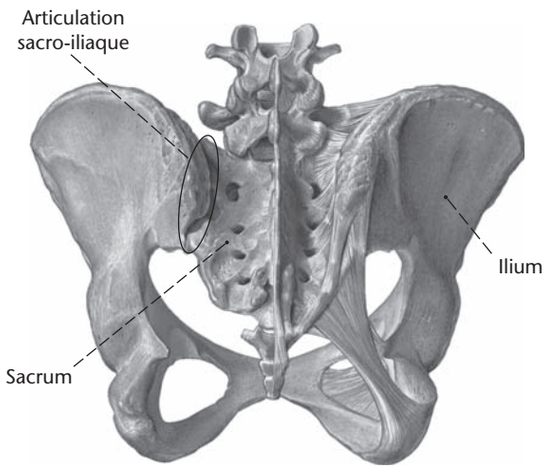


Fig. 3.81

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

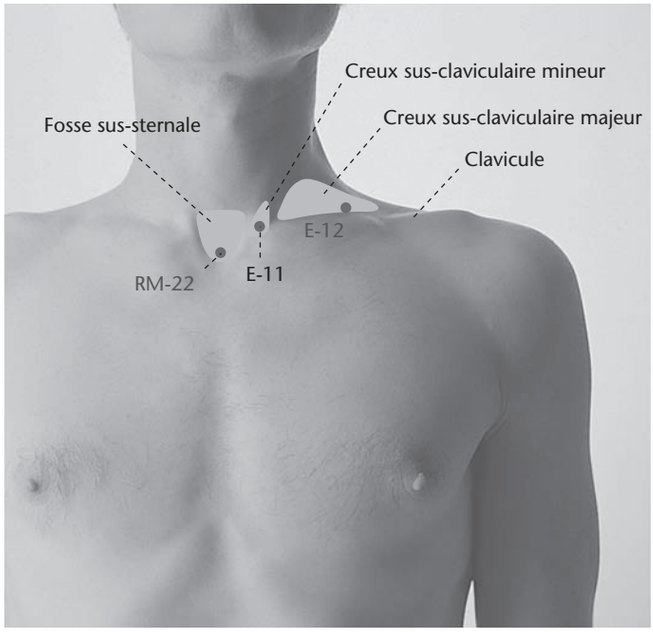


Fig. 3.82

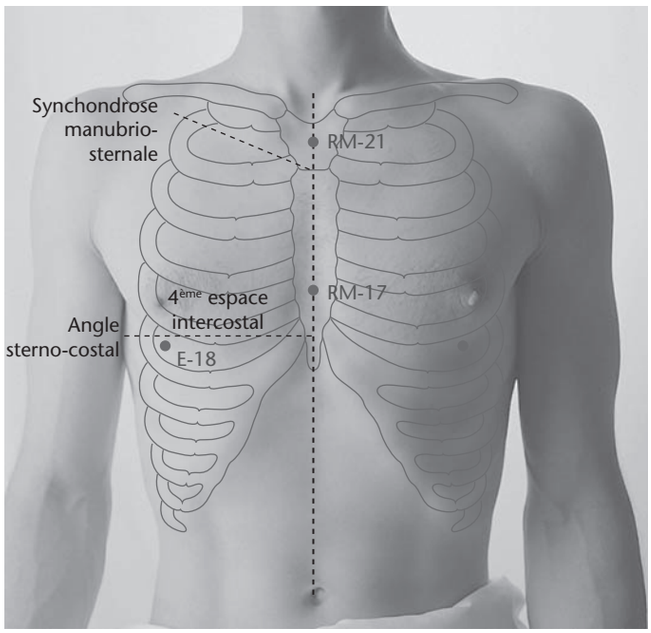


Fig. 3.83

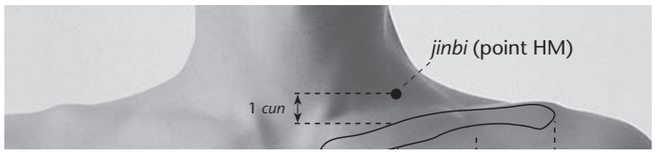


Fig. 3.84A



Fig. 3.84B

3.5 Faces antérieure et latérales du thorax et de l'abdomen

Clavicule (→ Fig. 3.82, 3.86)

La clavicule permet de relier l'épaule au thorax. Elle sépare les creux sus-claviculaires majeur et mineur, où se trouvent → **E-11**, **E-12** et ***jingbi*** (point HM) de la cage thoracique. Au bord inférieur de la clavicule, on trouve → **E-13** (au milieu) et → **Rn-27** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Fosse sus-sternale (→ Fig. 3.82)

La fosse sus-sternale forme une dépression au-dessus du sternum, entre les articulations sterno-claviculaires. C'est là que se trouve → **RM-22**.

Côtes (→ Fig. 3.83, 3.86)

Pour l'identification anatomique des côtes, le milieu de la clavicule constitue un bon point de départ. La première côte se trouve directement en dessous de la clavicule et forme un arc de cercle étroit. Elle s'articule avec le manubrium sternal, qui est juste en dessous de l'articulation sterno-claviculaire.

Lorsqu'on palpe les côtes et les espaces intercostaux, et que l'on localise les points d'acupuncture, il faut bien garder à l'esprit les considérations suivantes :

- De l'articulation au sternum, les côtes commencent par se déployer horizontalement ou présentent une légère courbe vers le bas, alors que sur la face latérale du thorax, elles s'orientent vers le haut, en direction de la face postérieure du corps.
- En dessous du 4ème ou 5ème espace intercostal, les parties médiales des côtes se fondent dans le cartilage costal, de sorte que les espaces intercostaux ne s'étendent pas très loin en direction médiale. Il est donc nécessaire de palper quelque peu plus latéralement.

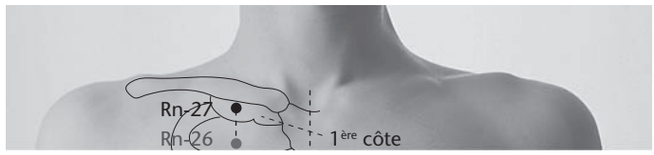


Fig. 3.84C

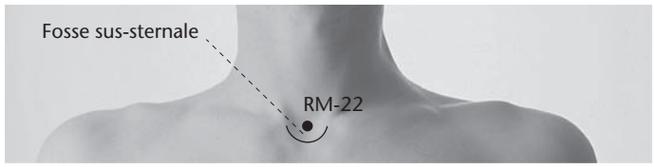


Fig. 3.84D

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

1ère côte, 1er espace intercostal (→ Fig. 3.86)

En palpant juste en dessous du sternum, on peut généralement sentir la 1ère côte, qui est directement en dessous de la clavicule. C'est dans cette région qu'on trouve → **Rn-27**, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure. On a ensuite le premier espace intercostal, puis la deuxième côte, et ainsi de suite. → **RM-20** se trouve sur la ligne antérieure, au niveau du premier espace intercostal et → **RM-21** est situé légèrement au-dessus de celui-ci.

2ème côte, synchondrose manubrio-sternale (→ Fig. 3.83, 3.86)

La synchondrose est généralement une structure osseuse transverse bien définie qui se trouve sur la partie supérieure du sternum, au même niveau que l'articulation de la 2ème côte. Juste en dessous de la synchondrose, on trouve le 2ème espace intercostal à partir duquel on peut compter les côtes et les espaces intercostaux suivants grâce à la palpation.

Face latéro-supérieure du thorax et processus coracoïde (→ Fig. 3.87)

La face latéro-supérieure du thorax est délimitée par la clavicule et le muscle deltoïde, sous lequel se trouve le processus coracoïde. On peut localiser le triangle delto-pectoral en partant de l'extrémité du pli axillaire, sur le bord du muscle deltoïde, en allant vers l'épaule et le bord inférieur de la clavicule. C'est ici, au centre de ce triangle, que se trouve → **P-2**. Latéralement, le triangle est bordé par une structure osseuse facilement palpable, le processus coracoïde. Pour bien distinguer ce processus du tubercule inférieur de l'humérus, il faut imprimer une rotation externe au bras tout en maintenant le coude fléchi. Alors que le processus coracoïde reste immobile, le tubercule de l'humérus va suivre ce mouvement. → **P-1** se trouve légèrement au-dessus et sur le côté de → **P-2**, en direction médiale par rapport au bord inférieur du processus coracoïde. On peut rendre plus visibles les contours du deltoïde et du triangle delto-pectoral grâce à une flexion des muscles, par exemple, en appuyant les mains l'une contre l'autre sur le devant de la poitrine.

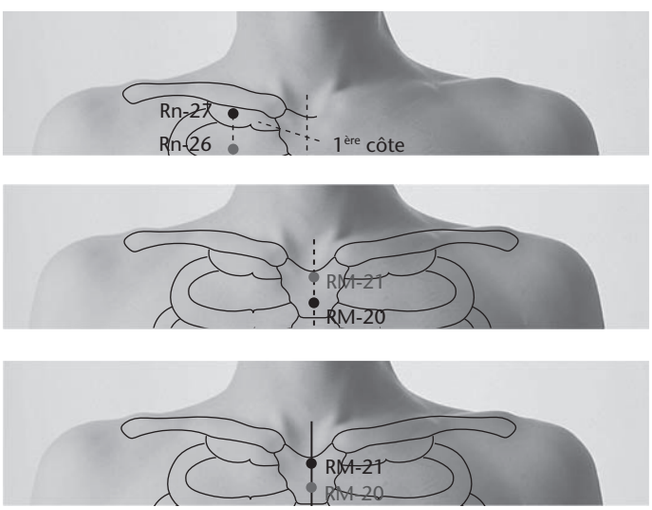


Fig. 3.85

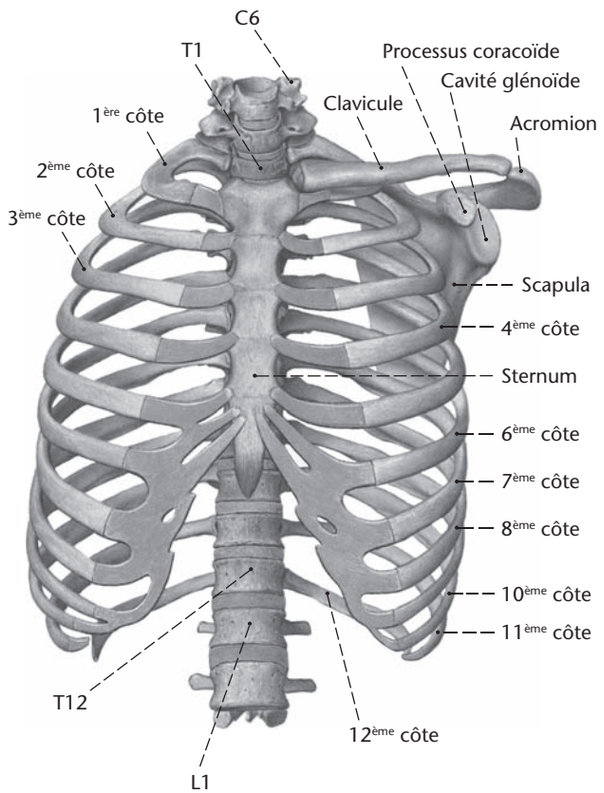


Fig. 3.86

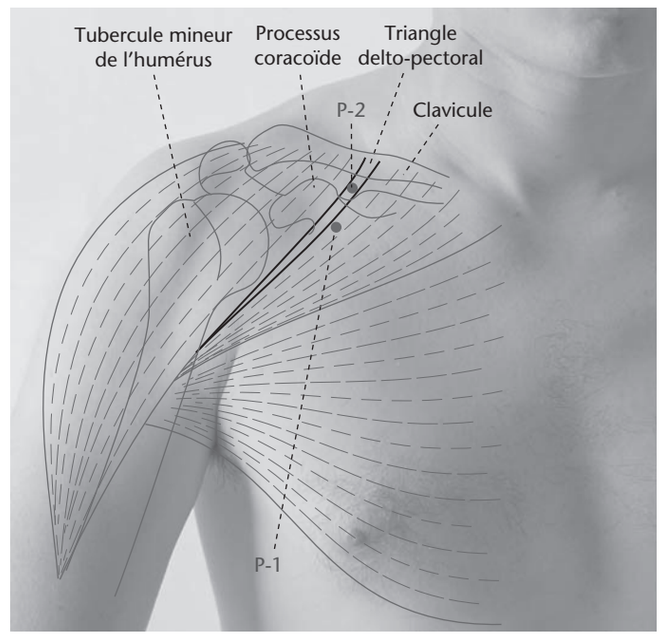


Fig. 3.87

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

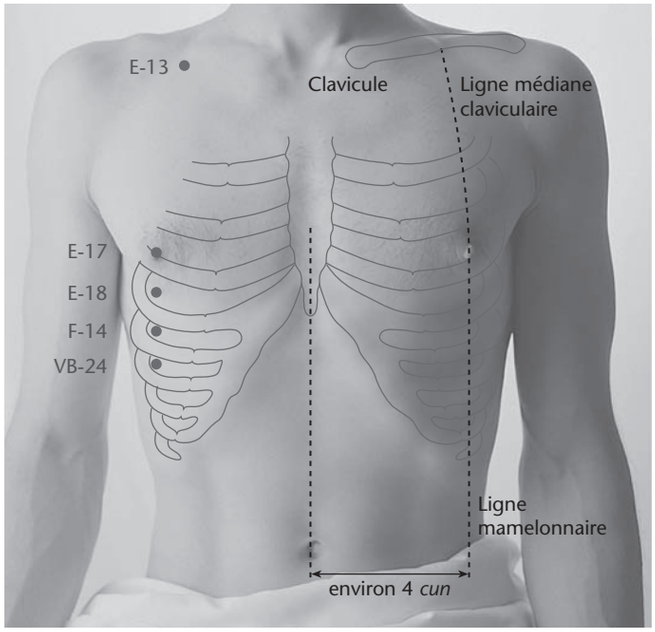


Fig. 3.88

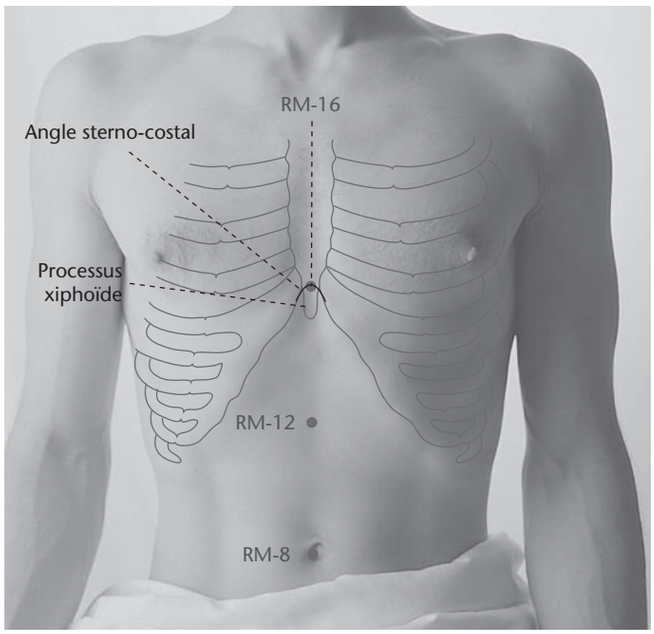


Fig. 3.89

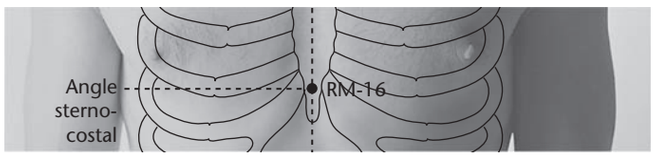


Fig. 3.90

Ligne verticale partant du milieu de la clavicule (→ Fig. 3.88)

La ligne verticale qui part du milieu de la clavicule est un point de référence efficace sur la partie supérieure du thorax. Cette ligne imaginaire part du milieu de la clavicule et rejoint le mamelon. Comme, dans la plupart des cas, le mamelon se trouve quelque peu en dehors de cette ligne, cette dernière a tendance à prendre un chemin un peu plus oblique. Les points de → **E-13** à → **E-16** sont situés sur cette ligne.

Mamelon (→ Fig. 3.88)

Chez les hommes, le mamelon est situé dans le 4ème espace intercostal, en dehors de la ligne médiane, alors que chez les femmes, sa localisation varie en fonction de la forme de la poitrine. → **E-17** se situe sur cette ligne.

Ligne mamelonnaire (→ Fig. 3.88)

La ligne mamelonnaire est une ligne imaginaire qui permet de s'orienter sur les parties médio-latérales du thorax et de l'abdomen. Elle est verticale, part du mamelon et va vers le bas. Les points → **E-18**, **F-14** et **VB-24** sont situés sur cette ligne.

Angle sterno-costal, processus xiphoïde et ombilic (→ Fig. 3.89, 3.91)

Les bords inférieurs de la cage thoracique se rejoignent au bord inférieur du sternum, constituant l'angle sterno-costal. Cet angle et l'ombilic sont deux repères anatomiques majeurs pour la localisation des points sur le haut de l'abdomen.

Attention : il est important de ne pas confondre l'angle sterno-costal avec l'extrémité du processus xiphoïde. Ce dernier est attaché au sternum au niveau de l'angle sterno-costal, se projetant vers le bas en direction de l'abdomen. Pour une identification précise, il faut palper vers le haut, le long du cartilage costal, jusqu'à l'endroit où celui-ci rencontre l'angle sterno-costal. C'est là que se trouve → **RM-16**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Ligne axillaire (→ Fig. 3.92)

La ligne axillaire est une ligne imaginaire qui sert à s'orienter sur la face latérale du thorax et de l'abdomen. Elle est verticale et se dirige vers le bas à partir du milieu de l'aisselle. → **VB-22** et **Rte-21** sont tous deux situés sur cette ligne.

Extrémité libre de la 11ème côte (→ Fig. 3.91, 3.92)

On peut sentir la 11ème côte en dessous du cartilage costal, dans la zone de transition entre le thorax et l'abdomen. Conseil pour la localisation : il faut que le patient mette le coude fléchi (angle de 90°) sur le thorax. L'extrémité de l'olécrâne est alors généralement proche de l'extrémité libre de la 11ème côte. → **F-13** est situé en dessous de son bord antéro-inférieur.

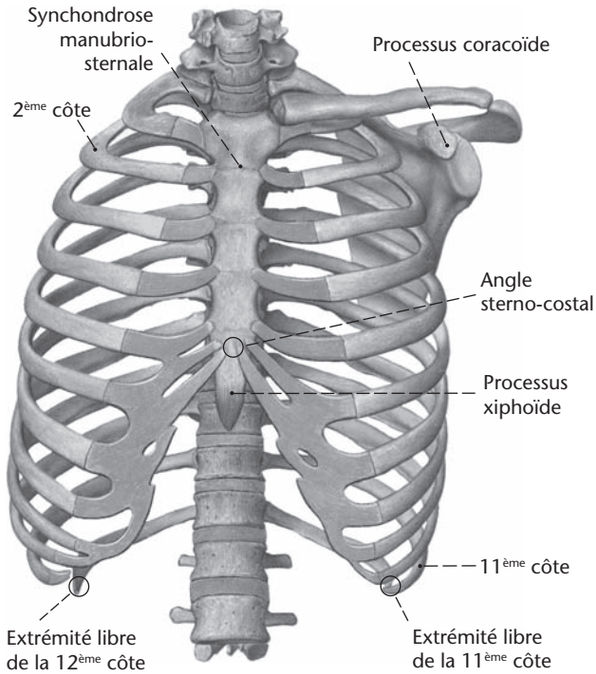


Fig. 3.91

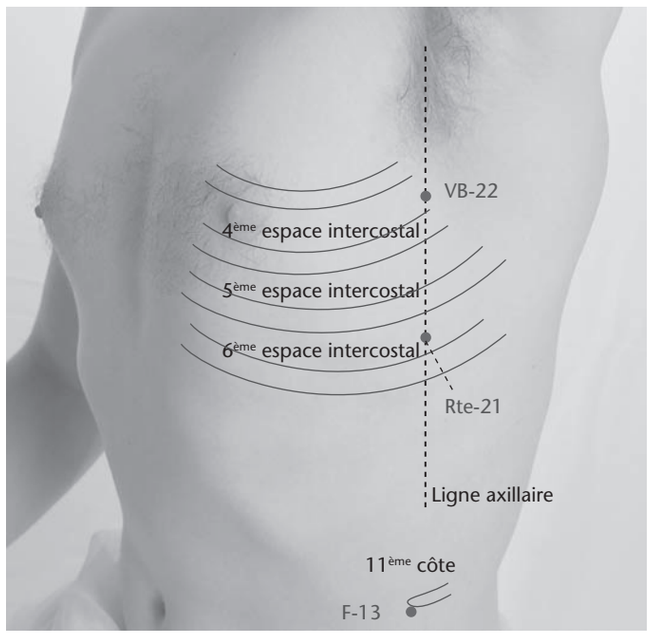


Fig. 3.92

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

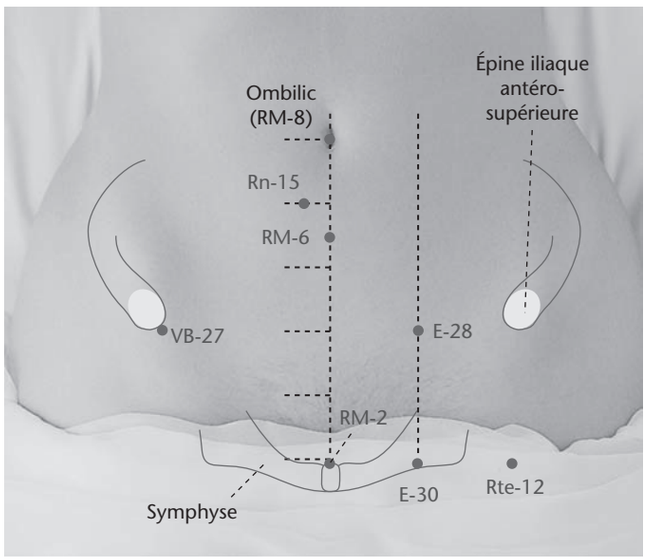


Fig. 3.93

Épine iliaque antéro-supérieure (→ Fig. 3.93–3.95)

En suivant la crête iliaque sur le devant et vers le bas, on atteint l'épine iliaque antéro-supérieure à l'extrémité latérale du pli inguinal. On sent l'épine iliaque antéro-supérieure sous la forme d'une crête osseuse nette. → **VB-27** se trouve avant celle-ci, alors que → **VB-28** est légèrement plus bas et plus médial.

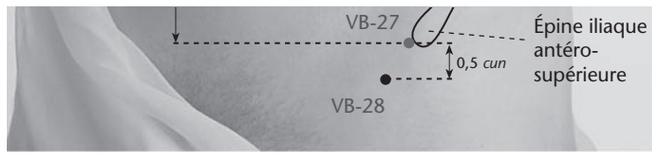


Fig. 3.96

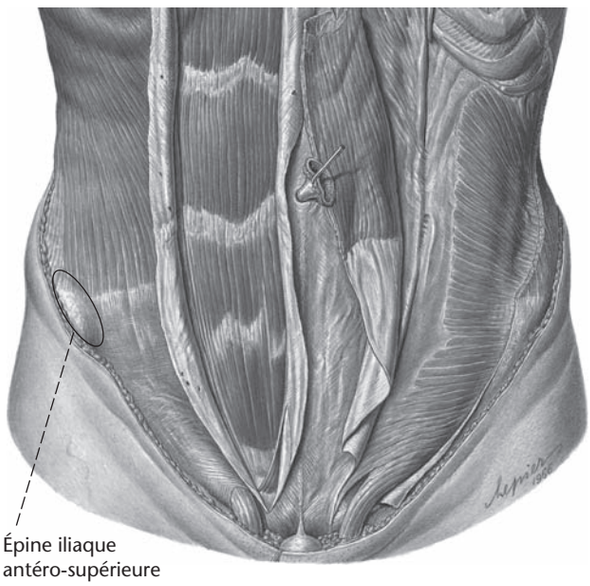


Fig. 3.94

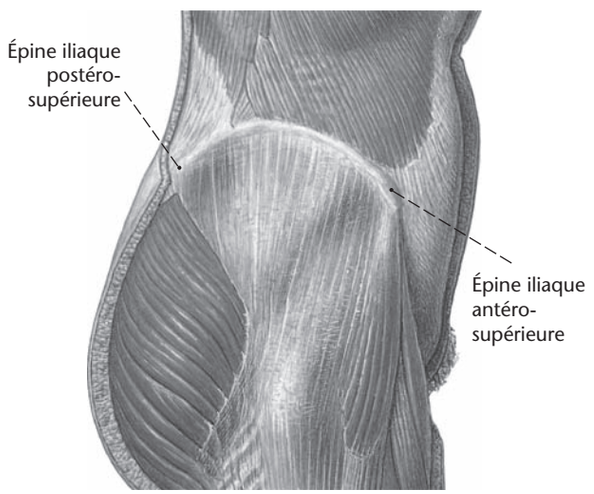


Fig. 3.95

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Symphyse pubienne, ombilic (→ Fig. 3.98)

Le bord supérieur de la symphyse pubienne est un point important pour la localisation des points d'acupuncture sur l'abdomen. On peut diviser la distance entre le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne en 5 *cun* proportionnels qui peuvent varier considérablement par rapport au *cun* du doigt du patient (→ Chapitre 2). → **RM-2** se trouve sur la ligne médiane antérieure et sur le bord supérieur de la symphyse pubienne.

3.6 Extrémité inférieure

Grand trochanter (→ Fig. 3.99)

Le grand trochanter forme une structure osseuse proéminente nette dans la région de la hanche. C'est l'un des points terminaux de la ligne imaginaire qui le relie au hiatus sacral. Sur cette ligne, on trouve → **VB-30**, à un tiers du grand trochanter. Une autre ligne allant du grand trochanter à l'épine iliaque antéro-supérieure sert à localiser → **VB-29**.

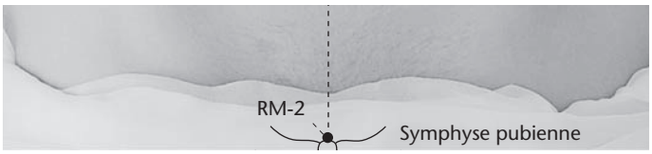


Fig. 3.97

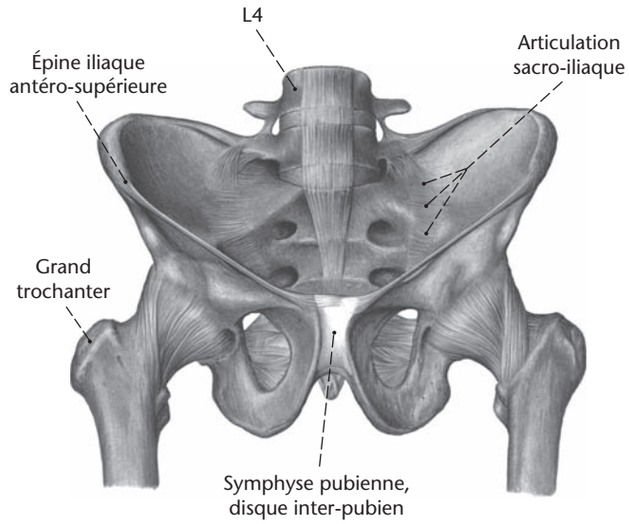


Fig. 3.98

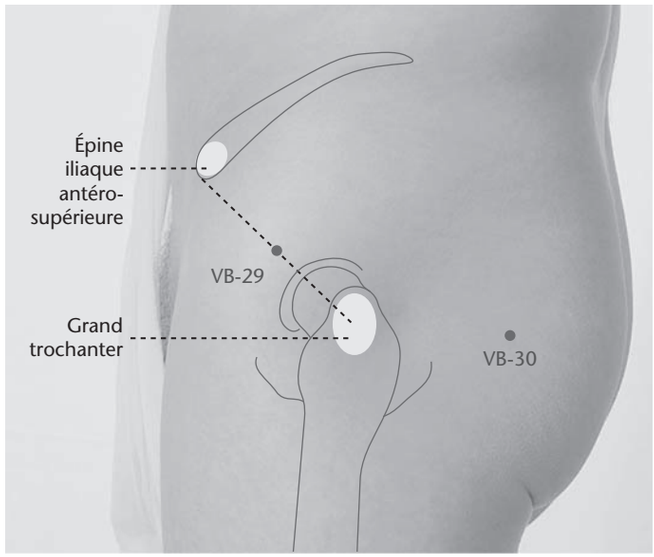


Fig. 3.99

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

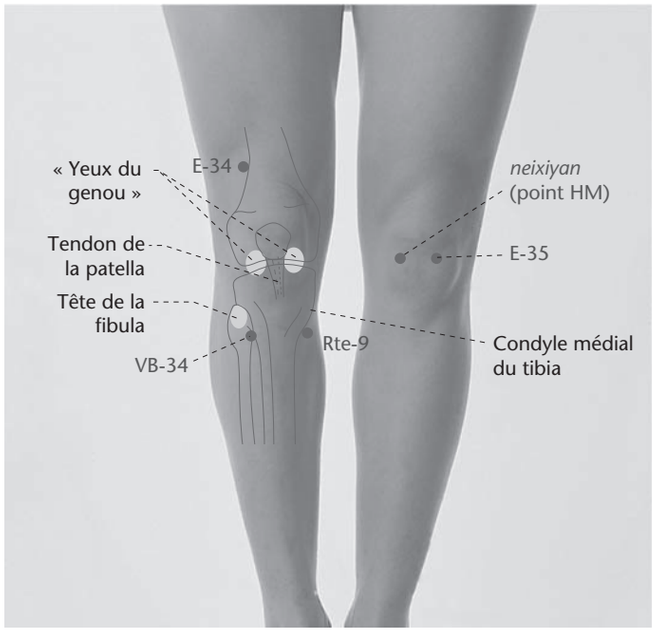


Fig. 3.100

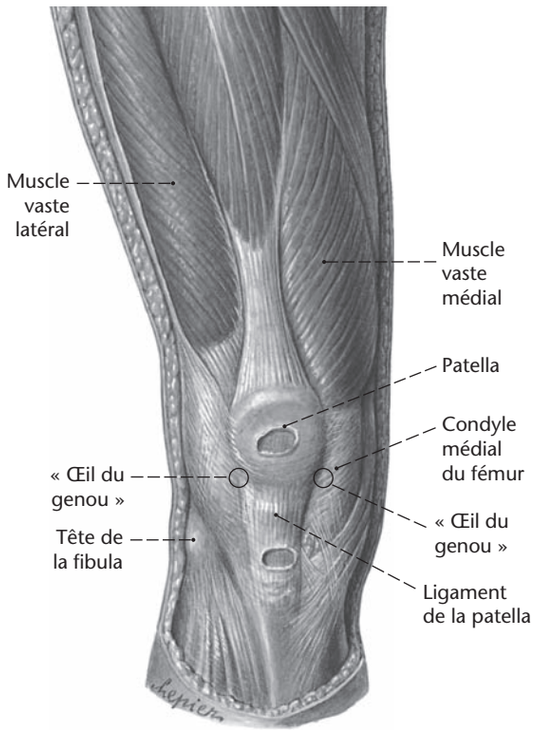


Fig. 3.101

3.6.1 Région du genou

Pour localiser et piquer les points de la région du genou, il faut que le patient soit détendu, en position de supination, les genoux légèrement fléchis et calés par des oreillers. Cela permet d'ouvrir l'articulation du genou et de mieux sentir les yeux du genou. Une position de pronation avec un support pour les pieds et les chevilles permet de traiter les points du pli poplité.

Patella (→ Fig. 3.100, 3.101)

C'est au bord supérieur de la patella que se trouvent → **Rte-10**, de même que les points de → **E-32** à **E-34**.

Œil du genou (→ Fig. 3.100, 3.101)

Les yeux du genou sont constitués par les dépressions qui se trouvent de chaque côté du tendon de la patella, au niveau de son bord inférieur. L'œil latéral correspond à la localisation de → **E-35** et l'œil médial à celle du point hors méridien → ***neixiyan*** (point HM).

Tête de la fibula (→ Fig. 3.100, 3.101)

La tête de la fibula constitue un autre repère important sur la face latérale de l'articulation du genou. Pour localiser **VB-34**, il faut trouver la tête de la fibula (approximativement là où se trouve la couture d'un pantalon) et y appliquer deux doigts. Lorsqu'on les fait glisser vers le bas, le doigt antérieur va « tomber » dans une dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula. C'est là que se trouve → **VB-34**.

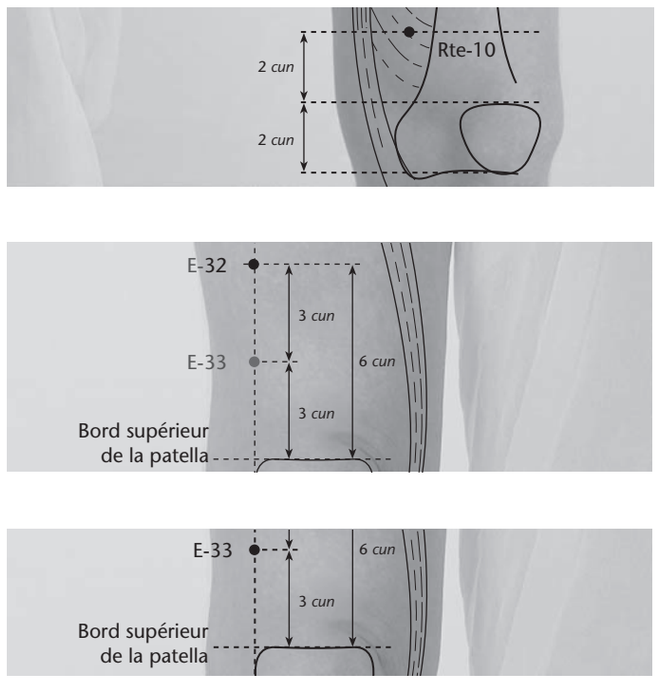


Fig. 3.102

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Diaphyse et condyle médial du tibia (→ Fig. 3.103, 3.104)

En dessous de la face médiale de l'articulation du genou, la transition entre le condyle médial et la diaphyse du tibia marque la localisation de → **Rte-9**. On localise plus facilement cette transition en palpant vers le haut, le long du bord postérieur de la face médiale du tibia. Lorsque l'on met un rouleau sous le genou, il faut savoir que les tissus mous de cette région peuvent être repoussés vers l'avant, empêchant une palpation correcte.

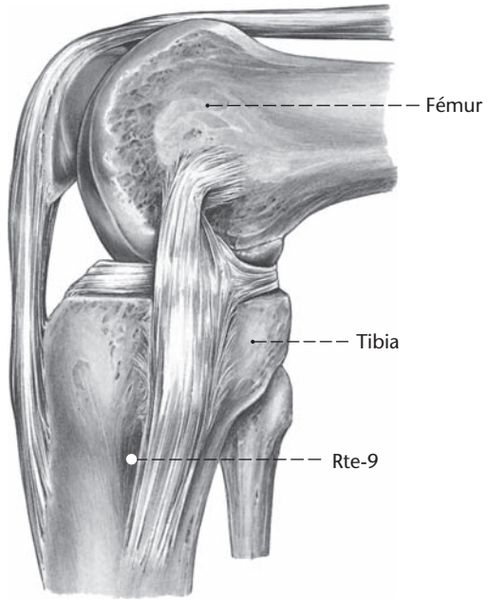


Fig. 3.103

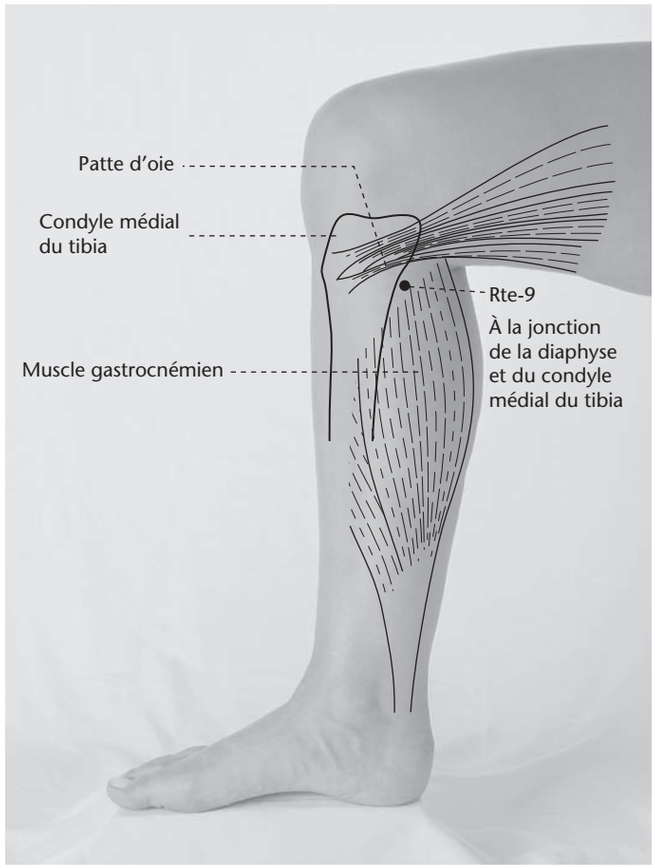


Fig. 3.104

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

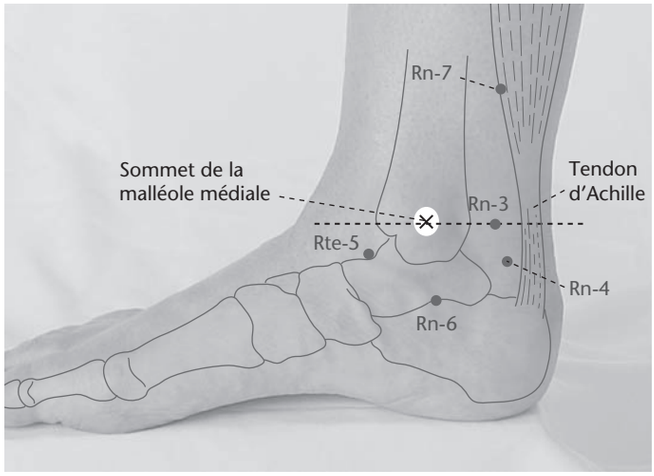


Fig. 3.105

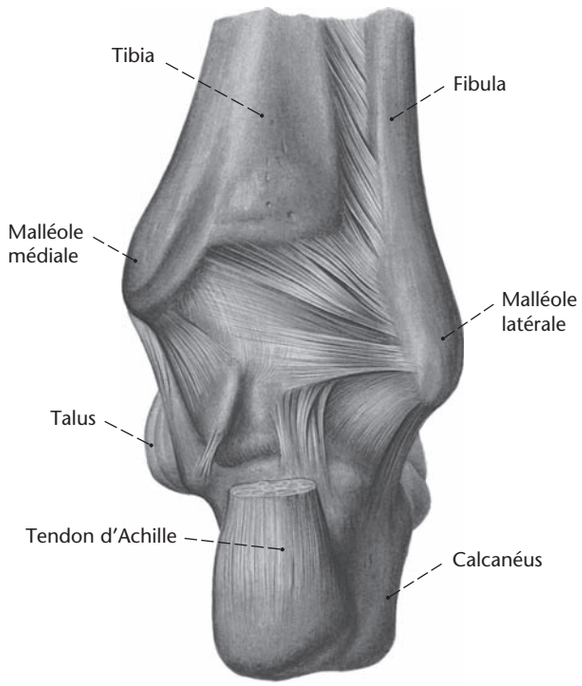


Fig. 3.106

3.6.2 Cheville et pied

Sommet de la malléole médiale ou latérale (→ Fig. 3.105–3.107)

Remarque : le sommet de la malléole ne renvoie pas à son bord inférieur mais à l'endroit où elle est la plus saillante. Les proéminences sont de repères importants pour la partie inférieure de la jambe et pour la cheville. → ***neihuajian*** (point HM) se trouve au sommet de la malléole latérale tandis que → ***waihuajian*** (point HM) est sa contrepartie médiale.

Autre remarque : contrairement à ce que disent certains manuels, les proéminences latérales et médiales ne sont pas anatomiquement au même niveau. Il y a approximativement une différence de niveau de 1 *cun* (→ Chapitre 1, fig. 1.2). Ainsi, → **V-60** et → **Rn-3** ne sont pas situés juste l'un en face de l'autre mais occupent plutôt une position comparable.

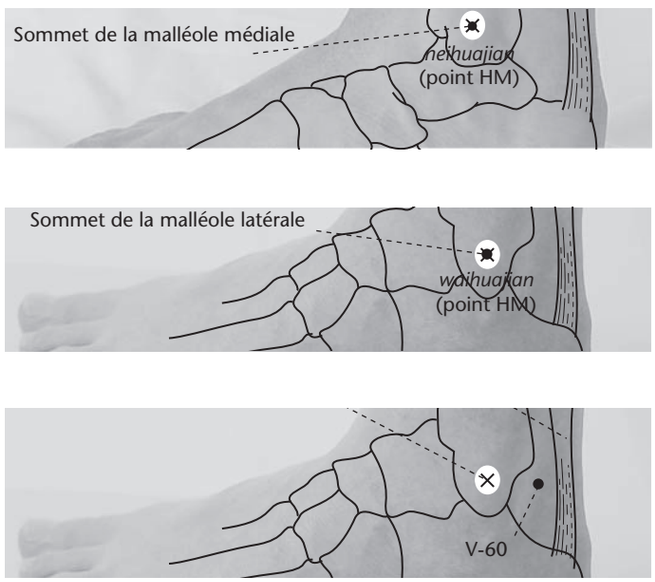


Fig. 3.107

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Espace de l'articulation de la cheville antérieure (→ Fig. 3.108, 3.109)

L'espace de l'articulation de la cheville antérieure (entre les malléoles) se palpe plus facilement lorsque le patient fléchit et étend le pied. C'est à cet endroit que se trouvent → **F-4** et → **E-41**.



Fig. 3.108

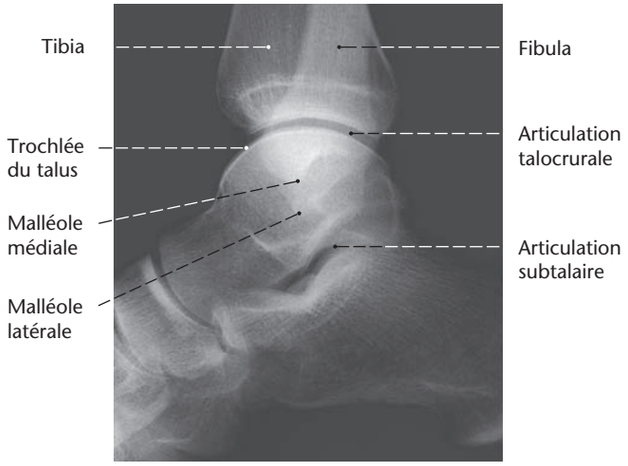


Fig. 3.109

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

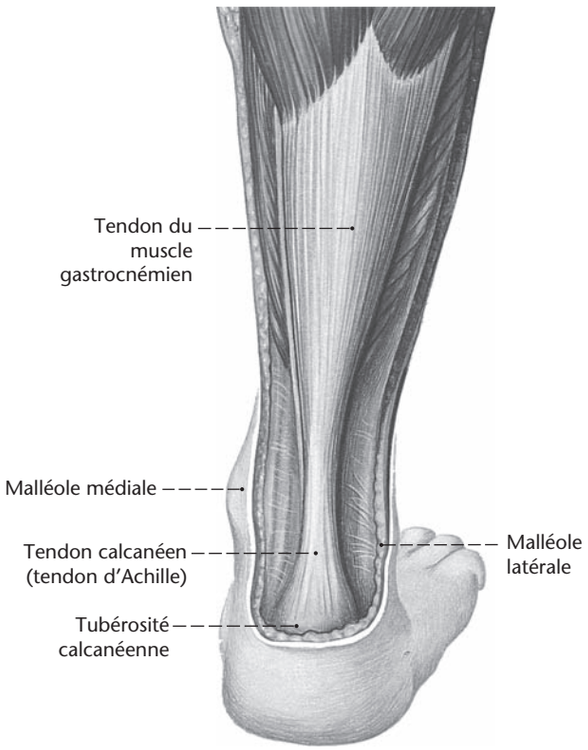


Fig. 3.110



Fig. 3.111

Tendon d'Achille (→ Fig. 3.110, 3.113)

Situé sur le talon, le talon d'Achille permet la localisation de → **Rn-3** et **Rn-4** sur la face distale de la partie inférieure de la jambe, de → **Rn-7** sur la face médiale, et de → **V-59** et **V-60** sur la face latérale.

Tubérosité du 5ème os métatarsien (→ Fig. 3.111, 3.112)

La tubérosité de l'extrémité proximale du 5ème os métatarsien constitue le meilleur repère sur la face latérale du milieu du pied. → **V-63** est situé dans la dépression qui est proximale par rapport à cette tubérosité tandis que → **V-64** est situé dans la dépression qui est distale, à la jonction de la tête et du corps de l'os.

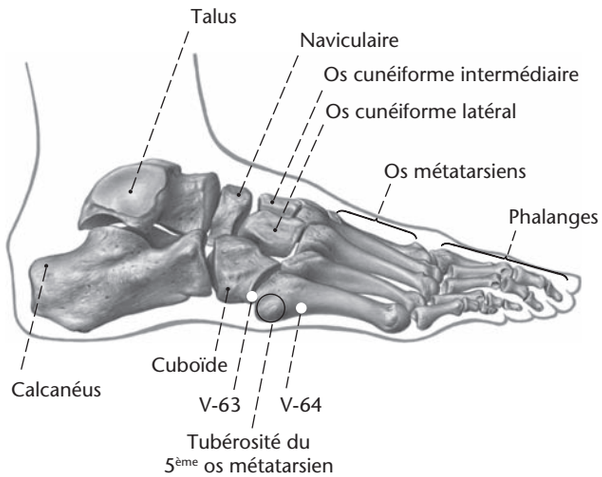


Fig. 3.112

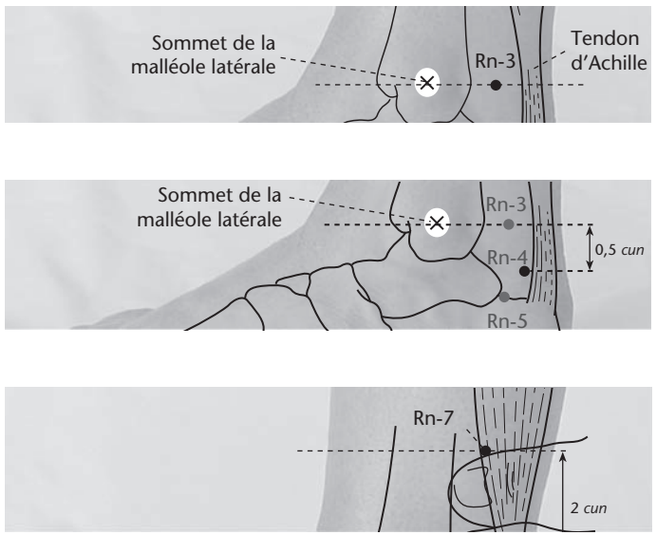


Fig. 3.113

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Base du 1er os métatarsien (→ Fig. 3.114, 3.115)

Lorsqu'on palpe en direction proximale, le long de la face médiale du milieu du pied, la base du 1er os métatarsien (l'extrémité proximale) forme une première proéminence bien nette. → **Rte-4** est distal par rapport à ce repère osseux, à la jonction du corps de l'os et de cette base.

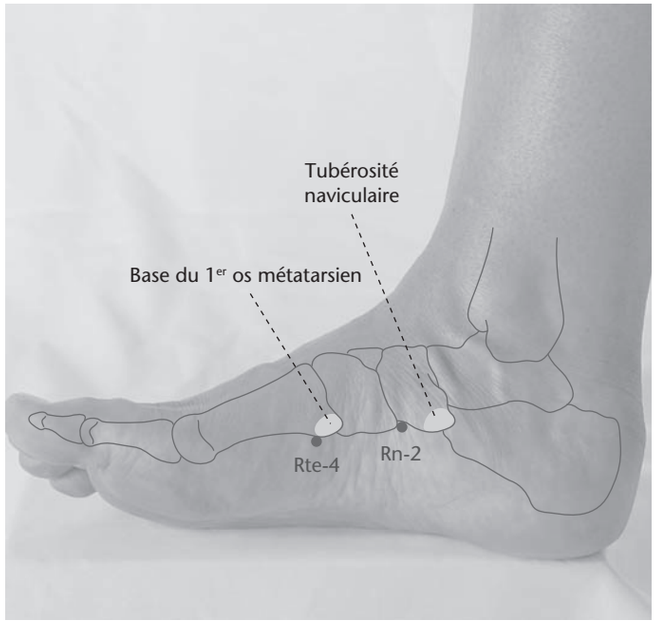


Fig. 3.114

Tubérosité naviculaire (→ Fig. 3.115)

Lorsqu'on palpe le long du côté médial du pied, au-delà de → **Rte-4** et de la base du 1er os métatarsien, on peut sentir clairement une autre structure osseuse. C'est la tubérosité naviculaire, là où se trouve → **Rn-2**.

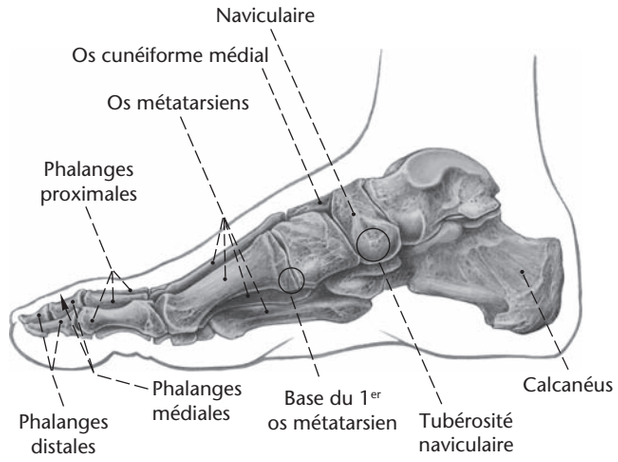


Fig. 3.115

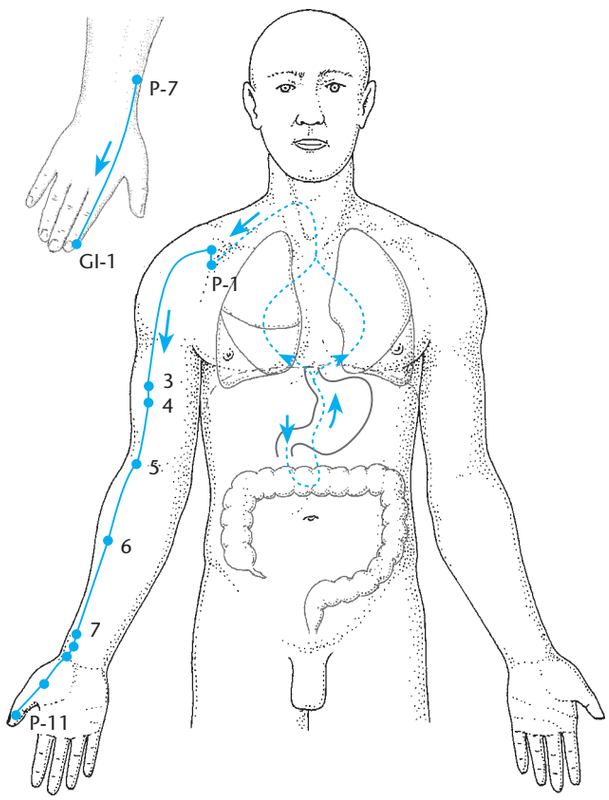
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

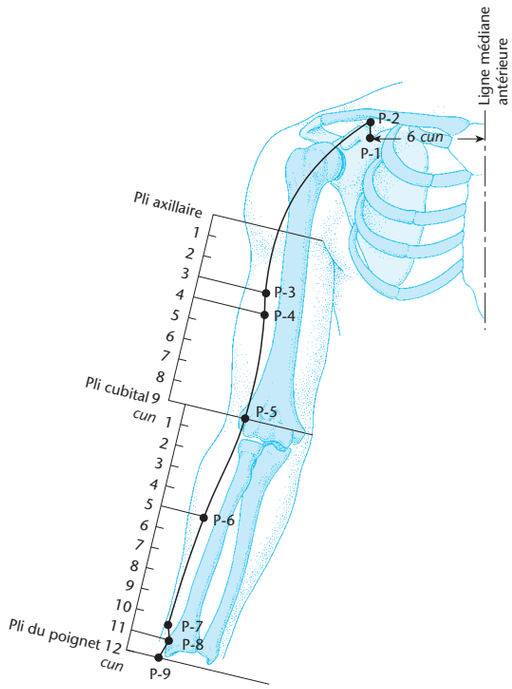
4 Points des douze méridiens

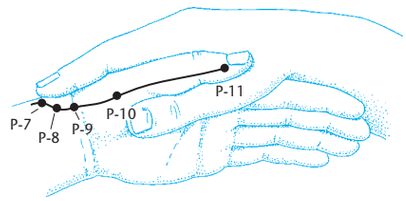
Claudia Focks, Ulrich März

4.1 Méridiens du Poumon – méridiens *tai yin* de la main (*shou tai yin jing luo*)

4.1.1 Méridien principal du Poumon (*shou tai yin jing*)







Trajet

La partie interne du méridien principal du Poumon prend naissance dans le Réchauffeur moyen, dans la région de l'Estomac (*wei*). Il

- ➡ descend se relier au Gros Intestin (*da chang*), l'Entraille (*fu*) avec laquelle il est couplé,
- ➡ décrit une courbe et retourne à l'Estomac (*wei*),
- ➡ traverse le diaphragme,
- ➡ pénètre dans le Poumon (*fei*), l'Organe (*zang*) auquel il se rattache,
- ➡ monte jusqu'à la région de la gorge,
- ➡ et redescend en courbe vers la région latérale du thorax.

Le méridien principal du Poumon émerge au point **P-1** (*zhongfu*), sur la face latérale de la paroi thoracique, au niveau du premier espace intercostal.

- ➡ Il descend le long de la face antéro-latérale de la partie supérieure du bras et de l'avant-bras,
- ➡ et il se termine au point **P-11** (*shaoshang*) sur le pouce, sur la face radiale du coin de l'ongle.

Une branche se sépare du méridien principal au point **P-7** (*lieque*), sur le processus styloïde du radius, et va directement au bord radial de l'extrémité de l'index, où elle se relie au méridien du Gros Intestin au point ➞ **GI-1** (*shangyang*) (connexion du premier grand circuit Yin-Yang de la main).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : fièvre, crainte du froid, nez bouché, céphalée, douleur dans la région de la poitrine, de l'épaule et du dos, douleur avec sensation de froid sur le trajet du méridien.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : toux, asthme, respiration sifflante, dyspnée, souffle court, sensation de plénitude et de constriction dans la poitrine, expectoration de Glaires, gorge sèche, modification de la couleur des urines, irritabilité, sensation de chaleur de la paume des mains, plénitude et distension abdominales, diarrhée.

Plénitude (*shi*) : douleur du dos et de l'épaule, invasion de Vent-Froid avec transpirations spontanées, mictions fréquentes, bâillements.

Vide (*xu*) : douleur du dos et de l'épaule avec crainte du froid, essoufflement, modification de la couleur des urines.

Connexions du méridien principal du Poumon (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Gros Intestin (*shou yang ming jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du premier grand circuit.

Lieux de connexion : P-7 → GI-1 (sur la main). Une branche se sépare du méridien principal du Poumon au point → **P-7** (*lieque*) et se relie au méridien principal du Gros Intestin au point → **GI-1** (*shangyang*) et également, selon certains auteurs, au point → **GI-4** (*hegu*).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal de la Rate (*zu tai yin jing*)

Connexion : couplé selon la théorie des six niveaux : *tai yin* (axes Yin du premier grand circuit).

Lieux de connexion : Rte-20 → P-1 (sur la poitrine). Une branche se sépare du méridien principal de la Rate au point → **Rte-20** (*zhourong*) et se relie au méridien principal du Poumon au point → **P-1** (*zhongfu*).

Circulation : non circadienne (ne circule pas selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation haut-bas.

Méridien principal du Foie (*zu jue yin jing*)

Connexion : connexion profonde Yin-Yin.

Lieux de connexion : F → P (sur la poitrine). Une branche interne du méridien principal de la Rate émerge au Foie, passe par le diaphragme et se déploie à l'intérieur du Poumon (*fei*), formant un réseau avec le méridien principal du Poumon.

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : ferme le cercle du premier circuit du Qi Nourricier (*ying qi*, → 1.1.4).

Vaisseau Conception (*ren mai*)

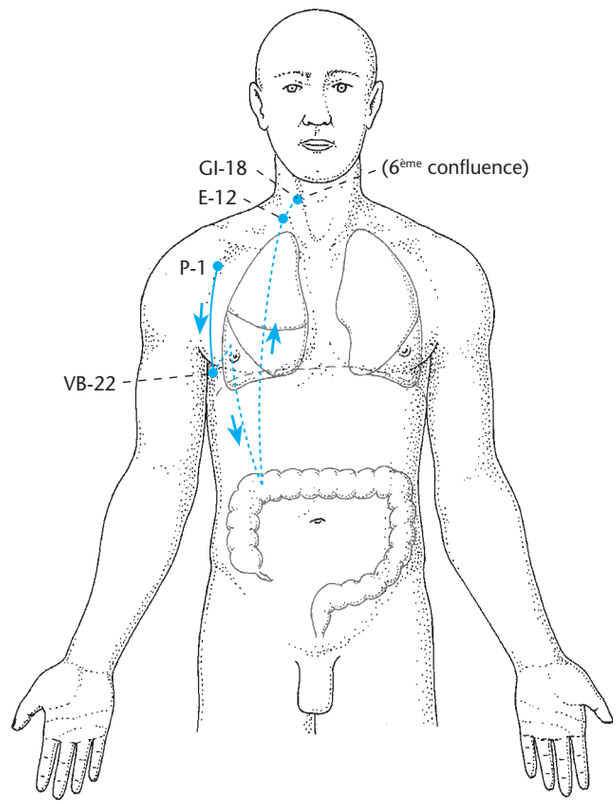
Connexion : vaisseau Conception (*ren mai*) → méridien principal du Poumon.

Importance : ferme le cercle du deuxième circuit du Qi Nourricier (*ying qi*, → 1.1.4). Le méridien principal du Poumon, de même que le grand circuit (circulation dans les 12 méridiens principaux) reçoivent le Qi du petit circuit (vaisseau Conception (*ren mai*) – vaisseau Gouverneur (*du mai*)).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Poumon (*fei*), Gros Intestin (*da chang*), Estomac (*wei*)

4.1.2 Méridien divergent du Poumon (*shou tai yin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Poumon se sépare du méridien principal du Poumon dans la région axillaire.

- Il parcourt la face antérieure du corps jusqu'à → **VB-22** (*yuanye*), sur la ligne axillaire médiane, 3 *cun* en dessous de l'aisselle,
- pénètre dans la région thoracique,
- se disperse dans le Poumon (*fei*), l'Organe (*zang*) auquel il se rattache,
- descend au Gros Intestin (*da chang*), l'Entraille (*fu*) avec laquelle il est couplé,

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

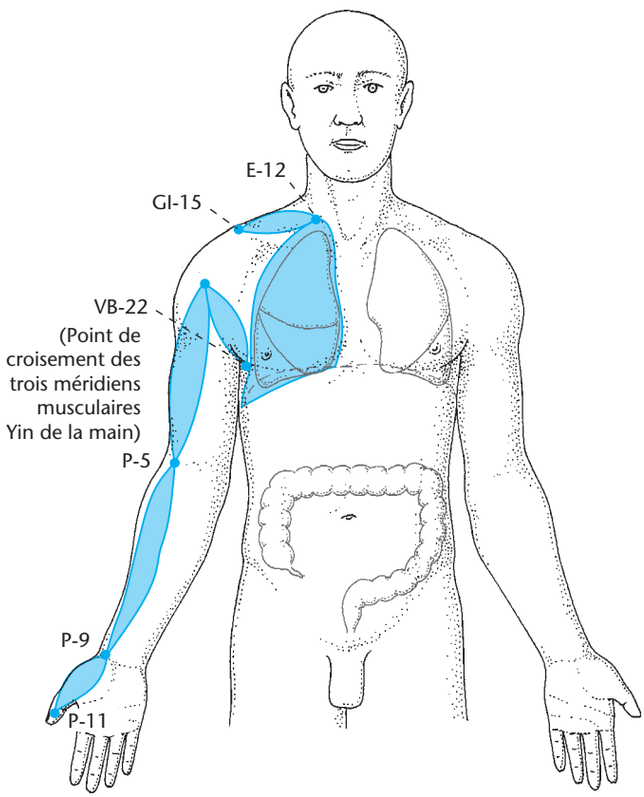
➡ monte à nouveau et émerge dans la région de la fosse sus-claviculaire, au point → **E-12** (*quepen*),
➡ traverse le cou en direction du crâne et se relie au méridien principal du Gros Intestin au point → **GI-18** (*futu*), à l'une des six confluences (*he*)*. (GI/P comme 6ème confluence, → 1.3).

Il existe des variantes quant au trajet de ce méridien en raison d'interprétations divergentes du *Ling Shu* (→ Solinas et al., 1998).

Importance clinique

- Fortifie la relation entre le Poumon et le Gros Intestin (système des Viscères (*zangfu*)). On peut donc utiliser les points situés sur le méridien principal du Gros Intestin pour traiter les troubles du Poumon, et inversement, utiliser des points du méridien principal du Poumon pour traiter des troubles du Gros Intestin.
- Le méridien divergent du Poumon crée un réseau entre le méridien principal du Poumon et la région du cou au point de confluence → **GI-18** : ainsi, des points du Poumon, comme → **P-10** ou → **P-11**, peuvent servir à traiter la région du cou.

4.1.3 Le méridien musculaire du Poumon (*shou tai yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire du Poumon

➡ prend naissance au pouce, au point → **P-11** (*shaoshang*), sur la face radiale du coin de l'ongle,
➡ parcourt la face radiale du pouce et du 1er os métacarpien, de même que l'éminence thénar,
➡ rencontre **P-9** (*taiyuan*) et se fixe (*jie*) à l'espace de l'articulation radiale du poignet,
➡ monte en direction proximale le long de la face antéro-latérale de l'avant-bras,
➡ atteint le coude au point → **P-5** (*chize*) et se fixe (*jie*) au tendon du biceps,
➡ suit le muscle biceps brachial et la partie latérale du muscle deltoïde,
➡ se fixe (*jie*) à la partie antérieure de l'épaule à proximité de l'articulation acromio-claviculaire,
➡ continue vers l'aisselle et rencontre les autres méridiens musculaires Yin (MC, C) au point → **VB-22** (*yuanye*), où il se fixe (*jie*),
➡ continue en profondeur vers le muscle grand pectoral et pénètre dans la fosse sus-claviculaire au point → **E-12** (*quepen*),
➡ se dirige vers → **GI-15** (jianyu) et retourne à → **E-12** (*quepen*),
➡ pénètre dans la fosse sus-claviculaire et se disperse dans la région de la poitrine, des hypochondres et du diaphragme (→ Fig.)

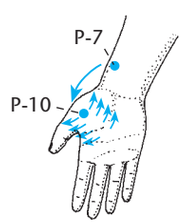
Importance clinique

Pathologie : raideur, crampes et douleur le long du méridien musculaire. *Xi fen* : spasmes et douleur dans la poitrine et la région des hypochondres. Sert en cas d'accumulation grave de nodules en dessous de la région costale latérale droite et de distension le long de la région costale latérale.

Indications : essentiellement les syndromes *bi* (syndromes d'obstruction douloureuse) situés le long du méridien du Poumon.

L'aire couverte par le méridien musculaire du Poumon est plus vaste que celle couverte par le méridien principal du Poumon. C'est ce qui explique que les indications des points sur le méridien principal du Poumon comprennent les troubles et maladies de la région de la poitrine et des hypochondres.

4.1.4 Méridien *luo* de communication du Poumon (*shou tai yin luo mai*)



* Selon certains auteurs, la 6ème confluence correspond au point → **E-12** (*quepen*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

Le méridien *luo* de communication du Poumon se sépare du méridien principal du Poumon au point **P-7** (*lieque*) (→ 8.1.2) et forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se subdivise en branches et sous-branches multiples (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Gros Intestin avec lequel le méridien du Poumon est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → Annexe), elles se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Poumon qui va vers le point source (*yuan*) → **GI-4** (*hegu*).

➡ La partie **longitudinale** se déploie sur la paume de la main et l'éminence thénar.

Importance clinique (➡ 8.1.2)

Pathologie

- **Plénitude (*shi*) :** sensation de chaleur et de brûlure dans la paume des mains et les poignets.
- **Vide (*xu*) :** bâillements, essoufflement, mictions fréquentes, énurésie.

4.1.5 Région cutanée (*tai yin pi bu*)

Voir figures et descriptions, → 1.6.

4.1.6 Points du méridien du Poumon (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : P-9** (*taiyuan*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : P-7** (*lieque*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : P-6** (*kongzui*).
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-13** (*feishu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : P-1** (*zhongfu*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Bois) : **P-11** (*shaoshang*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Feu) : **P-10** (*yuji*),
  - point rivière (*shu*) (Terre), point de tonification : **P-9** (*taiyuan*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Métal), point *ben* (point Cinq Éléments) : **P-8** (*jingqu*) ■■,
  - point mer (*he*) (Eau), point de sédation : **P-5** (*chize*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) des vaisseaux : P-9** (*taiyuan*) ■■.
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) du vaisseau Conception (*ren mai*) : P-7** (*lieque*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : -**
- **Point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le méridien principal de la Rate : **P-1** (*zhongfu*) ■■,
  - points de croisement d'autres méridiens avec le méridien du Poumon : -
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour l'occiput et la nuque : P-7** (*lieque*) ■■.
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : P-3** (*tianfu*).
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : P-7** (*lieque*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : P-11** (*shaoshang*) ■■.

Points selon les régions du corps

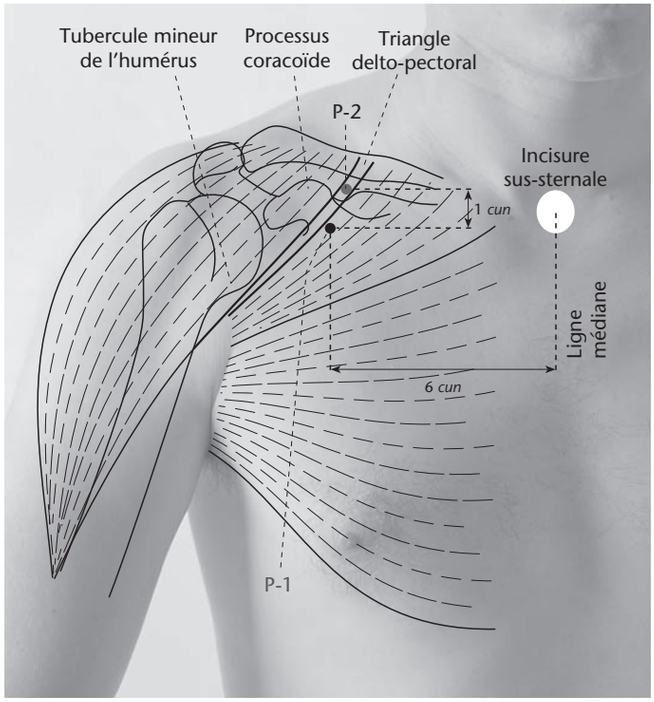
- **Points locaux (→ 8.2.1) :** Poumon - **P-1** (*zhongfu*) ■■ ; coude - **P-5** (*chize*) ■■ ; poignet - **P-7** (*lieque*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** main - P-7 (*lieque*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** occiput - **P-7** (*lieque*) ■■ ; gorge - **P-10** (*yuji*) - **P-11** (*shaoshang*) ; Poumon - **P-5** (*chize*) ■■, **P-7** (*lieque*) ■■ ; épaule - **P-7** (*lieque*) ■■.

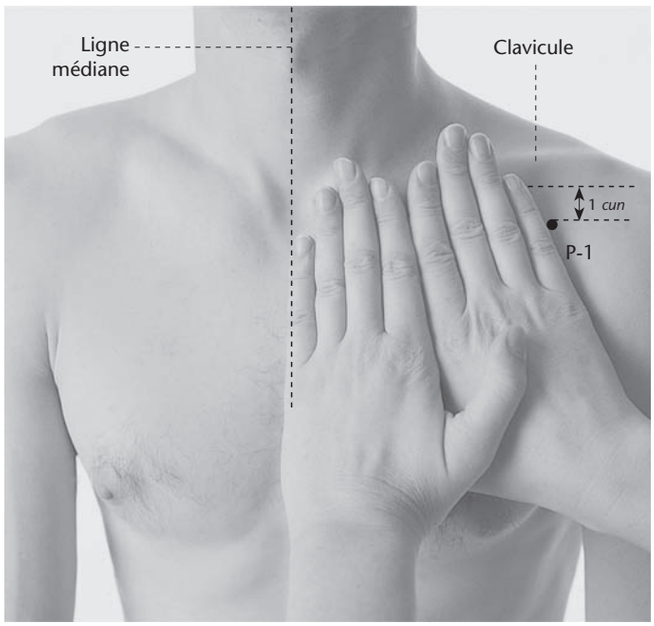
Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

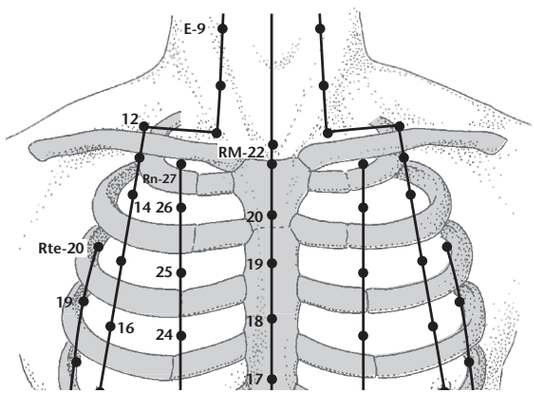
- **P-1** (*zhongfu*) ■■ : point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5), point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Rate (→ 8.1.10).
- **P-3** (*tianfu*) Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **P-5** (*chize*) ■■ : point Mer (Eau) (→ 8.1.6) ; point de sédation ; point distal pour le Poumon (→ 8.2.1).
- **P-6** (*kongzui*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **P-7** (*lieque*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point d'ouverture (→ 8.1.8) du vaisseau Conception (*ren mai*) ; point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour l'occiput et la nuque ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) du vaisseau Conception (*ren mai*) ; point distal pour l'occiput, l'épaule et le Poumon (→ 8.2.1) ; point adjacent de la main (→ 8.2.1).
- **P-8** (*jingqu*) : point fleuve (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6), point *ben* (point Cinq Éléments).
- **P-9** (*taiyuan*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) des vaisseaux ; point rivière (*shu*) (Terre) (→ 8.1.6) ; point de tonification.
- **P-10** (*yuji*) : point jaillissement (*ying*) (Feu) (→ 8.1.6) ; point distal pour le cou (→ 8.2.1).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Palais central ZHONGFU P-1







- **P-11** (*shaoshang*) ■■ point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point puits (*jing*) (Bois) (→ 8.1.6) ; point distal pour le cou.

Localisation

6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et environ 1 *cun* en dessous de → **P-2**, légèrement médial par rapport au bord inférieur du processus coracoïde.

Comment le trouver

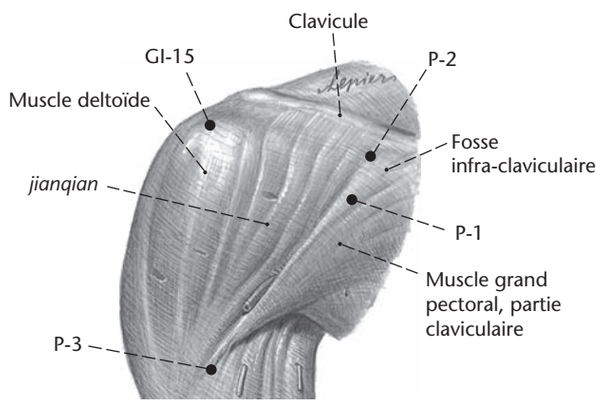
Commencer par localiser → **P-2** au centre du triangle delto-pectoral, bordé en haut par la clavicule et sur le côté par le processus coracoïde (dans le muscle deltoïde). De là, suivre le bord du deltoïde sur 1 *cun* et localiser → **P-1** légèrement médial par rapport au bord inférieur du deltoïde, sur la paroi thoracique, environ 6 *cun* en dehors de la ligne médiane. Repères anatomiques : lorsqu'on tourne le bras vers l'extérieur tout en fléchissant le coude, le processus coracoïde demeure immobile alors que le tubercule mineur de l'humérus suit le mouvement.
→ **Rte-20** est aussi situé 6 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du 2ème espace intercostal. Approximativement au même niveau, on trouve aussi → **RM-20,** → **Rn-26** et → **E-14**.

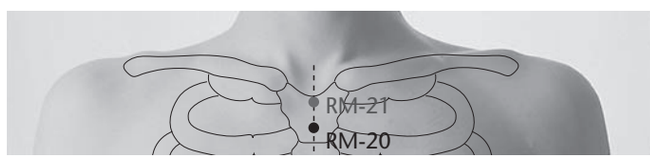
Insertion de l'aiguille

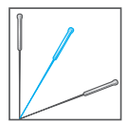
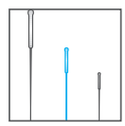
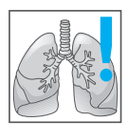
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, en direction crânienne (environ 45°) et latérale, orientée vers le processus coracoïde.

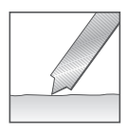
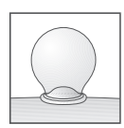
Actions/indications

- Régule et fait descendre le Qi du Poumon.
- Élimine la Chaleur du Réchauffeur Supérieur et transforme les Glaires.
- Régule la voie des eaux.
- Fait circuler le Qi localement, fait circuler le Qi dans le méridien musculaire.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

P-2 *Porte des nuages* YUNMEN

Caractéristiques particulières

Point *mu* antérieur du Poumon, point de croisement avec le méridien de la Rate, point d'entrée. Point important pour les pathologies du Poumon.

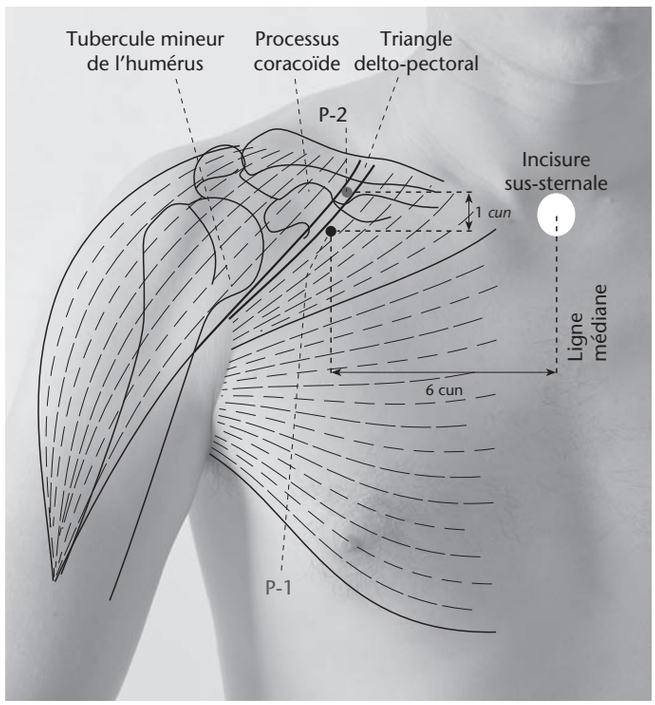
Localisation

6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, en dessous de la clavicule, au centre du triangle delto-pectoral.

Comment le trouver

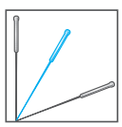
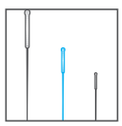
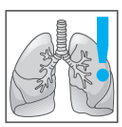
Trouver l'angle formé par le bord latéral de la clavicule et le processus coracoïde (dans le muscle deltoïde). Localiser **P-2** à la jonction des insertions claviculaires des muscles deltoïde et pectoral (triangle delto-pectoral), au centre d'une dépression nettement palpable sur la paroi thoracique, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane.

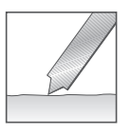
→ **E-13** se trouve également au bord inférieur de la clavicule, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou au milieu de la clavicule. À peu près au même niveau, on trouve aussi → **Rn-27** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **RM-21** (sur la ligne médiane). → **P-1** se trouve 1 *cun* en dessous et, dans la plupart des cas, légèrement en dehors de **P-2**.



Insertion de l'aiguille

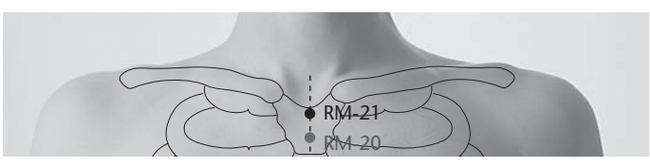
Insertion oblique limitée à 0,8 *cun* de profondeur. Pas d'insertion en direction médiale ! Risque de pneumothorax !

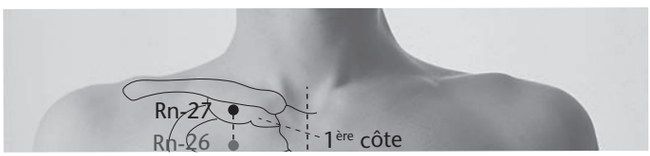




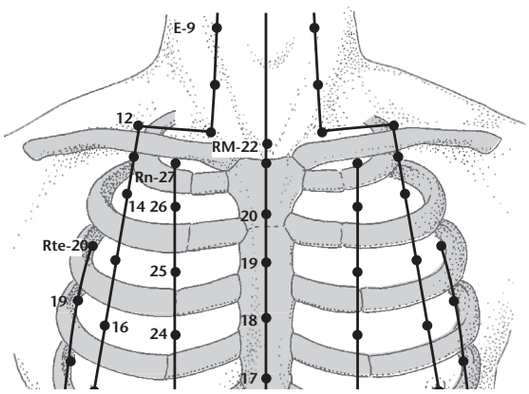


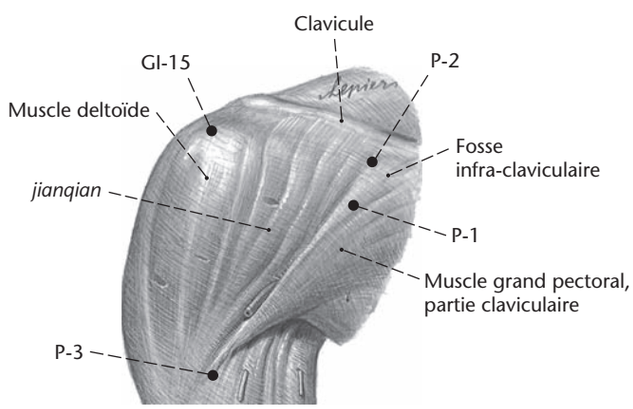






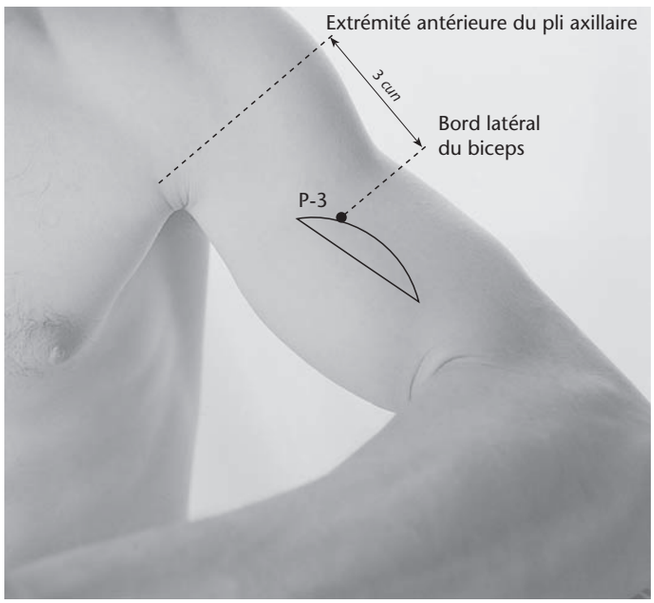






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Palais céleste TIANFU P-3



Actions/indications

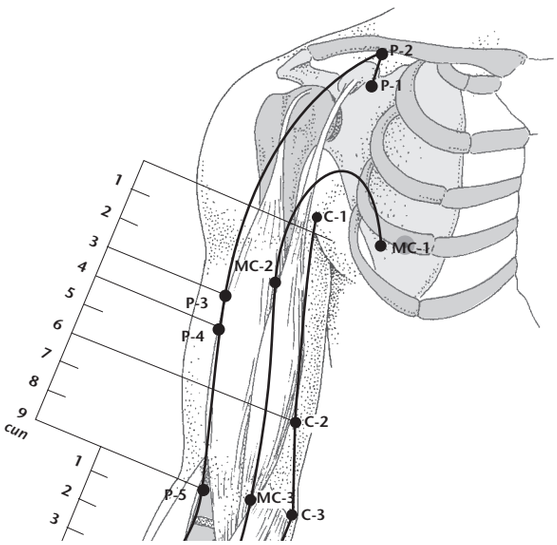
- Élimine la Chaleur du Poumon, fait descendre le Qi du Poumon.
- Ouvre le méridien et le méridien musculaire.
- Élimine la Chaleur des extrémités.

Localisation

Sur la face médiale de la partie supérieure du bras, 3 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité du pli axillaire antérieur, dans le sillon situé sur le bord latéral du muscle biceps brachial.

Comment le trouver

Demander au patient de fléchir le biceps alors que vous exercez une résistance. Localiser **P-3** 3 *cun* en dessous de l'extrémité antérieure du pli axillaire (→ 2.2), dans un sillon situé sur le bord latéral du biceps brachial. Parfois, on peut sentir le pouls de l'artère radiale à cet endroit. **Ou :** diviser la distance de 9 *cun* (→ 2.2) entre l'extrémité du pli axillaire et le pli du coude (→ **P-5**) en trois et localiser **P-3** à un tiers du pli axillaire.
→ **P-4** est situé dans la gouttière, 1 *cun* en direction distale de **P-3**. → **MC-2** est situé 2 *cun* en dessous du pli axillaire, entre les deux chefs du muscle biceps brachial.



Insertion de l'aiguille

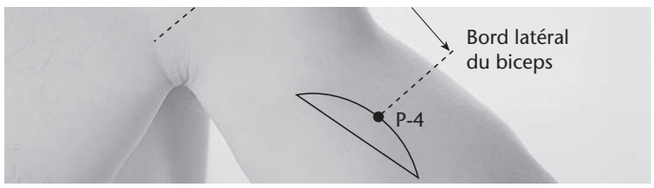
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

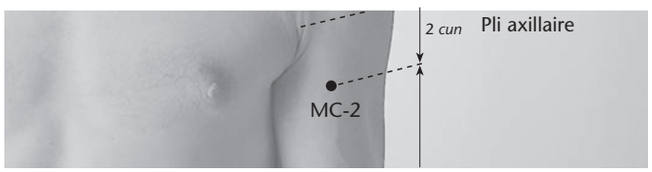
Actions/indications

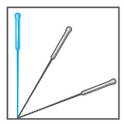
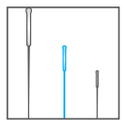
- Régule et fait descendre le Qi du Poumon.
- Élimine la Chaleur du Poumon.
- Rafraîchit le Sang et arrête les saignements.
- Calme l'âme corporelle (*po*).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

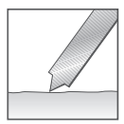
Caractéristiques particulières

Point Fenêtre du Ciel.





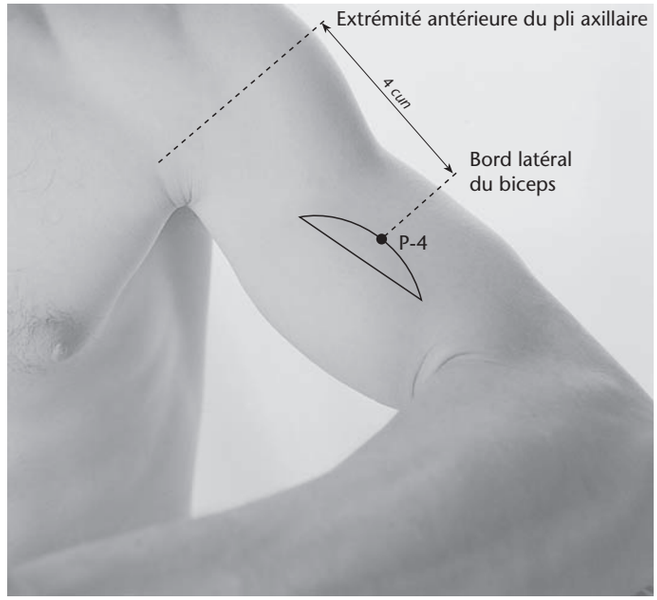


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

P-4 *Conserver le blanc* XIABAI

Localisation

Sur la face médiale de la partie supérieure du bras, 4 *cun* en direction distale de l'extrémité du pli axillaire, dans la dépression située sur le bord latéral de la gouttière formée par les deux chefs du muscle biceps brachial.



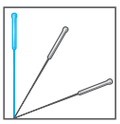
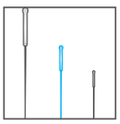
Comment le trouver

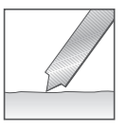
Demander au patient de fléchir le biceps alors que vous exercez une résistance. Localiser **P-4** 4 *cun* en dessous de l'extrémité antérieure du pli axillaire (→ 2.2), dans la dépression située sur le bord latéral de la gouttière formée par les deux chefs du muscle biceps brachial. Parfois, on peut sentir le pouls de l'artère radiale à cet endroit. **Méthode rapide :** technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur le pli axillaire et sur le pli cubital (au point → **P-5**) (cette distance correspond à 9 unités proportionnelles → 2.2) et déterminer le milieu de la distance en faisant se rejoindre les pouces. Localiser **P-4** 0,5 *cun* en direction proximale par rapport au milieu de la gouttière, sur le bord latéral du biceps.

→ **P-3** se trouve aussi dans cette gouttière, à 1 *cun* de **P-4,** en direction proximale.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

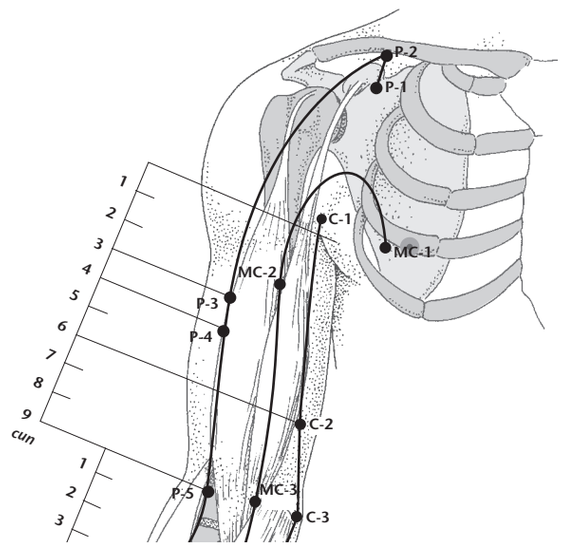



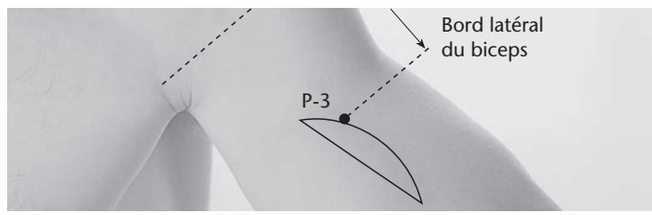





Actions/indications

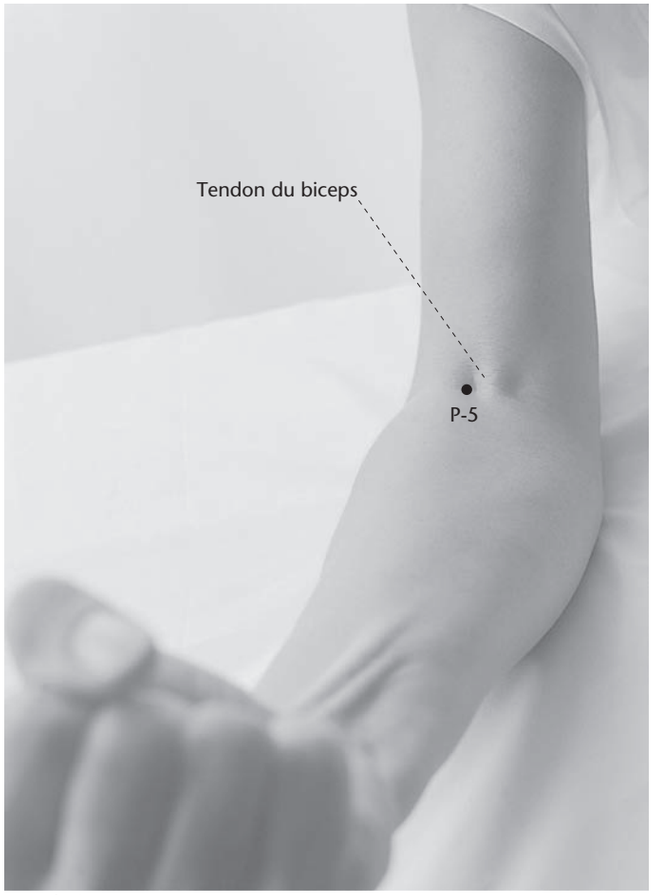
- Régule et fait circuler le Qi et le Sang dans la poitrine.
- Fait descendre le Qi du Poumon.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Marécage du pied CHIZE P-5



Bras droit

Localisation

Dans le pli du coude, sur le côté radial du tendon du muscle biceps brachial.

Comment le trouver

Lorsqu'on fléchit légèrement l'avant-bras, le tendon du biceps devient plus visible. **P-5** se situe sur le côté radial de ce tendon, dans le pli cubital.

Dans la région du pli cubital, on trouve aussi **MC-3** (sur le côté ulnaire du tendon) → **C-3** (à l'extrémité ulnaire du pli cubital) et → **GI-11** (entre l'extrémité radiale du pli cubital et l'épicondyle latéral).

Insertion de l'aiguille

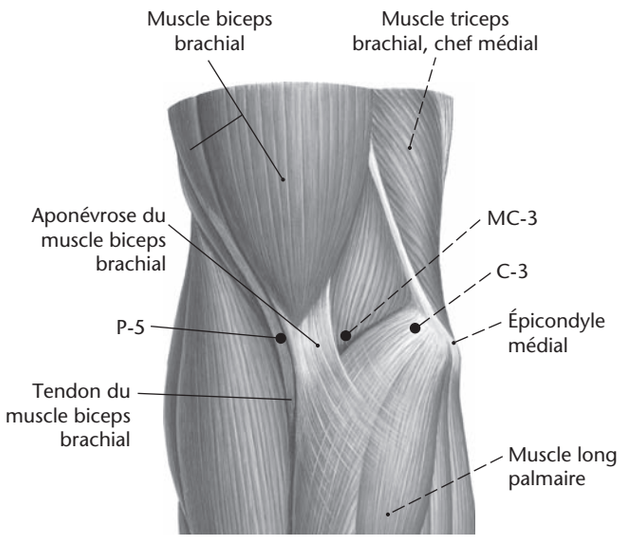
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Il faut piquer ce point le bras légèrement fléchi. On le fait saigner en cas de pathologie de type Chaleur. Attention : il faut éviter de piquer la veine cubitale.

Actions/indications

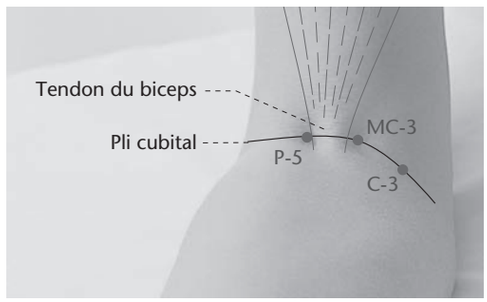
- Élimine la Chaleur du Réchauffeur Supérieur.
- Fait descendre le Qi du Poumon.
- Régule la voie des eaux.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, calme la douleur.

Caractéristiques particulières

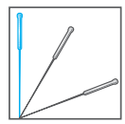
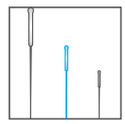
Point Mer (*he*), point Eau, point de sédation, point distal du Poumon, point local du coude. Il faut faire saigner ce point en cas de troubles de la peau et du Poumon liés à la plénitude et/ou la Chaleur.

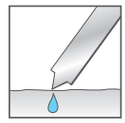
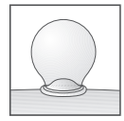


Bras gauche, face antérieure





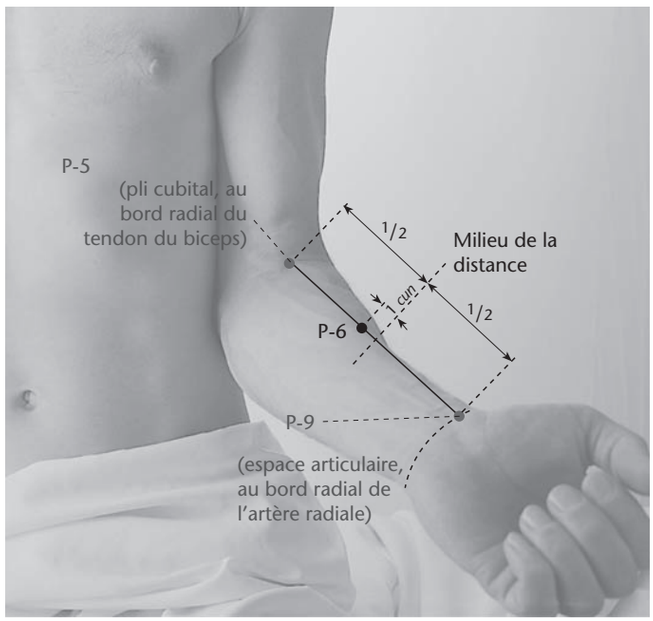





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

P-6 *Ouverture maximale* KONGZUI

Localisation

Sur la ligne qui relie ➞ **P-5** (sur le pli cubital) et ➞ **P-9** (sur le pli du poignet/l'espace de l'articulation), 5 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **P-5** ou 7 *cun* en direction proximale par rapport à ➞ **P-9**.

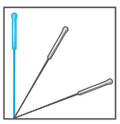
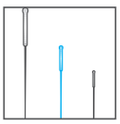


Comment le trouver

Lorsqu'on fléchit légèrement l'avant-bras, le tendon du biceps devient plus visible. Commencer par localiser ➞ **P-5**, sur le côté radial de ce tendon, dans le pli cubital, et ➞ **P-9**, sur le bord radial de l'artère radiale sur l'espace de l'articulation du poignet (➞ 3.3.3), entre la rangée proximale des carpes et l'ulna. Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. Ensuite, trouver le point médian de la distance qui sépare ➞ **P-5** de ➞ **P-9** en utilisant la technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3). **P-6** se trouve 1 *cun* en direction proximale du point médian de cette distance.
➞ **P-4** se trouve en direction plus médiale (entre les tendons) et distale (1 *cun* en direction distale du point médian de cette distance).

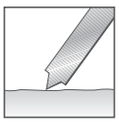
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.


Actions/indications

- Fait descendre le Qi du Poumon.
- Élimine la Chaleur du Poumon.
- Élimine la Chaleur du Sang, arrête les saignements.
- Expulse les facteurs pathogènes externes.
- Ouvre le méridien.

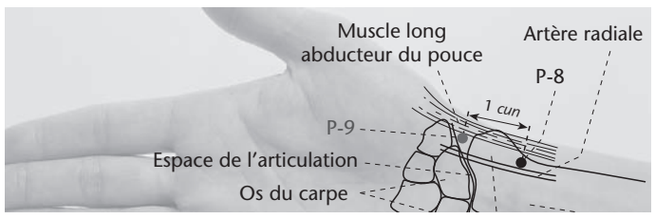



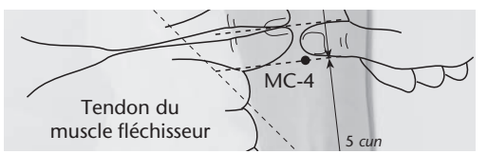


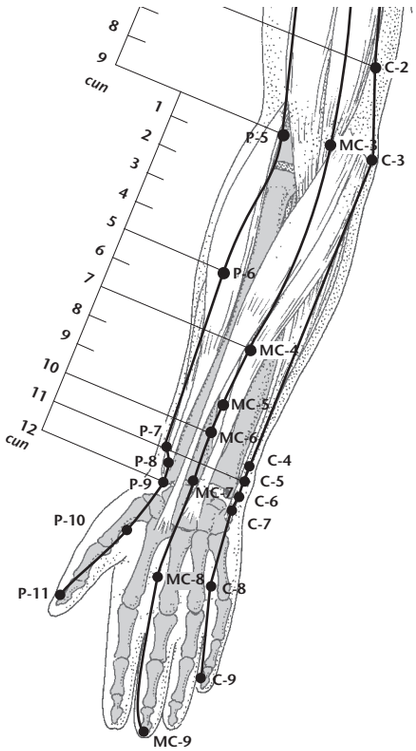
Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*).



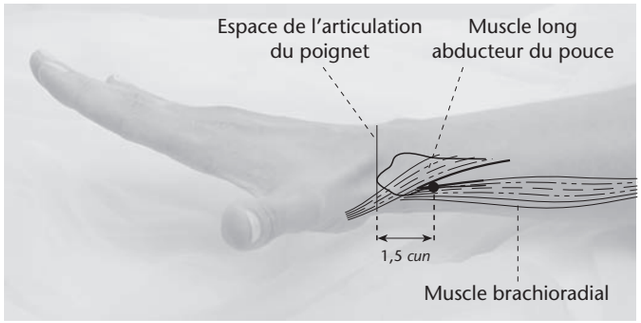


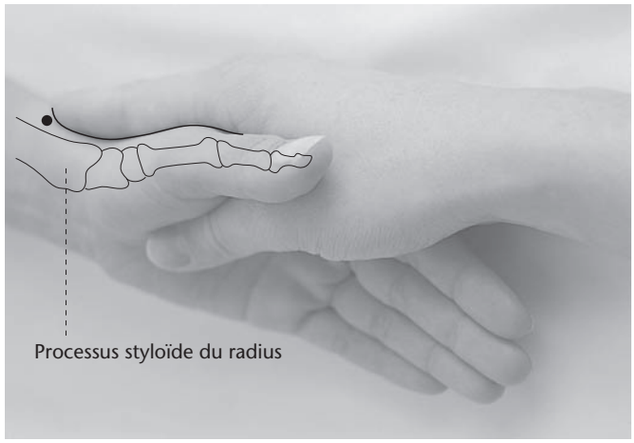


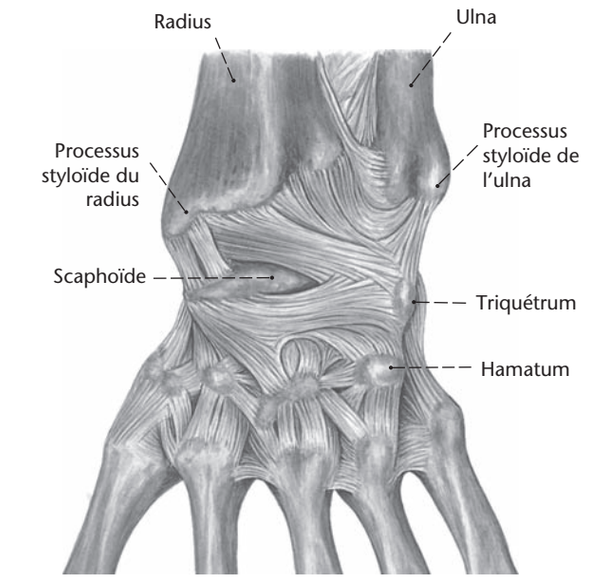


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

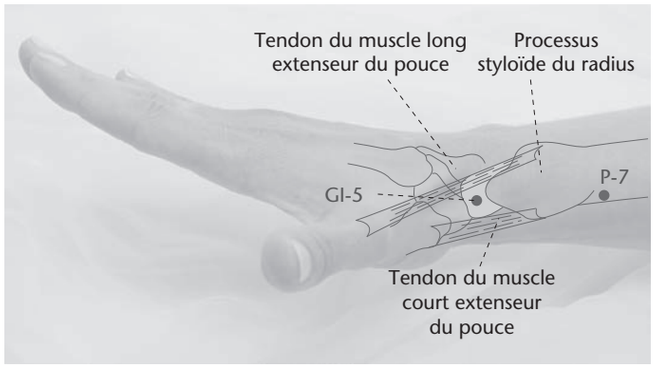
Suite brisée LIEQUE P-7







Main gauche, face dorsale



Localisation

Sur la face radiale de l'avant-bras, directement au-dessus du processus styloïde du radius, à environ 1,5 *cun* en direction proximale de l'espace de l'articulation du poignet (pli du poignet), dans une dépression en forme de V.

Comment le trouver

Placer le doigt dans la tabatière anatomique (→ **GI-5**). De là, le déplacer en direction proximale le long du processus styloïde du radius et localiser **P-7** là où le doigt sent un sillon entre les deux tendons (tendons du muscle brachioradial et du muscle long abducteur du pouce). **Ou :** « Prise de la gueule du tigre » (→ Fig. 2.6) : écarter le pouce et l'index de chaque main et les emboîter de sorte que l'index de chacune des mains vienne reposer sur le processus styloïde de l'autre, en évitant de plier le poignet. **P-7** se trouve directement en dessous de l'extrémité de l'index, dans un creux en forme de V.

Insertion de l'aiguille

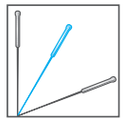
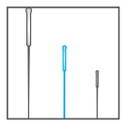
Avec les doigts d'une main, pincer la peau qui se trouve au-dessus du processus styloïde. Piquer transversalement, en direction proximale (dispersion) ou distale (tonification), à une profondeur de 0,5 à 1 *cun*. Attention : éviter de piquer la veine céphalique.

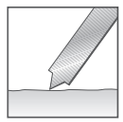
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur la tête et la nuque.
- Libère l'Extérieur, chasse le Vent, fait descendre le Qi du Poumon.
- Ouvre et régule le vaisseau Conception (*ren mai*).
- Régule la voie des eaux.
- Ouvre le méridien et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, point d'ouverture du vaisseau Conception (*ren mai*), point Étoile Céleste de Ma Dan Yang, point de commande de Gao Wu pour l'occiput, point de sortie.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

P-8 *Fossé du fleuve* JINGQU

Localisation

Latéral par rapport à l'artère radiale, 1 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace ventral de l'espace de l'articulation du poignet (pli du poignet le plus distal).

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3), entre la rangée proximale des os du carpe et l'ulna. Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. C'est à ce niveau qu'on palpe le pouls radial (lorsqu'on utilise l'extrémité et non la pulpe des doigts). → **P-9** se situe au bord radial de l'artère, alors que **P-8** se trouve 1 *cun* en direction proximale par rapport à → **P-9**.

→ **GI-5** se trouve près de **P-8**, mais sur la face dorsale de l'articulation du poignet, dans la tabatière anatomique.

Insertion de l'aiguille

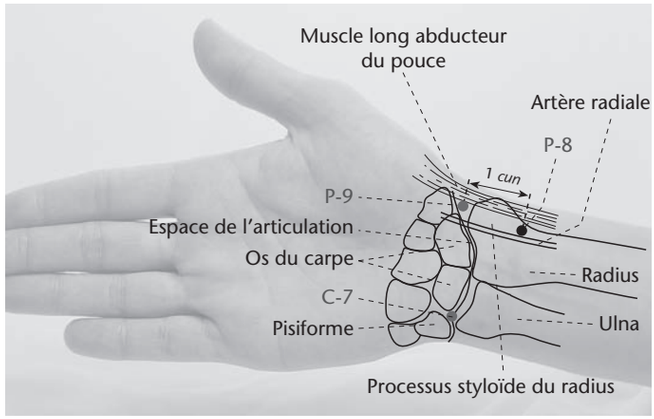
Insertion proximale ou perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Éviter l'artère radiale en la repoussant doucement sur le bord lorsqu'on palpe ce point. Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

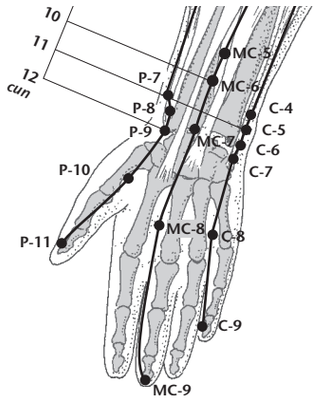
Actions/indications

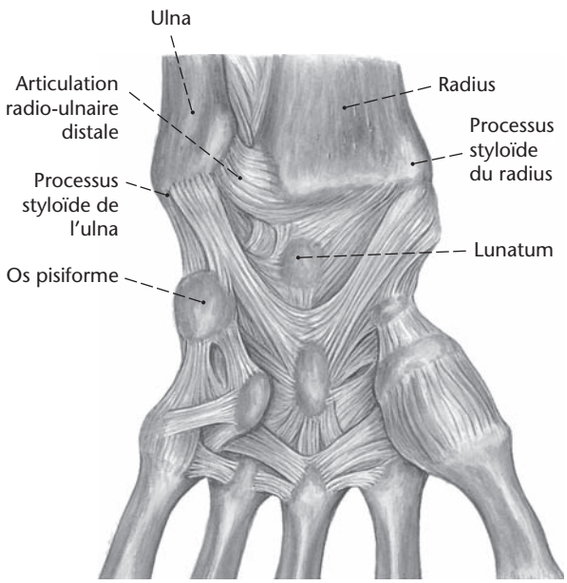
- Fait descendre le Qi du Poumon, calme la toux et la respiration sifflante.
- Ouvre les pores et expulse le Vent en particulier.
- Ouvre le méridien, surtout localement.

Caractéristiques particulières

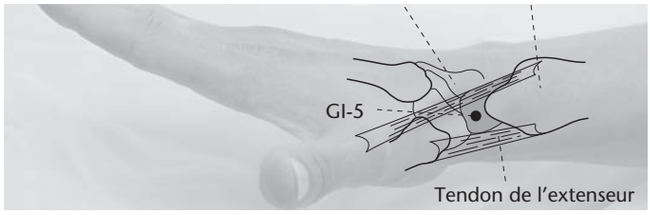
Point fleuve (*jing*), point Métal, point *ben* (point Cinq Éléments).





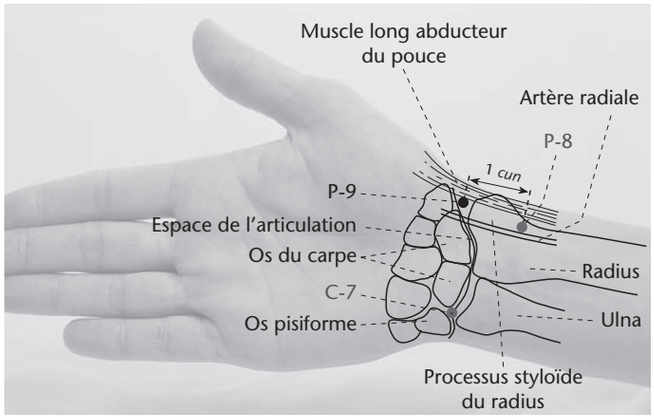


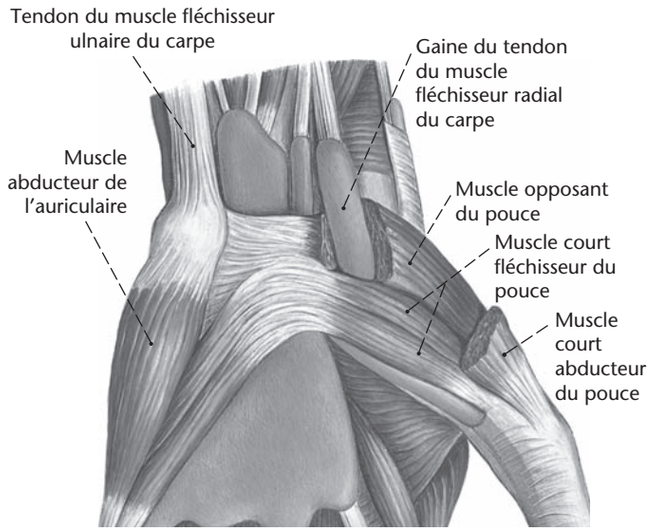
Main gauche, face palmaire



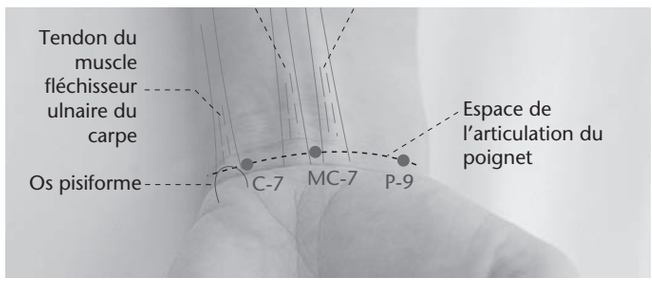
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand abîme TAIYUAN P-9





Main gauche, face palmaire



Localisation

Sur la face ventrale du poignet, au niveau de l'espace de l'articulation du poignet (pli du poignet le plus distal), sur la face radiale de l'artère radiale et sur la face ulnaire du tendon du muscle long abducteur du pouce.

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace ventral de l'articulation du poignet (→ 3.3.3), entre la rangée proximale des os du carpe et l'ulna, est un repère plus fiable. Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. La localisation de ce point est généralement donnée par rapport au pli du poignet. Palper l'artère radiale sur le côté radial et localiser **P-9** sur sa face radiale.

Au même niveau, on trouve → **P-7** (entre les deux tendons) et → **C-7** (radial par rapport à l'insertion du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe sur l'os pisiforme).

Insertion de l'aiguille

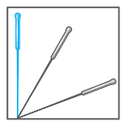
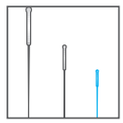
Insertion perpendiculaire de 0,2 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : éviter de piquer l'artère radiale. Si on obtient la sensation d'aiguille (effet recherché), inutile de stimuler davantage !

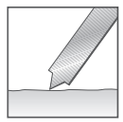
Actions/indications

- Tonifie le Poumon, transforme les Glaires, fait descendre le Qi du Poumon.
- Régule et harmonise les vaisseaux (relation entre le *zong qi* (Qi complexe) et la circulation du Sang.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre, point de tonification, point de réunion (*hui*) des vaisseaux. Point important pour tonifier le Qi et le Yin du Poumon, surtout dans les pathologies chroniques.

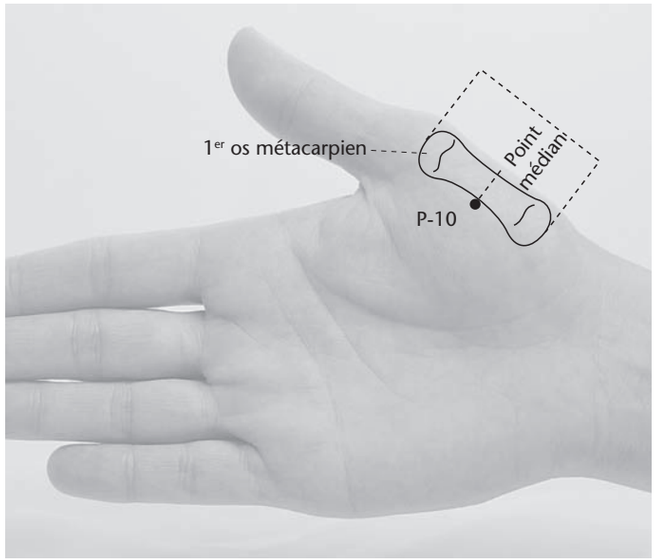


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

P-10 *Au bord du poisson* YUJI

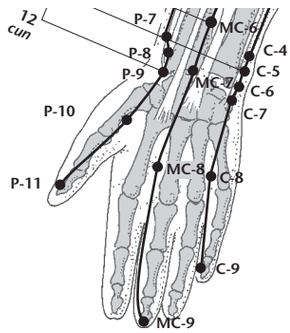
Localisation
Au milieu du bord palmaire du 1er os métacarpien.

Comment le trouver
Lorsque le pouce est relâché, palper le « ventre » de l'éminence thénar en allant de la paume vers le bord (radial), puis trouver le premier os métacarpien. **P-10** se trouve au milieu du bord palmaire.
→ **GI-4** est situé sur la face dorsale de la main, près du second os métacarpien.

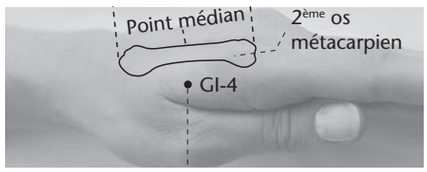


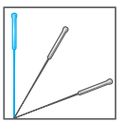
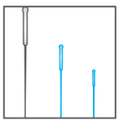
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ce point est douloureux !

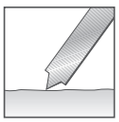
Actions/indications
- Régule le Qi du Poumon.
- A des effets bénéfiques sur la gorge.
- Rafraîchit la Chaleur du Sang.
- Expulse les facteurs pathogènes de la gorge.
- Fait descendre le Qi rebelle.
- Fait descendre le Qi rebelle.
- Harmonise l'Estomac et le Cœur.



Caractéristiques particulières
Point jaillissement (*ying*), point Feu, point distal important pour le mal de gorge provoqué par le Vent-Chaleur.



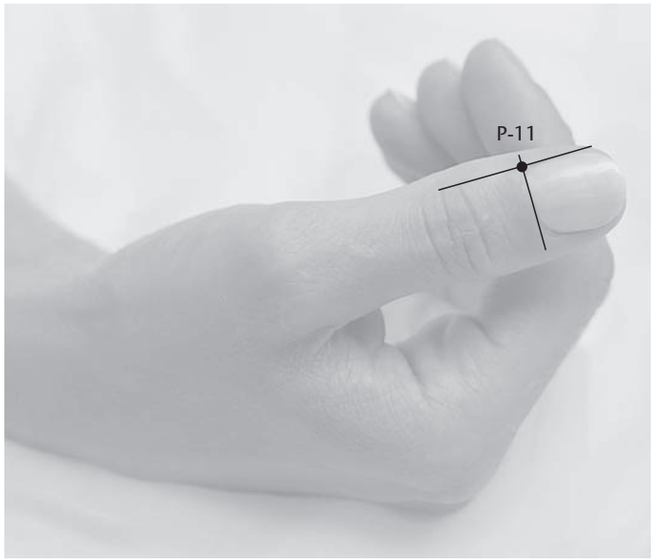





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Petit métal SHAOSHANG P-11



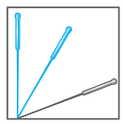
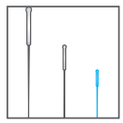
Localisation
Sur le pouce, à 0,1 *cun* du coin radial de l'ongle.

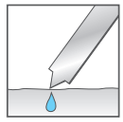
Comment le trouver
Ce point se trouve à l'intersection de deux tangentes qui se situent le long des bords proximal et radial de l'ongle du pouce, environ à 0,1 *cun* du bord effectif de l'ongle.

Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur en direction proximale, ou faire saigner. Éviter de piquer le repli péri-unguéal.

Actions/indications
- Restaure la conscience.
- Régule le Qi du Poumon.
- Élimine la Chaleur (surtout de la gorge).
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières
Point puits (*jing*), point Bois, point des fantômes de Sun Si Miao, point distal important pour le mal de gorge provoqué par le Vent-Chaleur.

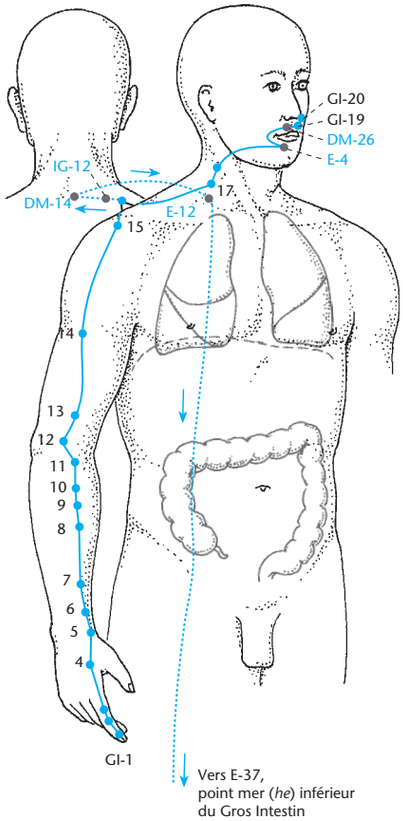



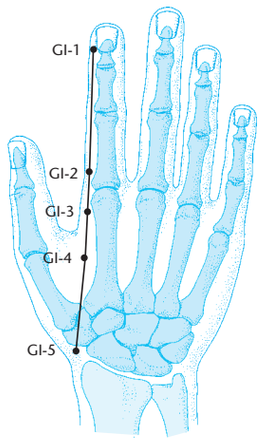


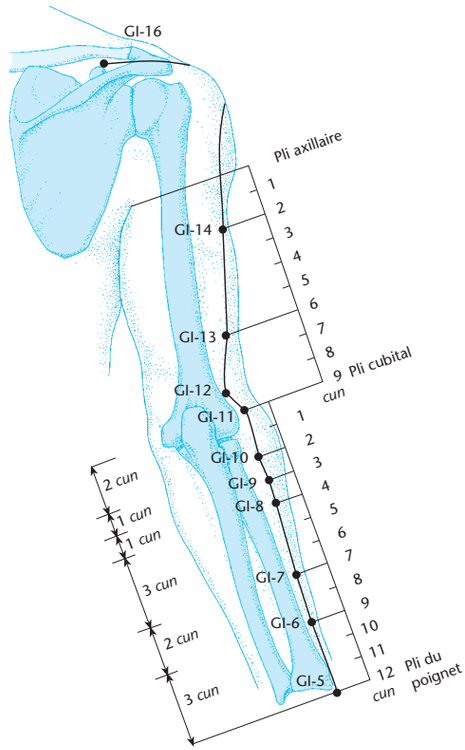
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.2 Méridiens du Gros Intestin – méridiens *yang ming* de la main (*shou yang ming jing luo*)

4.2.1 Méridien principal du Gros Intestin (*shou yang ming jing*)







Trajet

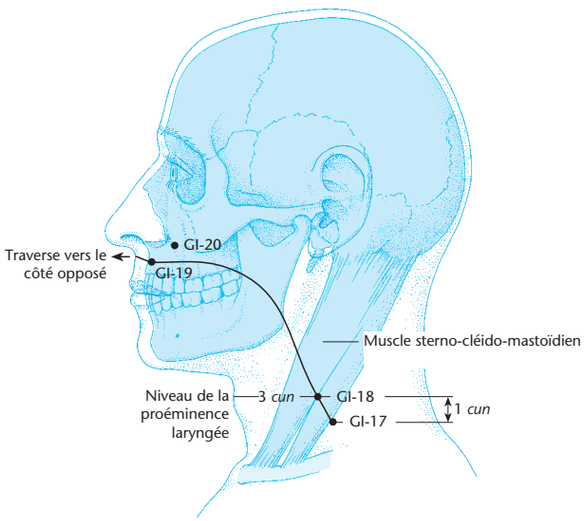
La partie **externe** du méridien principal du Gros Intestin prend naissance à l'index, au point ➞ **GI-1** (*shangyang*, au coin radial de l'ongle). Ce point est atteint par une branche qui se sépare du méridien du Poumon au point ➞ **P-7** (*lieque*; connexion Yin-Yang de la main du premier grand circuit).

Le méridien du Gros Intestin court entre les premier et second os métacarpiens,

- puis il continue en direction proximale le long de la face latérale de l'avant bras jusqu'à la face latérale du coude,
- il monte en direction proximale le long de la face latérale du bras jusqu'à l'épaule,
- croise le méridien de l'Intestin Grêle au point ➞ **IG-12** (*bingfeng*) au centre de la fosse sus-claviculaire,
- va jusqu'à ➞ **DM-14** (*dazhui*), en dessous du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale, où il rencontre les cinq autres méridiens principaux Yang,
- puis il passe par le cou et pénètre dans la fosse sus-claviculaire dans la région de ➞ **E-12** (*quepen*).

Là, le trajet **interne** se sépare et se relie au Poumon (*fei*), Organe (*zang*) qui lui est couplé, il traverse le diaphragme et pénètre dans le Gros Intestin (*da chang*), l'Entraille (*fu*) à laquelle il se rattache. Du Gros Intestin, (selon certains auteurs, du méridien principal du Gros Intestin), une branche **interne** descend jusqu'à ➞ **E-37** (*shangjuxu*), point mer (*he*) inférieur du Gros Intestin, sur la face latérale de la partie inférieure de la jambe.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



La branche **externe** part de la fosse sus-claviculaire, monte le long de la face latérale du cou et parcourt la joue.

➡ De là, une autre branche **interne** pénètre dans la gencive inférieure, où elle se déploie.

➡ Le trajet **externe** du méridien principal passe par → **E-4** (*dicang*), décrit une courbe autour de la lèvre supérieure et traverse jusqu'au côté opposé du corps, pour atteindre → **DM-26** (*renzhong*), au philtrum. Sur le côté opposé du corps, il va à → **GI-19** (*kouheliao*) et se termine du **côté opposé**, de chaque côté du nez, au point → **GI-20** (*yingxiang*).

Remarque : Deadman et al. (1988) donnent → **RM-24** (*chengjiang*) comme autre point de croisement (variante, → figure). Ils mentionnent également → **VB-5** (*xuanlu*), → **VB-6** (*xuanli*) et → **VB-14** (*yangbai*) comme points figurant traditionnellement dans la liste des points de croisement avec le méridien du Gros Intestin, mais les planches illustrant ce méridien ne montrent généralement pas ces connexions.

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : fièvre, sécheresse de la bouche, soif, gorge gonflée et douloureuse, épistaxis, douleur dentaire, douleur et rougeur des yeux, raideur des doigts, gonflement douloureux froids ou chauds au niveau de la partie supérieure du bras et de l'épaule.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur dans le bas-ventre, borborygmes, diarrhée ou selles jaunes avec mucus, essoufflement, dyspnée.

Plénitude (*shi*) : sensation de chaleur le long du méridien.

Vide (*xu*) : sensation de froid et frissons le long du méridien.

Connexions du méridien principal du Gros Intestin (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Poumon (*shou tai yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du premier grand circuit.

Lieux de connexion : P-7 → GI-1 (sur la main). Une branche se sépare du méridien principal du Poumon et se relie au méridien principal du Gros Intestin au point **GI-1** (*shangyang*).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal de l'Estomac (*zu yang ming jing*)

Connexion : couplé selon la théorie des six niveaux (couples main-pied) **:** *yang ming* (axes Yang du premier grand circuit).

Lieux de connexion : GI-20 → (V-1) → E-1 (sur la tête).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

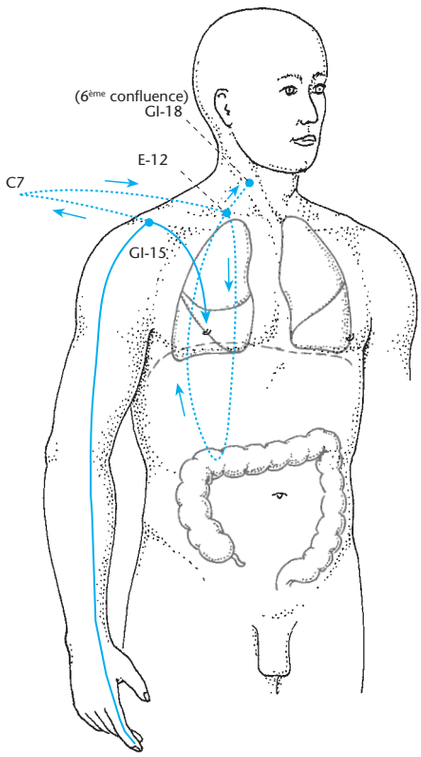
Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Poumon (*fei*), Gros Intestin (*da chang*), Estomac (*wei*)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.2.2 Méridien divergent du Gros Intestin (*shou yang ming jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Gros Intestin se sépare du méridien principal du Gros Intestin sur la main,

- ➡ il monte le long du bras jusqu'au point ➞ **GI-15** (*jianyu*) ;
- ➡ de ➞ **GI-15**, une **branche** parcourt le thorax et pénètre dans les seins ;
- ➡ une **autre branche** parcourt la colonne cervicale jusqu'à la 7ème vertèbre cervicale et de là retourne à la fosse sus-claviculaire, puis descend au Gros Intestin (*da chang*), monte au Poumon (*fei*) et **émerge** à l'Extérieur au point ➞ **E-12** (*quepen*).*

Il parcourt alors la face antéro-latérale du cou et se relie au méridien principal du Gros Intestin et au méridien divergent du Poumon au point ➞ **GI-18** (*futu*), à l'une des six confluences (*he*)† (ici : GI/P en tant que 6ème confluence, ➞ 1.3).

Importance clinique

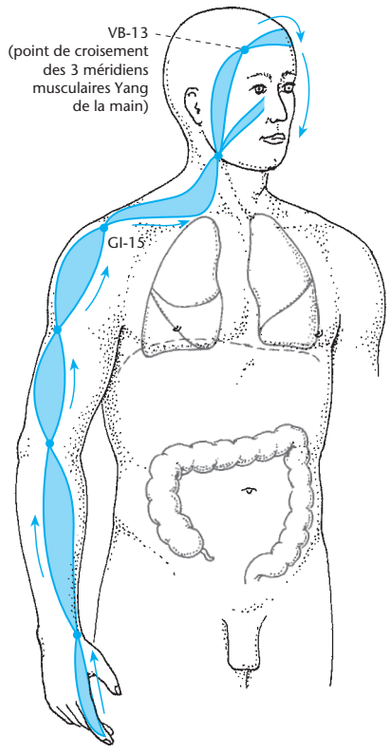
- Il renforce la relation entre le Poumon et le Gros Intestin (Viscères (*zangfu*)). Les points du méridien principal du Gros Intestin peuvent donc servir à traiter les pathologies du Poumon et, inversement, les points du méridien principal du Poumon peuvent servir à traiter les pathologies du Gros Intestin.
- Une branche du méridien divergent du Gros Intestin se déploie (à partir de ➞ **GI-15**) dans le thorax et les seins, étendant ainsi les actions des points du méridien principal du Gros Intestin à ces régions, par exemple, dans le traitement des mastites, des myalgies et de la douleur thoracique.

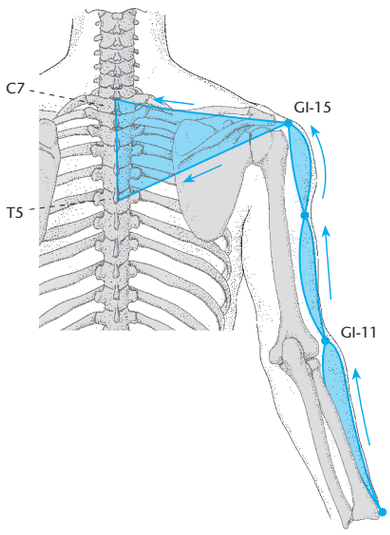
* Certains auteurs décrivent le méridien divergent comme allant directement de la colonne vertébrale au Gros Intestin, sans passer par ➞ **E-12** (variante, ➞ figure).

† Selon certains auteurs, la 6ème confluence se situe au point ➞ **E-12** (*quepen*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.2.3 Le méridien musculaire du Gros Intestin (*shou yang ming jing jin*)





Trajet

Le méridien musculaire du Gros Intestin

- prend naissance à l'index, au point → **GI-1** (*shangyang*),
- il parcourt l'index et le second os métacarpien en direction du poignet, où il se fixe (*jie*) au point → **GI-5** (*yangxi*),
- il monte le long de la face postéro-latérale de l'avant-bras,
- atteint le coude et se fixe (*jie*) au point → **GI-11** (*quchi*),
- puis il continue à monter le long de la face latérale du bras et du muscle deltoïde jusqu'à l'épaule, où il se fixe (*jie*) à nouveau, au point → **GI-15** (*jianyu*).
- De → **GI-15**, une branche se déploie sur la scapula puis se rattache à la colonne vertébrale entre la 7ème vertèbre cervicale et la 5ème vertèbre thoracique (ou entre → **DM-14** (*dazhui*) et → **DM-11** (*shendao*).
- La **branche principale** monte à partir de → **GI-15**, traverse la fosse sus-claviculaire et de là continue à monter le long de la face latérale du cou jusqu'à l'angle de la mâchoire, où elle se fixe (*jie*).

À cet endroit, elle se sépare en deux branches :

- **Une branche** parcourt l'os zygomatique en direction du bord latéral du nez.
- **L'autre branche** monte sur la face latérale du visage, en avant du méridien musculaire de l'Intestin Grêle, se relie aux autres méridiens musculaires Yang au point → **VB-13** (*benshen*), traverse la tête et se connecte à la mandibule sur le côté opposé.

Remarque : selon certaines écoles, le méridien musculaire se termine au point → **GI-17** (*tianding*) (Solinas et al., 1998).

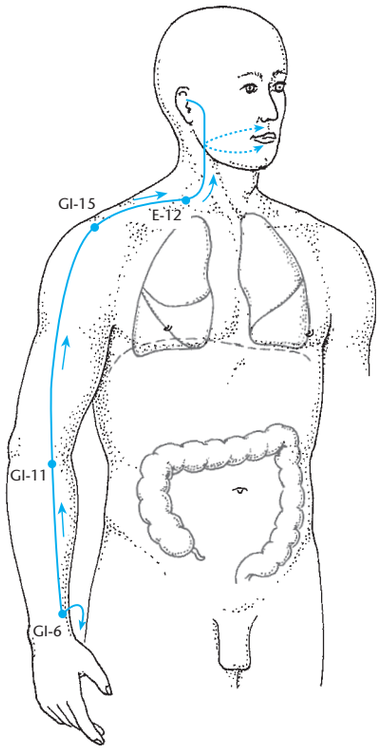
Importance clinique

Pathologie : crampes, tension et raideur le long du méridien musculaire du Gros Intestin. Restriction de mouvement des bras et de l'épaule. Douleur occipitale, raideur et restriction de mouvement de cette zone.

Indications : essentiellement pour les syndromes d'obstruction douloureuse (*bi*). La zone couverte par le méridien musculaire du Gros Intestin est plus vaste que celle couverte par le méridien principal du Gros Intestin. C'est ce qui explique que les indications des points du méridien principal du Gros Intestin comprennent les troubles et les pathologies du haut du cou et de la région thoracique, de même que de la totalité de la face (par exemple, les céphalées frontales et temporales).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.2.4 Méridien *luo* de communication du Gros Intestin (*shou yang ming luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication du Gros Intestin commence au point *luo* de communication → **GI-6** (*pianli*) (→ 8.1.2), où il se sépare du méridien principal pour former un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Poumon avec lequel le méridien du Gros Intestin est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe) ; celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Poumon qui va vers le point source (*yuan*) → **P-9** (*taiyuan*).

➡ La partie **longitudinale** suit le méridien principal du Gros Intestin jusqu'au point → **GI-15** (*jianyu*), continue en passant par la fosse sus-claviculaire jusqu'au point → **E-12** (*quepen*), parcourt le cou et atteint l'angle de la mandibule, où elle se déploie. Une branche va aux dents ; une autre branche atteint l'oreille, où elle communique avec les autres méridiens qui arrivent à l'oreille.

Importance clinique (→ 8.1.2)

- **Plénitude (*shi*) :** troubles des dents et des gencives, troubles des oreilles.
- **Vide (*xu*) :** dents et gencives sensibles (par exemple, sensibilité au froid), sensation de constriction dans la poitrine et le diaphragme.

4.2.5 Région cutanée (*yang ming pi bu*)

Voir figures et descriptions, → 1.6.

4.2.6 Points du méridien du Gros Intestin (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : GI-4** (*hegu*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : GI-6** (*pianli*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : GI-7** (*wenliu*).
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-25** (*dachangshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : E-25** (*tianshu*).
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Métal), point *ben* (point Cinq Éléments) : **GI-1** (*shangyang*),
  - point jaillissement (*ying*) (Eau), point de sédation : **GI-2** (*erjian*),
  - point rivière (*shu*) (Bois) : **GI-3** (*sanjian*),
  - point fleuve (*jing*) (Feu) : **GI-5** (*yangxi*),
  - point mer (*he*) (Terre), point de tonification : **GI-11** (*quchi*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : –**
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le méridien principal de l'Intestin Grêle et de la Vessie, avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **GI-14** (*binao*)*,
  - avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : **GI-15** (*jianyu*) ■■, **GI-16** (*jugu*),
  - avec le méridien principal de l'Estomac : **GI-20** (*yingxiang*) ■■,
  - points de croisement d'autres méridiens avec le méridien du Gros Intestin : **E-4, E-12, IG-12, DM-14, DM-26, RM-24*** ; selon certains classiques : **VB-5, VB-6, VB-14.**
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour la face et la bouche : GI-4** (*hegu*) ■■.
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : GI-18** (*futu*).
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) :** –
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : GI-4** (*hegu*) ■■, **GI-11** (*quchi*) ■■.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : GI-11** (*quchi*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** nez – **GI-20** (*yingxiang*) ■■ ; épaule – **GI-15** (*jianyu*) ■■ : coude – **GI-11** (*quchi*) ■■ ; main – **GI-5** (*yangxi*) ; main et doigts – **GI-4** (*hegu*) ■■ ; doigts (engourdissement et douleur) - **GI-3** (*sanjian*).
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** coude – **GI-10** (*shousanli*), **GI-13** (*shouwuli*) ; épaule et coude – **GI-14** (*binao*).
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** front, yeux, bouche/dents – **GI-4** (*hegu*) ■■ ; nez – **GI-3** (*sanjian*), **GI-4** (*hegu*) ■■ ; cou – **GI-4** (*hegu*) ■■, **GI-11** (*quchi*) ■■ ; bouche/dents – **GI-2** (*erjian*), **GI-4** (*hegu*) ■■ ; épaule, coude, main, doigts – **GI-4** (*hegu*) ■■, **GI-1** (*shangyang*) ; genou et pied – **GI-5** (*yangxi*) ; pied – **GI-2** (*erjian*), **GI-3** (*sanjian*) ; orteils – **GI-4** (*hegu*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **GI-1** (*shangyang*) : point puits (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6) ; point *ben* (point Cinq Éléments) ; point distal pour le coude et la main (→ 8.2.1).
- **GI-2** (*erjian*) : point jaillissement (*ying*) (Eau) (→ 8.1.6) ; point de sédation ; point distal pour la bouche/les dents (→ 8.2.1).
- **GI-3** (*sanjian*) : point rivière (*shu*) (Bois) (→ 8.1.6) ; point local pour les doigts (engourdissement et douleur) (→ 8.2.1) ; point distal pour le nez (→ 8.2.1) ; point distal pour le pied (→ 8.2.1).
- **GI-4** (*hegu*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour la face et la bouche ; point important pour l'anesthésie par acupuncture ; point distal pour le front, les yeux, le nez, la bouche/les dents, la mâchoire, l'épaule, le coude, la main, les doigts (→ 8.2.1) ; point local pour la main et les doigts (raideur) (→ 8.2.1).
- **GI-5** (*yangxi*) : point fleuve (*jing*) (Feu) (→ 8.1.1) ; point local pour la main (→ 8.2.1) ; point distal pour les genoux et les pieds (→ 8.2.1).
- **GI-6** (*pianli*) ■■ point *luo* de communication (→ 8.1.2).
- **GI-7** (*wenliu*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **GI-10** (*shousanli*) : point adjacent du coude (→ 8.1.2).
- **GI-11** (*quchi*) ■■ : point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point Mer (*he*) (Terre) (→ 8.1.6) ; point de tonification ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang ; point distal pour le cou (→ 8.1.2) ; point local pour le coude (→ 8.1.2).
- **GI-13** (*shouwuli*) : point adjacent pour le coude (→ 8.1.2).
- **GI-14** (*binao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien principal de l'Intestin Grêle et de la Vessie, et avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)* (→ 8.1.10) ; point adjacent pour l'épaule et le coude (→ 8.1.2).
- **GI-15** (*jianyu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour l'épaule (→ 8.1.2).
- **GI-16** (*jugu*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10).
- **GI-18** (*futu*) : point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **GI-20** (*yingxiang*) ■■ : point local pour les troubles du nez (→ 8.1.2) ; point de croisement avec le méridien de l'Estomac (→ 8.1.10).

Conseils pour la localisation

- Le trajet de la ligne qui relie **GI-5** et **GI-10** (12 *cun*) varie selon que l'avant-bras est en supination ou en pronation. Pour les besoins de la localisation des points, l'avant-bras doit être dans une position intermédiaire, le bras légèrement fléchi.
- Comme le méridien de l'Intestin Grêle passe d'un côté à l'autre du corps au point **DM-26** (sillon rhino-labial), localiser **GI-19** et **GI-20** d'un côté et de l'autre du corps.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Yang métal SHANGYANG GI-1



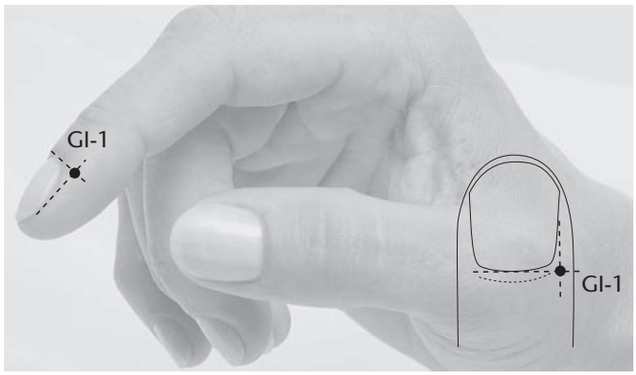
Localisation
Sur l'index, à environ 0,1 *cun* du coin radial de l'ongle.

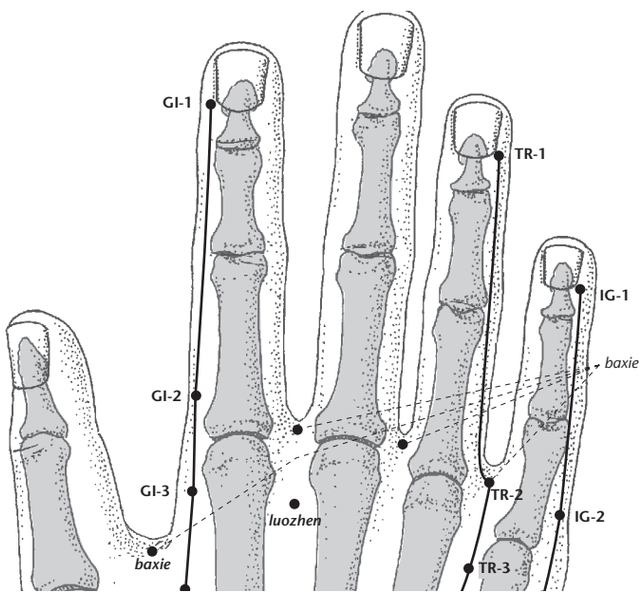
Comment le trouver
Ce point se trouve à l'intersection de deux lignes tracées le long du bord radial et de la base de l'ongle de l'index, à environ 0,1 *cun* du coin radial de l'ongle.

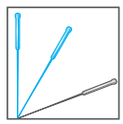
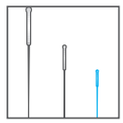
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur. Éviter de piquer repli péri-unguéal. Dans les pathologies aiguës (douleur, inflammation), piquer et faire saigner ce point avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire.

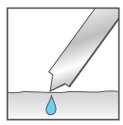
Actions/indications
- Expulse les facteurs pathogènes et ouvre le méridien.
- Restaure la conscience.

Caractéristiques particulières
Point puits (*jing*), point Métal, point *ben* (point Cinq Éléments), point d'entrée selon certains auteurs.





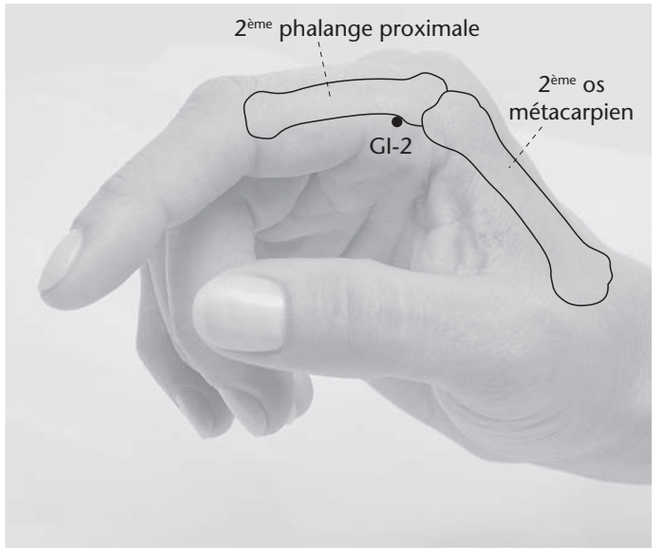


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-2 *Deuxième intervalle* ERJIAN

Localisation

Sur le bord radial de l'index, distal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale.



Comment le trouver

Lorsque la main est relâchée, laisser courir le doigt sur la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche » en direction de l'articulation métacarpo-phalangienne, le long du corps de la deuxième phalange proximale, jusqu'à ce que l'angle entre la base et le corps des os se sente bien nettement. **GI-2** se trouve à la jonction du corps et de la base, légèrement en dessous de la courbure la plus externe de l'os.

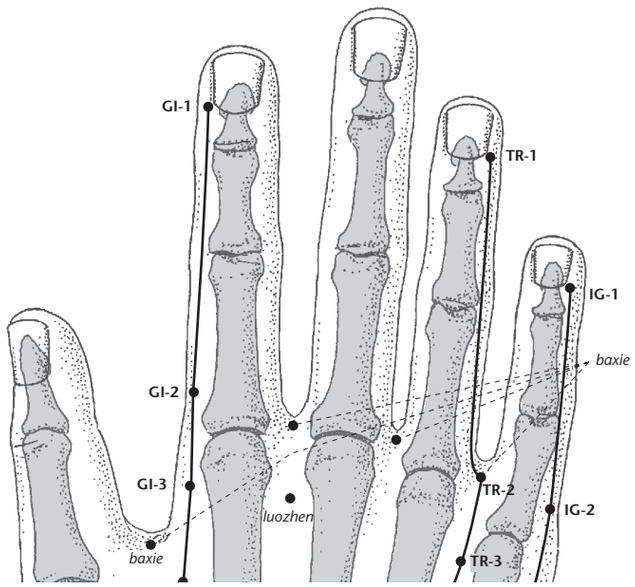
La position de ➞ **IG-2** (*qiangu*), sur la phalange proximale de l'auriculaire, est similaire à celle de **GI-2**.

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique proximale ou distale, très légèrement en direction palmaire, de 0,2 à 0,5 *cun* de profondeur.

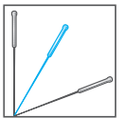
Actions/indications

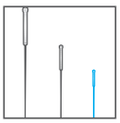
- Élimine la Chaleur et expulse le Vent.



Caractéristiques particulières

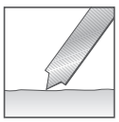
Point jaillissement (*ying*), point Eau, point de sédation, point distal pour la bouche/les dents.





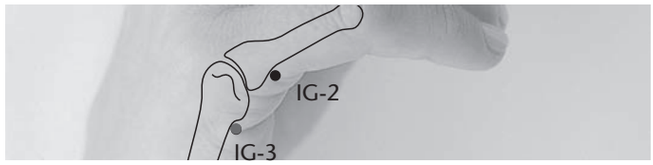






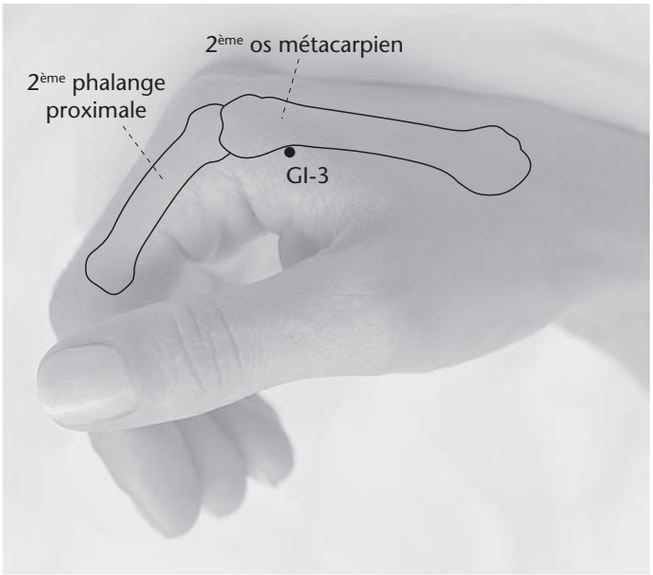


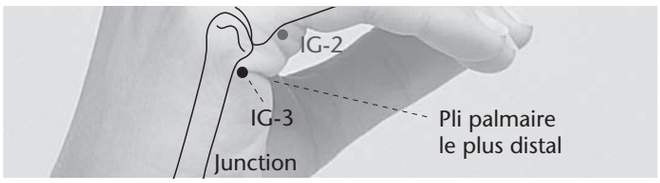




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Troisième intervalle SANJIAN GI-3





Localisation

Sur le côté radial de l'index, proximal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction du corps et de la tête du 2ème os métacarpien.

Comment le trouver

Lorsque la main est relâchée, palper le long du 2ème os métacarpien en direction distale jusqu'à ce que l'angle entre la tête et le corps se sente bien nettement. **GI-3** se trouve à la jonction du corps et de la tête, légèrement en dessous de la courbure la plus externe de l'os.

La position de → **IG-3** (*houxi*), sur la face ulnaire du 5ème os métacarpien (sur le bord ulnaire de la main) est comparable à celle de **GI-3**. → **Rte-3** et → **V-65** ont également une localisation comparable sur le pied.

Insertion de l'aiguille

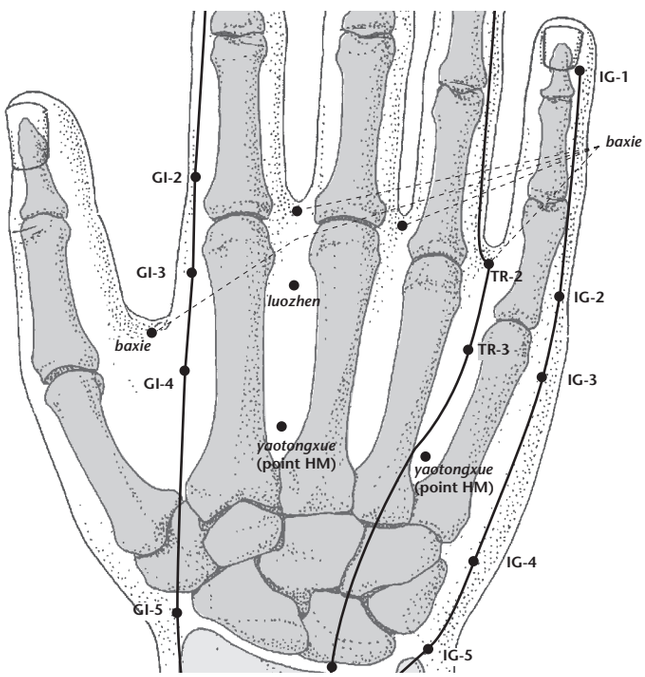
La main étant relâchée, insertion perpendiculaire de 0,3 à 1 *cun* de profondeur, directement en dessous du bord latéral de l'os métacarpien, en direction de → **IG-3**.

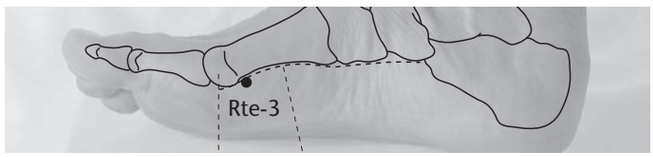
Actions/indications

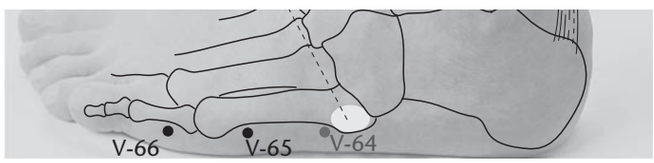
- Élimine la Chaleur et expulse le Vent.
- A des effets bénéfiques sur la gorge et les dents.
- Soulage la douleur.

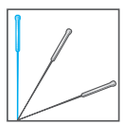
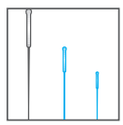
Caractéristiques particulières

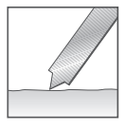
Point rivière (*shu*), point Bois. Point important pour la douleur des doigts et des os métacarpiens.







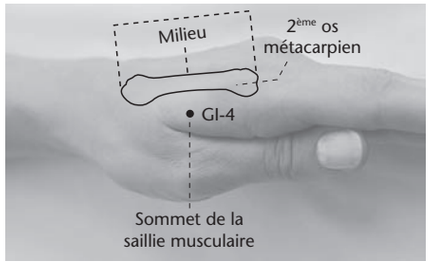


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-4 *Vallées qui se rencontrent* HEGU

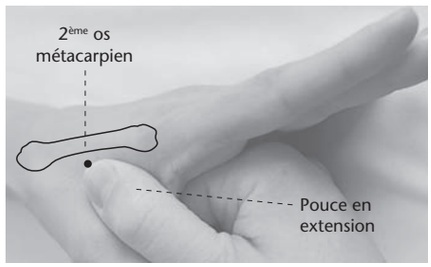
Localisation

Sur la face radiale de la main, entre le 1er et le 2ème os métacarpien, plus près et presque au milieu de ce dernier.



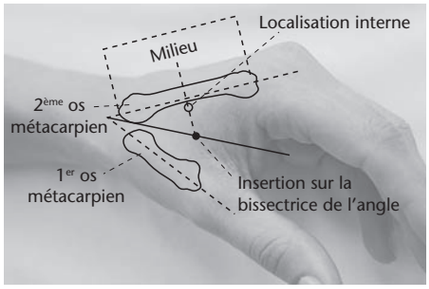
Comment le trouver

Lorsqu'on presse le pouce et l'index l'un contre l'autre, le muscle abducteur du pouce et le muscle interosseux dorsal forment une saillie. Piquer **GI-4** au point le plus haut ce cette saillie et le repousser vers la face inférieure du 2ème os métacarpien. **Ou :** le pouce et l'index en extension, placer la phalange distale du pouce sur l'autre main, sur le bord de la palmure. Lorsqu'on replie le pouce, son extrémité indique la localisation de **GI-4**. **Ou :** insertion sur la bissectrice de l'angle formé par le 1er et le 2ème os métacarpien, en insérant l'aiguille vers le point médian du 2ème os métacarpien.

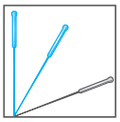


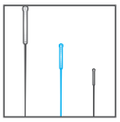
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la face palmaire de la main. Attention : les techniques de dispersion sur ce point sont contre-indiquées pendant la grossesse, sauf si on veut provoquer le travail.



Actions/indications

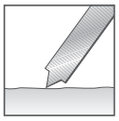






- Libère la surface (principal point !).
- Régule la face et la tête.
- Régule le Qi Protecteur (*wei qi*) et les transpirations.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Chasse le vent et libère la surface.
- Soulage la douleur.
- Favorise le travail de l'accouchement.



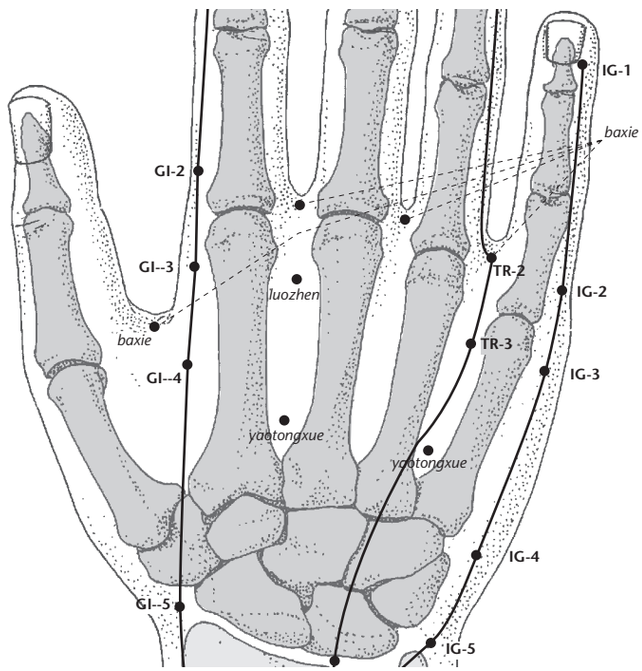


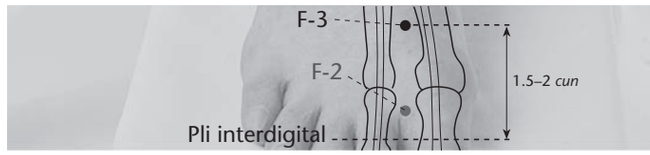




Caractéristiques particulières

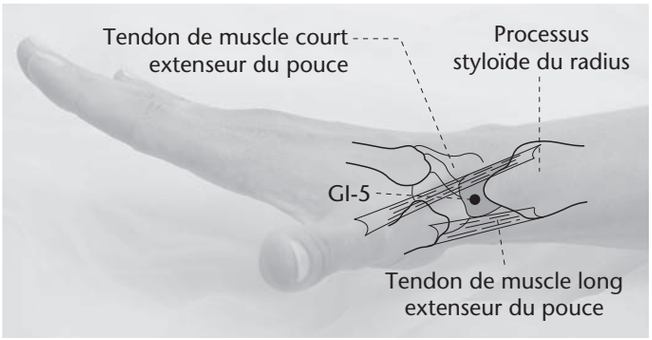
Point source (*yuan*), point de commande de Gao Wu pour la tête, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang, point d'entrée selon certains auteurs. Point analgésique extrêmement important pour l'ensemble du corps. Point distal unique extrêmement important pour les troubles de la face et des organes des sens. C'est le point le plus fréquemment utilisé en pratique clinique. L'association bilatérale de **GI-4** et de → **F-3** (situé entre le 2ème et le 3ème os métatarsien) est connue sous le nom des « Quatre Portes » (*si guan*) : ces points régulent avec force le Qi et le Sang, arrêtent la douleur et calment les spasmes.

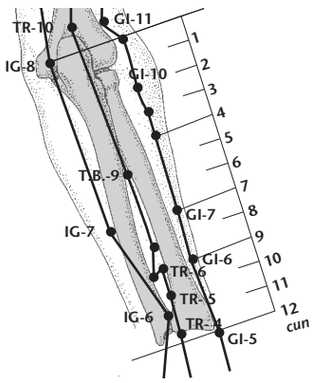


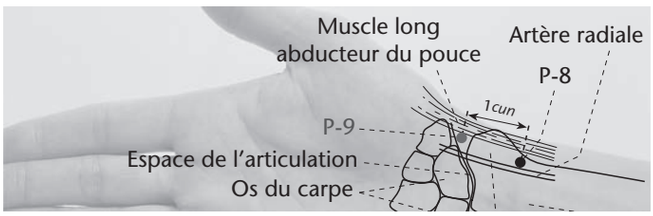


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rivière Yang YANGXI GI-5







Localisation

Lorsque le pouce est en abduction, ce point se trouve dans une dépression formée par les tendons du long et du court extenseur du pouce (tabatière anatomique), sur la face radiale du poignet.

Comment le trouver

La tabatière anatomique est une dépression qui se forme sur la face radiale du poignet lorsque le pouce est en abduction. Mettre la main à l'horizontale et l'ouvrir en direction du corps. **GI-5** est situé sur l'espace de l'articulation du poignet qui devient palpable lorsqu'on bouge le poignet.

→ **P-9** se trouve aussi sur l'espace de l'articulation du poignet, en avant de **GI-5**, sur le tendon court du muscle extenseur du pouce.

Insertion de l'aiguille

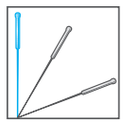
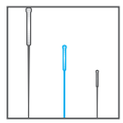
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention de ne pas piquer la veine céphalique superficielle.

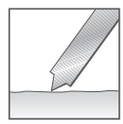
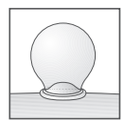
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur l'articulation du poignet.
- Élimine le Feu et expulse le Vent.
- Élimine le feu du *yangming* (GI, E) et calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Feu. Point local important, associé à **TR-4**, **IG-5**, **C-7**, **MC-7** et **P-9**, pour les pathologies du poignet.

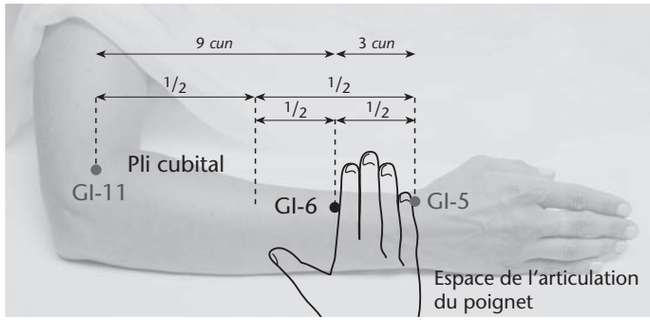





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-6 *Chemin en pente* PIANLI

Localisation

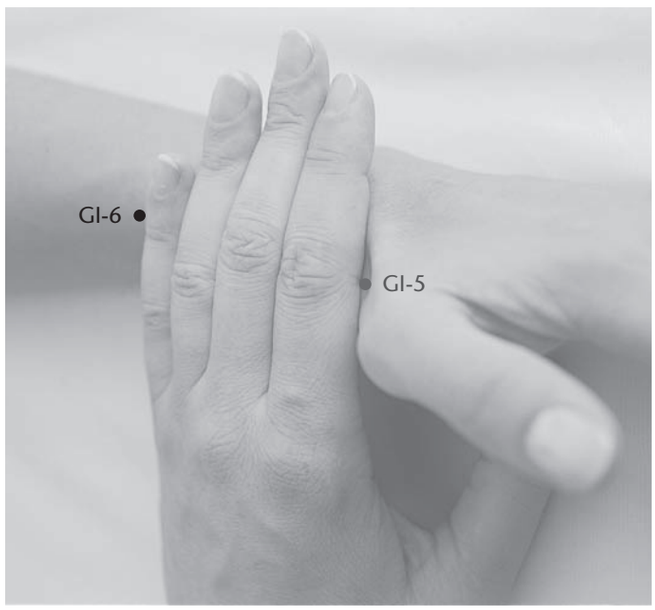
3 *cun* en direction proximale par rapport à ➞ **GI-5** (au centre de la tabatière anatomique), sur la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11**, entre le muscle long abducteur du pouce et le muscle court extenseur du pouce, au niveau de la jonction entre le tendon et le muscle.

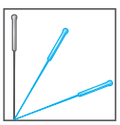


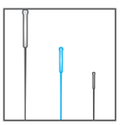
Comment le trouver

Attention : la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11** dépend de la position de l'avant-bras. Pour les besoins de la localisation, l'avant-bras doit être dans une position intermédiaire, le bras légèrement fléchi. Pour localiser **GI-6**, mesurer 3 *cun* (la largeur de 4 doigts) à partir de ➞ **GI-5** (situé au centre de la tabatière anatomique), sur la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11**. **Ou** : « prise de la gueule du tigre » (➞ Fig. 2.6) : écarter le pouce et l'index de chaque main et les emboîter de sorte que l'index de chacune des mains vienne reposer sur le processus styloïde de l'autre, en évitant de plier le poignet. Placer le majeur contre l'index : **GI-6** se trouve directement en dessous de l'extrémité du majeur.

Au même niveau (3 *cun* en direction proximale de l'espace de l'articulation du poignet, sur la face dorsale de l'avant-bras, on trouve ➞ **TR-6** (situé dans la dépression entre le radius et le muscle) et ➞ **TR-7** (situé dans la dépression entre l'ulna et le muscle), de même que **MC-5** (sur la face ventrale de l'avant-bras, entre les tendons).









Insertion de l'aiguille

Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

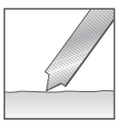
- Expulse le Vent, élimine la Chaleur.
- Ouvre et régule la voie des eaux.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

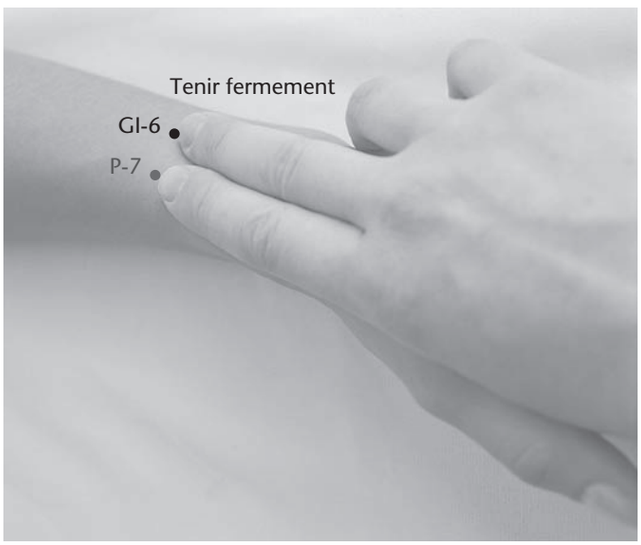


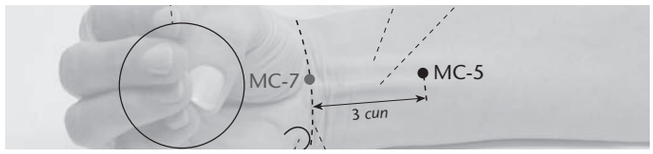
Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication. Point majeur du méridien du Gros Intestin pour réguler la voie des eaux.

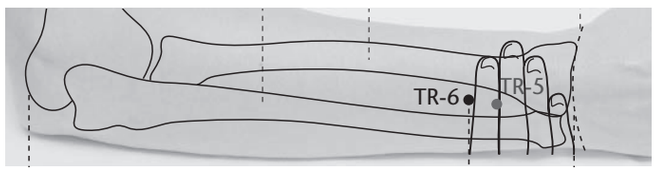








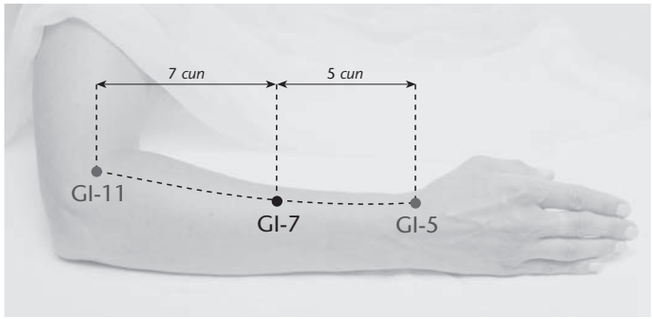


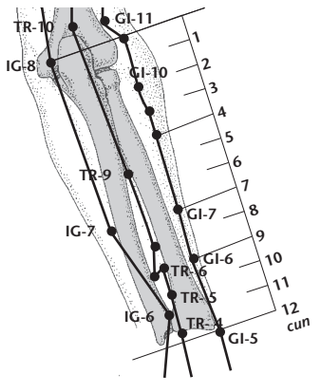


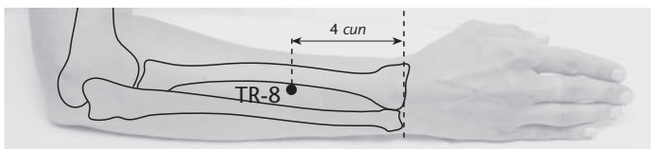


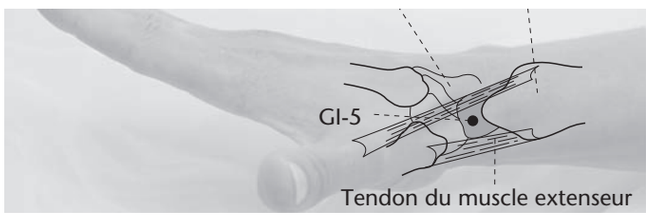
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

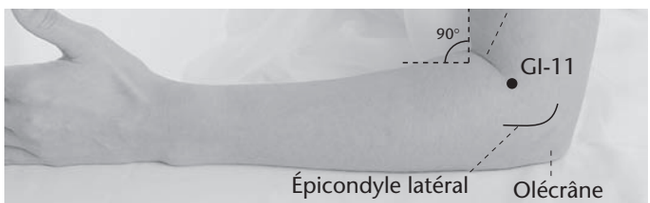
Rassemblement de chaleur WENLIU GI-7











Localisation

5 *cun* en direction proximale par rapport à la tabatière anatomique, en allant vers l'extrémité latérale du pli du coude, ou 1 *cun* en direction distale par rapport au milieu de la ligne qui relie → **GI-5** et → **GI-11**.

Comment le trouver

Attention : lorsque la main est en supination, la ligne qui relie → **GI-5** et → **GI-11** passe le long du bord radial de l'avant-bras. Mais lorsque le bras est en pronation, elle traverse l'avant-bras. **GI-7** se trouve sur la face latéro-dorsale du radius et il est plus facile de le localiser lorsque le bras est en position intermédiaire et le coude fléchi. Technique de l'amplitude de la main : placer les auriculaires respectivement sur → **GI-5** et → **GI-11** et étendre les mains de façon uniforme de façon à ce que les pouces se rejoignent sur le point médian de la ligne qui les relie. De là, mesurer 1 *cun* en direction distale.

→ **TR-8** se trouve 4 *cun* en direction proximale du pli du poignet, entre le radius et l'ulna, au centre du dos de l'avant-bras, ou 1 *cun* en direction distale de → **GI-7**.

Insertion de l'aiguille

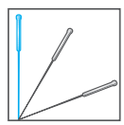
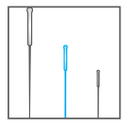
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

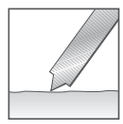
Actions/indications

- Traite les pathologies aiguës.
- Élimine la Chaleur et la Chaleur poison.
- Régule et harmonise l'Estomac et le Gros Intestin.

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*).

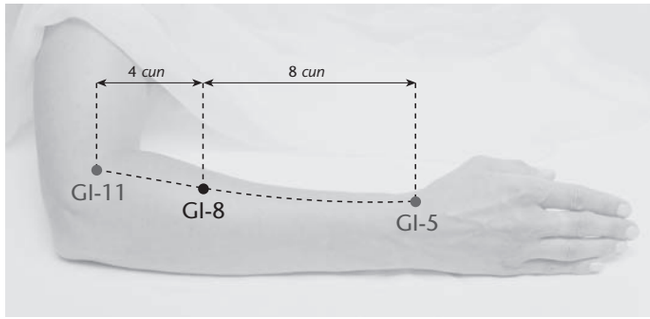


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-8 *Angle inférieur* XIALIAN

Localisation

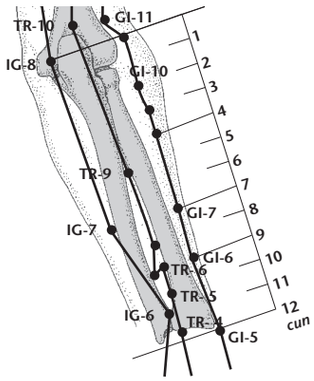
4 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité latérale du pli du coude, dans la direction de la tabatière anatomique, sur la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11**.



Comment le trouver

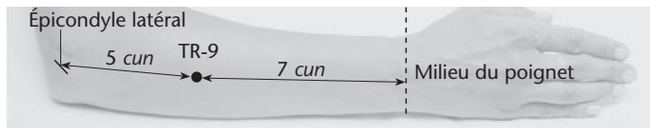
Attention : lorsque la main est en supination, la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11** passe le long du bord radial de l'avant-bras. Mais lorsque le bras est en pronation, elle traverse l'avant-bras. **GI-8** se trouve sur la face dorsale du radius et il est plus facile de le localiser lorsque le bras est en position intermédiaire et le coude fléchi. On peut aussi localiser **GI-8** 4 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **GI-11**, ou 2 *cun* en direction proximale par rapport au milieu de la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11** (technique de l'amplitude de la main, ➞ 2.3.3).

➞ **TR-9** se trouve 4 *cun* en direction distale par rapport à l'olécrâne, entre le radius et l'ulna, environ 1 *cun* en direction distale par rapport à **GI-8**, au centre du dos de l'avant-bras.



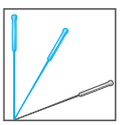
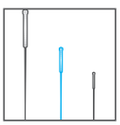
Insertion de l'aiguille

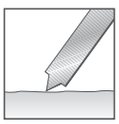
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.



Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Rafraîchit et expulse le Vent.
- Harmonise l'Intestin Grêle.

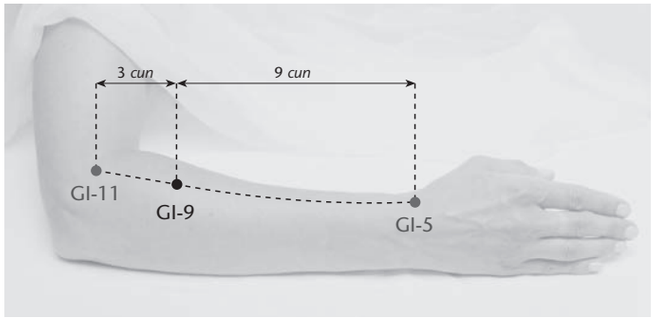



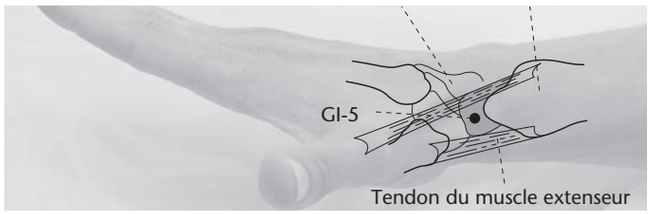



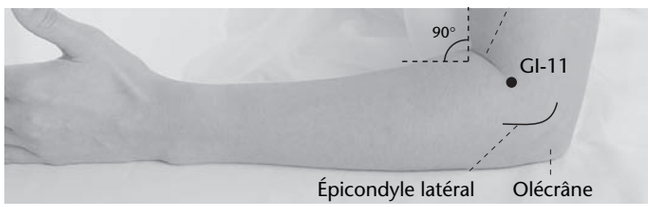


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Angle supérieur SHANGLIAN GI-9







Localisation

3 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité latérale du pli du coude, dans la direction de la tabatière anatomique et sur la ligne qui relie → **GI-5** et → **GI-11**.

Comment le trouver

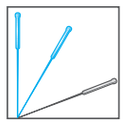
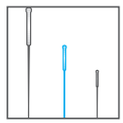
Attention : lorsque la main est en supination, la ligne qui relie → **GI-5** et → **GI-11** passe le long du bord radial de l'avant-bras. Mais lorsque le bras est en pronation, elle traverse l'avant-bras. **GI-9** se trouve sur la face dorsale du radius et il est plus facile de le localiser lorsque le bras est en position intermédiaire et le coude fléchi. À partir de → **GI-11**, mesurer 3 *cun* en direction distale. **GI-9** se trouve dans une dépression facilement palpable entre les deux ventres du muscle et il est souvent sensible à la pression.

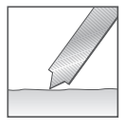
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien, rafraîchit et expulse le Vent.
- Harmonise le Gros Intestin.

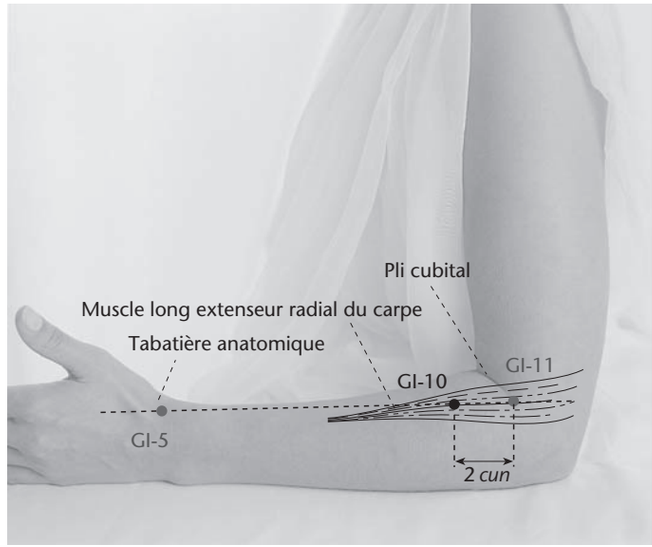


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-10 *Trois miles du bras* SHOUSANLI

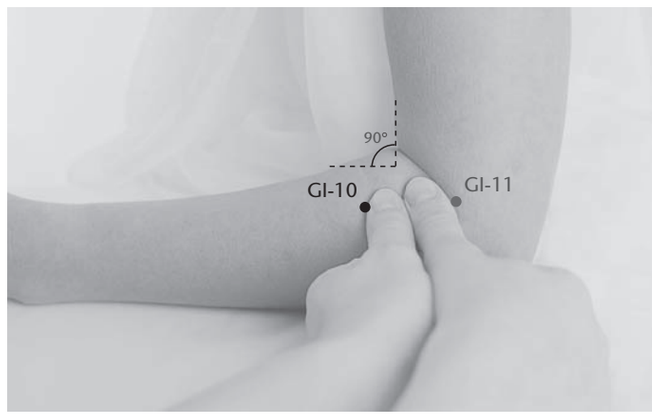
Localisation

2 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **GI-11**, sur la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11**, sur le muscle long extenseur radial du carpe ; une insertion plus profonde permet d'atteindre le muscle supinateur.



Comment le trouver

Attention : lorsque la main est en supination, la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11** passe le long du bord radial de l'avant-bras. Mais lorsque le bras est en pronation, elle traverse l'avant-bras. **GI-10** se trouve sur la face dorsale du radius et il est plus facile de le localiser lorsque le bras est en position intermédiaire et le coude fléchi. Tout d'abord, localiser ➞ **GI-11** dans la dépression latérale par rapport à l'extrémité radiale du pli cubital. ➞ **GI-10**, généralement sensible à la pression, se trouve à 2 *cun* de ➞ **GI-11** en direction distale, sur la ligne qui relie ➞ **GI-5** et ➞ **GI-11**.

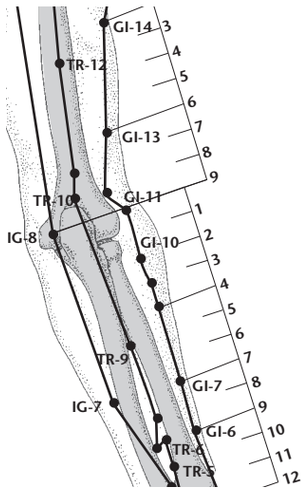


Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

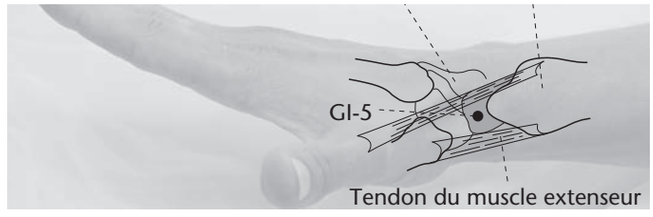
Actions/indications

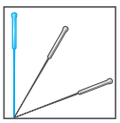
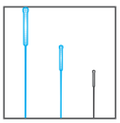
- Régule le Qi et le Sang (dans les membres supérieurs), ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.
- Harmonise les Intestins et l'Estomac.

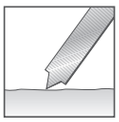


Caractéristiques particulières

Point local important, souvent utilisé avec des points d'autres méridiens selon la méthode d'association des points chaînes et des points cadenas.



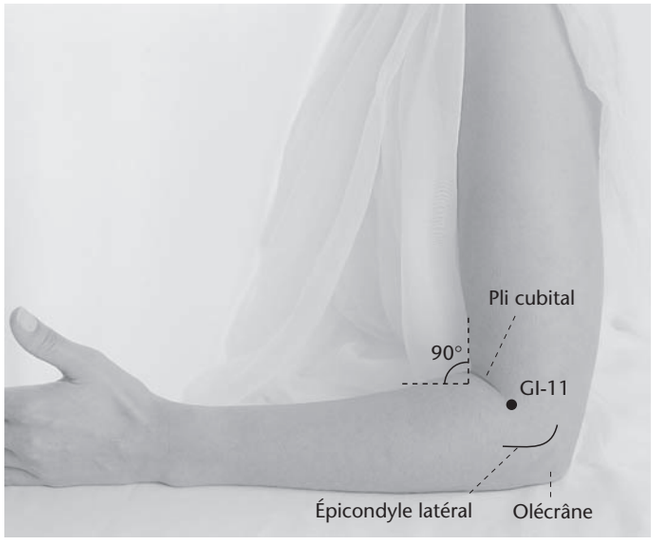





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Bassin sur la courbe QUCHI GI-11



Localisation

Lorsque le coude est fléchi, sur l'extrémité latérale du pli du coude, dans une dépression située entre l'extrémité de ce pli et l'épicondyle latéral de l'humérus, sur le muscle long extenseur radial du carpe.

Comment le trouver

Tout d'abord, lorsque le coude est complètement fléchi, localiser l'extrémité latérale du pli du coude. Ensuite, le coude formant un angle approximatif de 90°, rechercher une dépression sensible à la pression dans cette zone, sur le muscle long extenseur radial du carpe. **GI-11** se trouve près du bord de la face proximale de l'ulna.

Au niveau du pli du coude, on trouve également → **P-5**, → **MC-3** (respectivement sur le bord radial ou le bord ulnaire du tendon du biceps) et → **C-3** (à l'extrémité médiale du pli cubital lorsque le coude est complètement fléchi).

Insertion de l'aiguille

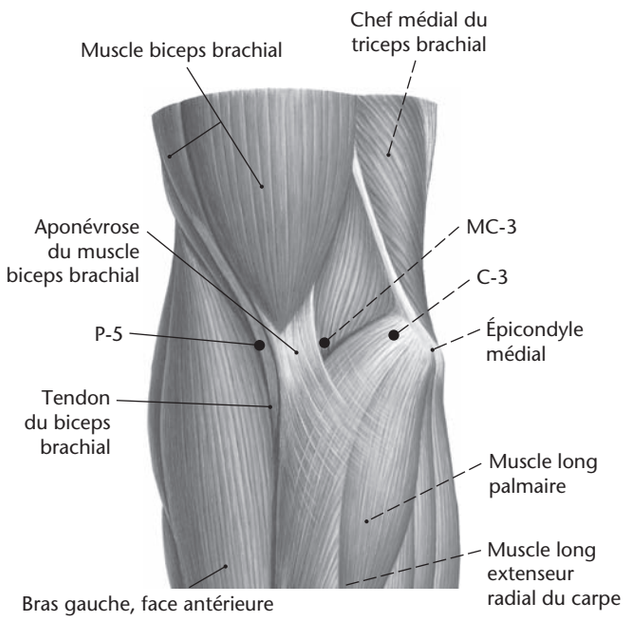
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

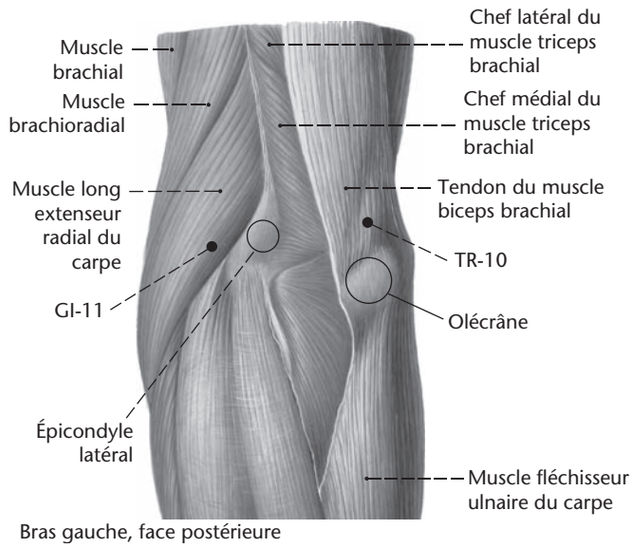
- Élimine la Chaleur, expulse le Vent.
- Élimine le Feu du *yangming*.
- Rafraîchit le Sang, draine l'Humidité, soulage les démangeaisons.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

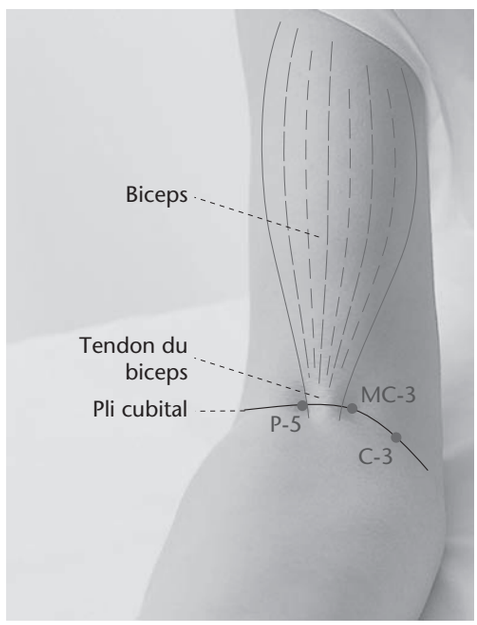
Point Mer (*he*), point Terre, point de tonification, point des fantômes de Sun Si Miao, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point important pour traiter les pathologies du Cœur et les troubles des extrémités supérieures.



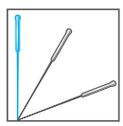
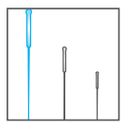
Bras gauche, face antérieure

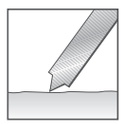


Bras gauche, face postérieure



Bras droit, face antérieure



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-12 *Creux du coude* ZHOULIAO

Localisation

1 *cun* en direction proximale par rapport à l'extrémité latérale du pli du coude (➞ **GI-11**), sur le bord antérieur de l'humérus.

Comment le trouver

Il est plus facile de localiser **GI-12** lorsque le coude forme un angle de 90°. À partir de ➞ **GI-11** (à l'extrémité latérale du pli du coude), mesurer 1 *cun* en direction proximale. Là, rechercher le bord antérieur de l'humérus. **GI-12** se situe à la jonction de la diaphyse et de l'épicondyle latéral de l'humérus, en avant du bord antérieur de l'os.

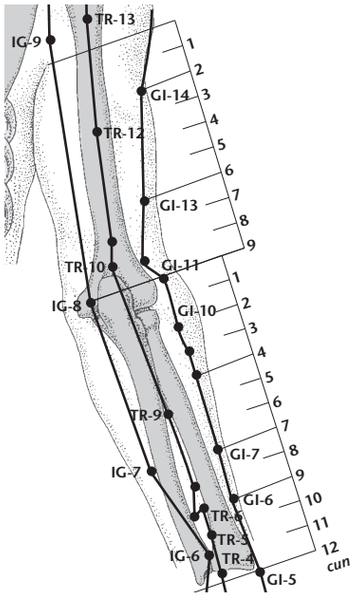
Insertion de l'aiguille

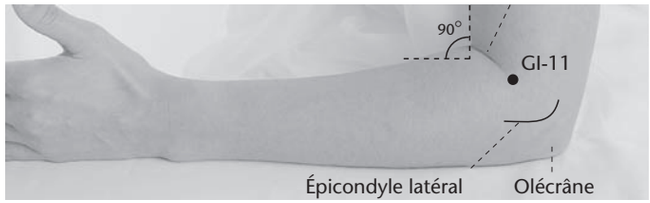
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. Insérer l'aiguille entre le bord de l'humérus et les muscles fléchisseurs, en direction médiale.

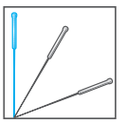
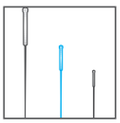
Actions/indications

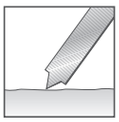
- Ouvre le méridien.







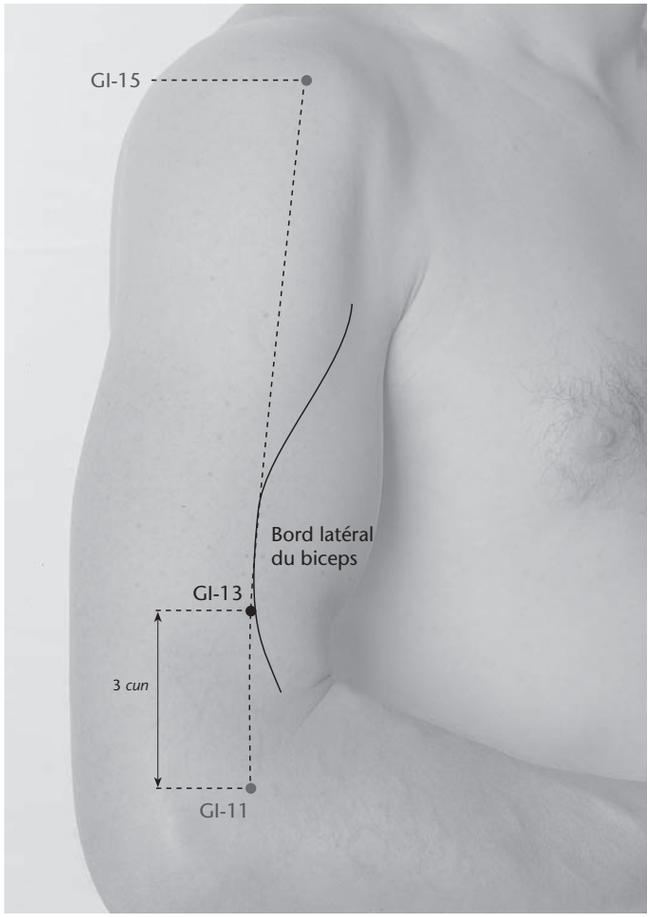



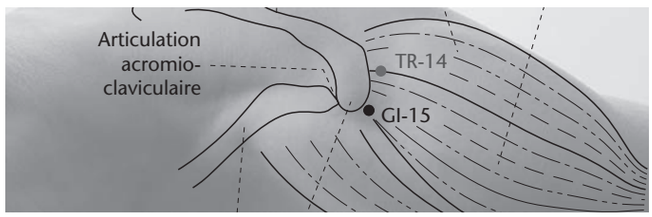





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cinq miles du bras SHOUWULI GI-13





Localisation

Sur la face latérale du bras, 3 *cun* en direction proximale par rapport à l'extrémité latérale du pli de coude (→ **GI-11**), en direction de la tête de l'humérus.

Comment le trouver

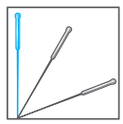
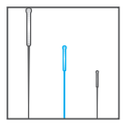
Ce point se situe sur une ligne qui relie → **GI-11** (extrémité latérale du pli de coude) et → **GI-15** (dans une dépression à l'avant et en dessous de l'acromion), sur la face latérale du biceps, dans un sillon situé entre le biceps et le muscle brachial. Le coude formant un angle de 90°, mesurer 3 *cun* en direction proximale à partir de → **GI-11**. Il faut demander au patient de contracter le biceps.

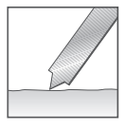
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur, le long du bord antérieur de l'humérus.

Actions/indications

- Ouvre le méridien.

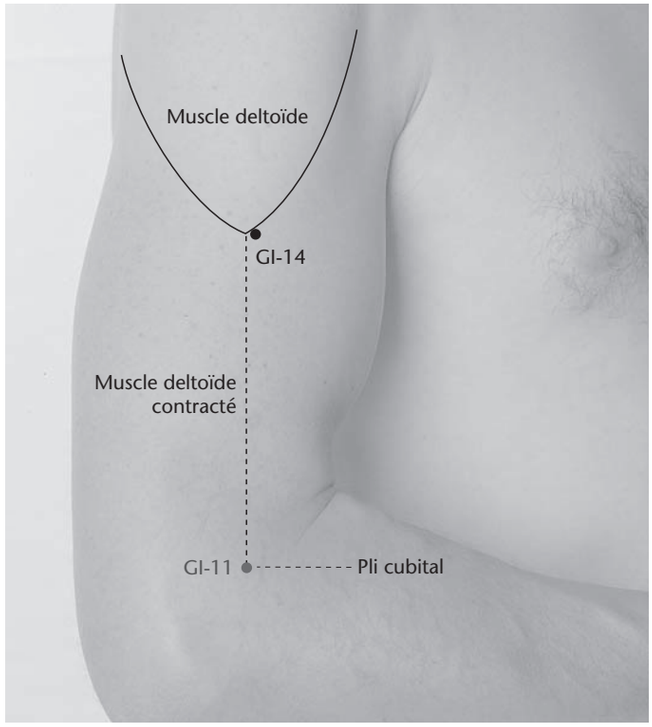


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-14 *Bras* BINAO

Localisation

Sur la face latérale du bras, sur une ligne qui relie ➞ **GI-11** et ➞ **GI-15**, 7 *cun* en direction proximale par rapport à ➞ **GI-11**, légèrement au-dessus de l'insertion inférieure du deltoïde.



Comment le trouver

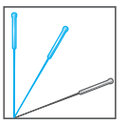
Il est plus facile de localiser ce point lorsque le coude est fléchi et que le muscle deltoïde se contracte sous l'effet d'une résistance qu'on lui oppose, ce qui rend plus visible le bord latéral du ventre du muscle. **GI-14** se trouve dans une dépression au niveau de l'insertion inférieure du deltoïde. « Si le patient monte le bras fléchi toucher le bout de son nez, il va trouver la localisation approximative de ce point ». **Repères anatomiques :** ce point se situe environ 2 *cun* en dessous et en avant du pli axillaire (➞ 2.2).

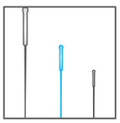
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, ou insertion oblique en direction de l'épaule pour traiter les pathologies de l'œil.

Actions/indications

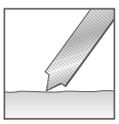
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- A des effets bénéfiques sur les yeux.









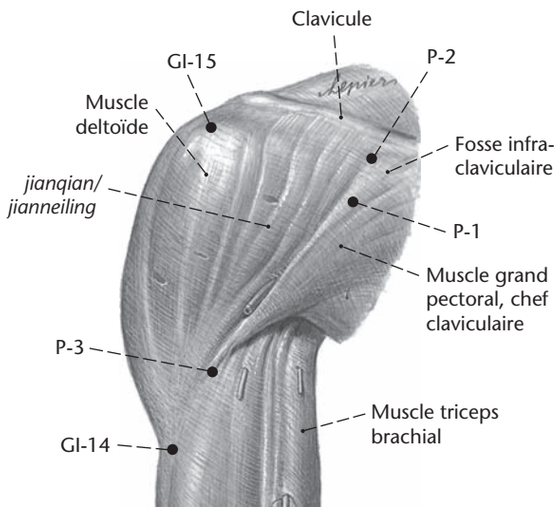


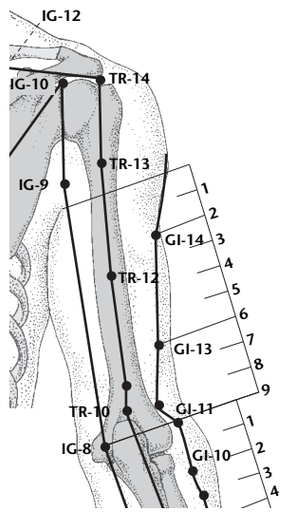


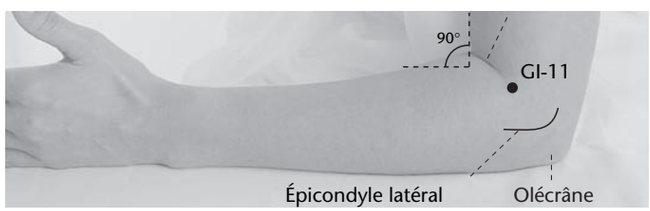


Caractéristiques particulières

Point local important. Selon certains auteurs, c'est le point de croisement du méridien du Gros Intestin avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le méridien de l'Intestin Grêle et le méridien de la Vessie.

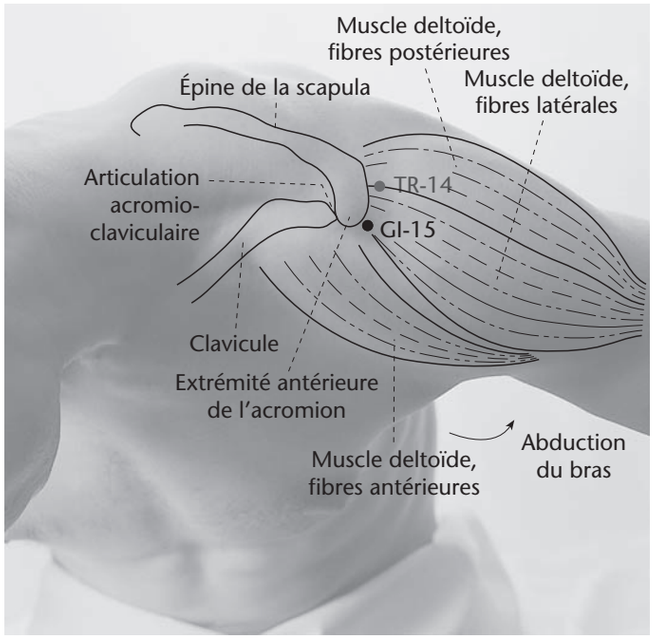


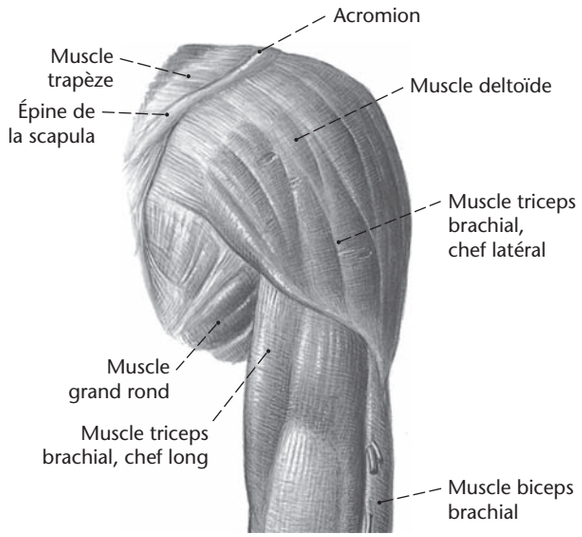




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Omoplate JIANYU GI-15





Localisation

Dans la dépression qui se trouve en avant et en dessous de l'acromion, entre la clavicule et les parties acromiale du deltoïde.

Comment le trouver

Demander au patient de mettre le bras en abduction. Lorsque le bras est à horizontale, deux dépressions se forment dans la zone d'insertion du deltoïde, distales par rapport à l'acromion. En mettant respectivement le pouce et l'index dans ces dépressions à la manière d'une pince (le pouce et l'index étant séparés par un travers de pouce), le doigt antérieur se trouve dans la dépression antérieure, là où est localisé **GI-15**.

→ **TR-14** se trouve en dessous du doigt postérieur, dans la dépression dorsale.

Insertion de l'aiguille

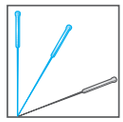
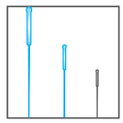
Le bras légèrement en abduction, insertion oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur dans l'interstice osseux, en direction postérieure ; le bras en abduction, insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun*. Faire attention à l'articulation de l'épaule.

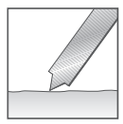
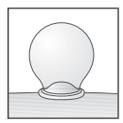
Actions/indications

- Expulse le Vent-Humidité, ouvre le méridien, soulage la douleur et a des effets bénéfiques sur l'articulation de l'épaule.
- Expulse le Vent.
- Régule le Qi, dissout les Glaires.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). Point local important pour les pathologies de l'épaule, souvent utilisé avec d'autres points du bras selon la méthode d'association des points chaînes et des points cadenas (→ 8.3.6).


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-16 *Grand os* JUGU

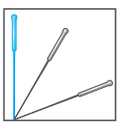
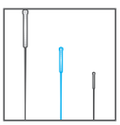
Localisation
Dans la dépression située entre l'extrémité acromiale de la clavicule et la jonction de l'épine de la scapula et de l'acromion.

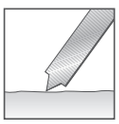
Comment le trouver
Ce point se situe sur l'épaule, à l'angle formé par l'articulation acromio-claviculaire et la jonction de l'épine de la scapula et de l'acromion (→ 3.3.1), au-dessus de la partie la plus latérale du muscle trapèze et des muscles sus-épineux. À cet endroit, le tendon des muscles sus-épineux se trouve en dessous de l'acromion, là où surgissent souvent des problèmes en raison du resserrement de cette structure anatomique (par exemple, syndrome d'empiètement).

Insertion de l'aiguille
Perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

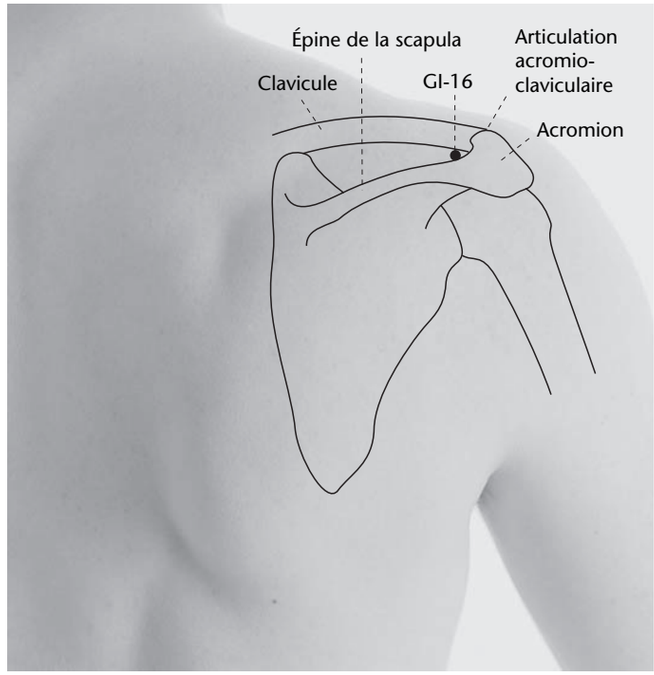
Actions/indications
- Ouvre le méridien, a des effets bénéfiques sur l'épaule.

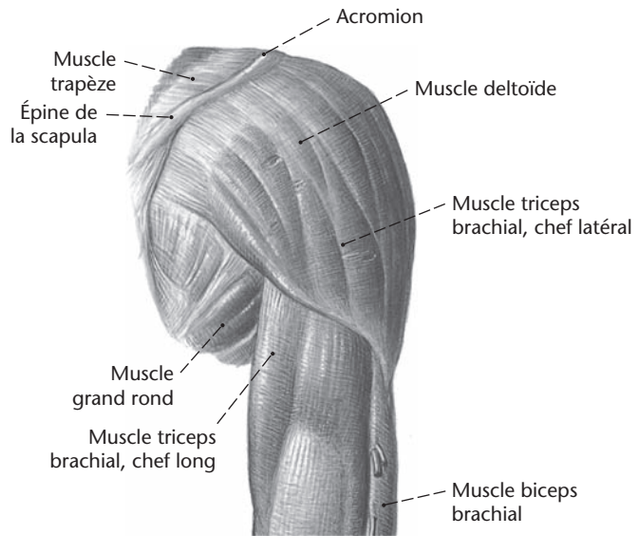
Caractéristiques particulières
Point de croisement avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).

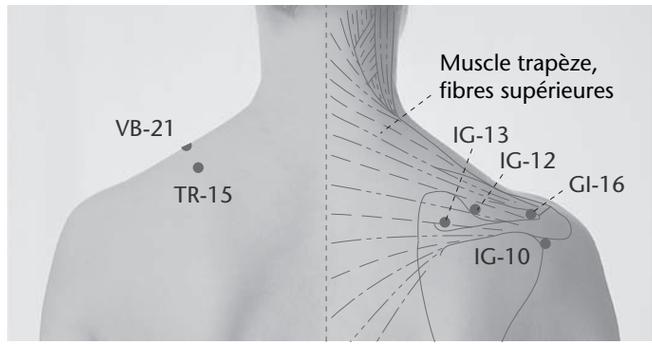





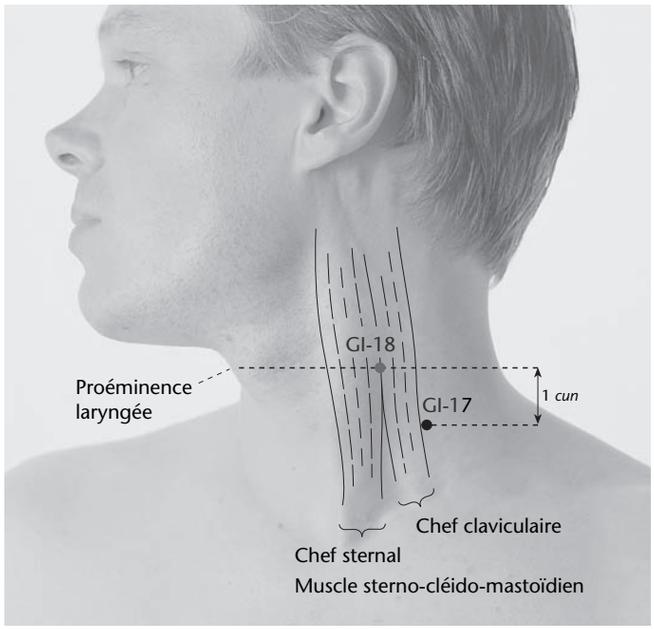






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Tripode du ciel TIANDING GI-17



Localisation

Sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, 1 *cun* en dessous de la proéminence laryngée.

Comment le trouver

Ce point se trouve sur la musculature latérale du cou, directement derrière le muscle sterno-cléido-mastoïdien. Lorsqu'on demande au patient de tourner la tête dans la direction opposée, le muscle est alors encore plus visible et mieux palpable.

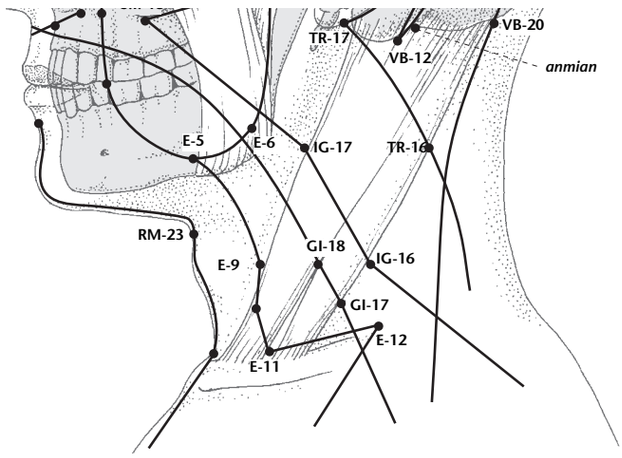
→ **GI-18** se trouve 1 *cun* au-dessus de **GI-17**, entre les deux chefs du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

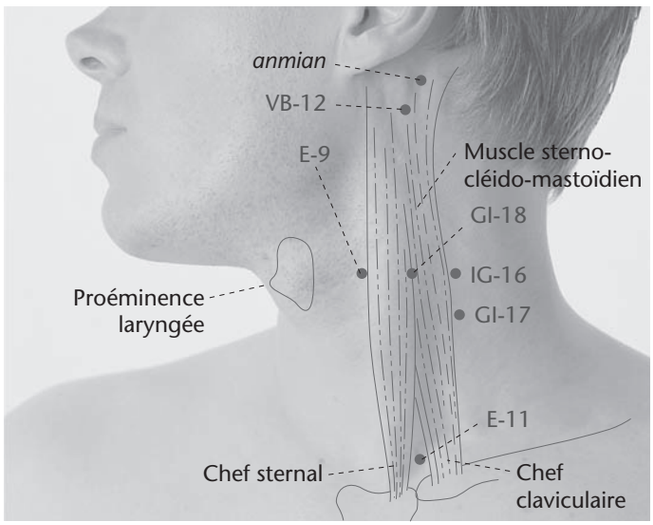
Insertion de l'aiguille

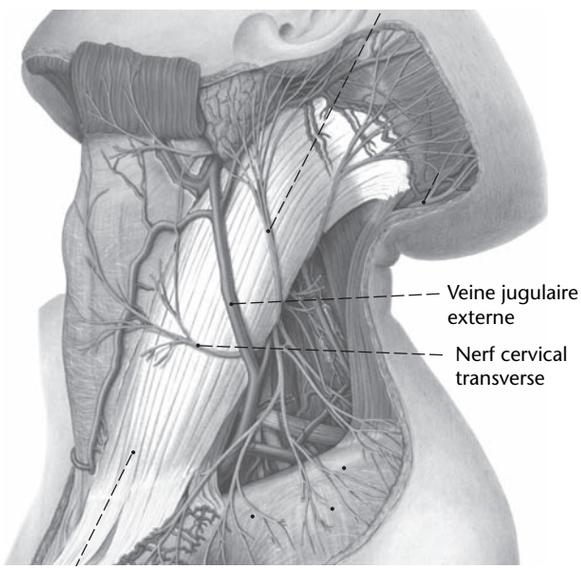
Demander au patient de remettre la tête droite avant d'insérer l'aiguille. Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion oblique jusqu'à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : une insertion profonde peut atteindre l'artère carotide ou la veine jugulaire.

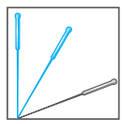
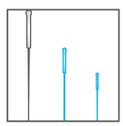
Actions/indications

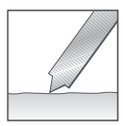
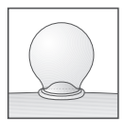
- A des effets bénéfiques sur la gorge et le larynx.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-18 *Support de la proéminence* FUTU

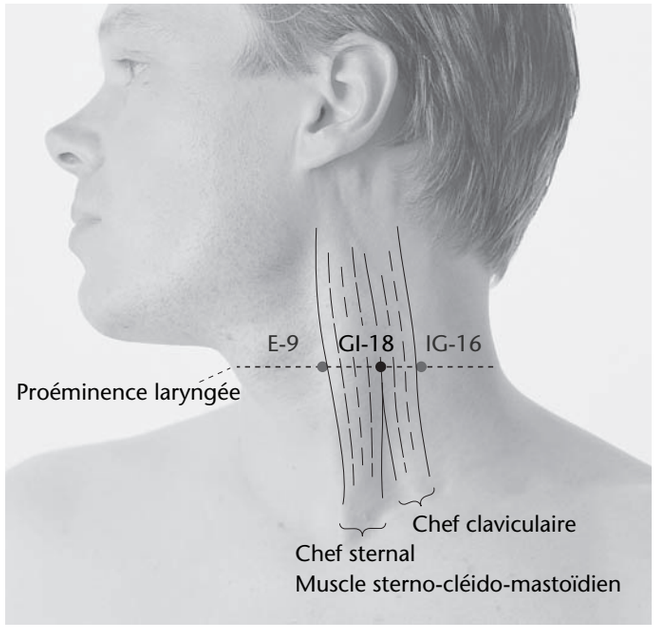
Localisation

Sur la face latérale du cou, à la hauteur de la proéminence laryngée, entre les chefs sternal et claviculaire du muscle sterno-cléido-mastoïdien (→ 3.2).

Comment le trouver

À partir de la proéminence laryngée (sommet de la pomme d'Adam), tracer une ligne qui traverse le muscle sterno-cléido-mastoïdien jusqu'à son bord postérieur. **GI-18** se trouve entre les deux chefs de ce muscle, plus visible et mieux palpable lorsqu'on tourne la tête dans la direction opposée.

Au même niveau, on trouve → **E-9**, sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien et → **IG-16** sur le bord postérieur.



Insertion de l'aiguille

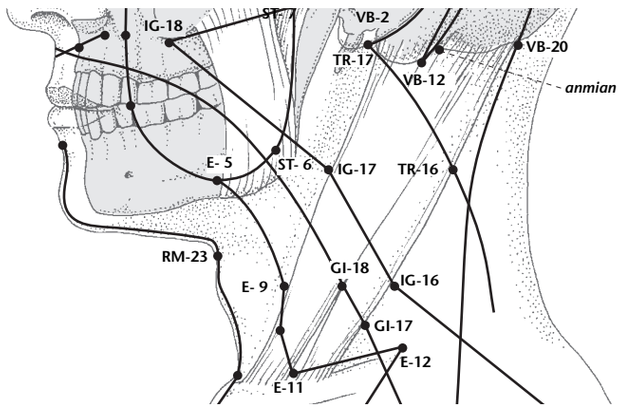
Demander au patient de remettre la tête droite avant d'insérer l'aiguille. Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion oblique jusqu'à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : une insertion profonde peut atteindre l'artère carotide ou la veine jugulaire.

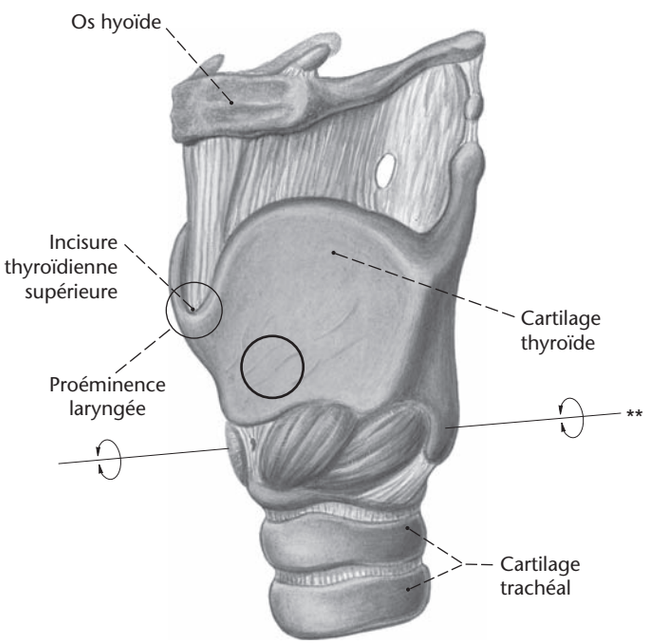
Actions/indications

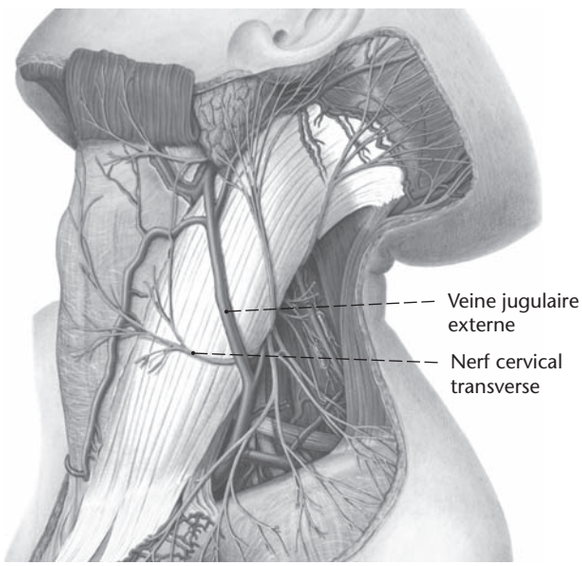
- A des effets bénéfiques sur la gorge et le larynx.

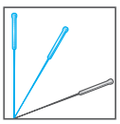
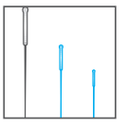
Caractéristiques particulières

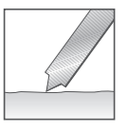
Point Fenêtre du Ciel. On l'utilise souvent lorsque la déglutition est difficile, par exemple, après une attaque d'apoplexie.







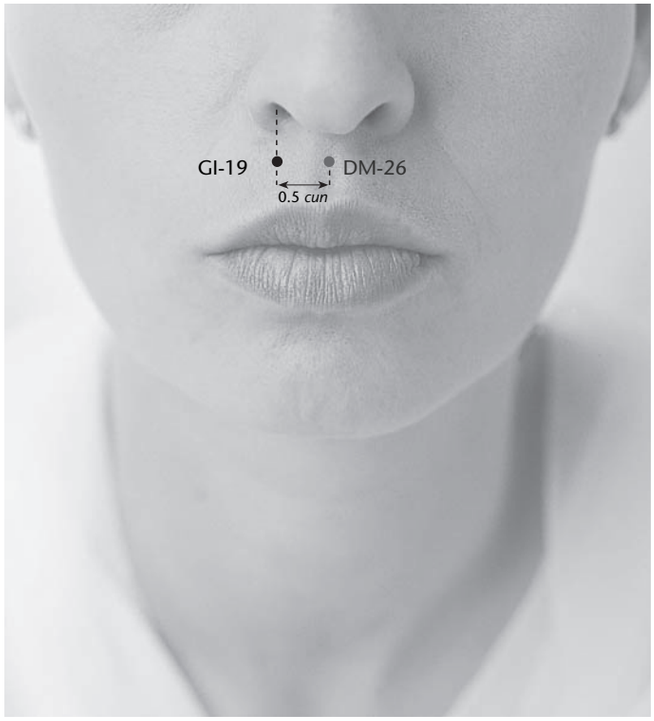





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crevasse de la graine de la bouche KOUHELIAO GI-19



Localisation

Sur le maxillaire supérieur, légèrement en dessous du bord latéral de la narine.

Comment le trouver

Lorsqu'on divise en trois la distance entre le bord de la narine et le bord de la lèvre supérieure, **GI-19** se trouve à la jonction du tiers supérieur et du tiers moyen.

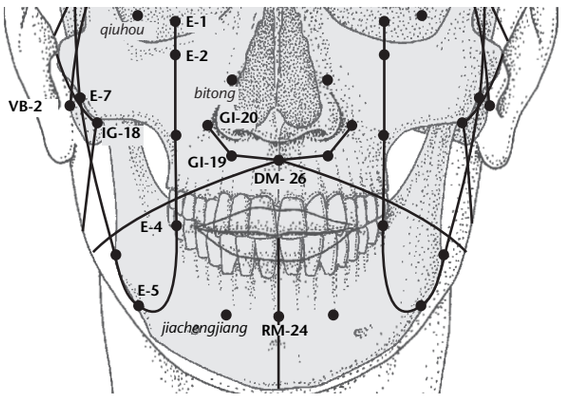
→ **DM-26** est situé au même niveau, sur la ligne médiane antérieure, à une distance d'environ 1,5 *cun*.

Insertion de l'aiguille

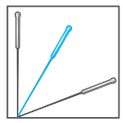
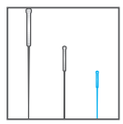
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Point douloureux ! Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

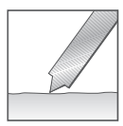
Actions/indications

- Expulse le Vent et ouvre les voies nasales.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-20 *Accueil du parfum* YINGXIANG

Localisation

Dans le sillon rhino-labial, au milieu du bord latéral de l'aile du nez.

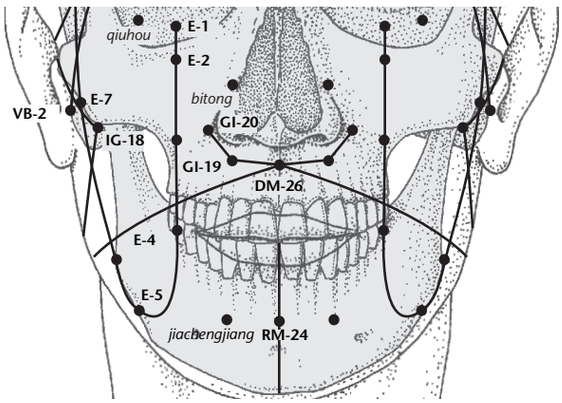


Comment le trouver

GI-20 se détermine en trouvant le milieu du bord latéral de l'aile du nez (→ 3.1.2) et en suivant le sillon rhino-labial. Conseil : le sillon rhino-labial se voit mieux lorsqu'on demande au patient de sourire.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire, oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction médiale et supérieure en allant vers le point hors méridien *bitong/shangyingxiang* (au bord supérieur du sillon rhino-labial, à la transition entre l'os du nez et le cartilage). Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

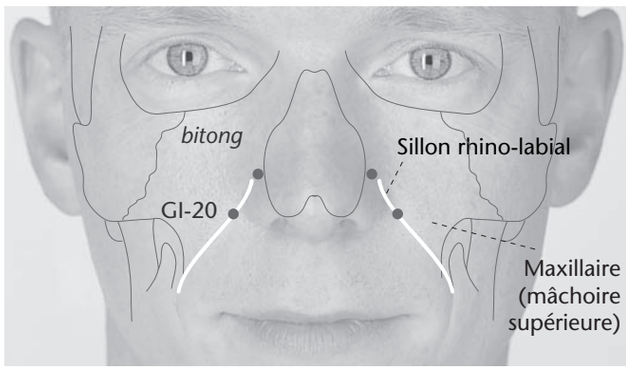


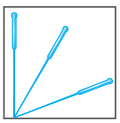
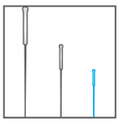
Actions/indications

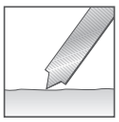
- Ouvre les noies nasales, expulse le Vent, élimine la Chaleur.

Caractéristiques particulières

Point de croisement avec le méridien de l'Estomac. Point local extrêmement important pour les troubles du nez.



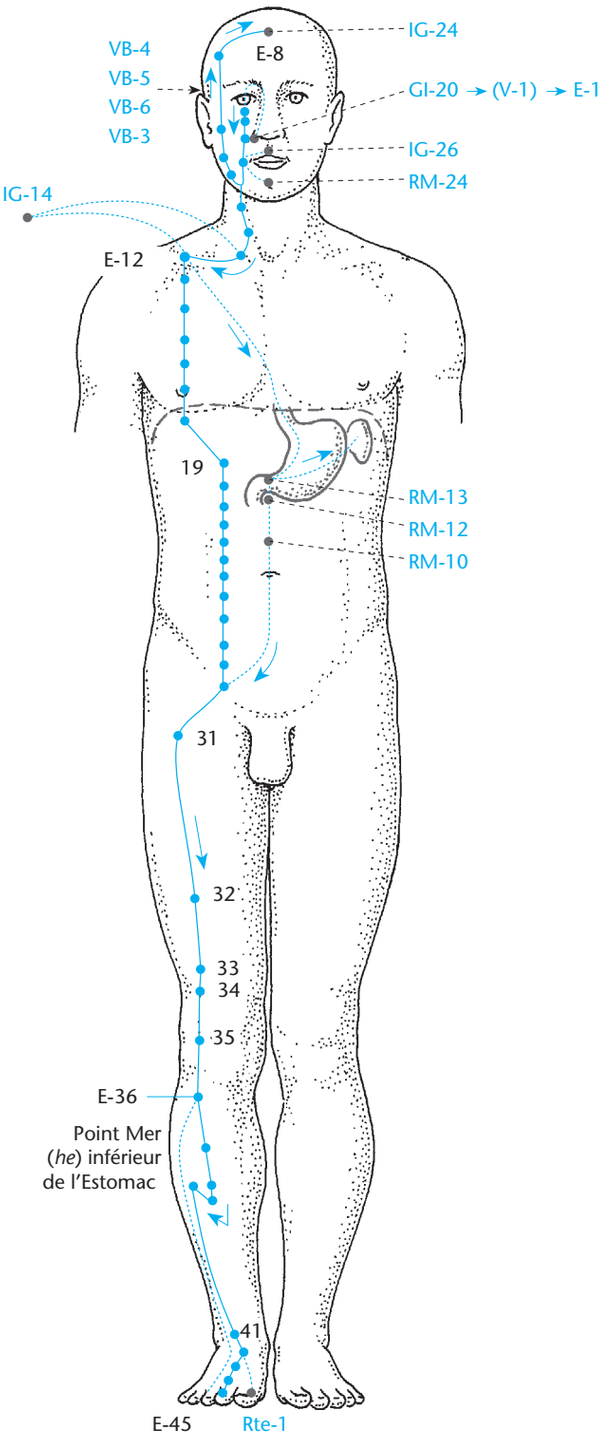



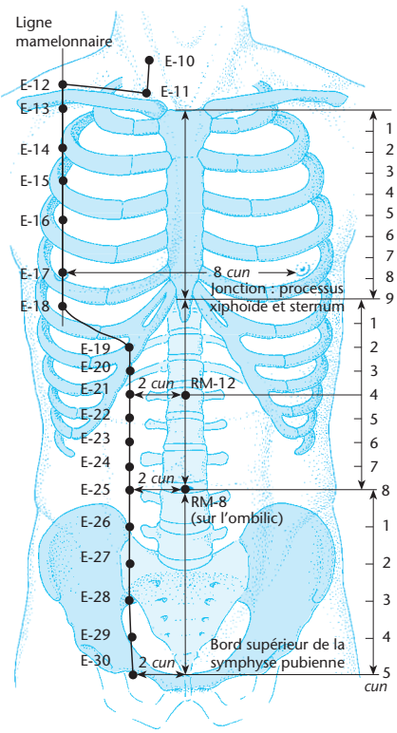


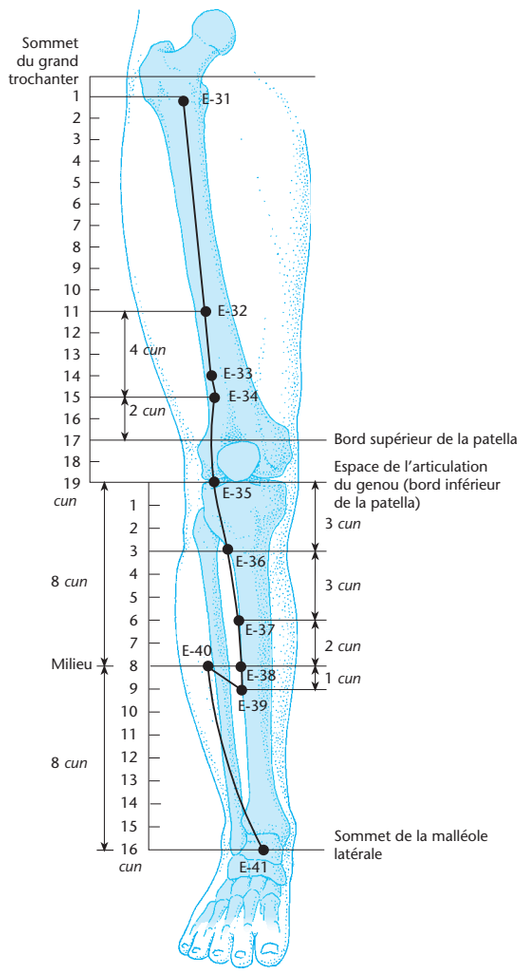
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.3 Méridiens de l'Estomac – méridiens *yang ming* du pied (*zu yang ming jing luo*)

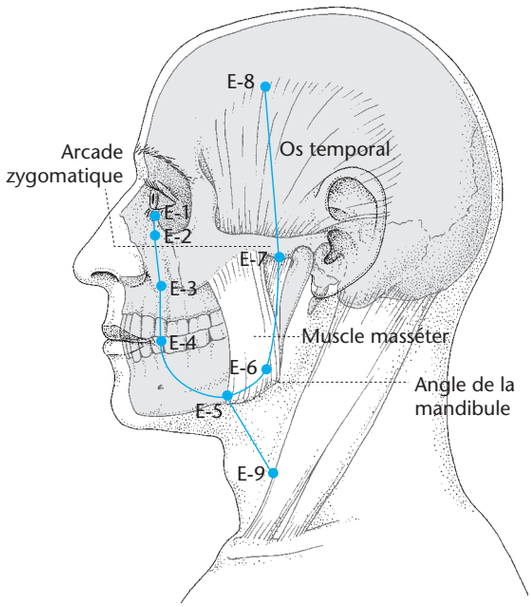
4.3.1 Méridien principal de l'Estomac (*zu yang ming jing*)







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Trajet

Le méridien principal de l'Estomac commence avec une branche **interne** à la connexion des axes Yang du premier grand circuit (*yang ming*), couple main-pied), au point → **GI-20** (*yingxiang*), sur le bord latéral de l'aile du nez.

- Il monte **à l'intérieur** jusqu'au au point → **V-1** (*jingming*), au canthus interne de l'œil,
- émerge à l'arête infra-orbitaire au point → **E-1** (*chengqi*), où commence la partie externe du méridien principal de l'Estomac,
- descend sur le côté du nez et **pénètre** dans la gencive supérieure.
- Il rencontre l'autre côté du méridien principal de l'Estomac au point → **DM-26** (*renzhong*), puis émerge à nouveau,
- contourne les lèvres et rencontre le vaisseau Conception (*ren mai*), puis à nouveau l'autre côté du méridien principal de l'Estomac au point → **RM-24** (*changjiang*),
- puis traverse la joue latéralement jusqu'à l'angle inférieur de la mandibule.

Là, au point → **E-5** (*daying*), il se **divise en deux branches** :

- **Une branche** monte en avant de l'oreille, passe par → **VB-3** (*shangguan*), → **VB-6** (*xuanli*), → **VB-5** (*xuanlu*) et → **VB-4** (*hanyan*), monte jusqu'au point → **E-8** (*touwei*), à la région temporale, puis continue sur le front jusqu'à → **DM-24** (*shenting*), où elle se termine.
- **L'autre branche externe** descend le long de la face latérale du cou jusqu'à la fosse sus-claviculaire et parcourt l'arrière du cou jusqu'au point → **DM-14** (*dazhui*), en dessous du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale, où elle rencontre les cinq autres méridiens principaux Yang.

Une branche interne descend de la fosse sus-claviculaire et va traverser le diaphragme, pénétrant d'abord dans l'Entraille (*fu*) auquel le méridien principal se rattache, l'Estomac (*wei*), puis se relie à la Rate (*pi*), Organe (*zang*) avec lequel le méridien est couplé. Des branches mineures du trajet **interne** passent par → **RM-13** (*shangwan*), → **RM-12** (*renzhong*) et → **RM-10** (*xiawan*). La branche interne descend alors vers la région inguinale, d'où elle émerge légèrement au-dessus de → **E-30** (*qichong*), puis elle se reconnecte avec la branche **externe**.

- Le méridien **externe** descend de la fosse sus-claviculaire, passe par le mamelon, descend latéralement, passe en dehors de l'ombilic, forme une courbe et se dirige vers la jambe et le genou, continue le long de la crête antérieure du tibia et sur le dessus du pied, avant de se terminer au point → **E-45** (*lidui*), au bord latéral de l'ongle du deuxième orteil.
- Une branche **interne** prend naissance en dessous de la région du genou, au point → **E-36** (*zusanli*) et parcourt la face latérale de l'orteil du milieu.
- Une autre branche se sépare du méridien principal au point → **E-42** (*chongyang*) sur le dessus du pied et se relie au méridien de la Rate, avec lequel le méridien principal est couplé, au point → **Rte-1** (*yinbai*), à l'angle médial de l'extrémité du gros orteil (connexion Yin-Yang du pied du premier grand circuit).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : forte fièvre, paludisme, face congestionnée, transpirations, confusion mentale, crainte du froid, douleur oculaire, sécheresse des voies nasales, épistaxis, sécheresse des lèvres et de la bouche, ulcérations des lèvres et de la bouche, gorge gonflée et douloureuse, douleur thoracique, jambes rouges et gonflées.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : distension abdominale, sensation de plénitude, œdème, irritabilité en activité et au repos, état maniaque et épilepsie, hyperpepsie, faim constante, urines jaunes.

Plénitude (*shi*) : sensation de chaleur sur la face antérieure du corps, faim constante, urines jaunes.

Vide (*xu*) : sensation de froid sur la face antérieure du corps, frissons, Froid de l'Estomac avec distension et plénitude.

Connexions du méridien principal de l'Estomac (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal de la Rate *(zu tai yin jing)*

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du premier grand circuit.

Lieux de connexion : E-42 → Rte-1 (sur le pied).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal de l'Intestin Grêle (*shou yang ming jing*)

Connexion : couplé selon la théorie des six niveaux (couple main-pied) **:** *yang ming* (axes Yang du premier grand circuit).

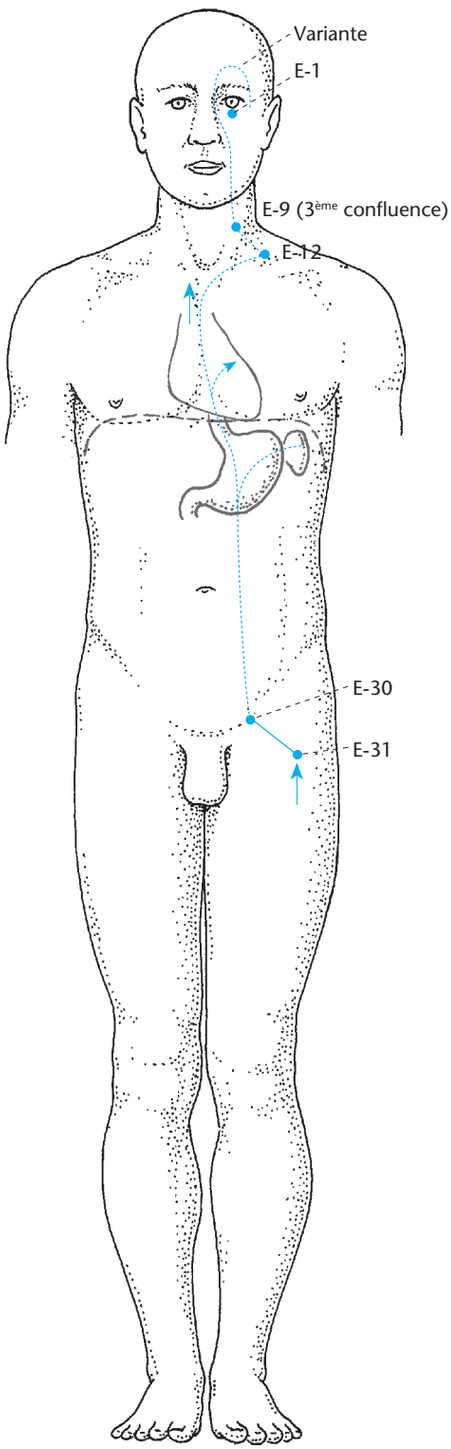
Lieux de connexion : GI-20 → (V-1) → E-1 (sur la tête).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)
Estomac (*wei*), Rate (*pi*).

4.3.2 Méridien divergent de l'Estomac (*zu yang ming jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent de l'Estomac se sépare du méridien principal au point ➞ **E-31** (*biguan*), sur la face antéro-latérale de la cuisse.

- ➡ Il pénètre dans le corps à la région inguinale, au point ➞ **E-30** (*qichong*),
- ➡ continue jusqu'à l'Estomac (*wei*) et se disperse dans la Rate (*pi*),
- ➡ monte et pénètre dans le Cœur (*xin*),
- ➡ puis monte le long de l'œsophage jusqu'à la fosse sus-sternale et court latéralement jusqu'à la fosse sus-claviculaire, jusqu'au point ➞ **E-12** (*quepen*).

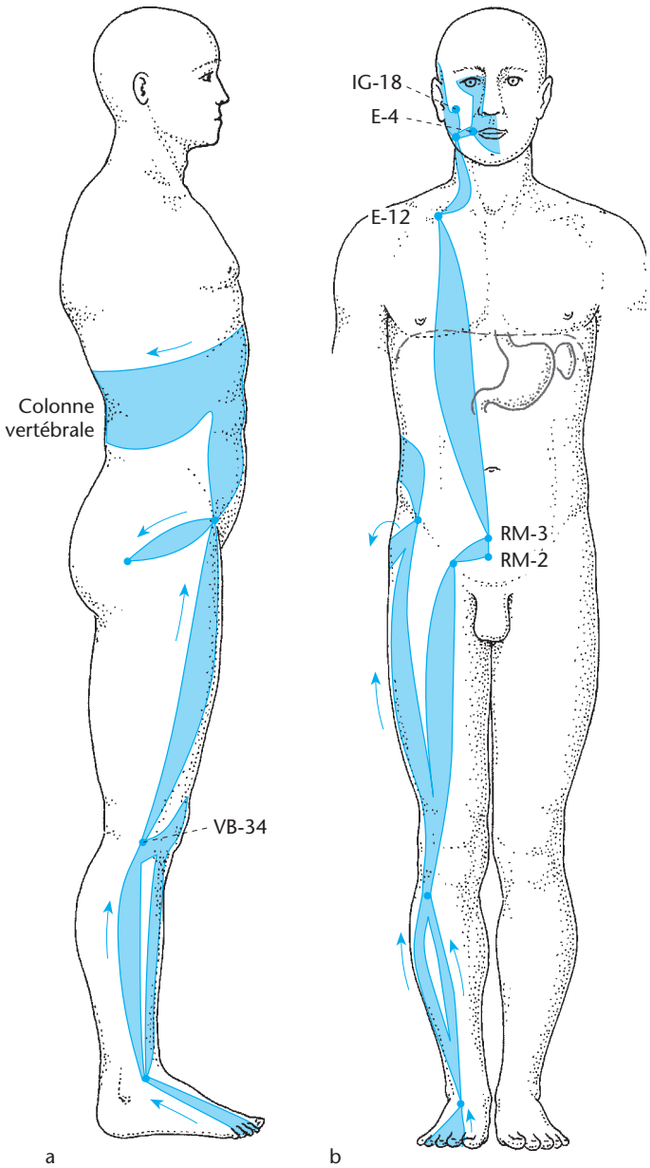
De là, il monte le long du bord du muscle sterno-cléido-mastoïdien et rencontre le méridien principal, de même que le méridien divergent de la Rate, au point ➞ **E-9** (*renying*), à l'une des six confluences (*he*) (ici E/Rte comme 3ème confluence, ➞ 1.3).
Il **émerge** ensuite à la bouche, descend le long du nez, atteint le canthus interne de l'œil et se relie à l'œil, encercle la région de l'œil et rencontre le méridien principal de l'Estomac au point ➞ **E-1** (*chengqi*), où il se termine (➞ fig.).
Selon certains auteurs, le méridien divergent de l'Estomac se relie au méridien principal de l'Estomac au point **V-1** (➞ variante, fig.). Après avoir croisé **V-1**, ce méridien divergent pourrait alors pénétrer dans la tête, se déployer dans le cerveau et émerger à nouveau au point **E-1**.

Importance clinique

- Il renforce la relation entre l'Estomac et la Rate (Viscères (*zangfu*)). Les points du méridien principal de l'Estomac peuvent donc servir à traiter les pathologies de la Rate et, inversement, les points du méridien principal de la Rate peuvent servir à traiter les pathologies de l'Estomac.
- Il diffuse le Qi à la face et aux organes des sens : de nombreux points situés sur le méridien de l'Estomac traitent les pathologies de la tête et de la face.
- Il renforce la relation entre l'Estomac et les yeux : on peut directement faire descendre la Chaleur et agir sur la plénitude en utilisant des points du méridien de l'Estomac.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.3.3 Le méridien musculaire de l'Estomac (*zu yang ming jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire de l'Estomac part d'une zone plus large englobant les trois orteils centraux, parcourt le dessus du pied, se fixe (*bie*) sur la dépression tibiale et se sépare en deux branches :

- **Une branche** monte obliquement le long de la **face antéro-latérale** de la jambe et se fixe (*bie*) sur la face latérale du genou. Puis il monte le long de la **face antéro-latérale** de la cuisse et se fixe (*bie*) sur la partie antérieure de la hanche. De là, une branche se dirige vers → **VB-30** (*huantiao*), en direction du grand trochanter. Le méridien musculaire parcourt la région antérieure de la hanche, traverse le côté de l'abdomen et se déploie dans la partie inférieure de la cage thoracique jusqu'à la colonne vertébrale.
- **Une autre branche** suit le tibia sur la **face antérieure** de la partie inférieure de la jambe et se fixe (*bie*) au niveau de la patella. De là, une branche monte à la tête de la fibula, où elle rencontre → **VB-34** (*yanglingquan*).
- À partir de la patella, le méridien monte le long de face antérieure de la cuisse et se fixe (*bie*) sur la région inguinale, passe par → **RM-2** (*Qugu*) et se fixe (*bie*) au point → **RM-3** (*zhongji*). Il monte alors dans les régions thoracique et abdominale, et atteint la fosse sus-claviculaire où il se fixe (*bie*) au point → **E-12** (*quepen*). Il continue à monter sur la face antéro-latérale du cou et se fixe (*bie*) à l'angle de la mandibule.

À l'angle de la mandibule, le méridien se divise en trois branches :

- **Une branche** se termine devant l'oreille.
- **Une autre branche** monte à l'os zygomatique où elle rencontre les autres méridiens musculaires Yang au point → **IG-18** (*quanliao*).
- **La troisième branche** encercle la bouche, monte à la région supérieure du nez et se relie à cet endroit avec le méridien musculaire de la Vessie, avant de se déployer le long de la paupière inférieure. Le méridien musculaire de la Vessie se déploie aussi le long de la paupière inférieure, de sorte que ces deux méridiens forment un réseau autour des yeux.

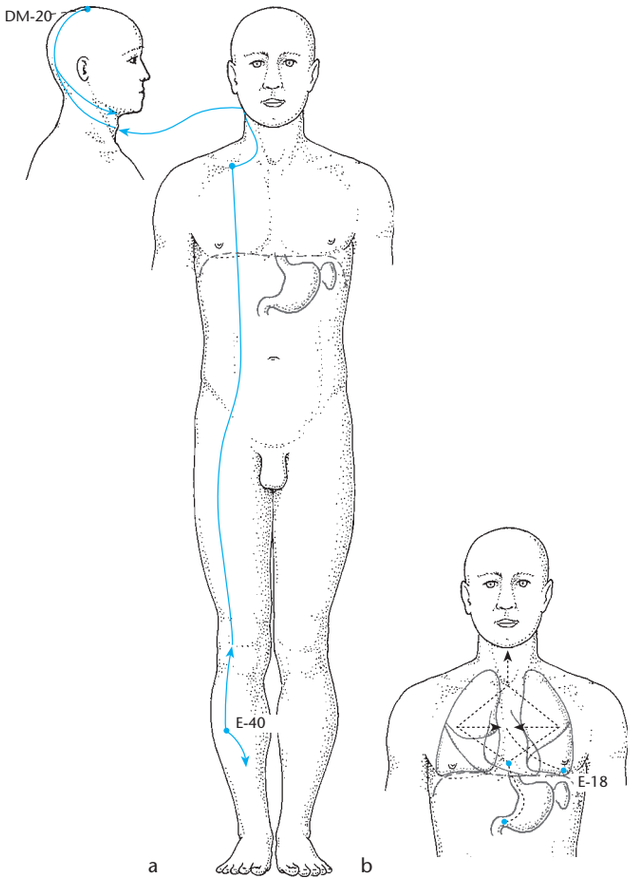
Importance clinique

Pathologie : raideur et douleur des orteils, crampes de la jambe (muscles gastrocnémien et quadriceps), raideur et douleur du coude-pied (au niveau de → **E-41**), gonflement et tension de la région inguinale, troubles herniaires et urogénitaux (troubles *shan*), douleur en forme de crampes dans l'abdomen ou la région de la fosse sus-claviculaire et la face, paralysie faciale, faiblesse et paralysie du muscle rectal supérieur.

Indications : de nombreux points servent à traiter les syndromes d'obstruction douloureuse (syndrome *bi*) sur le trajet du méridien de l'Estomac. La zone couverte par le méridien musculaire de l'Estomac est plus vaste que celle couverte par le méridien principal de l'Estomac, ce qui explique que les indications des points du méridien principal comprennent des troubles et des pathologies des organes génitaux externes (par exemple, des troubles des voies urinaires, les cystites, les hernies et les orchites, qui sont souvent traités en association avec des points du méridien du Foie), de même que des troubles des paupières et de tous les organes des sens.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.3.4 Méridien *luo* de communication de l'Estomac (*zu yang ming luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication de l'Estomac se sépare du méridien principal de l'Estomac au point *luo* de communication **E-40** (*fenglong*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal de la Rate avec lequel le méridien de l'Estomac est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe) ; celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** de l'Estomac qui va vers le point source (*yuan*) → **Rte-3** (*taibai*).

➡ Une partie **longitudinale** monte le long de la face antéro-latérale de la jambe jusqu'au torse et atteint la face latérale du cou au point → **E-12** (*quepen*), où elle se divise en deux branches : **une branche** traverse le cou, l'**autre branche** va à l'occiput et monte sur la tête jusqu'au point → **DM-20** (*baihui*).

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

- **Contresens du Qi :** gonflement et douleur de la gorge, aphonie soudaine, sensation de constriction dans la gorge.
- **Plénitude (*shi*) :** troubles psychologiques, mais également état maniaque et épilepsie.
- **Vide (*xu*) :** syndrome d'atrophie avec faiblesse musculaire et paralysie (syndrome *wei*) des jambes.

Grand méridien *luo* de communication de l'Estomac (*wei zhi dao luo* ou *xu li*)

Trajet

Le grand méridien *luo* de communication de l'Estomac commence à l'Estomac (*wei*), traverse le diaphragme, croise → **RM-17** (*shanzhong*) et se déploie dans le Poumon (*fei*), la trachée et le larynx. Du Poumon, il va au Cœur (*xin*) et émerge sur la face gauche du thorax, près de → **E-18** (*rugen*), là où les battements du cœur sont visibles (→ 8.1.2).

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

- **Plénitude (*shi*) :** dyspnée.
- **Vide (*xu*) :** sensation de constriction dans la poitrine accompagnée, par exemple, d'asthme, de toux, d'angine de poitrine, etc.

4.3.5 Région cutanée (*yang ming pi bu*)

Voir figures et descriptions, → 1.6.

4.3.6 Points du méridien de l'Estomac (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction (→ 8.1)

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : E-42** (*chongyang*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : E-40** (*fenglong*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3): E-34** (*liangqiu*) ■■.
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-21** (*weishu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : RM-12** (*zhongwan*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Métal), point de sédation : **E-45** (*lidui*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Eau) : **E-44** (*neiting*) ■■,
  - point rivière (*shu*) (Bois) : **E-43** (*xiangu*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Feu), point de tonification : **E-41** (*jiexi*) ■■,
  - point mer (*he*) (Terre), point *ben* (point Cinq Éléments) : **E-36** (*zusanli*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : –**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) :**
  - de l'Estomac : **E-36** (*zusanli*) ■■,
  - du Gros Intestin : **E-37** (*shangjuxu*) ■■,
  - de l'Intestin Grêle : **E-39** (*xiajuxu*) ■■.
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le vaisseau Conception (*ren mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* : **E-1** (*chengqi*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)* : **E-2** (*sibai*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : **E-3** (*juliao*),
  - avec le méridien principal du Gros Intestin, le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* et le vaisseau Conception (*ren mai*)* : **E-4** (*dicang*),
  - avec le méridien de la Vésicule Biliaire* : **E-5** (*daying*), **E-6** (*jiache*),
  - avec le méridien de la Vésicule Biliaire : **E-7** (*xiaguan*) ■■, **E-9** (*renyin*),
  - avec le méridien de la Vésicule Biliaire et le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **E-8** (*touwei*) ■■,
  - avec les méridiens principaux du Gros Intestin, de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire : **E-12** (*quepen*),
  - avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire* : **E-30** (*qichong*) ■■,
  - d'autres méridiens avec le méridien de l'Estomac : **GI-20, V-1, VB-3, VB-4, VB-5, VB-6, DM-14, DM-24, DM-26, DM-28***, **RM-10*, RM-12, RM-13, RM-24, VB-14*, VB-21*** .
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour l'abdomen : E-36** (*zusanli*) ■■.
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : E-9** (*renyin*).
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) :**
  - point de la Mer du Qi : **E-9** (*renyin*),
  - point de la Mer des Aliments : **E-30** (*qichong*) ■■, **E-36** (*zusanli*) ■■,
  - point de la Mer du Sang : **E-37** (*shangjuxu*) ■■, **E-39** (*xiajuxu*) ■■.
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : E-36** (*zusanli*) ■■, **E-44** (*neiting*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : E-6** (*jiache*) ■■.
- **Autres points fonctionnels :**
  - point *mu* antérieur du Gros Intestin : **E-25** (*tianshu*) ■■,
  - « point des Glaires », point extrêmement important en acupuncture : **E-40** (*fenglong*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) -** yeux – **E-1** (*chengqi*) ■■ ; bouche et dents – **E-4** (*dicang*), **E-6** (*jiache*) ■■ ; mâchoire – **E-7** (*xiaguan*) ■■ ; Gros Intestin – **E-25** (*tianshu*) ■■ ; Intestin Grêle et Vessie – **E-28** (*shuidao*) ; région urogénitale – **E-30** (*qichong*) ■■ ; genou – **E-34** (*liangqiu*) ■■, **E-35** (*dubi*) ■■, **E-36** (*zusanli*) ■■ ; pied – **E-41** (*jiexi*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** front – **E-8** (*touwei*) ■■ ; yeux – **E-2** (*sibai*) ■■ ; bouche/dents – **E-7** (*xiaguan*) ■■ ; gorge – **E-10** (*shuitu*) ; Rate, Estomac, Vésicule Biliaire – **E-21** (*liangmen*) ; Rein – **E-29** (*guilai*) ; région abdominale – **E-25** (*tianshu*) ■■, **E-26** (*wailing*), **E-30** (*qichong*) ■■ ; pied – **E-34** (*liangqiu*) ■■, **E-36** (*zusanli*) ■■ ; orteils – **E-41** (*jiexi*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** céphalées frontales – **E-44** (*neiting*) ■■ ; nez – **E-44** (*neiting*) ■■ ; bouche/dents – **E-44** (*neiting*) ■■ ; gorge **E-44** (*neiting*) ■■ ; région de l'épaule – **E-38** (*tiaokou*) ■■ ; Poumon – **E-40** (*fenglong*) ■■ ; Rate/Estomac – **E-36** (*zusanli*) ■■ ; Gros Intestin – **E-37** (*shangjuxu*) ■■ ; Intestin Grêle – **E-39** (*xiajuxu*) ■■ ; épigastre – **E-36** (*zusanli*) ■■ ; épaule – **E-36** (*zusanli*) ■■, **E-38** (*tiaokou*).

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **E-1** (chengqi) ■■ : point de croisement avec le vaisseau Conception (*ren mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* (→ 8.1.10) ; point local pour les yeux (→ 8.2.1).
- **E-2** (*sibai*) ■■ : point de croisement avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)* (→ 8.1.10) ; point adjacent pour les yeux (→ 8.2.1).
- **E-3** (*juliao*) : point de croisement avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10).
- **E-4** (*dicang*) : point de croisement le méridien principal du Gros Intestin, le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* et le vaisseau Conception (*ren mai*)* (→ 8.1.10) ; point local pour la bouche et les dents (→ 8.2.1).
- **E-5** (*daying*) : point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire.
- **E-6** (*jiache*) ■■ : Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15), point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire* (→ 8.1.10) ; point local pour la bouche et les dents (→ 8.2.1).
- **E-7** (*xiaguan*) ■■ : point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10) ; point adjacent pour les dents et la mâchoire (→ 8.2.1) ; point local pour la mâchoire (→ 8.2.1).
- **E-8** (*touwei*) ■■ : point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire et le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10) ; point adjacent pour les céphalées frontales (→ 8.2.1).
- **E-9** (*renyin*) : point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10) ; point de la Mer du Qi (→ 8.1.13) ; point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **E-10** (*shuitu*) : point adjacent pour le cou (→ 8.2.1).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **E-12** (*quepen*) : point de croisement avec les méridiens principaux du Gros Intestin, de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10).
- **E-21** (*liangmen*) : point adjacent pour la Rate, l'Estomac et la Vésicule Biliaire (→ 8.2.1).
- **E-25** (*tianshu*) ■■ : point *mu* antérieur du Gros Intestin (→ 8.1.5) ; point adjacent pour la région abdominale (→ 8.2.1).
- **E-26** (*wailing*) : point adjacent pour la région abdominale (→ 8.2.1).
- **E-28** (*shuidao*) : point local pour l'Intestin Grêle et la Vessie (→ 8.2.1).
- **E-29** (*guilai*) : point local pour la région urogénitale (→ 8.2.1).
- **E-30** (*qichong*) ■■ : point de croisement avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire * (→ 8.1.10) ; point de la Mer de l'Eau et des Aliments (→ 8.1.13) ; point local pour la région urogénitale (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la région abdominale (→ 8.2.1).
- **E-34** (*liangqiu*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) ; point adjacent important pour les pathologies du genou (→ 8.2.1).
- **E-35** (*dubi*) ■■ : point local important pour la région du genou (→ 8.2.1).
- **E-36** (*zusanli*) ■■ : point mer (*he*) (Terre) (→ 8.1.6), point *ben* (point Cinq Éléments) ; point mer (*he*) inférieur de l'Estomac (→ 8.1.9) ; point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) pour l'abdomen ; point de la Mer de l'Eau et des Aliments (→ 8.1.13) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14). point distal pour la Rate/l'Estomac et l'épigastre (→ 8.2.1) ; point local pour le genou (→ 8.2.1) ; point distal pour l'épaule (→ 8.2.1) ; point adjacent pour le pied (→ 8.2.1).
- **E-37** (*shangjuxu*) ■■ : point mer (*he*) inférieur du Gros Intestin (→ 8.1.9) ; point de la Mer du Sang (→ 8.1.13) ; point distal pour le Gros Intestin (→ 8.2.1).
- **E-38** (*tiaokou*) ■■ : point distal pour la région de l'épaule (→ 8.2.1).
- **E-39** (*xiajuxu*) ■■ : point mer (*he*) inférieur de l'Intestin Grêle (→ 8.1.9) ; point de la Mer du Sang (→ 8.1.13) ; point distal pour l'Intestin Grêle (→ 8.2.1).
- **E-40** (*fenglong*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; principal « point des Glaires » ; point distal pour le Poumon (→ 8.2.1).
- **E-41** (*jiexi*) ■■ : point fleuve (*jing*) (Feu) (→ 8.1.6), point de tonification ; point local pour le pied (→ 8.2.1) ; point adjacent pour les orteils (→ 8.2.1).
- **E-42** (*chongyang*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1).
- **E-43** (*xiangu*) ■■ : point rivière (*shu*) (Bois) (→ 8.1.6).
- **E-44** (*neiting*) ■■ : point jaillissement (*ying*) (Eau) (→ 8.1.6) ; point distal pour les céphalées frontales, de même que pour le nez, la bouche/dents et la gorge (→ 8.2.1) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14).
- **E-45** (*lidui*) ■■ : point puits (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6) ; point de sédation.

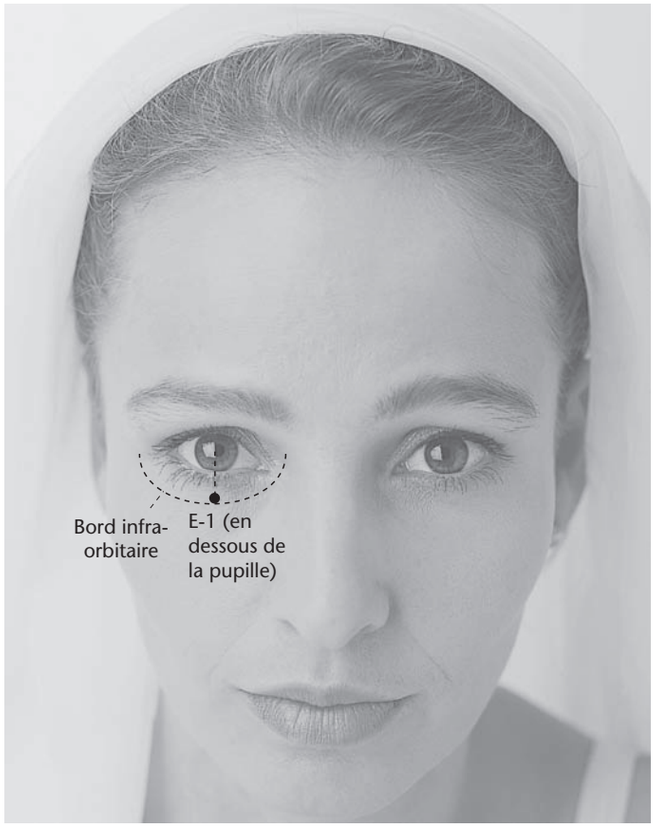
Conseils pour la localisation

- Points de **E-1** à **E-4** : ces points sont sur une ligne verticale passant par la pupille lorsque le patient regarde droit devant lui.
- Points de **E-12** à **E-18** : ces points sont tous sur la ligne mamelonnaire, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane :
  – **E-12** est dans la fosse sus-claviculaire,
  – **E-13** est au bord inférieur de la clavicule,
  – les points de **E-14** à **E-18** sont dans les espaces intercostaux, du 1er au 5ème.
- Points de **E-19** à **E-30** : ces points sont tous sur une ligne verticale à mi-chemin entre la ligne mamelonnaire et la ligne médiane antérieure, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane :
  – les points de **E-19** à **E-25** sont situés dans la zone des 8 *cun* proportionnels (→ 2.2), entre l'angle sterno-costal et l'ombilic (les points de **E-19** à **E-25** sont répartis régulièrement sur cette ligne, allant de 6 *cun* au-dessus de l'ombilic au niveau même de l'ombilic),
  – les points de **E-26** à **E-30** sont situés sur un espace de 5 unités proportionnelles en *cun* (→ 2.2), entre l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne (de 1 à 4 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Réservoir des larmes CHENGQI E-1



Localisation

Lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire.

Comment le trouver

Lorsque le patient regarde droit devant lui, les quatre premiers points du méridien de l'Estomac se trouvent sur une ligne verticale qui passe par le centre de la pupille. Dans la zone de la paupière inférieure, le bord infra-orbitaire se présente comme une structure osseuse bien nette. **E-1** se trouve sur la ligne verticale qui passe par la pupille, directement au-dessus du bord infra-orbitaire.

Insertion de l'aiguille

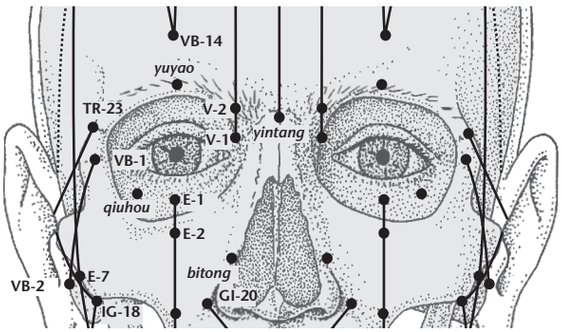
Demander au patient de regarder vers le haut. Avec le doigt, repousser doucement le globe oculaire vers le haut et insérer l'aiguille perpendiculairement, en direction dorsale, en suivant le bord infra-orbitaire. Attention : présence du plexus veineux et d'artères ; éviter de léser le globe oculaire et le périoste ! Cette insertion d'aiguille ne doit pas être pratiquée par des personnes qui n'ont pas eu une formation appropriée ! Attention, point douloureux ! Ne pas manipuler l'aiguille ! Après avoir retiré l'aiguille, maintenir un coton en appuyant fortement sur le point d'insertion pendant environ une minute pour éviter un hématome. La moxibustion est contre-indiquée sur ce point ! Parmi les points destinés à traiter les troubles oculaires et dont la puncture est moins risquée, on peut citer **V-2, TR-21, VB-1, E-2,** ***taiyang*** (point HM)**,** ***yuyao*** (point HM).

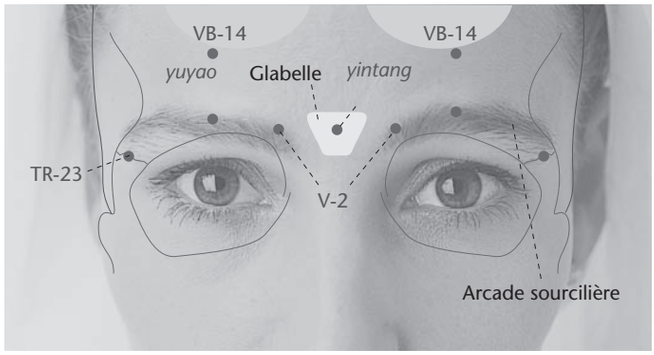
Actions/indications

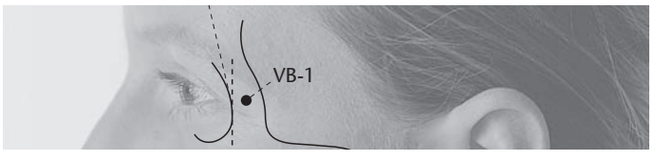
- Expulse le Vent et la Chaleur, dégage les yeux, a des effets bénéfiques sur les yeux.

Caractéristiques particulières

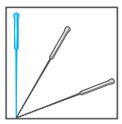
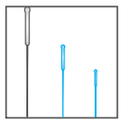
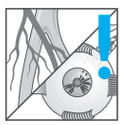
Point de croisement avec le vaisseau Conception (*ren mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et, pour certains auteurs, avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*), point local important pour les yeux, point d'entrée.

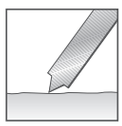










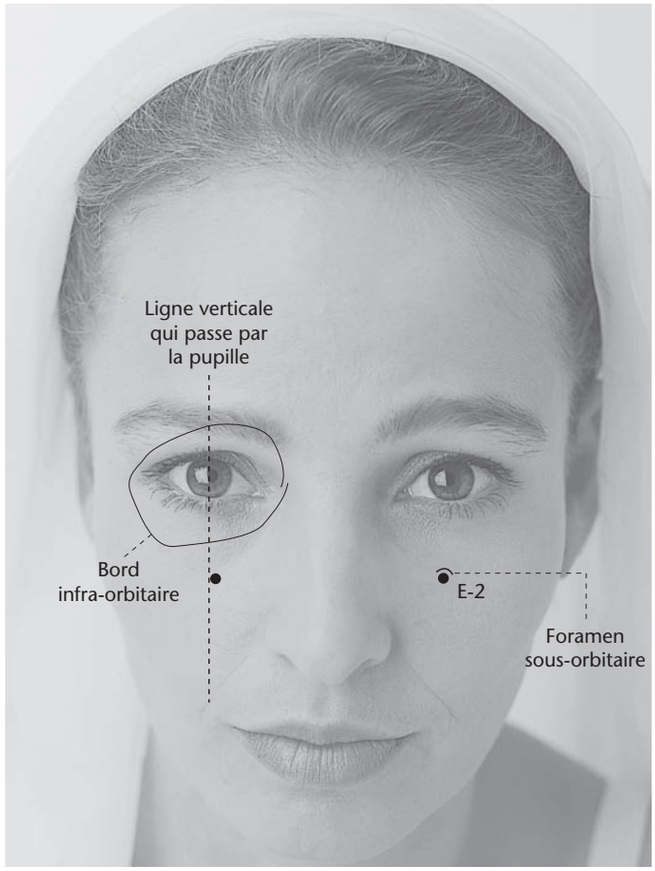


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-2 *Quatre blancs* SIBAI

Localisation

Lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point est situé directement en dessous du centre de la pupille, dans le creux du trou sous-orbitaire.

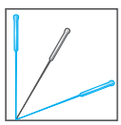
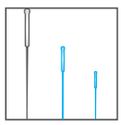


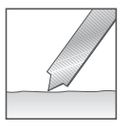
Comment le trouver

Lorsque le patient regarde droit devant lui, les quatre premiers points du méridien de l'Estomac se trouvent sur une ligne verticale qui passe par le centre de la pupille. Dans la zone de la paupière inférieure, le bord infra-orbitaire se présente comme une structure osseuse bien nette. À partir du bord infra-orbitaire (→ 3.1.2), palper en dessous jusqu'à sentir la dépression du trou sous-orbitaire (souvent légèrement médial par rapport à la ligne verticale qui passe par la pupille). C'est là que se trouve **E-2**.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou sous-cutanée de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction de → **IG-18** ou de → **GI-20** (par exemple, en cas de paralysie faciale). Une insertion oblique profonde (en direction du crâne) est contre-indiquée. Attention : présence du nerf sous-orbitaire, risque de blesser l'œil. Selon plusieurs textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

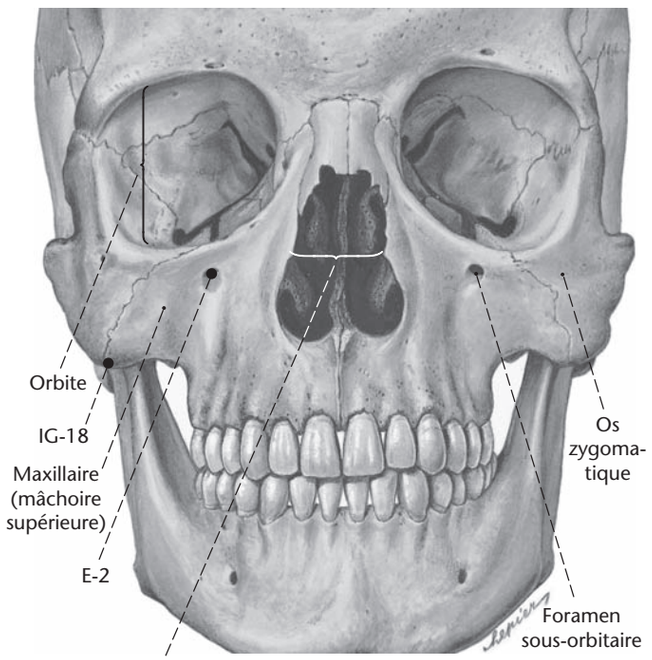





Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les yeux, élimine la Chaleur, chasse le Vent.

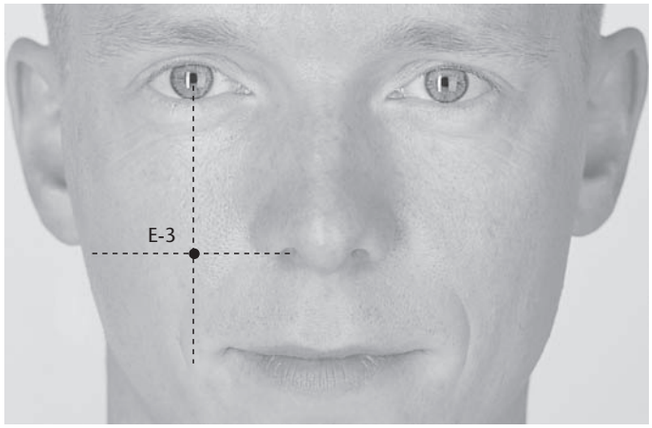


Caractéristiques particulières

Point important pour les troubles oculaires, la douleur et la paralysie faciales ; selon certains auteurs, point de croisement avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). On peut le choisir à la place de **E-1**, qui présente plus de risques.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grande crevasse JULIAO E-3



Localisation

Lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous du centre de la pupille, au niveau du bord inférieur de l'aile du nez.

Comment le trouver

Lorsque la personne regarde droit devant elle, les quatre premiers points du méridien de l'Estomac se trouvent sur une ligne verticale qui passe par le centre de la pupille. **E-3** se trouve à l'intersection de cette ligne et d'une ligne horizontale tracée au niveau du bord inférieur de l'aile du nez.

Insertion de l'aiguille

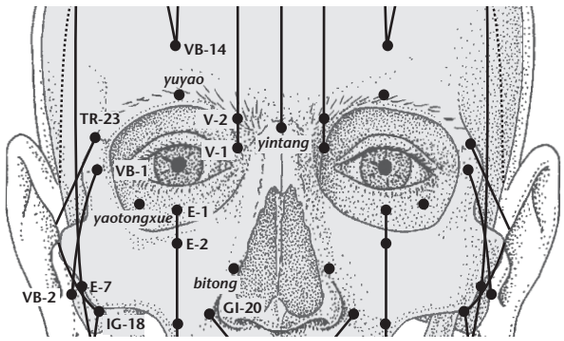
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction de **→ E-4, → IG-18**, etc., par exemple, en cas de paralysie faciale périphérique.

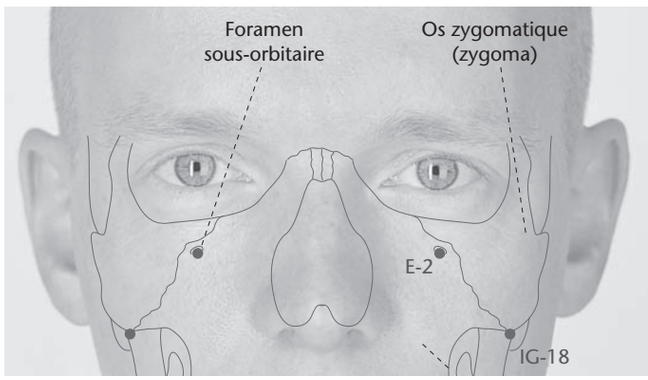
Actions/indications

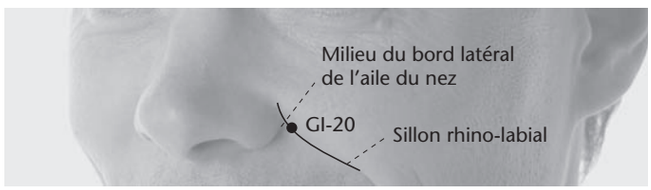
- Expulse le Vent, ouvre le méridien, disperse les accumulations.

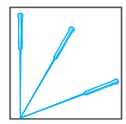
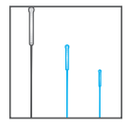
Caractéristiques particulières

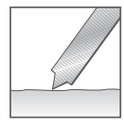
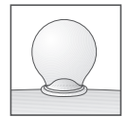
Point de croisement avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-4 *Grenier de la terre* DICANG

Localisation

Lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous du centre de la pupille, à environ 0,4 *cun* de la commissure des lèvres.

Comment le trouver

Lorsque la personne regarde droit devant elle, les quatre premiers points du méridien de l'Estomac se trouvent sur une ligne verticale qui passe par le centre de la pupille. **E-4** se trouve à l'intersection de cette ligne et d'une ligne horizontale tracée au niveau des commissures des lèvres. Ce point est situé dans le sillon rhino-labial (→ 3.1.2), à environ 0,4 *cun* de la commissure des lèvres. On peut demander au patient de sourire si ce sillon n'est pas visible.

Insertion de l'aiguille

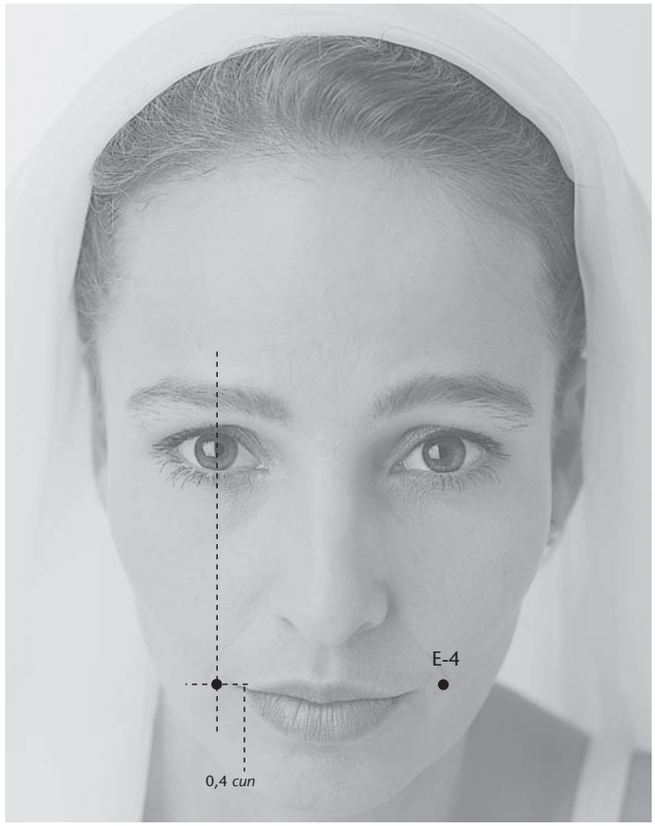
Insertion oblique en direction latérale ou insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ; ou bien insertion transversale (sous-cutanée) de 1,5 à 2 *cun* en direction de → **E-6** en cas de paralysie faciale, et en direction de → **GI-20** en cas de névralgie du trijumeau. Attention de ne pas piquer les veines et artères de la face.

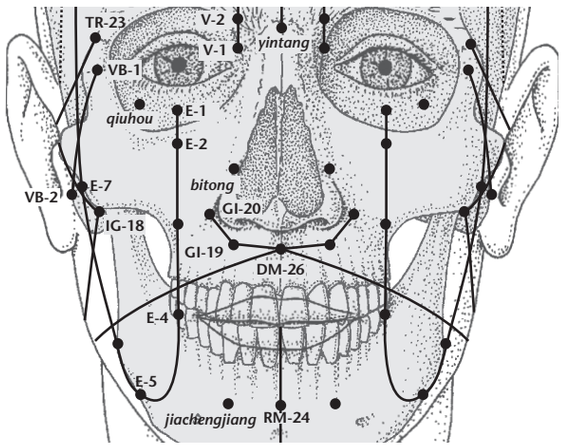
Actions/indications

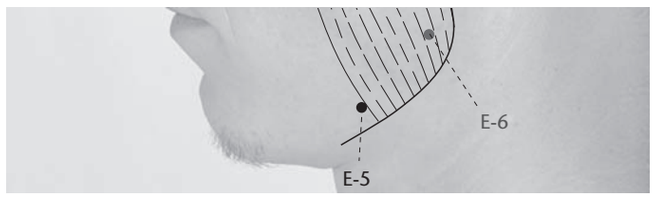
- Expulse le Vent (de la face), ouvre le méridien, soulage la douleur, décontracte la musculature faciale.
- Parfois utilisé comme point distal pour les troubles des jambes.

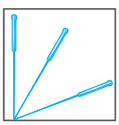
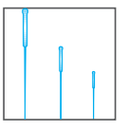
Caractéristiques particulières

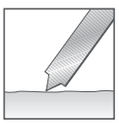
Point de croisement avec le méridien principal du Gros Intestin, le vaisseau Conception (*ren mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et également, pour certains auteurs, avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) ; point local important pour les névralgies et les parésies de la bouche et des joues.







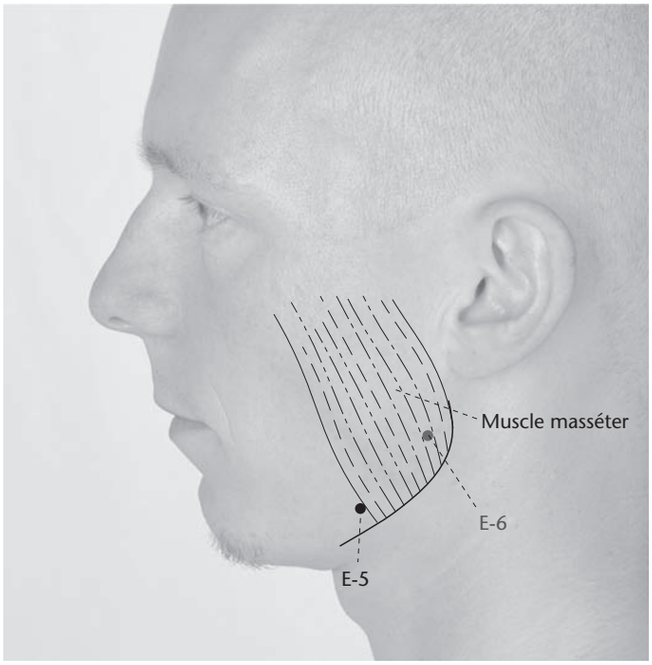





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand accueil DAYING E-5



Localisation

Sur le côté de la mandibule, en avant du muscle masséter.

Comment le trouver

Lorsqu'on demande au patient de serrer les dents, le bord antérieur du muscle masséter est plus nettement visible. **E-5** est situé directement en avant du bord de ce muscle, dans une petite dépression de la mandibule, légèrement au-dessus de l'angle de la mâchoire. On peut sentir l'artère faciale à cet endroit.

Insertion de l'aiguille

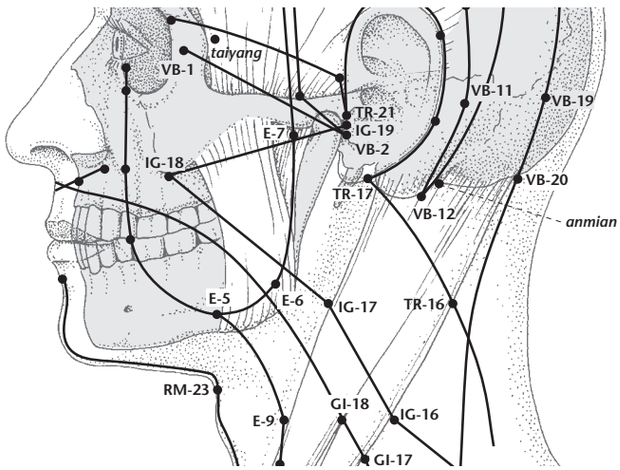
Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,3 à 0,5 *cun* en direction de → **E-6**. Attention de ne pas piquer les veines et artères de la face.

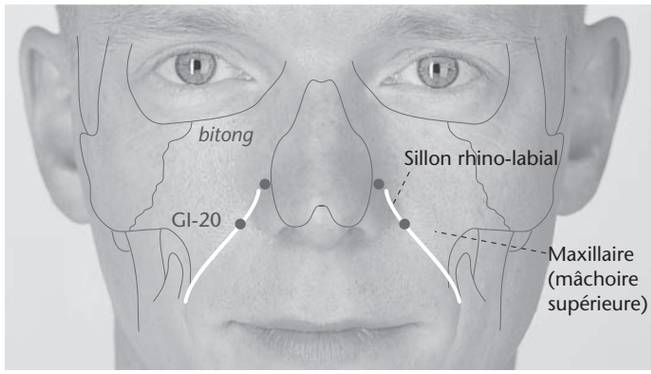
Actions/indications

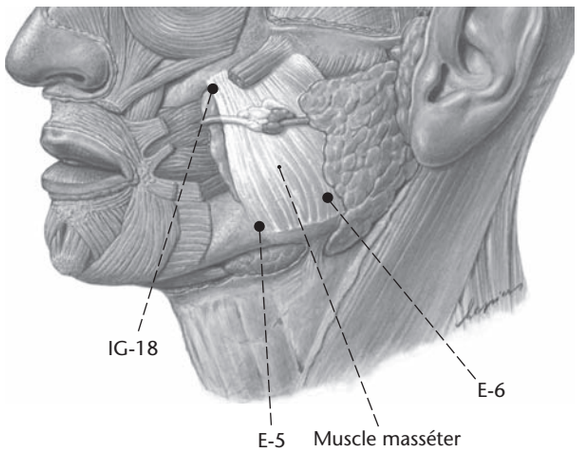
- Expulse le vent, ouvre les méridiens.

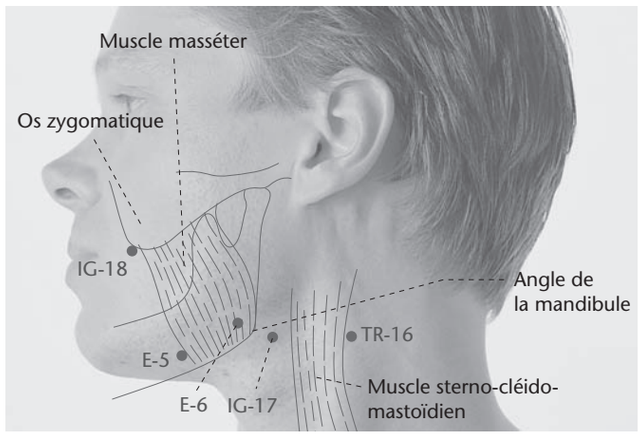
Caractéristiques particulières

Point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire.









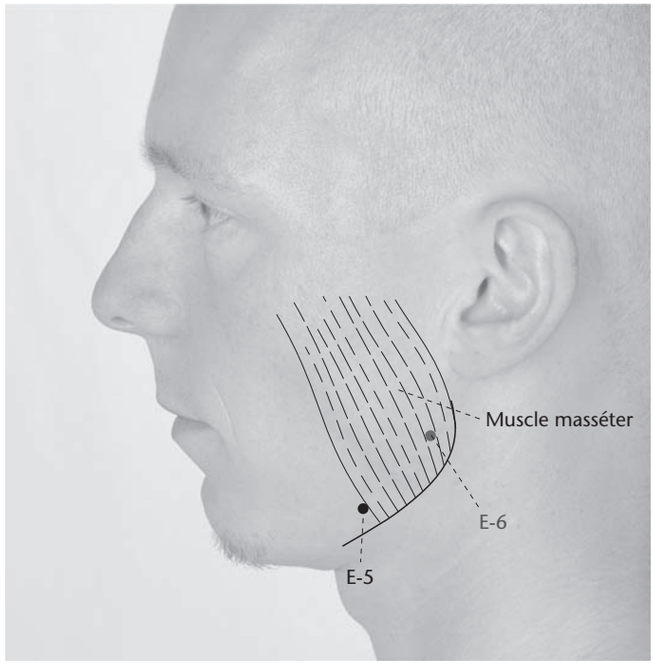


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-6 *Os de la mâchoire* JIACHE

Localisation

Lorsque les dents sont serrées, sur le point le plus haut de la saillie du muscle masséter, à environ 1 travers de doigt (majeur) en avant et au-dessus de l'angle de la mâchoire.



Comment le trouver

Demander au patient de serrer des dents, ce qui va permettre au ventre du muscle masséter de saillir. **E-6** se trouve sur la proéminence de ce muscle, un peu en avant et au-dessus de l'angle de la mâchoire (angle de la mandibule, → 3.1.3). Lorsque la personne fait des mouvements de mastication, le muscle « se contracte et se relâche », et le doigt qui palpe tombe de façon naturelle dans la bonne dépression lorsque le muscle est relâché.

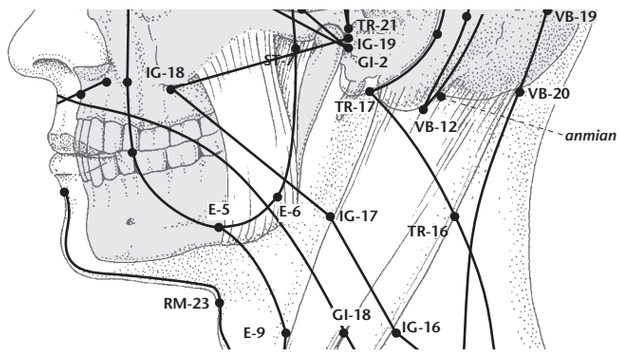
→ **E-5** est situé en direction un peu plus médiale, dans une dépression située sur le bord antérieur du muscle masséter.

Insertion de l'aiguille

On pique ce point la bouche légèrement ouverte (relâchement du muscle masséter). Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou insertion transversale (sous-cutanée) de 1 à 1,5 *cun* en direction de → **E-4**, **E-5**, **E-7**, par exemple, en cas de paralysie faciale.

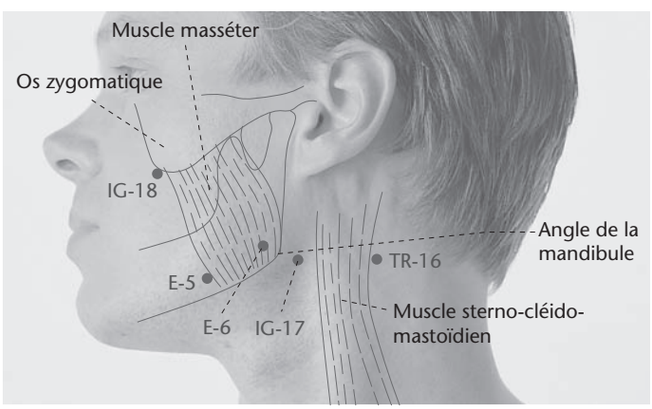
Actions/indications

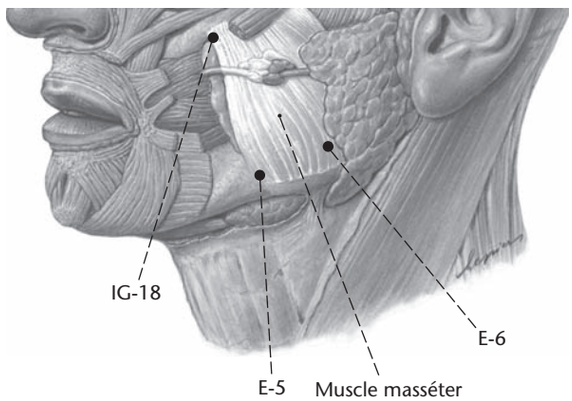
- Élimine le Vent, a des effets bénéfiques sur la mâchoire et les dents, ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.



Caractéristiques particulières

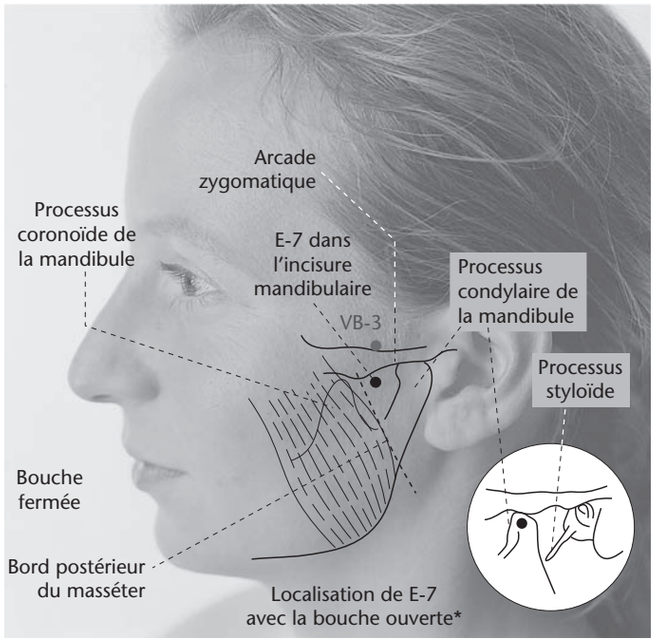
Point des fantômes de Sun Si Miao. Point important pour la région de la mâchoire. Sa localisation correspond à un point gâchette couramment utilisé du muscle masséter. Selon certains auteurs, c'est aussi un point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

En dessous de l'articulation XIAGUAN E-7



Localisation

La bouche fermée, sur le bord inférieur de l'arcade zygomatique (→ 3.1.2), au centre de la dépression de la fosse mandibulaire, entre le processus coronoïde et le processus condylaire de la mandibule.

Comment le trouver

Palper le bord inférieur de l'arcade zygomatique (→ 3.1.2) en direction de l'oreille. **E-7** se trouve dans une dépression bien palpable, juste en avant de l'articulation temporo-mandibulaire et au bord postérieur du muscle masséter (lorsque les dents sont serrées). Pour être sûr de cette localisation : lorsque le patient a la bouche grande ouverte, le processus condylaire de la mâchoire inférieure glisse légèrement en avant et la dépression disparaît (figure adaptée de Deadman et al.).

→ **VB-3** se trouve directement au-dessus de **E-7**, sur le bord supérieur de l'arcade zygomatique.

Insertion de l'aiguille

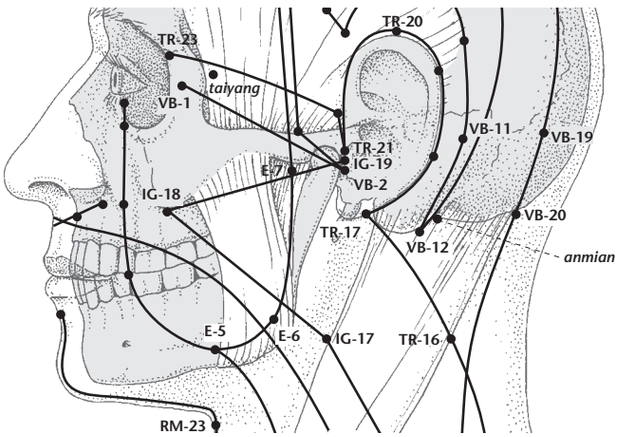
Piquer ce point la bouche fermée. Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) de 1 à 1,5 *cun* en direction de → **E-6**, → **IG-19**, → **IG-18**.

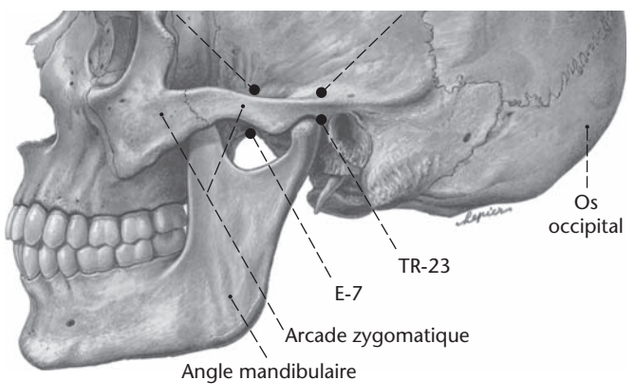
Actions/indications

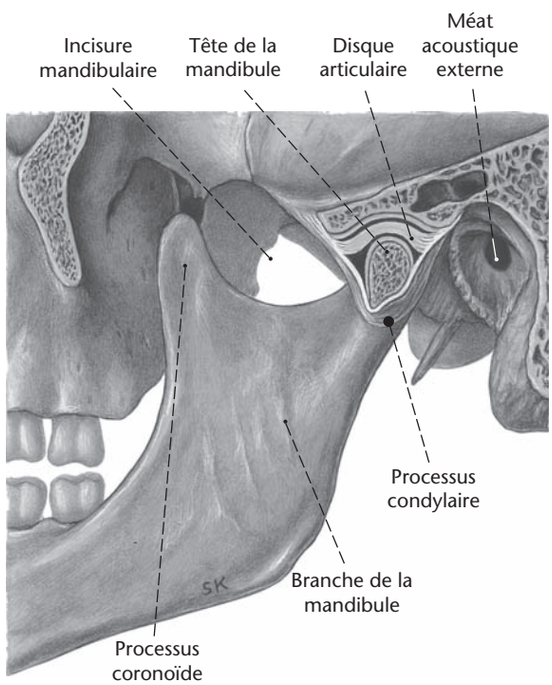
- Ouvre le méridien, a des effets bénéfiques sur la mâchoire et les dents, soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles.

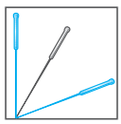
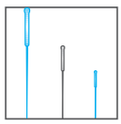
Caractéristiques particulières

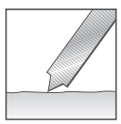
Point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire. Point local important souvent utilisé comme point gâchette.









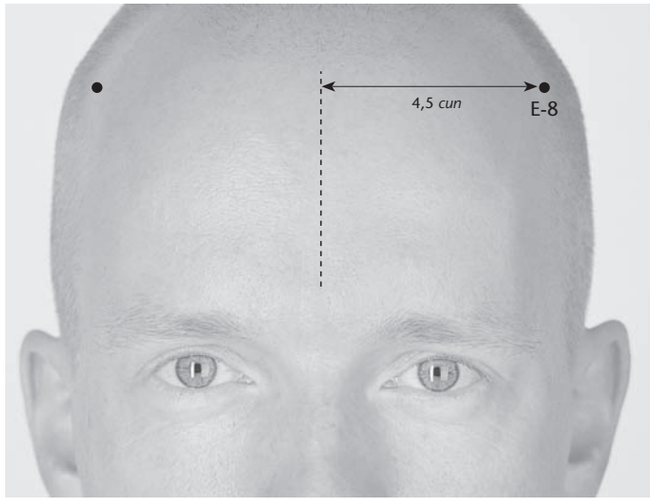
* D'après Deadman et al., 1998

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-8 *Support de la tête* TOUWEI

Localisation

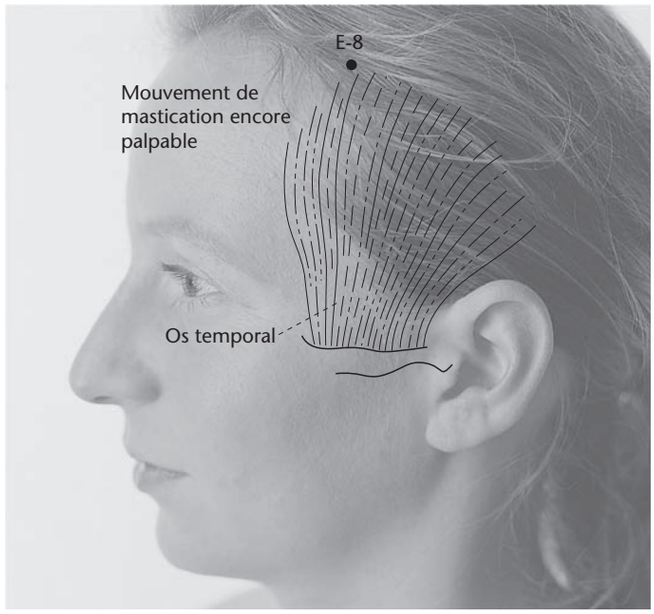
Au coin temporal du front, au bord du muscle temporal et 0,5 *cun* au delà de la ligne antérieure des cheveux, ou 4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (→ **DM-24**).



Comment le trouver

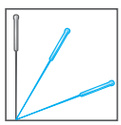
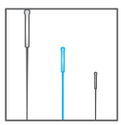
Tout d'abord, localiser la ligne antérieure des cheveux. Puis localiser **E-8** au coin temporal du front, 0,5 *cun* au-delà de la ligne antérieure des cheveux. À cet endroit, on peut encore sentir bouger le muscle temporal lors des mouvements de mastication.

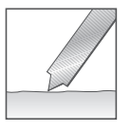
0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, on trouve également → **DM-24, V-3, V-4, VB-15** et **VB-13** (respectivement sur la ligne médiane antérieure, au-dessus du canthus interne de l'œil, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure). Ces distances renvoient à la distance entre → **DM-24** et **E-8** (=4,5 *cun*, (→ 2.2). **E-8** et → **VB-7** (dépression au niveau de l'apex de l'oreille, à l'intérieur de la ligne temporale des cheveux) constituent les extrémités d'une courbe sur laquelle les points de **E-8** et → **VB-4** à **VB-7** sont situés à intervalles réguliers (lorsqu'on divise cette ligne en cinq).



Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) ou insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la zone affectée. Moxibustion possible (contre-indiquée selon plusieurs textes classiques).

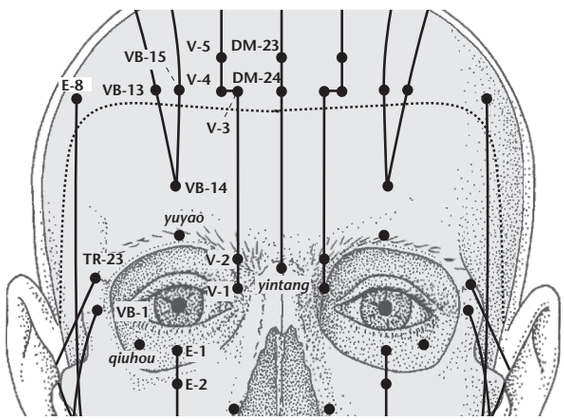


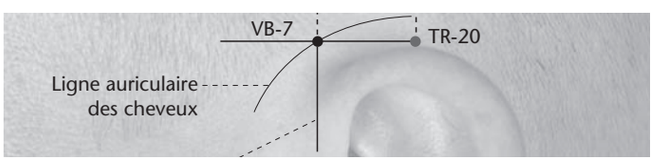
Actions/indications

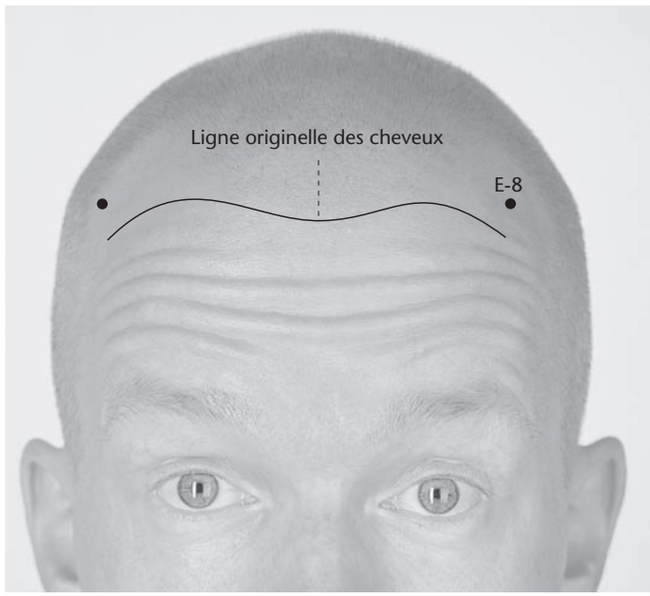
- Élimine le Vent de la tête et des yeux, a des effets bénéfiques sur les yeux, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point de croisement avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire. Point local important pour les céphalées et les troubles oculaires.

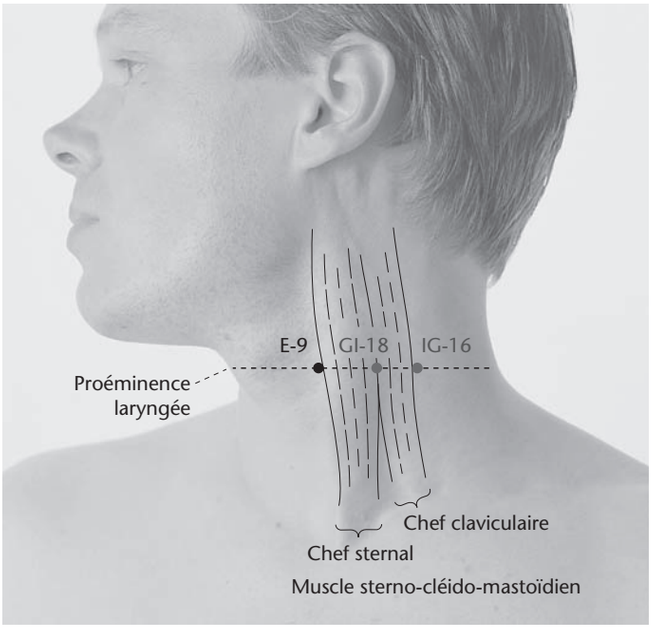






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Accueil de l'homme RENYING E-9



Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau du sommet de la proéminence laryngée et sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

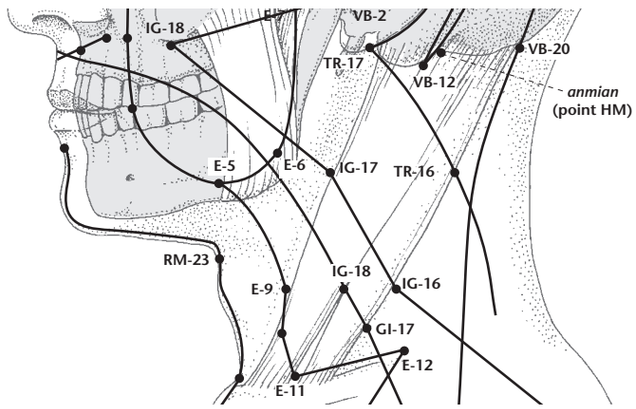
Comment le trouver

Palper la proéminence laryngée puis, en arrière de celle-ci, trouver le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien (→ 3.2). **E-9** se trouve sur le bord antérieur de ce muscle, qui est plus visible et mieux palpable lorsque le patient tourne la tête dans la direction opposée.

Au même niveau, on trouve → **IG-16**, sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, et **GI-18**, situé entre les deux chefs du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Insertion de l'aiguille

Demander au patient de remettre la tête droite avant d'insérer l'aiguille. Attention : une insertion profonde peut atteindre l'artère carotide, le sinus carotide ou les veines jugulaires. L'artère carotide se trouve directement au bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien. Il faut insérer l'aiguille en avant de l'endroit où l'on peut sentir la pulsation de l'artère carotide. Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, entre l'artère et le cartilage thyroïde. Pour des raisons de sécurité, pendant que l'on pique, il faut maintenir l'artère sur le côté en mettant un doigt au-dessus et un autre en dessous du point d'insertion.

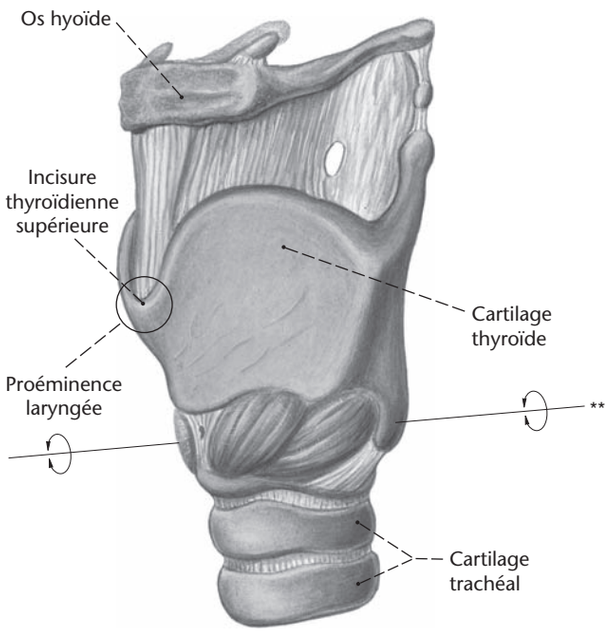


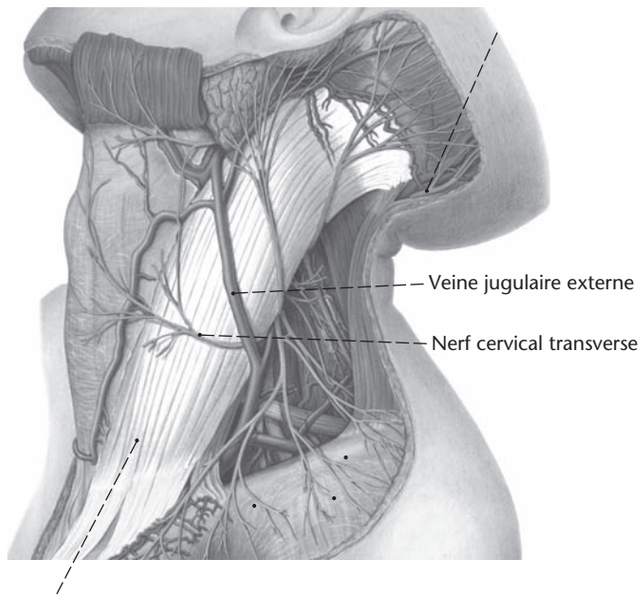
Actions/indications

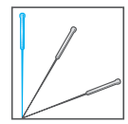
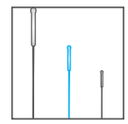
- Régule le Qi.
- Ouvre le méridien.
- Régule la plénitude ou le vide dans le thorax.

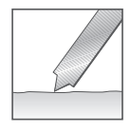
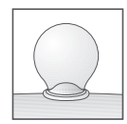
Caractéristiques particulières

Point Fenêtre du Ciel, point de la Mer du Qi, point de croisement avec le méridien de la Vésicule Biliaire.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-10 *Monticule d'eau* SHUITU

Localisation

Sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, au milieu d'une ligne qui relie ➞ **E-9** et ➞ **E-11**.

Comment le trouver

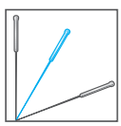
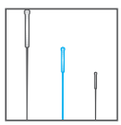
➞ **E-9** et **E-10** sont tous deux situés sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien (➞ 3.2). ➞ **E-11** est situé en arrière du chef sternal. Mettre le majeur gauche sur ➞ **E-9**, au niveau de la proéminence laryngée et le pouce sur ➞ **E-11**, en arrière de l'insertion sternale. **E-10** est situé au milieu de la distance entre ces deux doigts. Le muscle est plus visible et mieux palpable lorsque le patient tourne la tête dans la direction opposée.

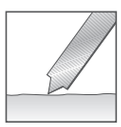
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction médiale de façon à éviter l'artère carotide. Attention : ne pas toucher l'artère carotide ou les veines jugulaires. Si nécessaire, remettre la tête en position intermédiaire avant de piquer.

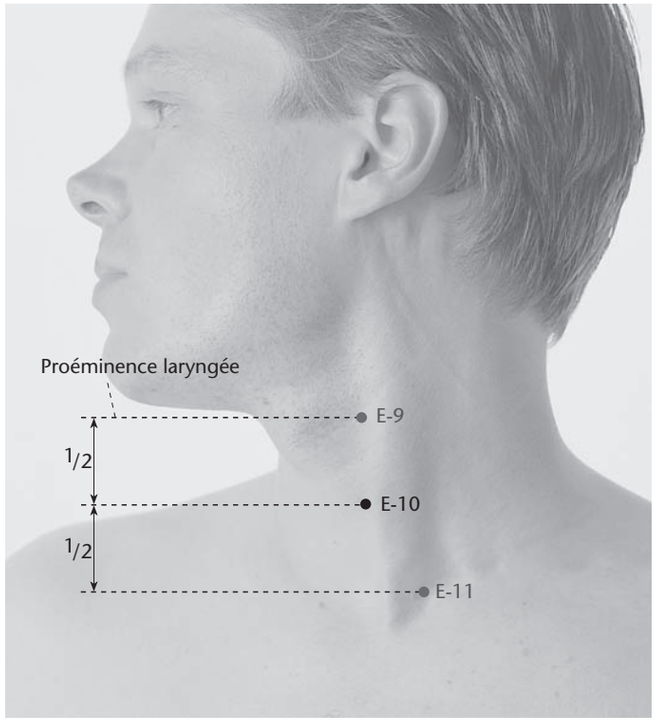
Actions/indications

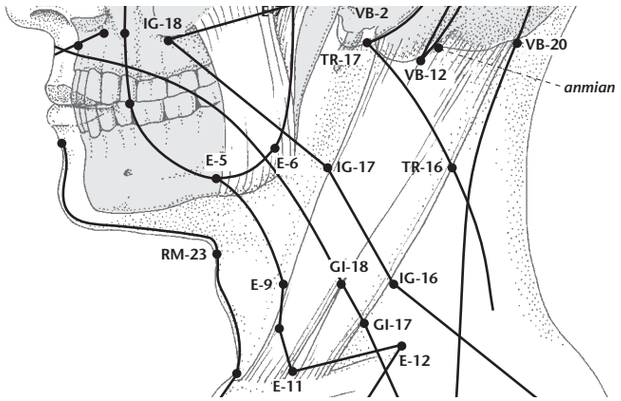
- Régule le Qi.
- A des effets bénéfiques sur la gorge.

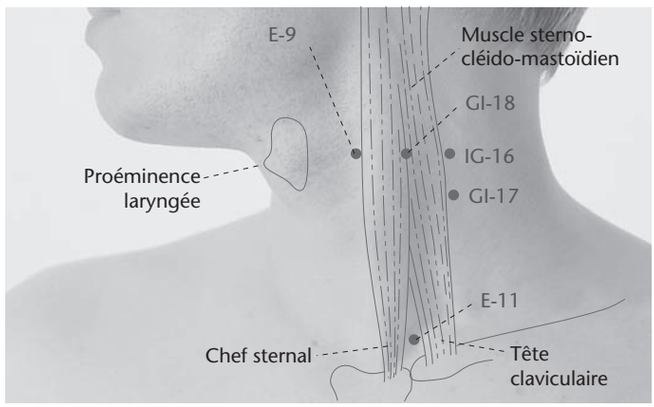





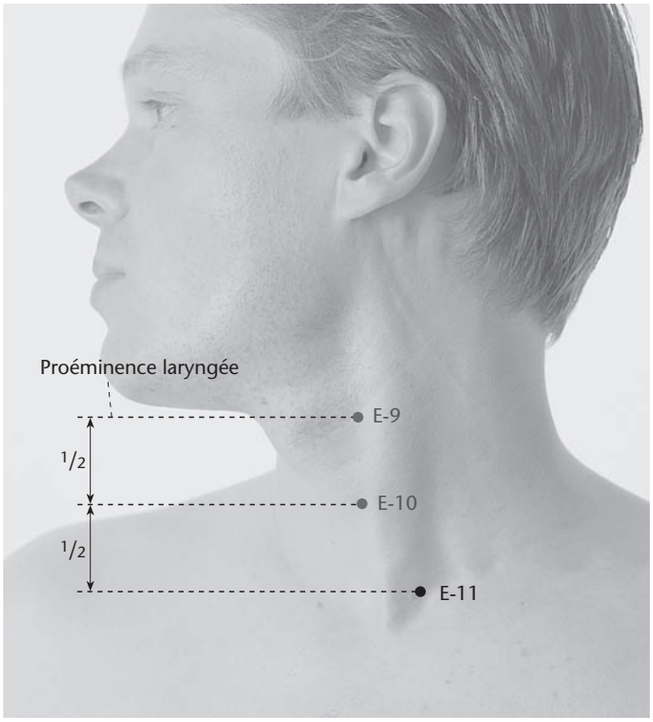






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Demeure du Qi QISHE E-11



Localisation

Au bord supérieur de la clavicule, entre les tendons des chefs sternal et claviculaire du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Comment le trouver

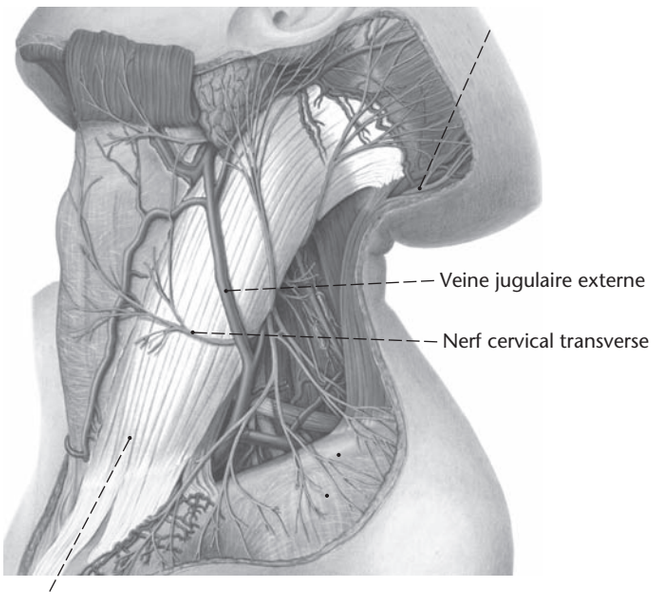
Il est plus facile de voir clairement l'insertion sternale du muscle sterno-cléido-mastoïdien lorsque le patient tourne la tête du côté opposé (surtout si on lui applique une résistance) (→ 3.2). **E-11** est situé dans cette petite dépression qu'est la fosse sus-claviculaire mineure, qui se trouve entre l'insertion sternale et l'insertion plus vaste du chef claviculaire.

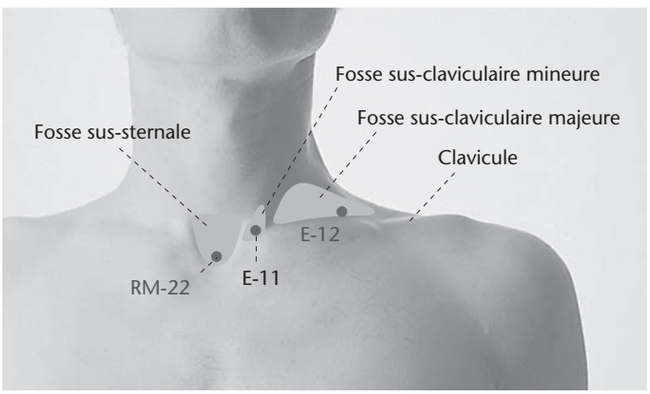
Insertion de l'aiguille

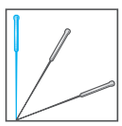
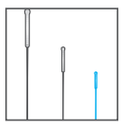
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 05 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax ou de lésion des veines jugulaires.

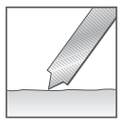
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur la gorge et le cou.
- Régule le Qi qui va à contresens.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-12 *Bassin vide* QUEPEN

Localisation

Dans la fosse sus-claviculaire, au-dessus du milieu de la clavicule, environ 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

À partir de la ligne médiane antérieure, déterminer le milieu de la clavicule (=4 *cun* sur le côté). À cet endroit, une ligne verticale imaginaire représente la ligne qui part du milieu de la clavicule. **E-12** se trouve sur cette ligne, au bord supérieur de la clavicule, dans la fosse sus-claviculaire, en dehors du chef claviculaire du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Insertion de l'aiguille

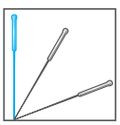
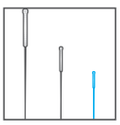
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Il faut guider l'aiguille le long du bord postérieur de la clavicule. Attention : risque de pneumothorax, surtout en présence d'emphysème ; présence des artères cervicales superficielle et profonde. Selon certains auteurs, ce point est contre-indiqué pendant la grossesse.

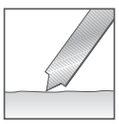
Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Dissémine et fait descendre le Qi du Poumon.
- Élimine la Chaleur de la poitrine.

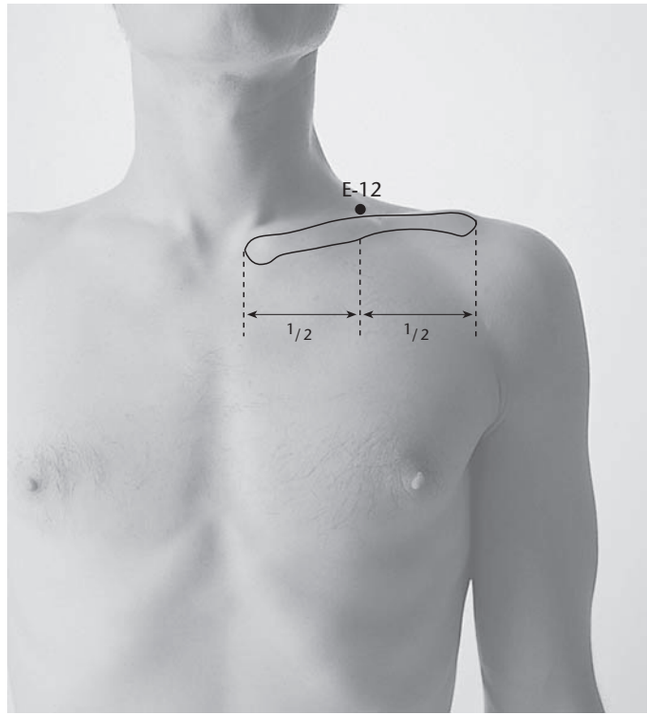
Caractéristiques particulières

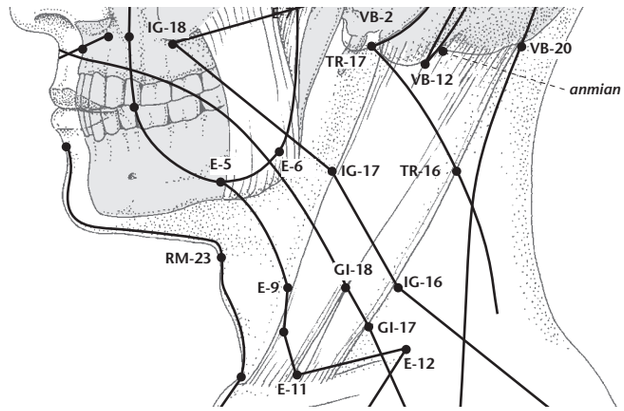
Point de croisement avec les méridiens principaux du Gros Intestin, de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire.

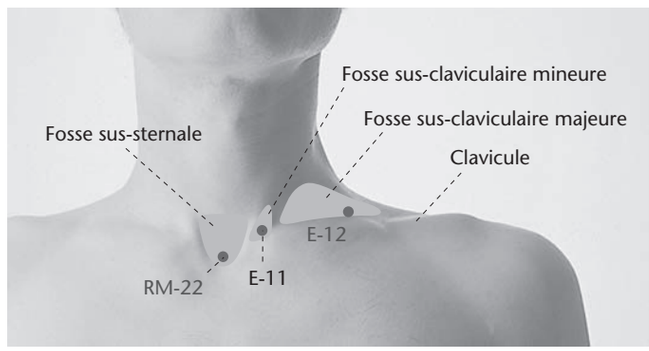





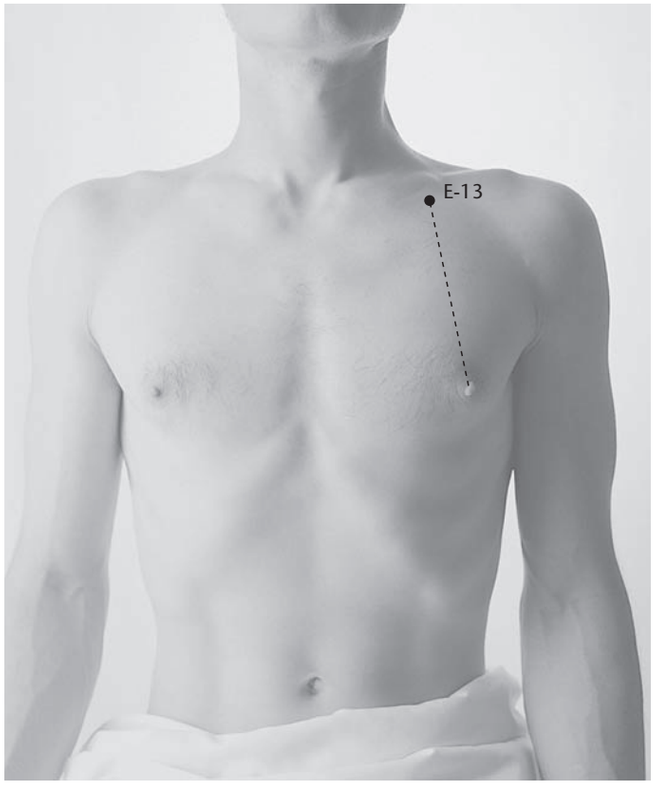






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du Qi QIHU E-13



Localisation

Au milieu de la clavicule, à son bord inférieur, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

Sur le haut du thorax, la ligne qui part du milieu de la clavicule (4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps) part légèrement en oblique du milieu de la clavicule au mamelon, qui est généralement un peu plus sur le côté. Déterminer le milieu de la clavicule (ou mesurer 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps) et localiser **E-13** au bord inférieur de la clavicule. Comme la 1ère côte décrit un léger arc de cercle vers l'arrière, **E-13** se trouve généralement en dehors de cette 1ère côte.

→ **Rn-27** est en direction médiale par rapport à **E-13**, mais en dessous du bord de la clavicule et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

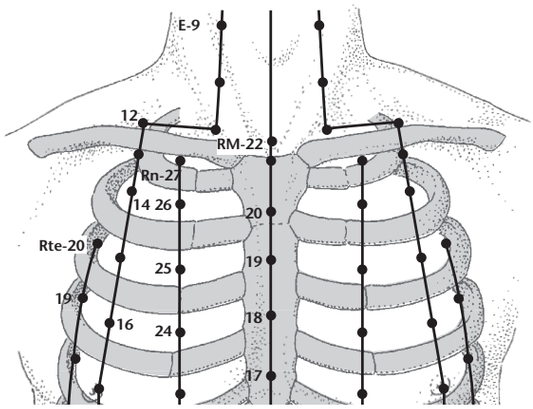
→ **RM-21** se trouve sur la ligne médiane du corps. → **E-14** est légèrement en dessous de **E-13**, dans le 1er espace intercostal.

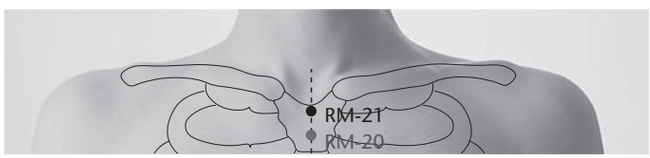
Insertion de l'aiguille

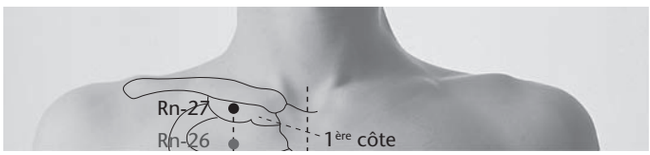
Insertion oblique en direction latérale ou médiale de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou insertion transversale (sous-cutanée) sur le trajet du méridien. Attention : risque de pneumothorax ; présence des artères et des veines subclavières.

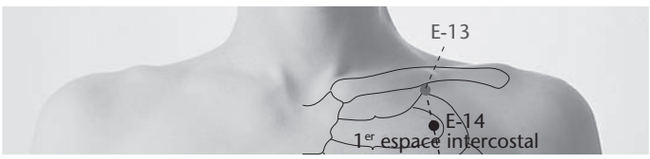
Actions/indications

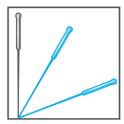
- Fait descendre le Qi qui va à contresens.
- Élimine la Chaleur.
- Libère la poitrine.

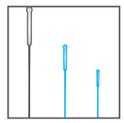






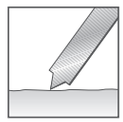
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-14 *Entrepôt* KUFANG

Localisation

Sur la ligne qui part du milieu de la clavicule, dans le 1er espace intercostal, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

Sur le haut du thorax, la ligne qui part du milieu de la clavicule (4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps) part légèrement en oblique du milieu de la clavicule au mamelon, qui est généralement un peu plus sur le côté. En palpant la clavicule du haut vers le bas, on sent généralement la 1ère côte juste en dessous de la clavicule bien que, dans certains cas, elle puisse être complètement cachée en dessous de celle-ci. Le 1er espace intercostal, ou se trouve **E-14**, suit immédiatement la 1ère côte.

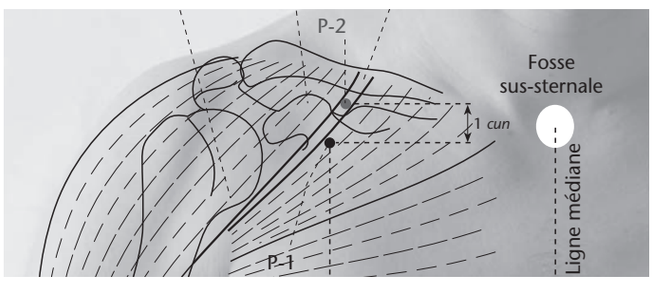
→ **E-13** est légèrement au-dessus de **E-14**, au bord inférieur de la clavicule. Au niveau du 1er espace intercostal, on trouve aussi → **RM-20** (en avant de la ligne médiane), → **Rn-26** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **P-1** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure). Pour plus de détails sur la localisation des espaces intercostaux, → 3.5.

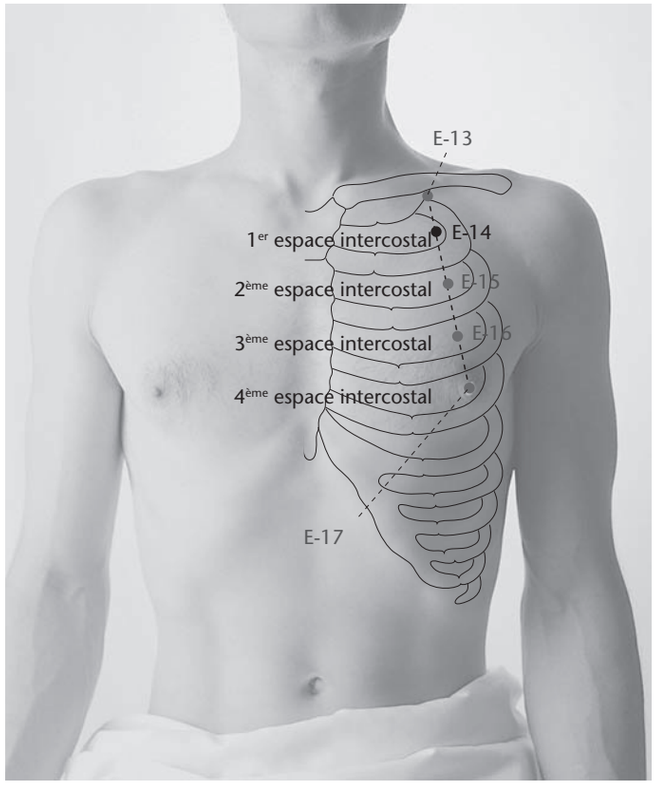
Insertion de l'aiguille

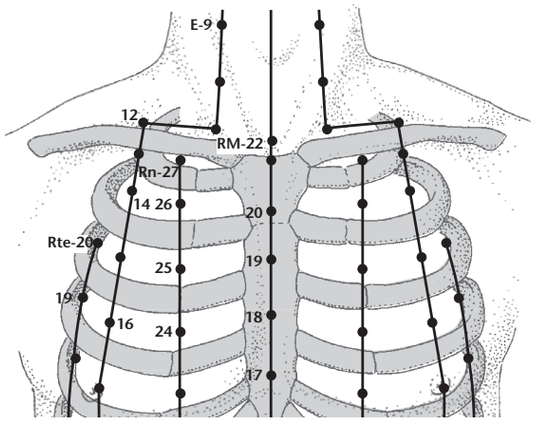
Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 0,8 *cun* dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

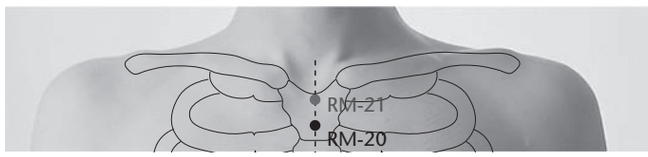
Actions/indications

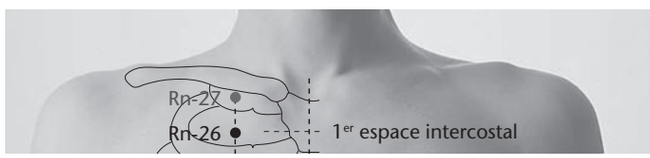
- Régule le Qi.
- Libère la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

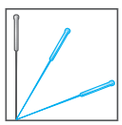
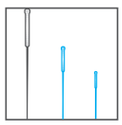


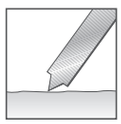








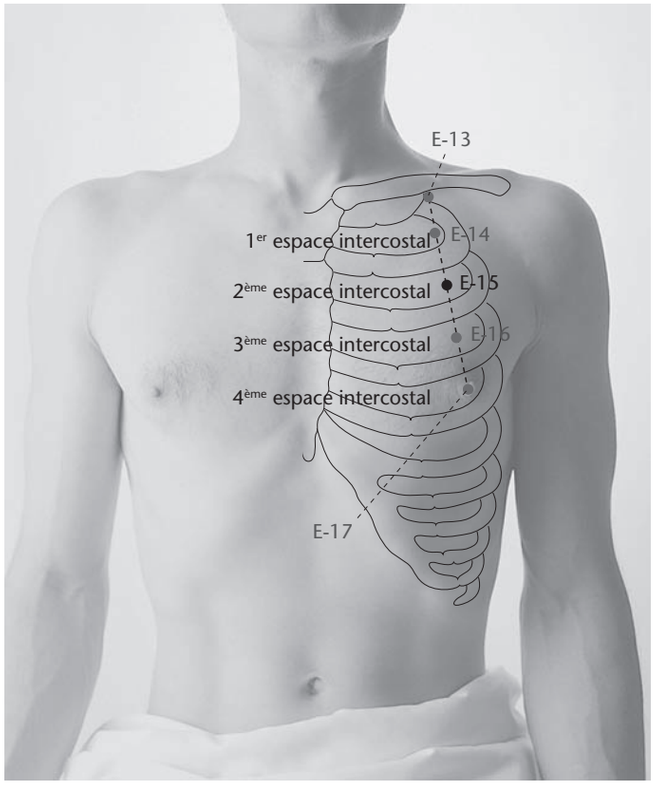



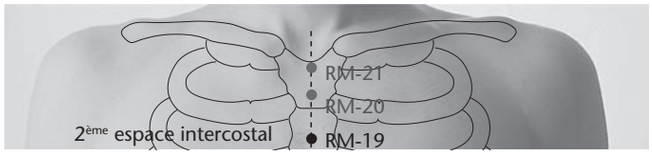



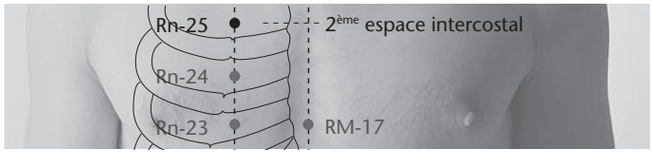


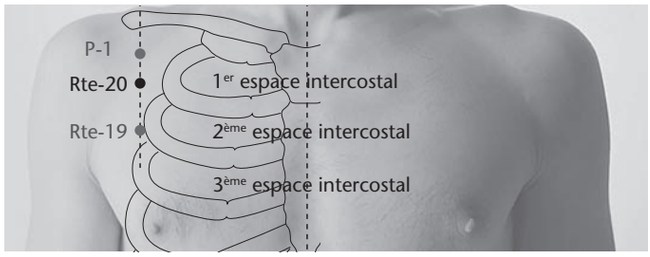
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Chambre secrète WUYI E-15









Localisation

Dans le 2ème espace intercostal, sur la ligne qui part du milieu de la clavicule, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

Sur le haut du thorax, la ligne qui part du milieu de la clavicule (4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps) part légèrement en oblique du milieu de la clavicule au mamelon, qui est généralement un peu plus sur le côté. Localiser le 2ème espace intercostal en palpant vers le bas à partir de la clavicule ou en palpant à partir de la synchondrose manubrio-sternale (2ème côte) (→ 3.5). Puis trouver **E-15**, sur la ligne qui part du milieu de la clavicule. Remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté !

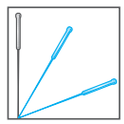
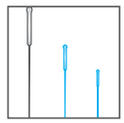
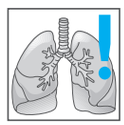
Au même niveau que **E-15**, on trouve → **RM-19** (en avant de la ligne médiane), → **Rn-25** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-20** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

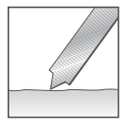
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 0,8 *cun* dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le Qi.
- Libère la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur les seins et élimine la Chaleur.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-16 *Fenêtre du sein* YINGCHUANG

Localisation

Dans le 3ème espace intercostal, sur la ligne qui part du milieu de la clavicule, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

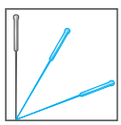
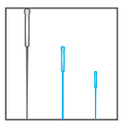
Sur le haut du thorax, la ligne qui part du milieu de la clavicule (4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps) part légèrement en oblique du milieu de la clavicule au mamelon, qui est généralement un peu plus sur le côté. Localiser le 2ème espace intercostal en palpant vers le bas à partir de la clavicule ou en palpant à partir de la synchondrose manubrio-sternale (2ème côte) (→ 3.5). Puis trouver **E-16**, sur la ligne qui part du milieu de la clavicule. Remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté ! Chez les hommes, on peut aussi trouver ce point en comptant un espace intercostal au-dessus du mamelon. Au même niveau que **E-16**, on trouve → **RM-18** (ligne médiane antérieure), → **Rn-24** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-19** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

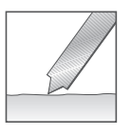
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 0,8 *cun* dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

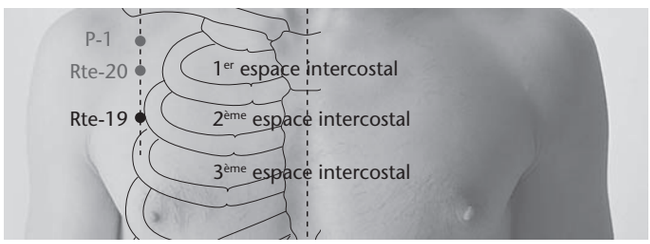
Actions/indications

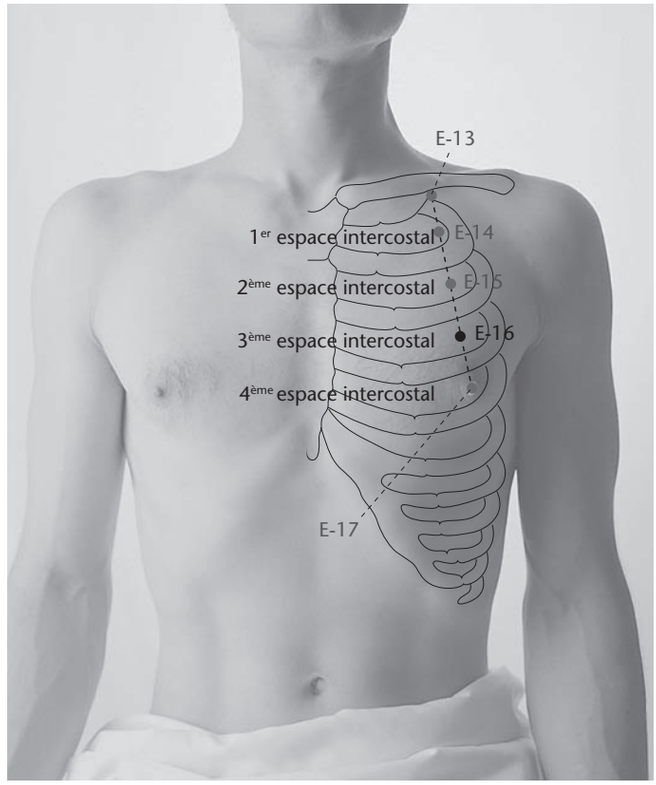
- Régule le Qi.
- Libère la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

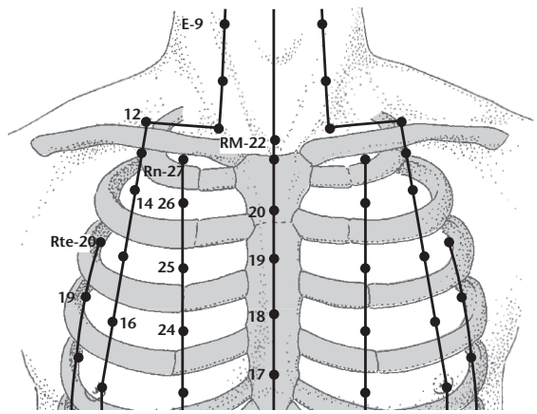



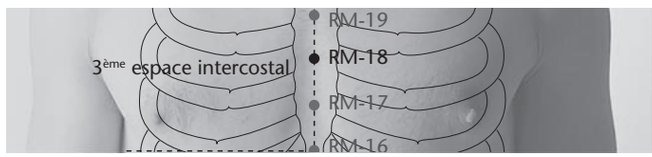



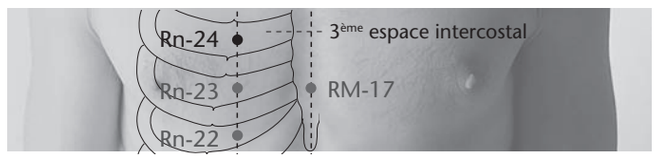






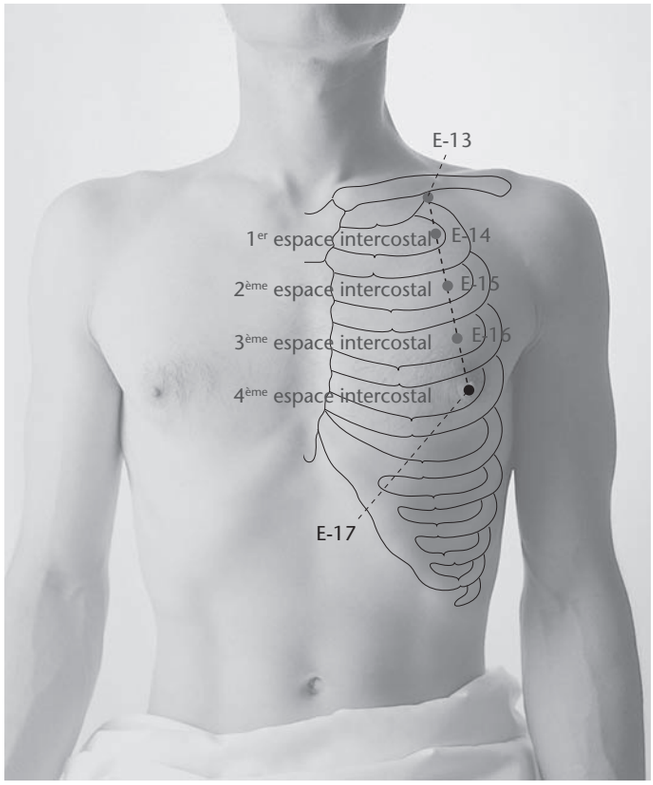






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Centre du sein RUZHONG E-17



Localisation

Au centre du mamelon.

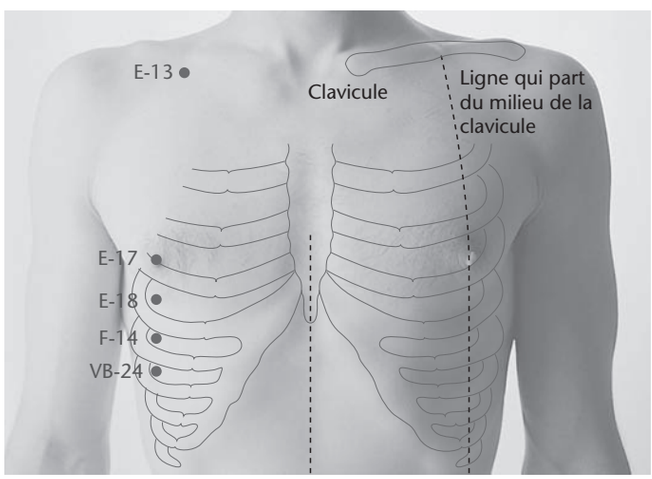
Comment le trouver

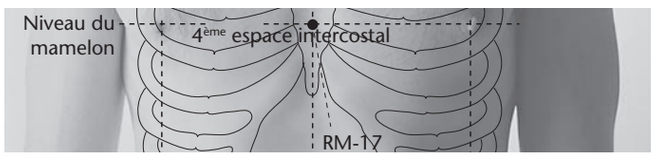
Au centre du mamelon. Chez les hommes, il se trouve généralement 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau du 4ème espace intercostal. Il sert de point de repère.

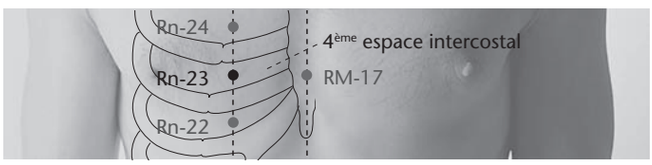
Au même niveau, chez les hommes, on trouve → **RM-17** (en avant de la ligne médiane), → **Rn-23** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-18** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **MC-1** (1 *cun* en dehors du mamelon), → **VB-22** et → **VB-23**. Chez les femmes, la localisation du mamelon varie et on ne peut donc pas s'en servir comme point de repère.

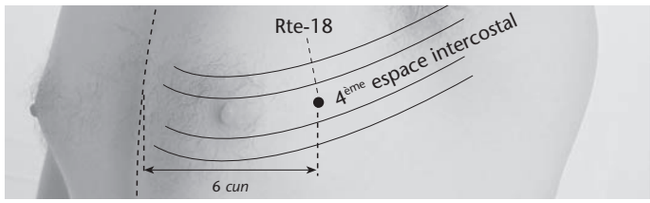
Insertion de l'aiguille

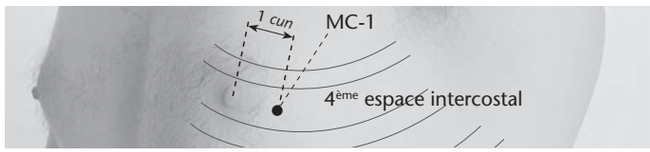
Aucune utilisation thérapeutique ; ce point sert uniquement de point de repère.

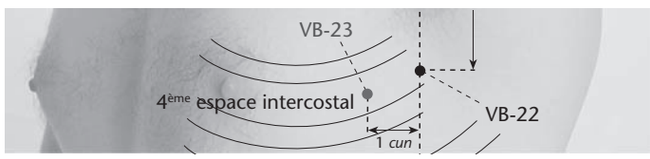


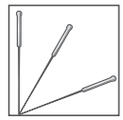


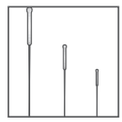






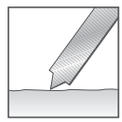
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-18 *Racine du sein* RUGEN

Localisation

Dans le 5ème espace intercostal, sur la ligne qui part du milieu de la clavicule, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

Comment le trouver

La ligne mamelonnaire, ligne verticale qui sert de référence, se trouve 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps (→ 3.5). Chez les hommes, le mamelon se trouve généralement au niveau du 4ème espace intercostal et **E-18** se trouve dans l'espace intercostal qui est juste en dessous. Ce point est souvent localisé sur le bord inférieur du muscle grand pectoral ; chez la femme, ce point se situe habituellement à la racine du sein. Aide à la localisation chez les femmes : trouver le 5ème espace intercostal en palpant vers le bas à partir de la clavicule ou en palpant à partir de la synchondrose manubrio-sternale (2ème côte) (→ 3.5). Suivre ensuite l'espace intercostal en dehors de la ligne mamelonnaire puis localiser **E-18**. Remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté !

Au même niveau, on trouve → **RM-16** (ligne médiane antérieure), → **Rn-22** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-17** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

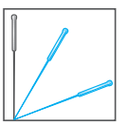
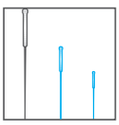
Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 0,8 *cun* dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

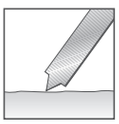
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les seins, fait circuler le Sang.
- Libère la poitrine.
- Régule le Qi du Poumon.

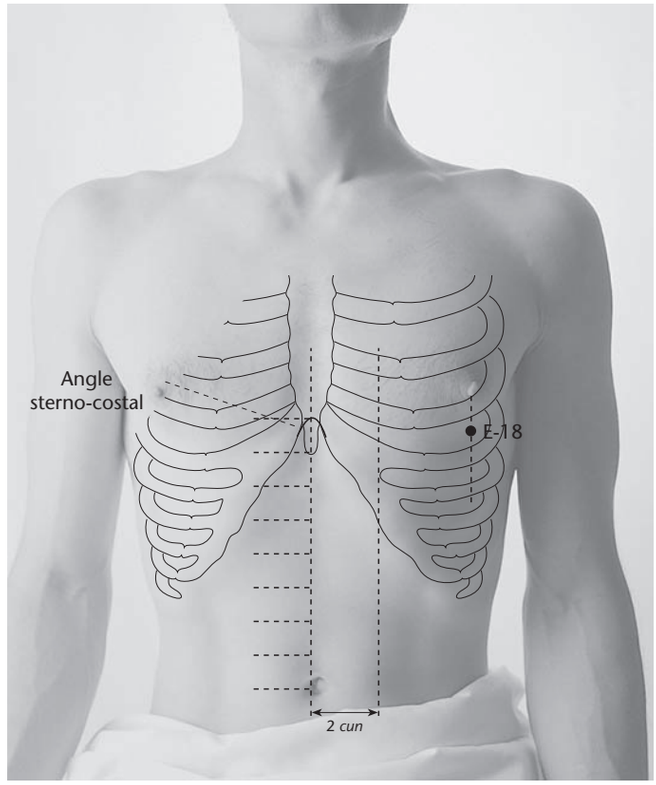
Caractéristiques particulières

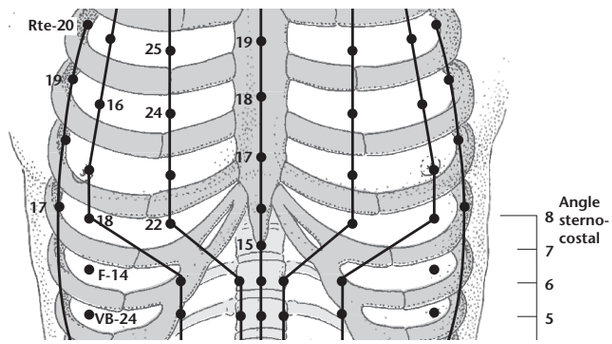
Point local important.

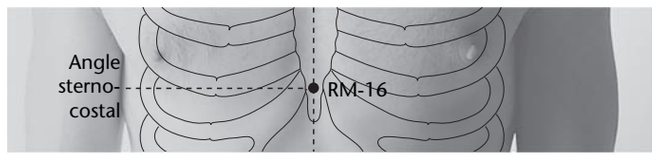



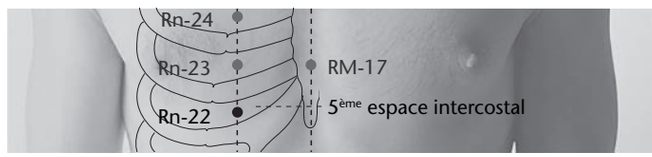



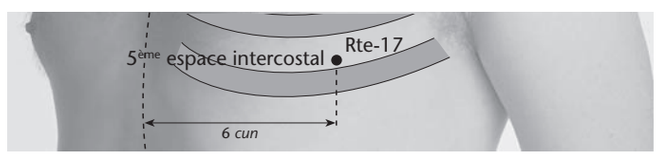






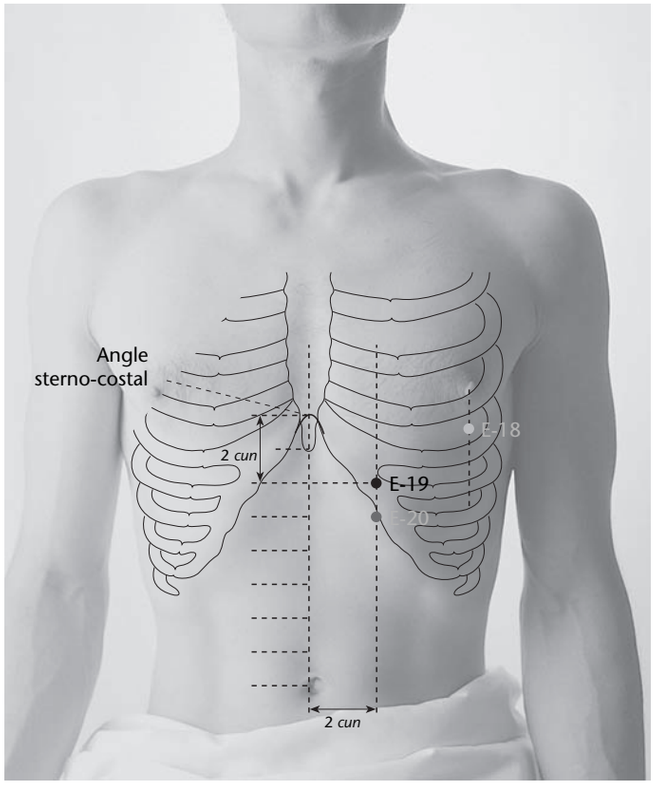


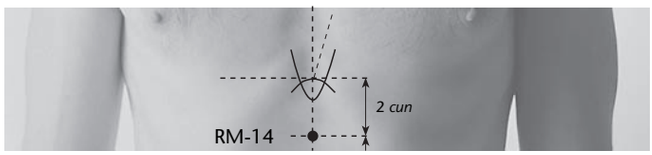


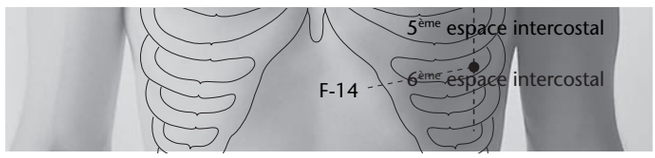


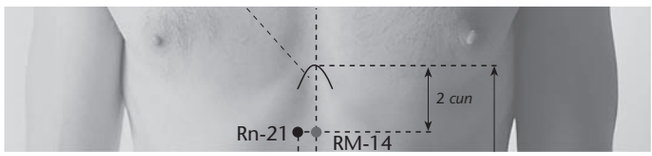
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Non contenu BURONG E-19









Localisation

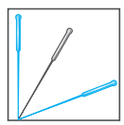
2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

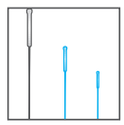
Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer 2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal. **Ou** : déterminer le milieu de la moitié supérieure de la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic (→ **RM-12** : technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). De là, mesurer 2 *cun* en direction latérale pour localiser **E-19**. Comme cette localisation dépend de la forme du thorax, ce point peut se trouver soit sur la côte, soit sur l'abdomen. Au même niveau, on trouve → **RM-14** (ligne médiane antérieure), → **Rn-21** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **F-14** (sur la ligne mamelonnaire et dans le 6ème espace intercostal). Remarque : à partir de **E-19**, le méridien de l'Estomac est à 2 *cun* seulement de la ligne médiane antérieure.

Insertion de l'aiguille

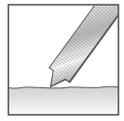
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Si une localisation correcte fait tomber ce point sur la cage thoracique inférieure, piquer transversalement sur la côte ou localiser ce point en direction légèrement plus médiale (ou choisir un autre point). Attention : ne pas piquer le péritoine ni le péricarde.















Actions/indications

- Régule l'Estomac, les Intestins et le Réchauffeur Moyen.
- Régule le Qi du Poumon.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-20 *Assumer la plénitude* CHENGMAN

Localisation

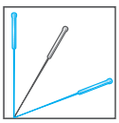
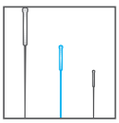
3 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal (ou 5 *cun* au-dessus de l'ombilic) et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

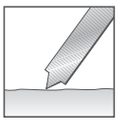
Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer 3 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal. **Ou** : mesurer 1 *cun* au-dessus du milieu de la moitié supérieure de la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic (→ **RM-12** : technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). De là, mesurer 2 *cun* en direction latérale pour localiser **E-20**. Comme cette localisation dépend de la forme du thorax, ce point peut, dans certains cas, se trouver sur le bord inférieur de la cage thoracique (angle sous-costal aigu).

Au même niveau, on trouve → **RM-13** (ligne médiane antérieure), → **Rn-20** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **VB-24** (sur la ligne mamelonnaire, dans le 7ème espace intercostal).

Insertion de l'aiguille

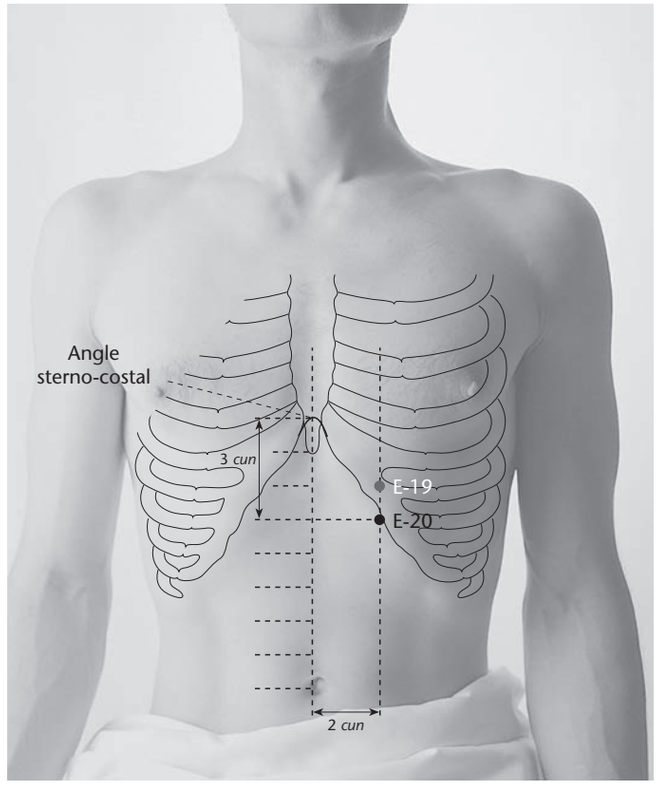



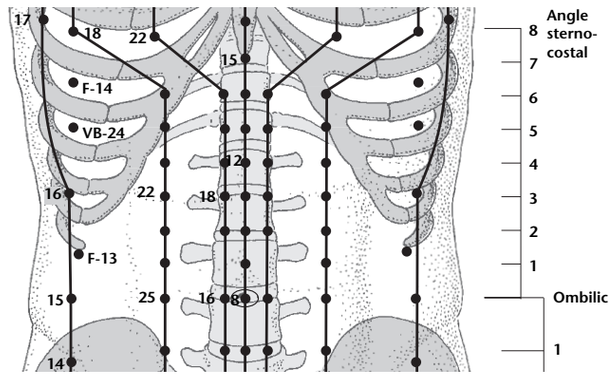


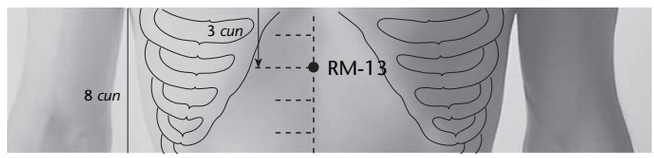
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Si une localisation correcte fait tomber ce point sur la cage thoracique inférieure, piquer transversalement sur la côte ou localiser ce point en direction légèrement plus médiale (ou choisir un autre point). Attention : ne pas piquer le péritoine.

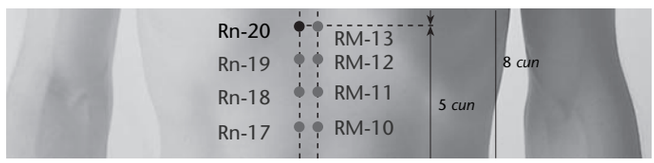
Actions/indications

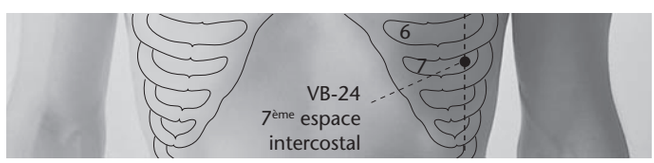
- Régule le Réchauffeur Moyen et le Qi de l'Estomac.
- Régule le Qi du Poumon.





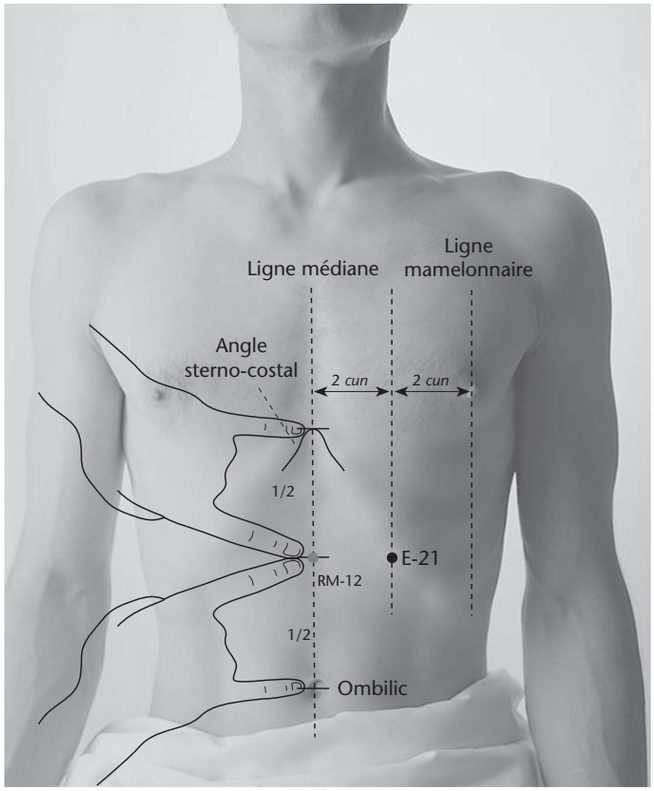


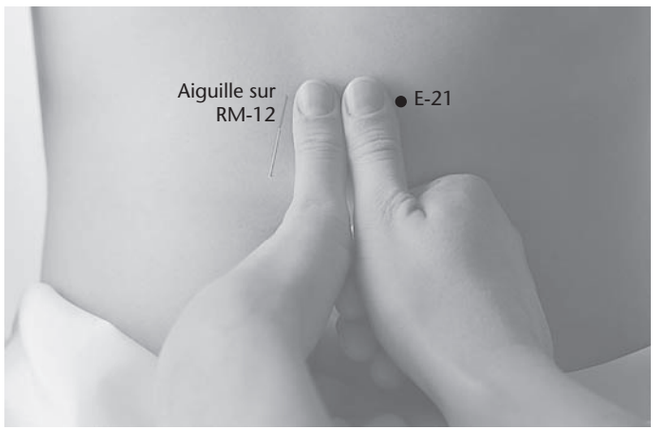


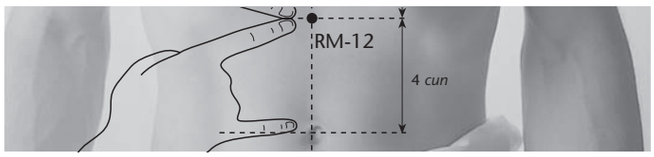


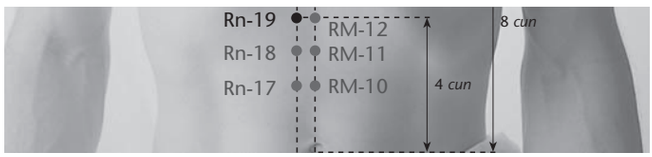
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte avec poutre LIANGMEN E-21









Localisation

2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 4 *cun* au-dessus de l'ombilic (ou 4 *cun* en dessous de l'angle sous-costal).

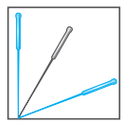
Comment le trouver

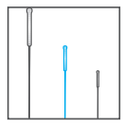
On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). **Méthode rapide** : trouver le point médian entre l'ombilic et l'angle sterno-costal (→ **RM-12** : technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). De là, mesurer 2 *cun* en direction latérale pour localiser **E-21**. Comme cette localisation dépend de la forme du thorax, ce point peut, dans certains cas, se trouver sur le bord inférieur de la cage thoracique.

Au même niveau, on trouve → **RM-12** (ligne médiane antérieure), → **Rn-19** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

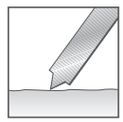
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Si une localisation correcte fait tomber ce point sur la cage thoracique inférieure, piquer transversalement sur la côte ou localiser ce point en direction légèrement plus médiale (ou choisir un autre point). Attention : ne pas piquer le péritoine ou un foie hypertrophié (sur la droite) ; prudence en cas de grossesse.















Actions/indications

- Régule le Qi, harmonise le Réchauffeur Moyen, élimine la stagnation, fait monter le Qi et arrête la diarrhée.

Caractéristiques particulières

Point local important en cas de distension et de douleur de l'épigastre et de la partie latérale de l'abdomen.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-22 *Porte close* GUANMEN

Localisation

3 *cun* au-dessus de l'ombilic (ou 5 *cun* en dessous de l'angle sous-costal) et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer ensuite 3 *cun* au-dessus vers le haut à partir de l'ombilic. **Ou** : mesurer 1 *cun* en dessous du point médian entre l'ombilic et l'angle sterno-costal (→ **RM-12** : technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). **E-22** se trouve 2 *cun* sur le côté.

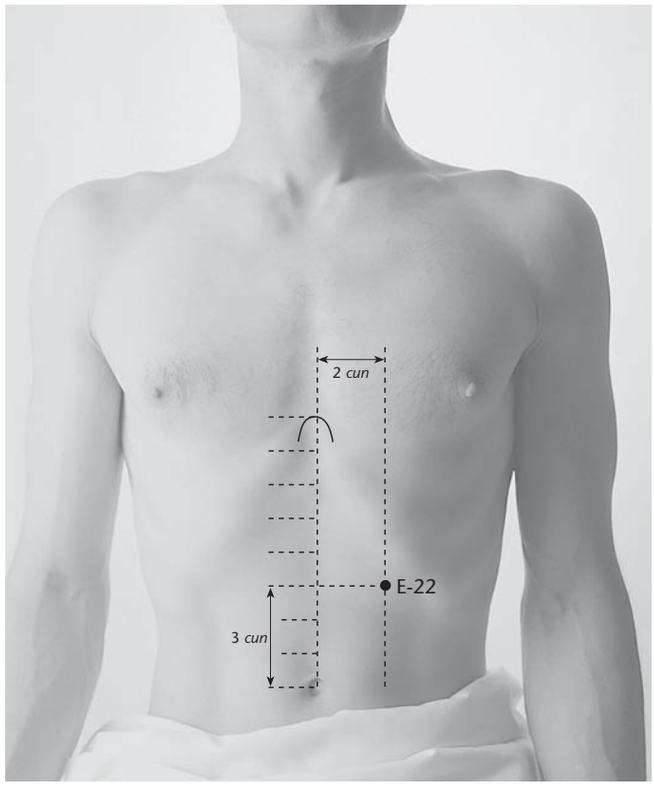
Au même niveau, on trouve → **RM-11** (ligne médiane antérieure), → **Rn-18** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-16** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

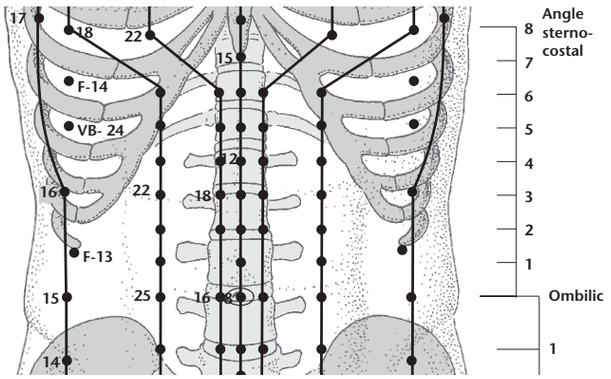
Insertion de l'aiguille

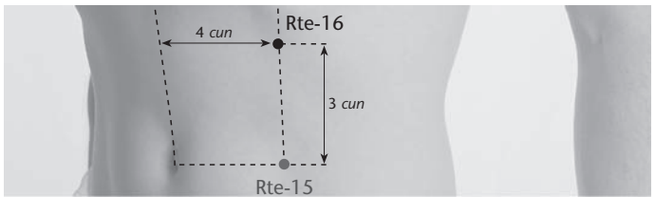
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse.

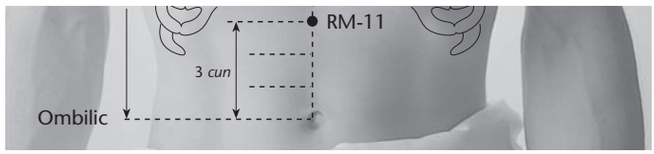
Actions/indications

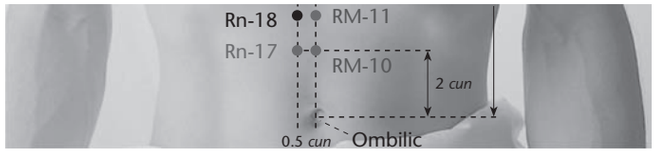
- Régule l'Estomac et les Intestins.
- Régule la voie des eaux.

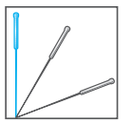
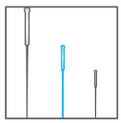


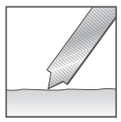








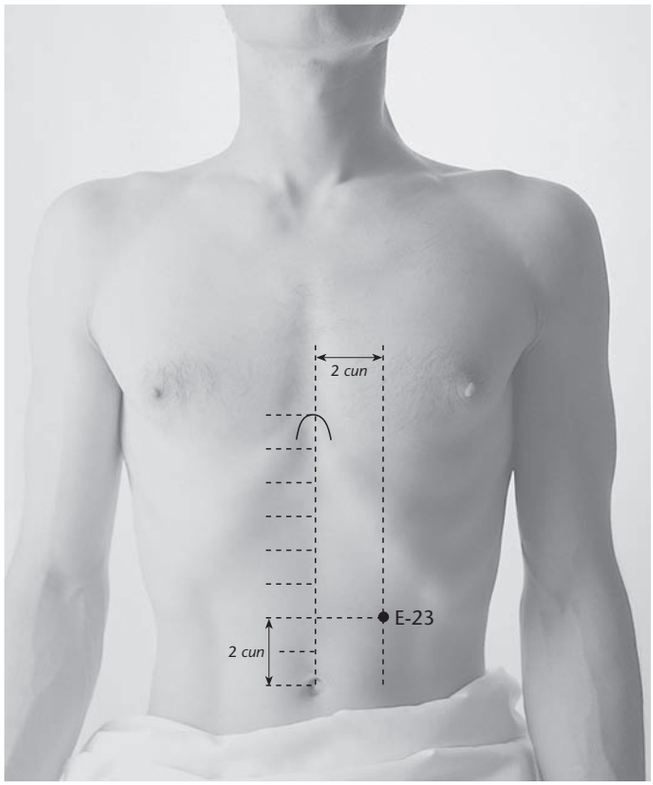



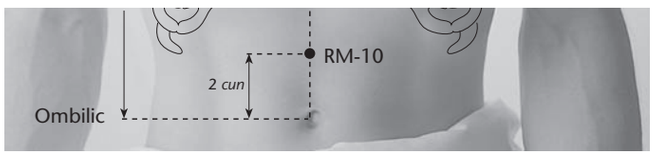



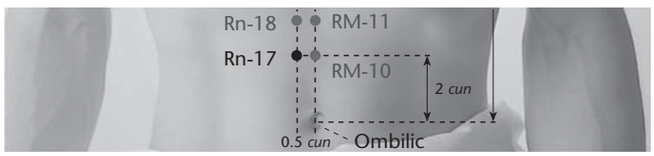


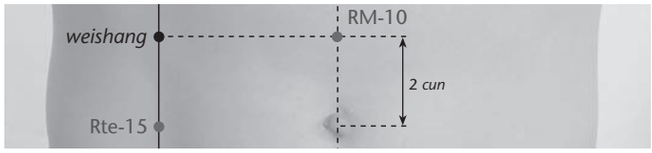
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Unité suprême TAIYI E-23









Localisation

2 *cun* au-dessus de l'ombilic et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

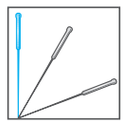
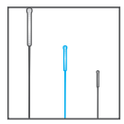
On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer ensuite 2 *cun* au-dessus vers le haut à partir de l'ombilic. **Ou** : déterminer le point médian de la moitié inférieure de la distance entre l'ombilic et l'angle sterno-costal (→ **RM-12** : technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). **E-23** se trouve 2 *cun* sur le côté. Au même niveau, on trouve → **RM-10** (ligne médiane antérieure), → **Rn-17** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → ***weishang*** (point HM) (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

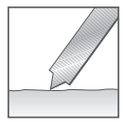
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse.

Actions/indications

- Harmonise le Réchauffeur Moyen, renforce la Rate.
- A des effets bénéfiques sur le Cœur et calme l'Esprit (*shen*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-24 *Porte de la chair glissante* HUAROUMEN

Localisation

1 *cun* au-dessus de l'ombilic et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). **E-24** se trouve 1 *cun* au-dessus de l'ombilic et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

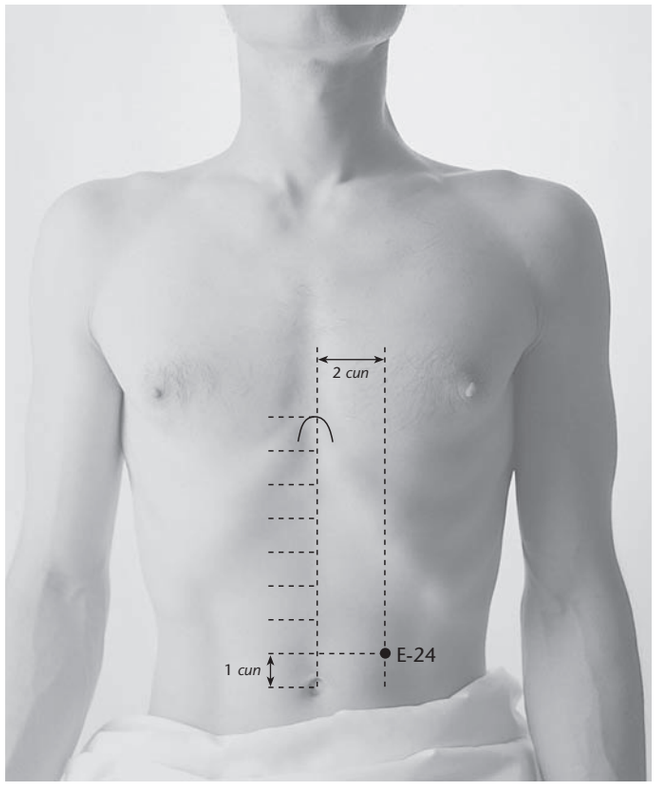
Au même niveau, on trouve → **RM-9** (ligne médiane antérieure) et souvent aussi → **F-13** (à l'extrémité libre de la 11ème côte).

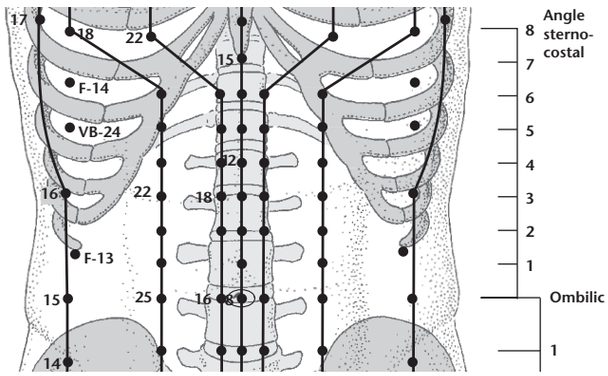
Insertion de l'aiguille

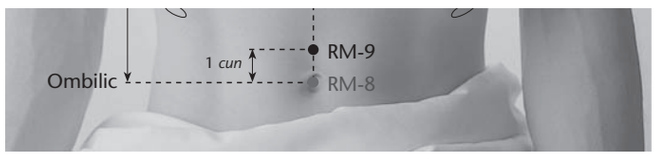
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse.

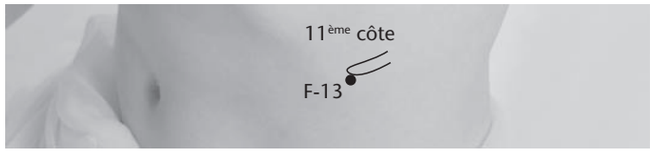
Actions/indications

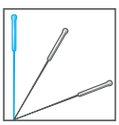
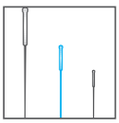
- Régule l'Estomac.
- Transforme les Glaires et calme l'Esprit (*shen*).

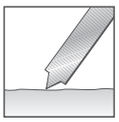








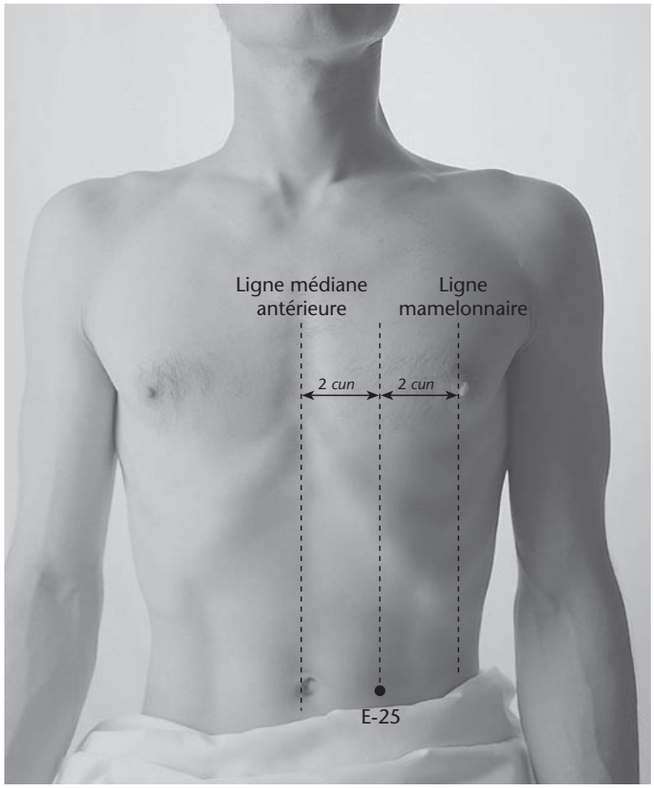





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Pilier du ciel TIANSHU E-25



Localisation

2 *cun* au-dehors de l'ombilic.

Comment le trouver

Mesurer 2 *cun* au-dehors de l'ombilic. **Points de référence** : sur l'abdomen, ces 2 *cun* en dehors de l'ombilic correspondent au point médian entre la ligne médiane antérieure et la ligne mamelonnaire (→ 3.5).

Au même niveau, on trouve → **RM-8, Rn-16, Rte-15, VB-26** (respectivement sur l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de l'ombilic, sur la ligne mamelonnaire, ou 4 *cun* en de hors de l'ombilic, au niveau de l'ombilic et directement en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Pour les troubles de l'utérus, insertion oblique dirigée vers le bas, en direction de l'utérus. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse. L'aiguille peut atteindre les aponévroses des muscles abdominaux obliques à la transition avec le muscle droit de l'abdomen.

Actions/indications

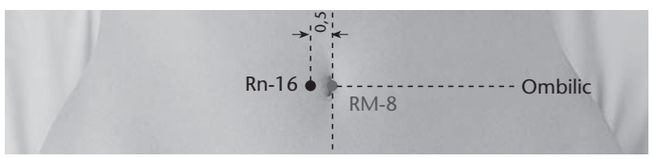
- Régule les Intestins, la Rate et l'Estomac, élimine l'Humidité et la Chaleur-Humidité.
- Élimine la stagnation.

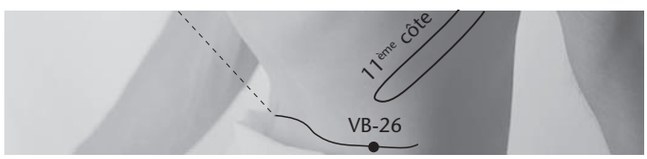
Caractéristiques particulières

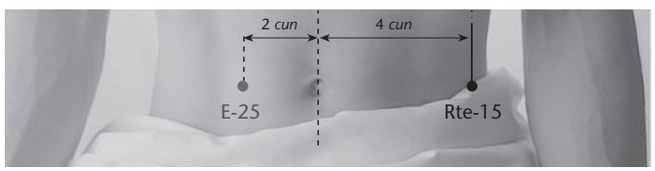
Point *mu* antérieur du Gros Intestin. Point important pour les troubles des voies gastro-intestinales.

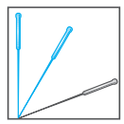


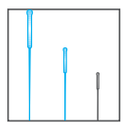




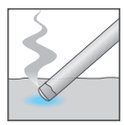


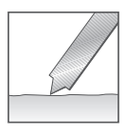
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-26 *Monticule extérieur* WAILING

Localisation

1 *cun* en dessous de l'ombilic et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

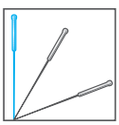
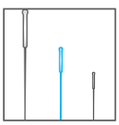
On divise en 5 *cun* la distance entre l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer 1 *cun* en dessous à partir de l'ombilic : **E-26** se trouve 2 *cun* en dehors de ce point.
Au même niveau, on trouve → **RM-7** (ligne médiane antérieure) et → **Rn-15** (0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

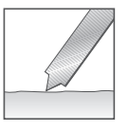
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse.

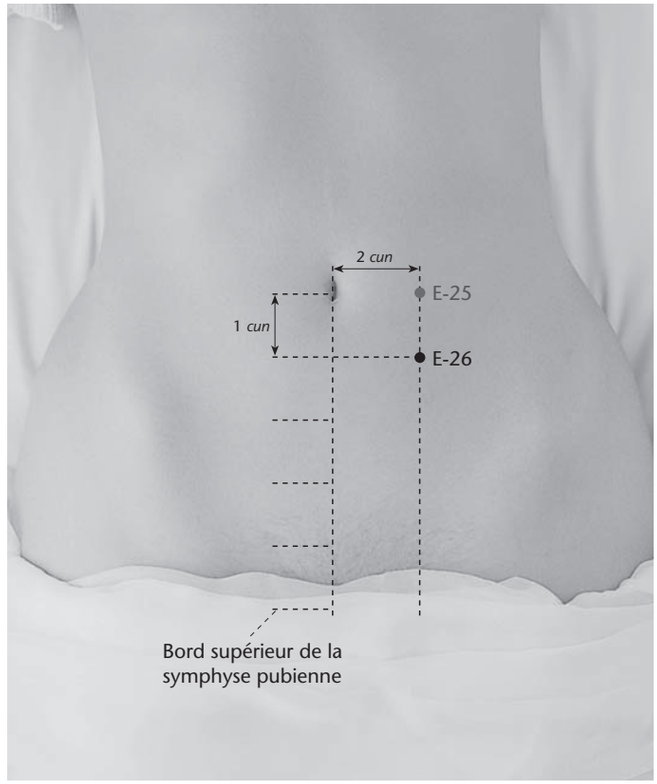
Actions/indications

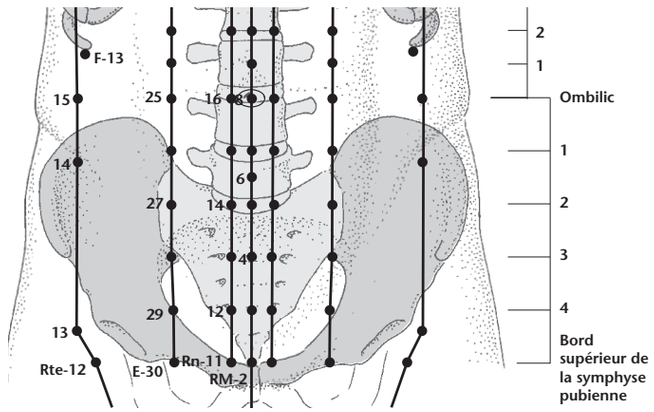
- Régule le Qi, calme la douleur et le Froid.

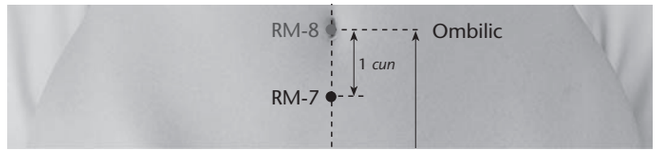



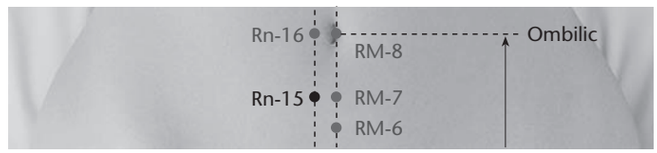







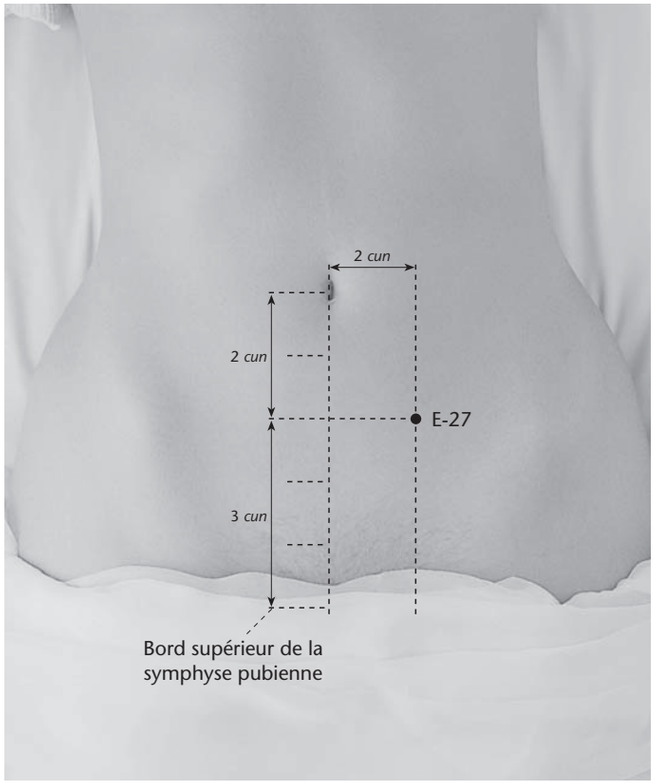






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand et gros DAJU E-27



Localisation

2 *cun* en dessous de l'ombilic et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

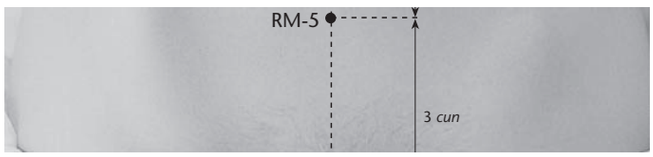
On divise en 5 *cun* la distance entre l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). **E-26** se trouve 2 *cun* en dessous et 2 *cun* en dehors de l'ombilic. Au même niveau, on trouve → **RM-5** (ligne médiane antérieure) et → **Rn-14** (0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

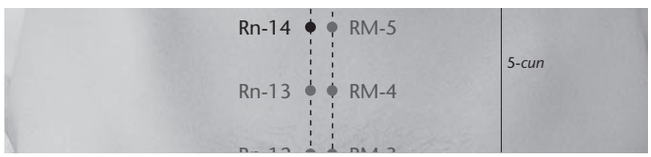
Insertion de l'aiguille

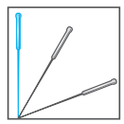
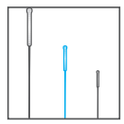
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ; prudence en cas de grossesse.

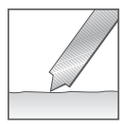
Actions/indications

- Régule et renforce le Qi.
- A des effets bénéfiques sur le Rein et favorise les mictions, renforce le Yang et l'Essence (*jing*).







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-28 *Passage de l'eau* SHUIDAO

Localisation

3 *cun* en dessous de l'ombilic ou 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne, et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* la distance entre l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). On mesure 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne ou 3 *cun* en dessous de l'ombilic. **E-28** se trouve 2 *cun* sur le côté.

Au même niveau, on trouve → **RM-4** (ligne médiane antérieure) et → **Rn-13** (0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure), de même que les points hors méridien ***tituo***, ***quimen*** et ***yijing***, respectivement 4, 3 et 1 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Insertion de l'aiguille

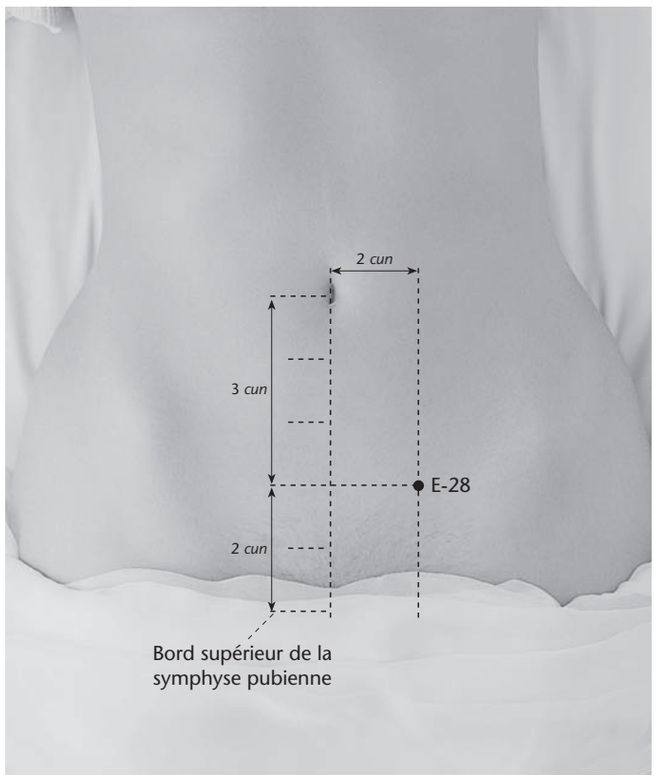
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ou la vessie ; prudence en cas de grossesse.

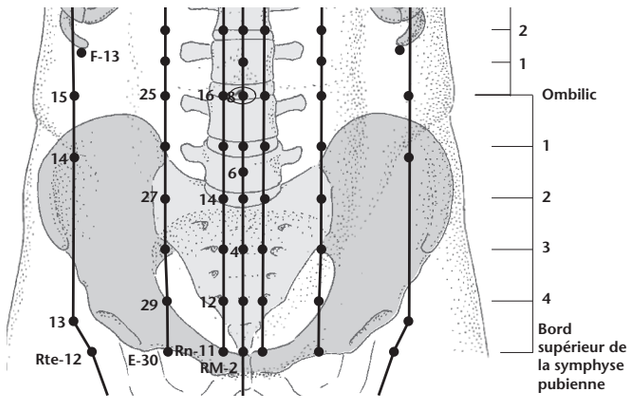
Actions/indications

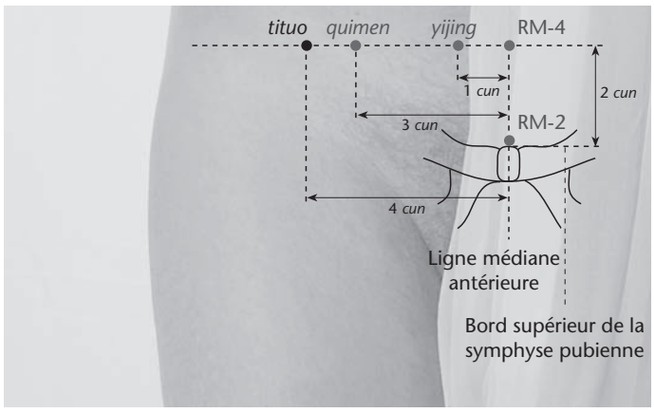
- Élimine la Chaleur-Humidité, a des effets bénéfiques sur le Réchauffeur Inférieur et lève la stagnation.

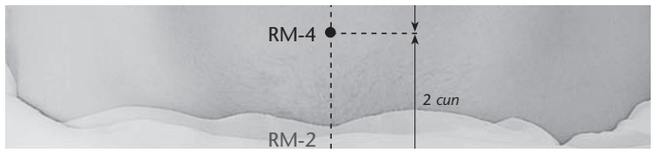
Caractéristiques particulières

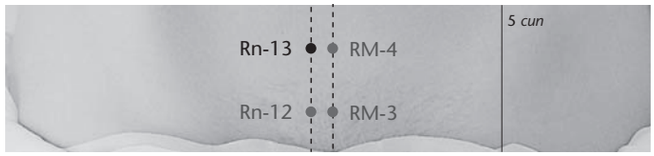
Point local important pour les voies urogénitales.

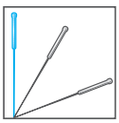
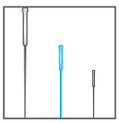


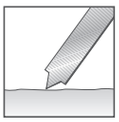








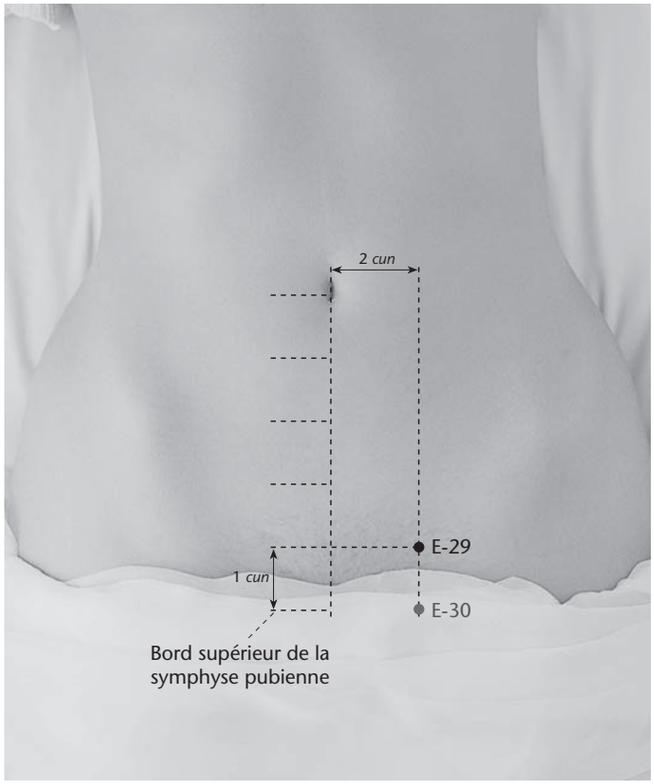



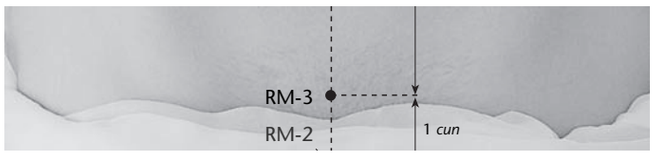



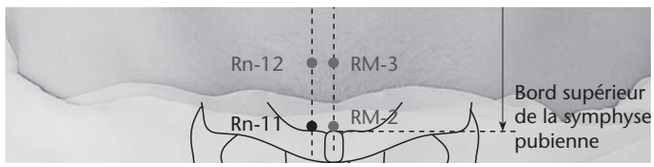


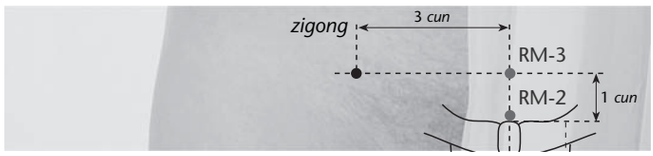
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Le retour GUILAI E-29









Localisation

4 *cun* en dessous de l'ombilic ou 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne, et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* la distance entre l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure en *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique (→ 2.3.1). **E-28** se trouve 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne et 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.
Au même niveau, on trouve → **RM-3** (ligne médiane antérieure) et → **Rn-12** (0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure), de même que le point hors méridien ***zigong***, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Insertion de l'aiguille

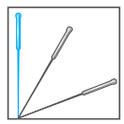
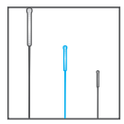
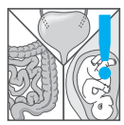
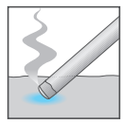
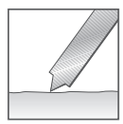
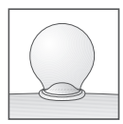
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer le péritoine ou la vessie ; prudence en cas de grossesse.

Actions/indications

- Réchauffe et régule le Réchauffeur Inférieur et les menstruations.

Caractéristiques particulières

Point souvent traité par la moxibustion ; l'association de l'acupuncture et de la moxibustion est particulièrement efficace. Point local important pour les voies urogénitales.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-30 *Qi pénétrant* QICHONG

Localisation

2 *cun* en dehors du bord supérieur de la symphyse pubienne et médial par rapport à l'artère et la veine fémorales, environ 1 *cun* au-dessus du pli inguinal.

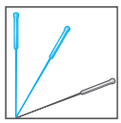
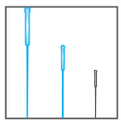
Comment le trouver

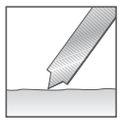
Commencer par localiser le bord de la symphyse pubienne (localisation de → **RM-2**). Puis localiser **E-30** 2 *cun* sur le côté (sur la ligne verticale qui est à mi-chemin entre la ligne médiane antérieure et la ligne mamelonnaire). Cette localisation est souvent 1 *cun* au-dessus du pli inguinal et médiale par rapport à l'artère et la veine fémorales.

Au même niveau, on trouve → **RM-2, Rn-11** et **Rte-12** (respectivement sur la ligne médiane antérieure, 0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure, 3,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure). → **F-12** se trouve dans le pli inguinal, 1 *cun* en dessous et 0,5 *cun* en dehors de **E-30**.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* ou insertion oblique de 1,5 *cun* de profondeur en direction des organes génitaux externes en cas de troubles des voies urogénitales. Attention : ne pas toucher l'artère fémorale ou la vessie (très proche de la superficie sur le haut) ; chez l'homme, présence du cordon spermatique (très proche de la superficie vers le bas) ; prudence en cas de grossesse. Il faut demander au patient de vider sa vessie avant de piquer ce point.

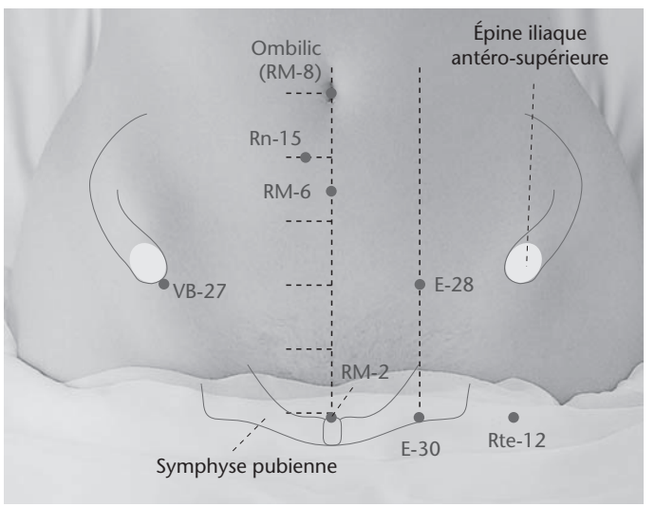


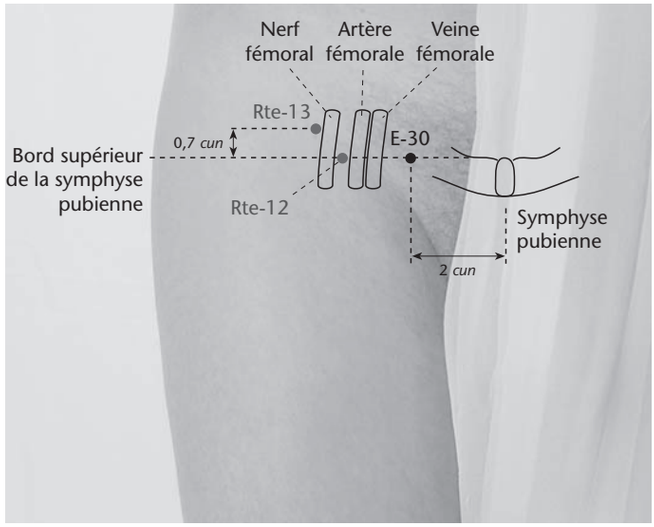
Actions/indications

- Régule le Qi dans le Réchauffeur Inférieur.
- Renforce la Mer des Aliments (Qi du Ciel Postérieur).

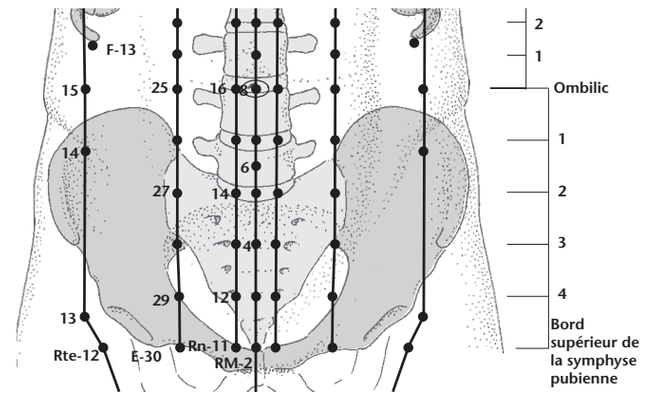
Caractéristiques particulières

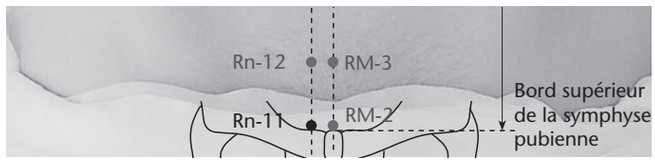
Point de croisement avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) (et, selon certains auteurs, avec le méridien de la Vésicule Biliaire) ; point de la Mer de l'Eau et des Aliments. Très utilisé pour les troubles du Réchauffeur Inférieur.

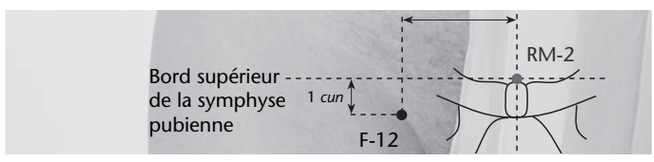






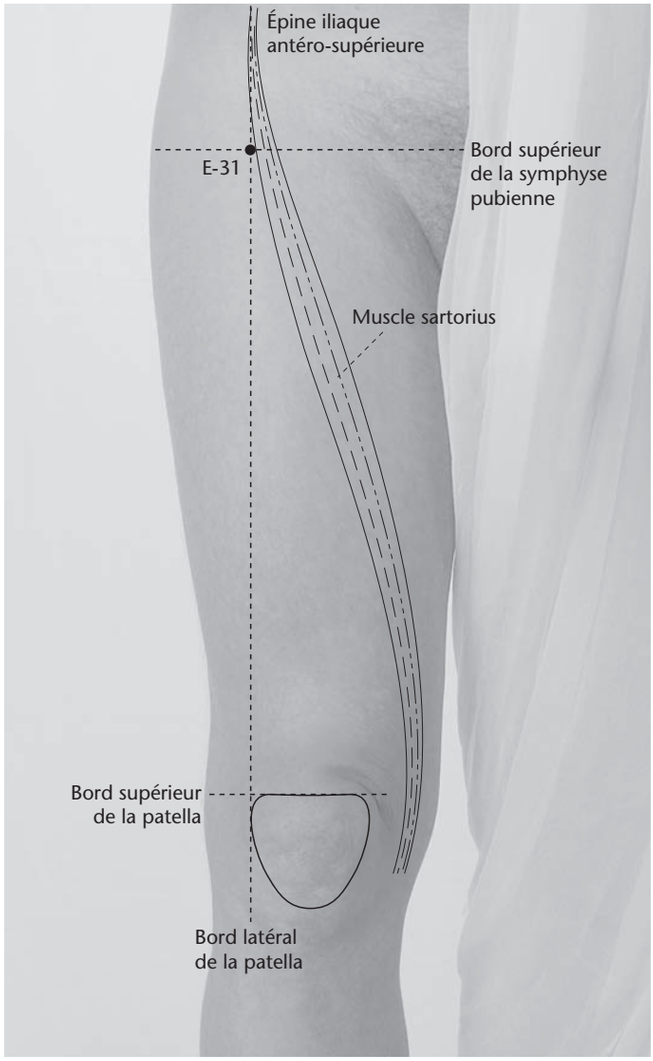






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de la cuisse BIGUAN E-31



Localisation

En dessous de l'épine iliaque antéro-supérieure et en dehors du muscle sartorius, au niveau du bord inférieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

Le muscle sartorius part de l'épine iliaque antéro-supérieure et descend en travers de la cuisse en direction de la face médiale du genou. Lorsque le genou et la hanche sont légèrement fléchis et s'accompagnent d'un mouvement de rotation latérale, on peut facilement le sentir. **E-31** se trouve au bord latéral de ce muscle, à l'intersection d'une ligne verticale reliant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord supérieur latéral de la patella et d'une ligne horizontale au niveau du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Insertion de l'aiguille

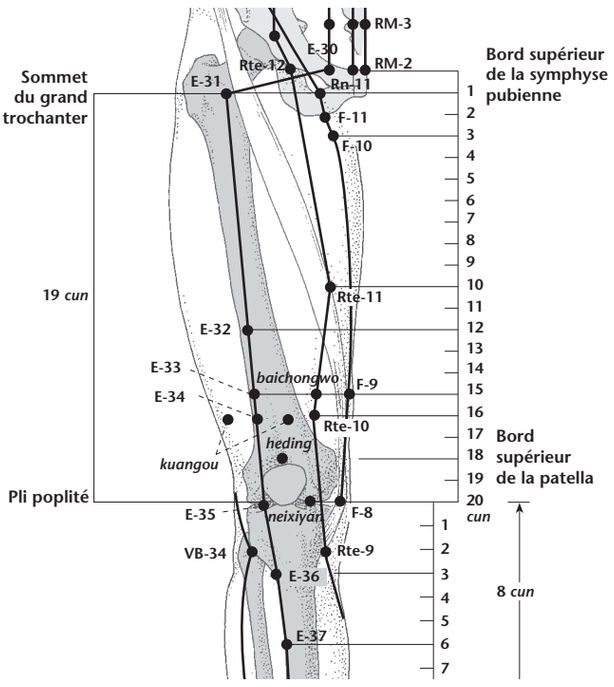
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 2 *cun* de profondeur.

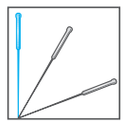
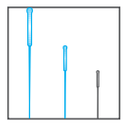
Actions/indications

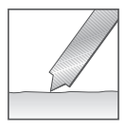
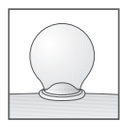
- Ouvre le méridien, réchauffe, expulse les facteurs pathogènes.

Caractéristiques particulières

Particulièrement utile pour traiter les syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *bi*) du genou et des lombes. Dans le cadre de la méthode des points chaînes et des points cadenas (→ 8), en association avec → **E-36** et → **E-41**, il sert souvent à traiter les paresthésies et la douleur de la hanche et de la jambe lorsque celle-ci se propage le long du méridien.




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-32 *Lapin tapi* FUTU

Localisation

Sur la cuisse, sur une ligne reliant le bord latéral de la patella et l'épine iliaque antéro-supérieure, dans une dépression située à 6 *cun* du bord latéral supérieur de la patella.

Comment le trouver

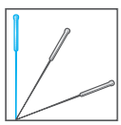
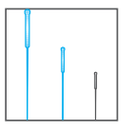
Diviser en trois la distance entre le sommet de la saillie du grand trochanter et le bord latéral supérieur de la patella. **E-32** se situe juste au-dessus de la jonction du tiers inférieur et du tiers moyen, dans une dépression située sur le muscle quadriceps.

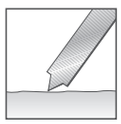
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 2 *cun* de profondeur.

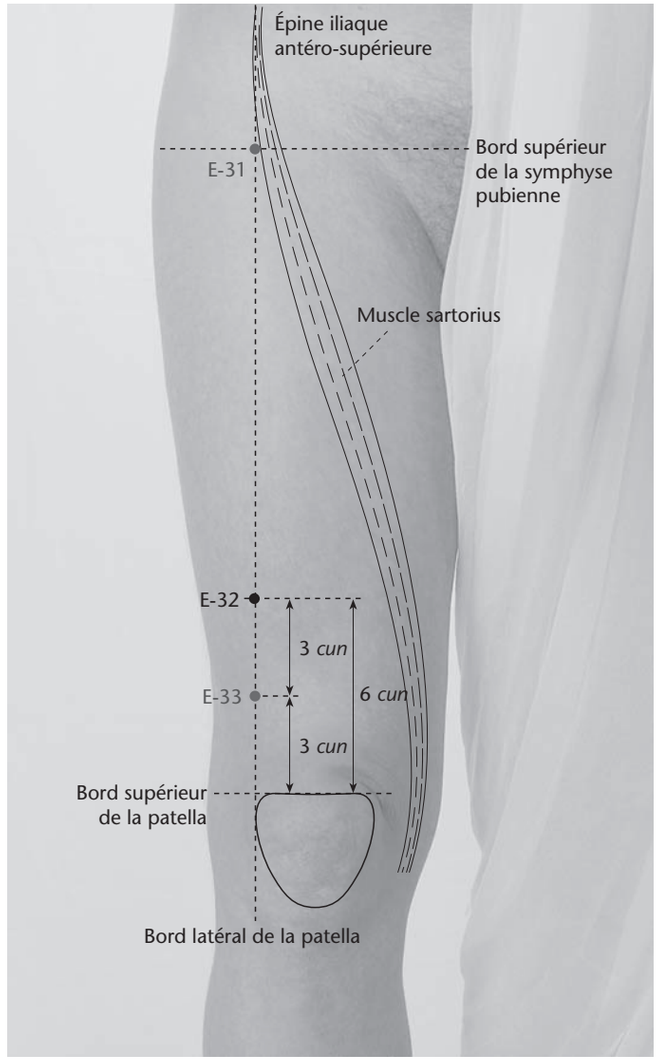
Actions/indications

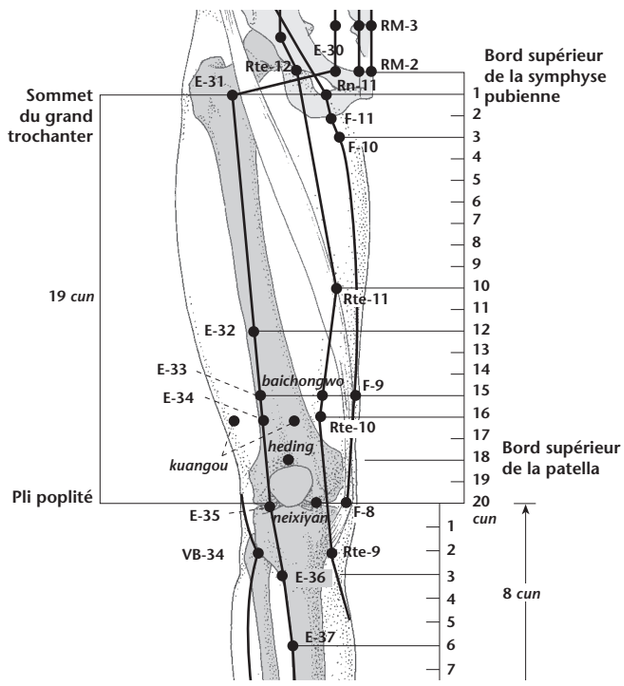
- Ouvre le méridien et expulse le Vent, l'Humidité et le Froid.

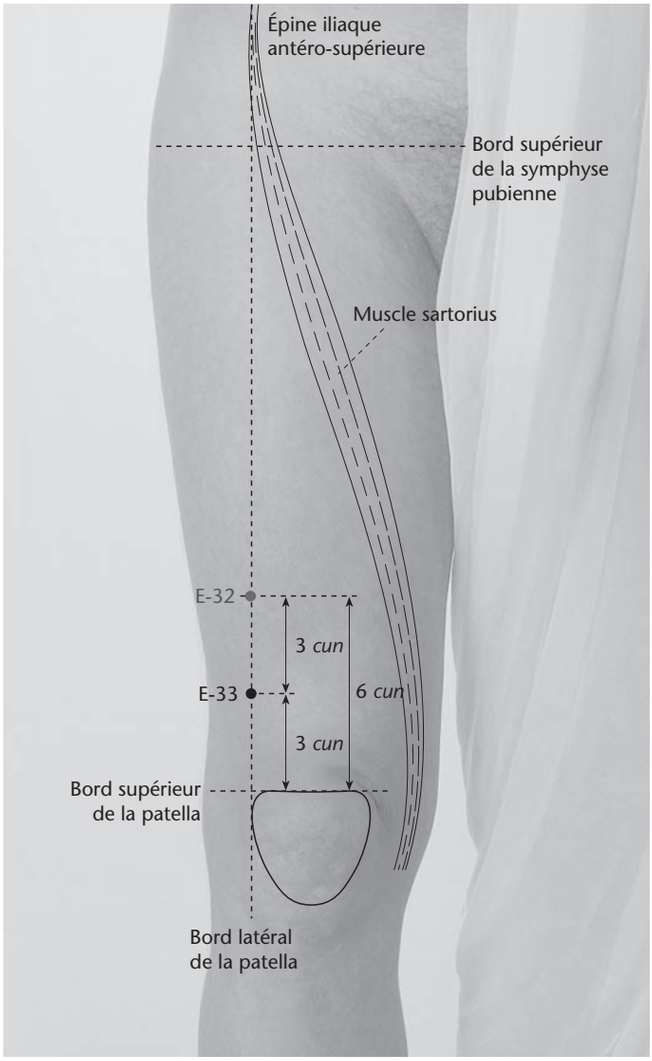






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Marché du Yin YINSHI E-33



Localisation

Sur une ligne reliant le bord latéral de la patella et l'épine iliaque antéro-supérieure, dans une dépression située à 3 *cun* du bord latéral supérieur de la patella.

Comment le trouver

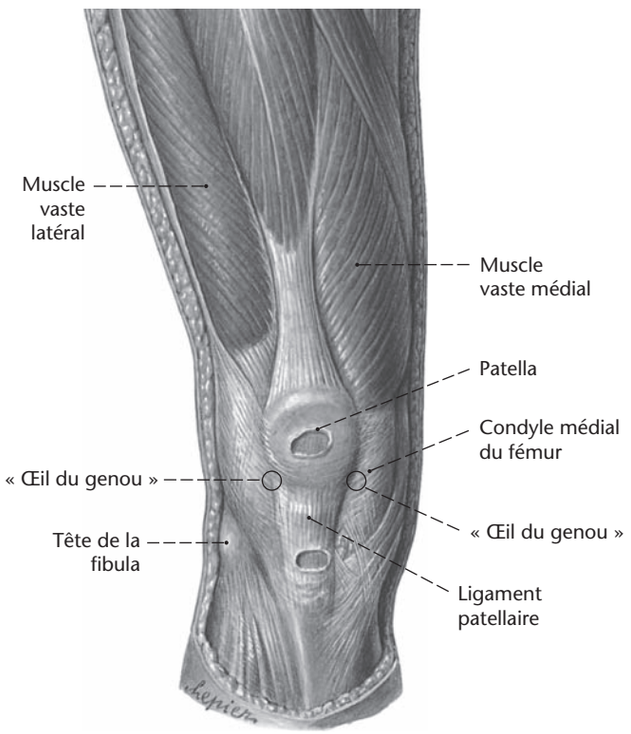
Mesurer 3 *cun* au-dessus du bord latéral supérieur de la patella, sur la ligne qui rejoint l'épine iliaque antéro-supérieure. **E-33** se trouve dans un creux situé à la jonction du muscle droit fémoral et des muscles vastes latéraux.

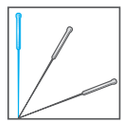
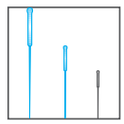
Insertion de l'aiguille

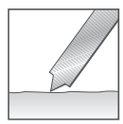
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien et expulse les facteurs pathogènes.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-34 *Sommet du monticule* LIANGQIU

Localisation

Sur une ligne reliant le bord latéral de la patella et l'épine iliaque antéro-supérieure, 2 *cun* en direction proximale du bord latéral supérieur de la patella, dans un creux situé dans le muscle vaste latéral.

Comment le trouver

Localiser le bord latéral supérieur de la patella et de là, mesurer 2 *cun* en direction proximale. **E-34** se trouve dans une dépression palpable du muscle vaste latéral du groupe du quadriceps fémoral. Ce point se trouve sur la ligne qui relie le bord latéral supérieur de la patella et l'épine iliaque antéro-supérieure (→ 3.5). Au même niveau, on trouve les points hors méridien ***kuangou*** (chacun à 1,5 *cun* respectivement en direction médiale et latérale par rapport à **E-34**).

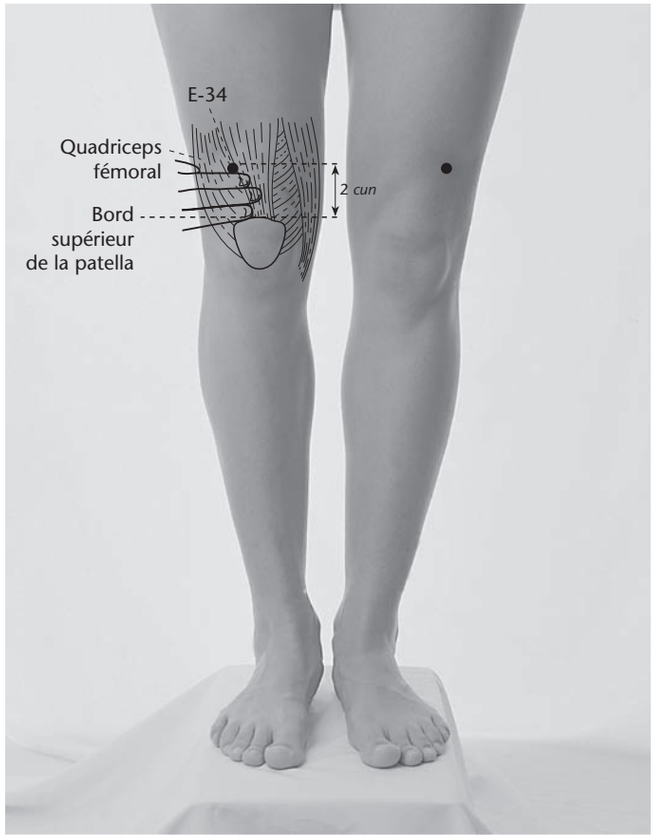
→ **Rte-10** a une position comparable, sur la face médiale de la cuisse (environ 2 *cun* en direction proximale par rapport au bord latéral supérieur médial de la patella, dans une dépression sur le muscle vaste médial).

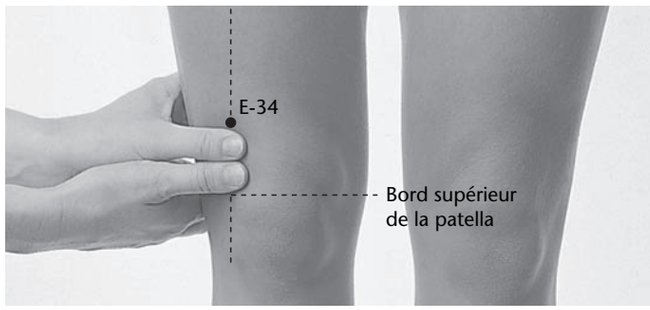
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

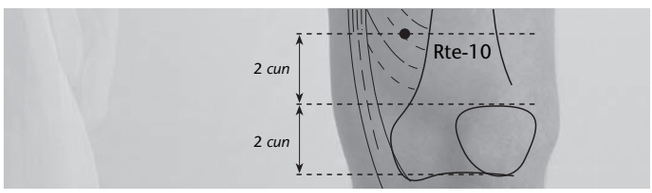
Actions/indications

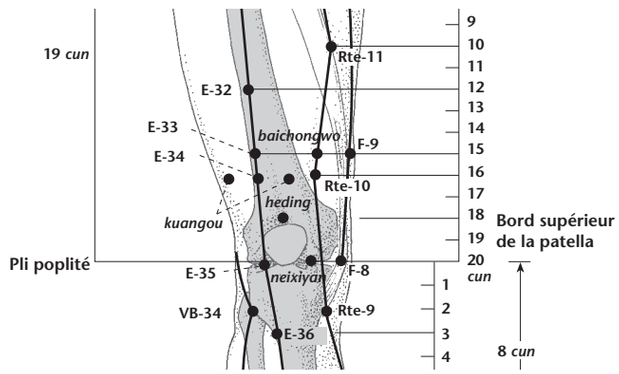
- Régule le Qi de l'Estomac, soulage les pathologies aiguës.
- Ouvre le méridien et calme la douleur.







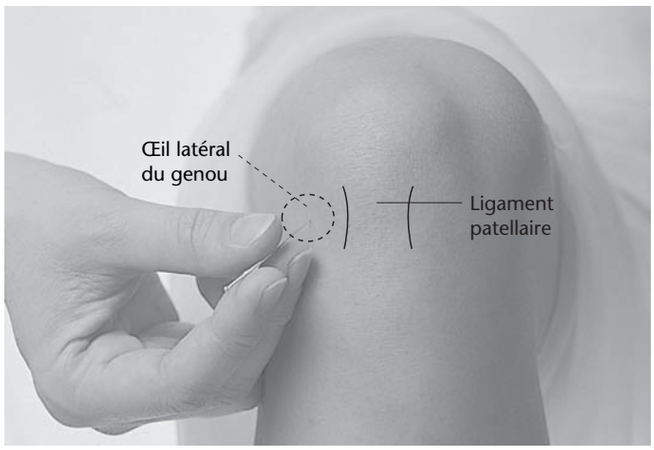


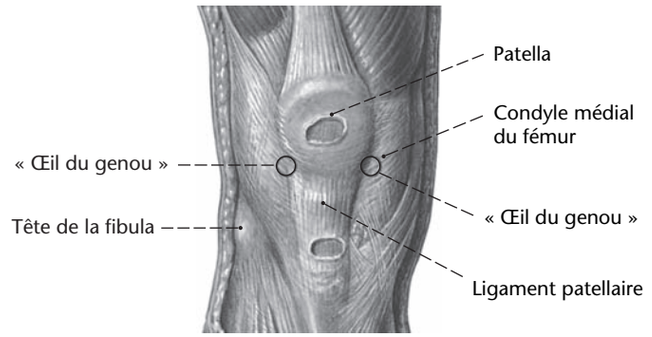


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nez de veau DUBI E-35







Localisation

Lorsque le genou est fléchi, dans un creux en dessous de la patella, sur le côté latéral du ligament patellaire.

Comment le trouver

Il est plus facile de localiser et de piquer ce point lorsque le genou est fléchi. **E-35** se trouve dans une dépression située au bord latéral inférieur de la patella, dans un creux qui est sur le côté du ligament patellaire. Il est au niveau de l'espace de l'articulation du genou et correspond plus ou moins à l'accès à l'articulation en cas d'arthroscopie. On connaît aussi **E-35** sous le nom « d'œil latéral du genou » et il correspond au point hors méridien ***xiyan***.

Insertion de l'aiguille

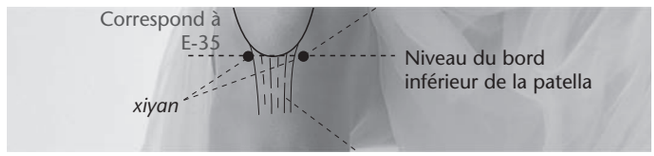
Insertion légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction médiale, vers l'œil du genou → ***neixiyan*** (point HM). Attention : présence de l'articulation du genou (ce point correspond plus ou moins à l'accès à l'articulation en cas d'arthroscopie) !

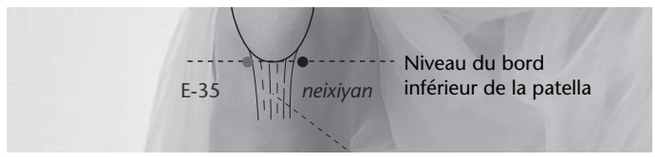
Actions/indications

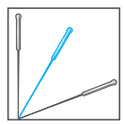
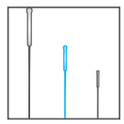
- Expulse le Vent et l'Humidité, réduit les gonflements, ouvre le méridien, soulage la douleur.

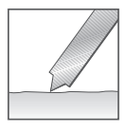
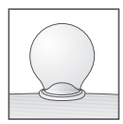
Caractéristiques particulières

Point local important pour tous les troubles du genou.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

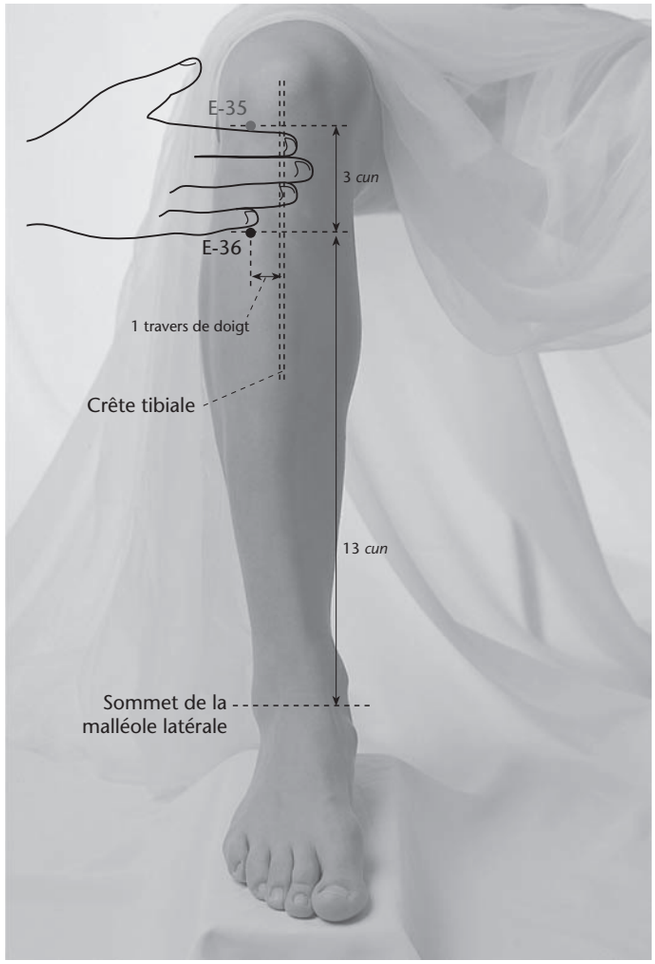
E-36 *Trois miles du pied* ZUSANLI

Localisation

3 *cun* en dessous de → **E-35** (« œil latéral du genou »), à un travers de doigt en avant de la crête tibiale antérieure, sur le muscle.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **E-35** (« œil latéral du genou »), au niveau de l'espace de l'articulation du genou. De là, mesurer 3 *cun* (un travers de main) en dessous et 1 travers de doigt sur le côté, le majeur touchant la crête tibiale. **E-36** se trouve dans une dépression que l'on peut sentir grâce à une palpation « dynamique » (en fonction de la sensibilité de ce point à la pression). **Ou** : palper le bord inférieur de la tubérosité tibiale de façon « dynamique » et localiser **E-36** un travers de doigt en dehors de celui-ci.



Insertion de l'aiguille

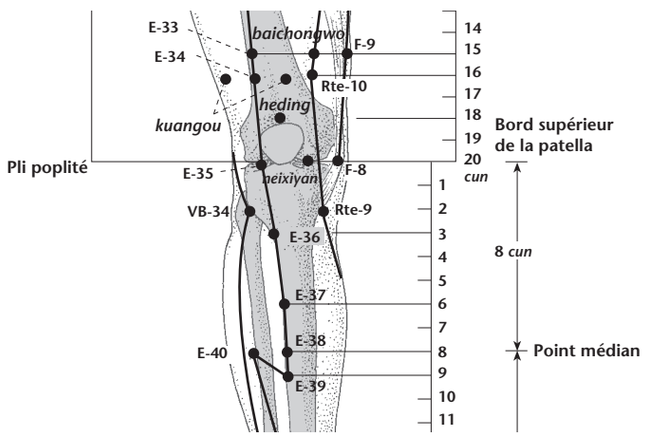
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. On applique souvent des moxas sur ce point.

Actions/indications

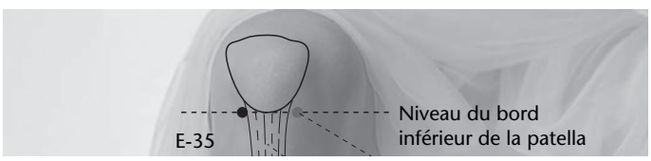
- Régule l'Estomac, fortifie la Rate et transforme l'Humidité.
- Tonifie le Qi et le Yang, et nourrit le Sang et le Yin.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point mer (*he*), point Terre, point *ben* (point Cinq Éléments), point mer (*he*) inférieur de l'Estomac, point de commande de Gao Wu pour l'abdomen, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang, point de la Mer de l'Eau et des Aliments. Principal point pour tonifier le Qi et le Sang en cas de faiblesse généralisée. Point extrêmement important.

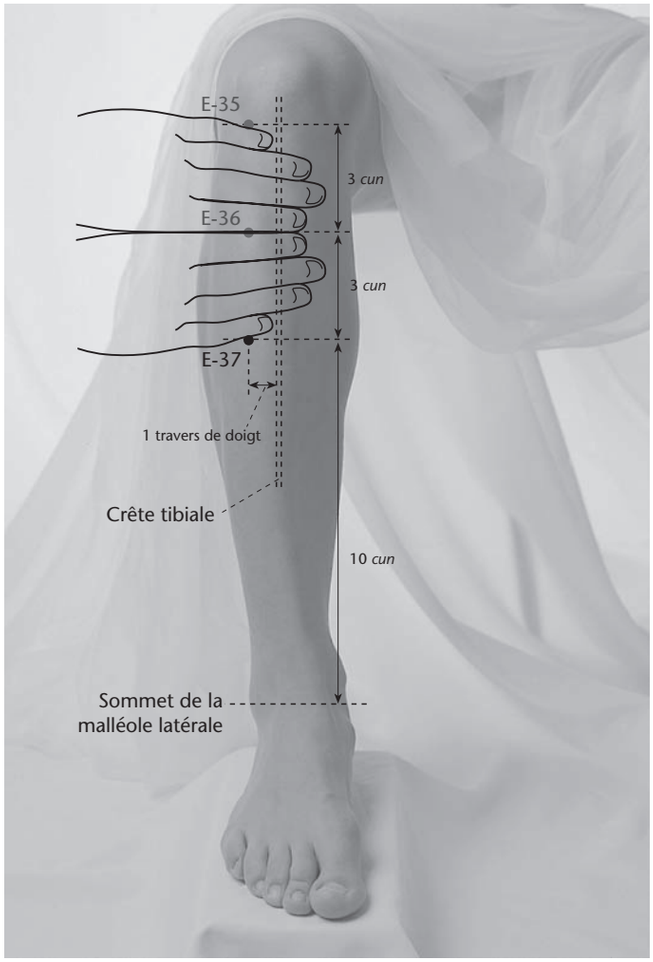






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand vide supérieur SHANGJUXU E-37



Localisation

6 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **E-35** (au niveau de l'espace de l'articulation du genou) ou 3 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **E-36** et un travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure.

Comment le trouver

Commencer par localiser ➞ **E-35** (« œil latéral du genou »), au niveau de l'espace de l'articulation du genou. De là, mesurer 6 *cun* (2 travers de main) en direction distale et, à ce niveau, un travers de doigt sur le côté, le majeur touchant la crête tibiale. **E-37** se trouve dans une dépression que l'on peut sentir grâce à une palpation « dynamique » (en fonction de la sensibilité de ce point à la pression). **Ou** : déterminer le milieu de la ligne qui relie ➞ **E-35** et ➞ **E-41** (situé dans une dépression entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale) en utilisant la technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3). **E-37** se trouve 2 *cun* en direction proximale et un travers de doigt en direction latérale.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

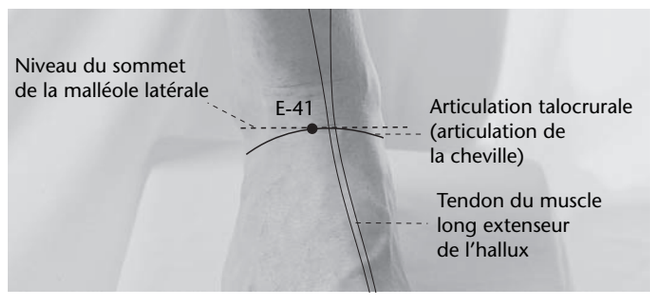
Actions/indications

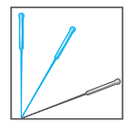
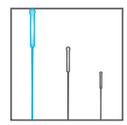
- Régule la Rate, l'Estomac et les Intestins, lève la stagnation, élimine la Chaleur-Humidité.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

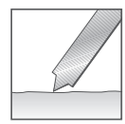
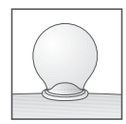
Caractéristiques particulières

Point mer (*he*) inférieur du Gros Intestin, point de la Mer du Sang.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-38 *Ouverture étroite* TIAOKOU

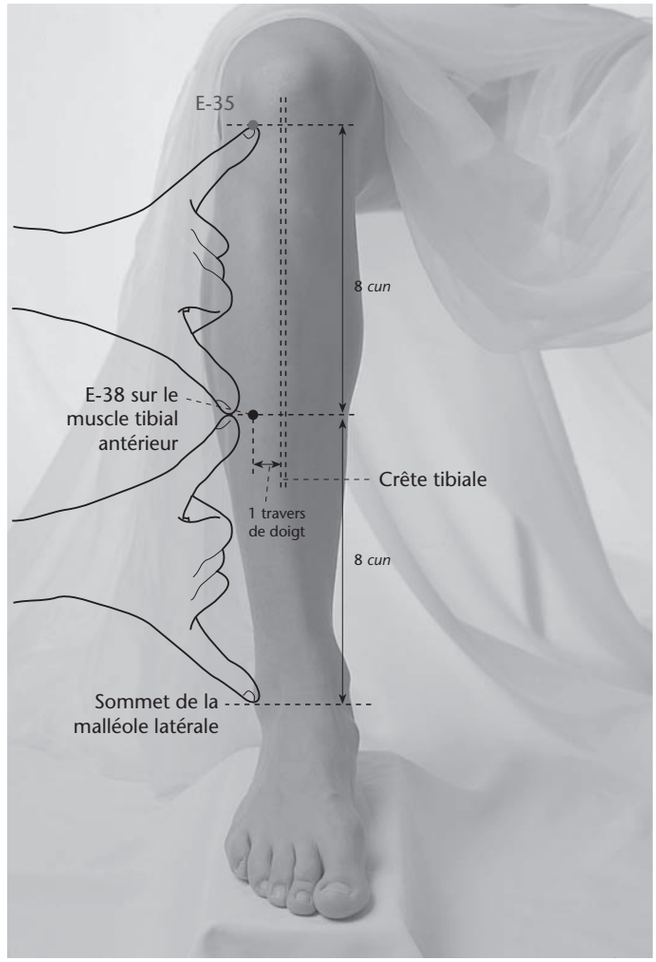
Localisation

Au milieu de la ligne qui relie ➞ **E-35** et ➞ **E-41** et un travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure.

Comment le trouver

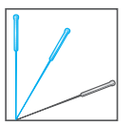
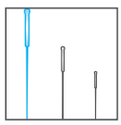
Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur ➞ **E-35** (« œil latéral du genou », au niveau de l'espace de l'articulation du genou) et sur ➞ **E-41** (situé dans une dépression entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale) et déterminer le milieu de cette distance grâce aux pouces. **E-38** se trouve dans une dépression à un travers de doigt (mesuré avec le majeur à partir de la crête tibiale antérieure) en dehors de point médian. On peut aussi palper **E-38** de façon « dynamique » (en fonction de sa sensibilité à la pression). **Ou** : à partir de ➞ **E-35**, mesurer 8 *cun* (➞ 2 travers de main et 3 travers de doigts) en direction distale et 1 travers de doigt sur le côté.

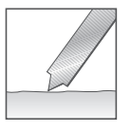
Au même niveau, on trouve ➞ **E-40** (un travers de doigt plus latéralement) et ➞ **V-57** (face dorsale de la partie inférieure de la jambe, au milieu de la ligne qui relie ➞ **V-40** et ➞ **V-60**).



Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

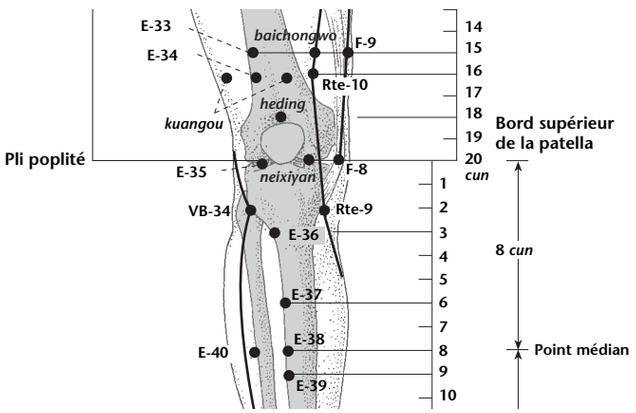


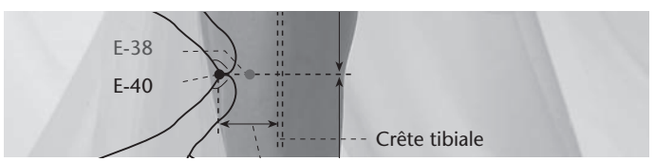
Actions/indications

- Expulse le Vent-Humidité, ouvre le méridien, soulage la douleur, a des effets bénéfiques sur l'épaule.

Caractéristiques particulières

Point distal très efficace pour les pathologies de l'épaule. En cas de restriction de mouvement de l'articulation de l'épaule, disperser fortement l'aiguille alors que le patient fait bouger l'articulation de l'épaule.



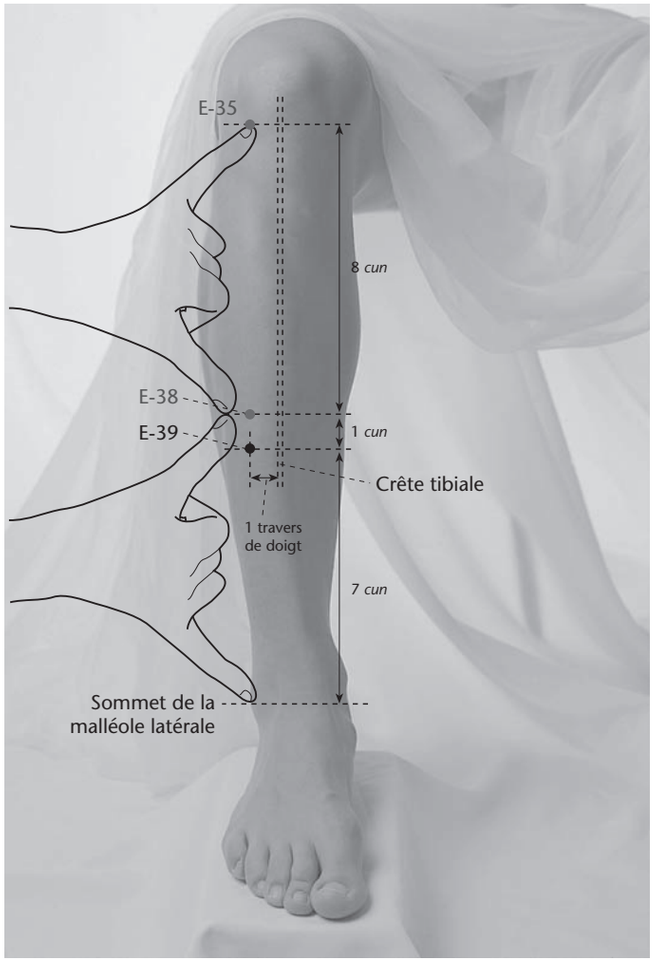






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand vide inférieur XIAJUXU E-39



Localisation

1 *cun* en dessous de → **E-38** (milieu de la ligne qui relie → **E-35** et → **E-41**) et un travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure.

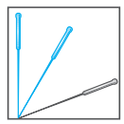
Comment le trouver

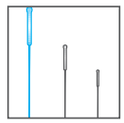
Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur → **E-35** (« œil latéral du genou », au niveau de l'espace de l'articulation du genou) et sur → **E-41** (situé dans une dépression entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale) et déterminer le milieu de cette distance grâce aux pouces (au niveau de → **E-38**) **E-39** se trouve dans une dépression 1 *cun* en direction distale et un travers de doigt (mesuré avec le majeur à partir de la crête tibiale antérieure) en dehors de point médian. On peut aussi palper **E-38** de façon « dynamique » (en fonction de sa sensibilité à la pression).

Au même niveau (7 *cun* en direction proximale par rapport à la malléole latérale), on trouve → **VB-35** (sur le bord postérieur de la fibula), → **VB-36** (sur le bord antérieur de la fibula) et → **V-58** (sur le bord latéral du muscle gastrocnémien).

Insertion de l'aiguille

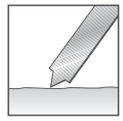
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.













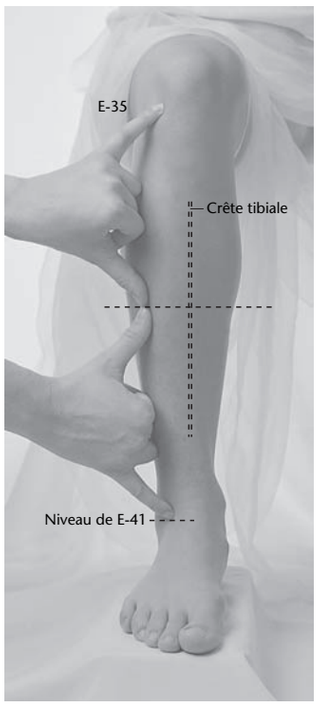


Actions/indications

- Fait circuler le Qi de l'Intestin Grêle, lève la stagnation et élimine la Chaleur-Humidité.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

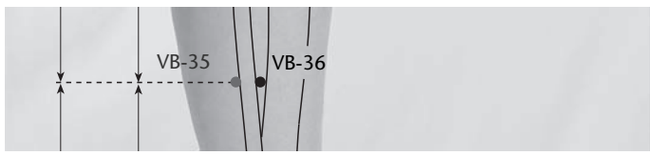
Caractéristiques particulières

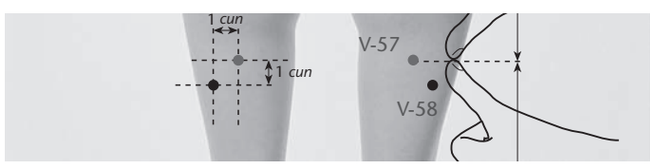
Point mer (*he*) inférieur de l'Intestin Grêle, point de la Mer du Sang.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-40 *Grosse bosse* FENGLONG

Localisation

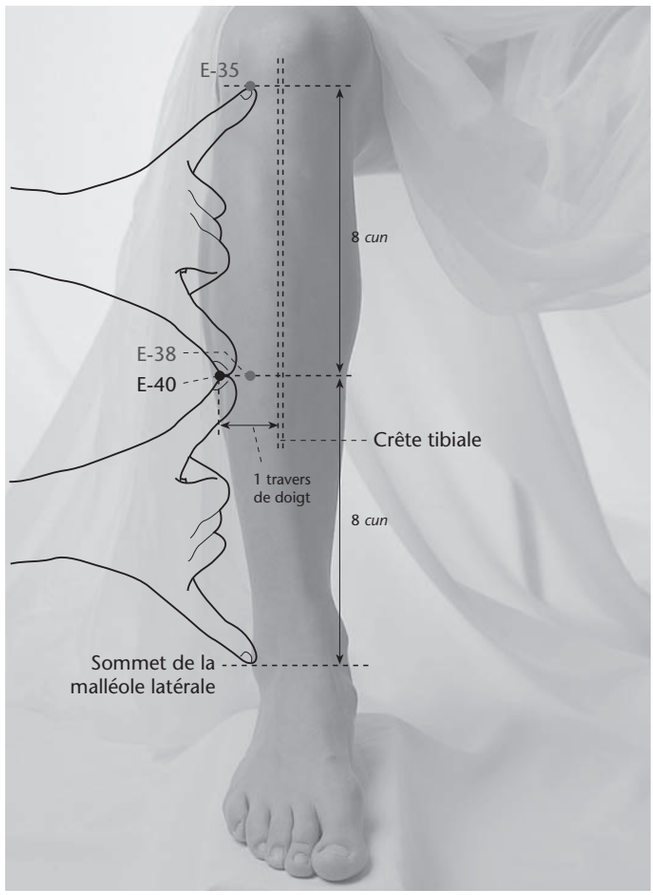
Au milieu de la ligne qui relie ➞ **E-35** et ➞ **E-41** et 2 travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure, ou 1 travers de doigt en dehors de ➞ **E-38**, entre le muscle long extenseur des orteils et les muscles courts du péroné.



Comment le trouver

Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur ➞ **E-35** (« œil latéral du genou », au niveau de l'espace de l'articulation du genou) et sur ➞ **E-41** (situé dans une dépression entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale) et déterminer le milieu de cette distance grâce aux pouces (au niveau de ➞ **E-38**). **E-40** se trouve dans une dépression située 2 travers de doigts (travers du majeur mesurés à partir de la crête antérieure du tibia) en dehors de ce point. On peut aussi palper **E-40** de façon « dynamique » (en fonction de sa sensibilité à la pression).

Au même niveau (8 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole latérale), on trouve ➞ **E-38** (1 travers de doigt en dehors du tibia) et ➞ **V-57** (sur la face dorsale de la partie inférieure de la jambe, à mi-chemin entre ➞ **V-40** et ➞ **V-60**).



Insertion de l'aiguille

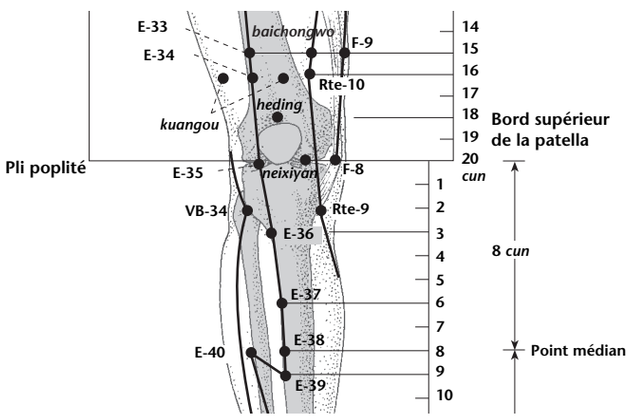
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

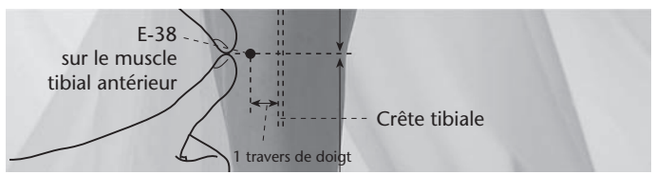
Actions/indications

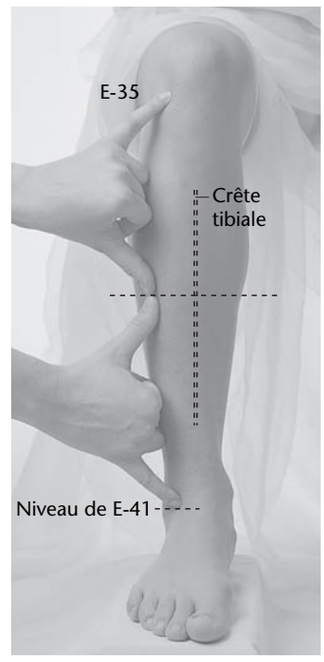
- Transforme d'Humidité et les Glaires, élimine les Glaires du Poumon et du Cœur, calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, principal point pour éliminer les Glaires.

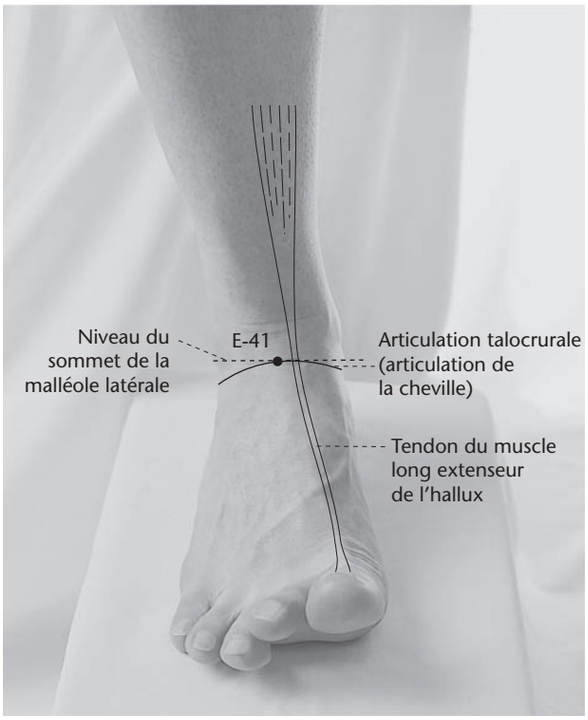






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Courant qui se disperse JIEXI E-41



Localisation

Sur la cheville, au niveau du sommet de la malléole latérale, dans une dépression située entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux.

Comment le trouver

Demander au patient de mettre le gros orteil en extension alors qu'on lui oppose une résistance afin de faire ressortir le tendon du muscle extenseur long de l'hallux. **E-41** est au bord latéral de ce tendon, dans une dépression nettement visible située au même niveau que le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2) et que l'espace de l'articulation de la cheville.

Insertion de l'aiguille

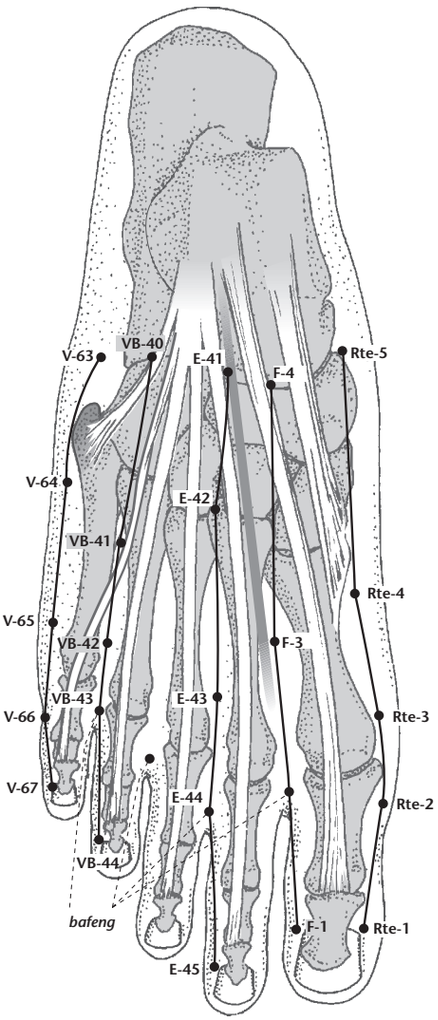
Insertion perpendiculaire ou insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* en dessous des tendons de façon à aller vers → **Rte-5** en direction médiale, ou vers → **VB-40** en direction latérale. Attention : les artère, veine et nerf tibiaux se trouvent en profondeur sous ce point.

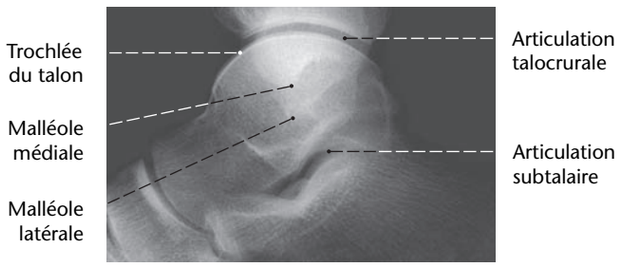
Actions/indications

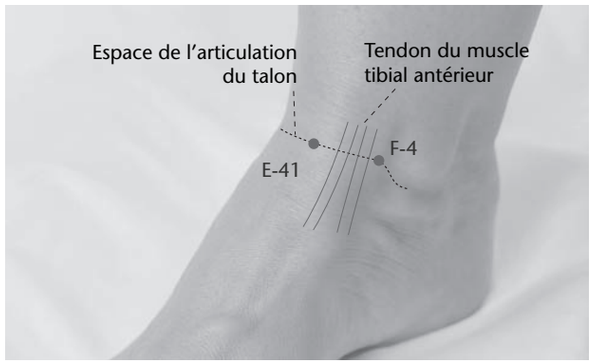
- Élimine la chaleur de l'Estomac et du méridien de l'Estomac.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

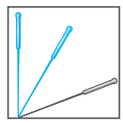
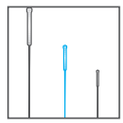
Caractéristiques particulières

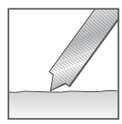
Point fleuve (*jing*), point Feu, point de tonification. Point local pour les pathologies de l'articulation de la cheville. Point distal important pour les céphalées frontales provoquées par une Chaleur de l'Estomac ou un Feu de l'Estomac.







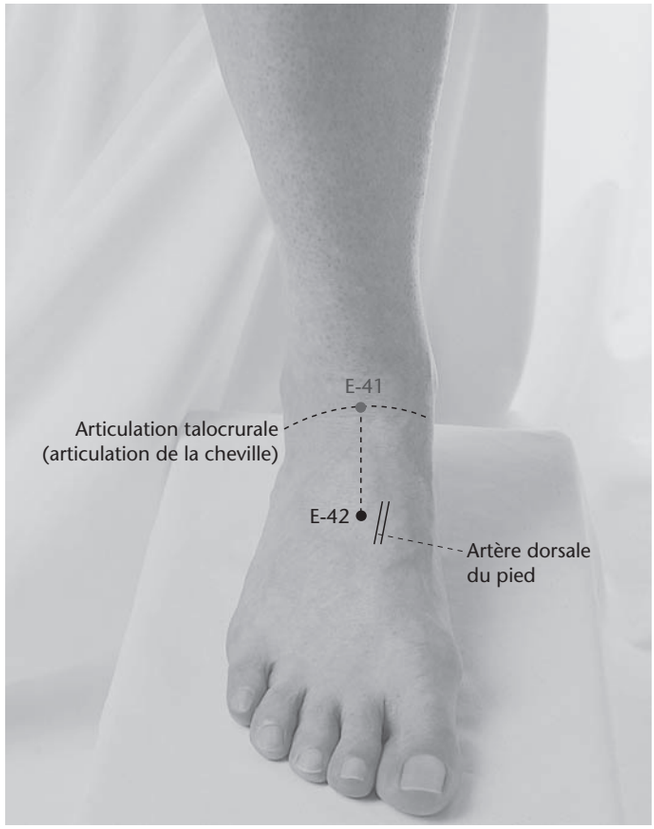


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-42 *Ruée du Yang* CHONGYANG

Localisation

Sur le sommet du cou-de-pied, entre les tendons du muscle long extenseur de l'hallux et du muscle long extenseur des orteils, directement en dehors du point où l'on peut sentir l'artère du pied. Ce point est encadré par les deuxième et troisième os métatarsiens en direction proximale, et par les 2ème et 3ème os cunéiformes en direction distale. **Autre localisation possible** : parfois, on peut localiser ce point en dehors de la partie médiale du tendon du muscle long extenseur des orteils (qui rejoint le 2ème orteil).

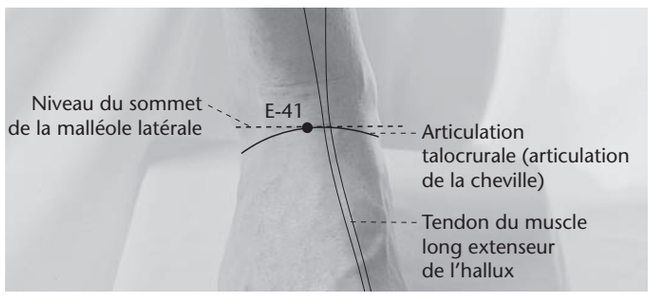


Comment le trouver

À partir de → **E-43** (dans la dépression entre la base des 2ème et 3ème os métatarsiens) faire courir le doigt en direction proximale vers → **E-41** (dans la dépression située entre les tendons du muscle long extenseur de l'hallux et du muscle long extenseur des orteils). Localiser **E-42** au sommet du cou-de-pied, dans une dépression en dehors du pouls. **E-42** se trouve en dehors du tendon du muscle long extenseur de l'hallux, qui devient plus facilement visible lorsque le gros orteil est en extension.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,2 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : ne pas piquer l'artère dorsale du pied.

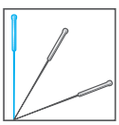
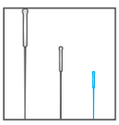


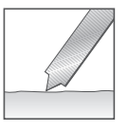
Actions/indications

- Élimine la chaleur du méridien de l'Estomac, régule l'Estomac.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*), point de sortie.

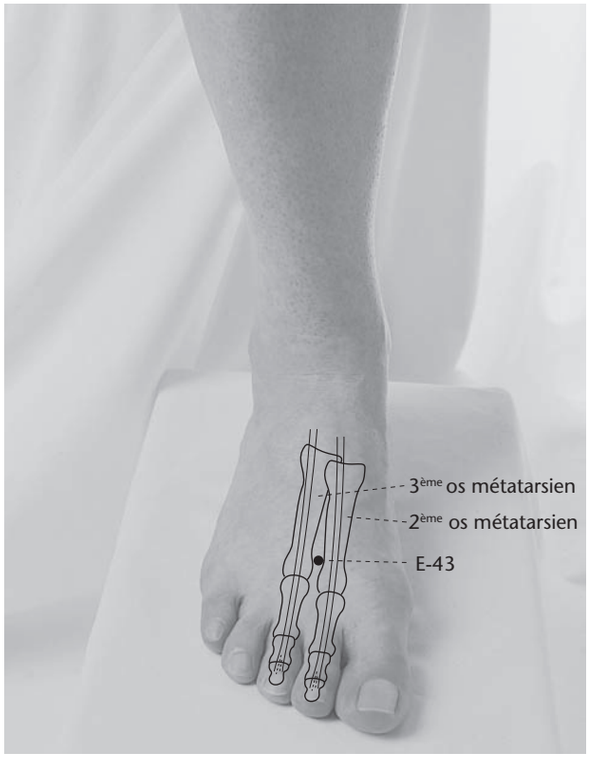





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Vallée resserrée XIANGU E-43



Localisation

Sur le dessus du pied, dans une dépression située entre les 2ème et 3ème os métatarsiens, au niveau de la jonction du corps et de la tête de ces os.

Comment le trouver

Faire courir le doigt entre les 2ème et 3ème os métatarsiens, des orteils vers la cheville, jusqu'à ce qu'il tombe dans une dépression distale par rapport à l'articulation métatarso-phalangienne. C'est là que se trouve **E-43**. Il est approximativement au même niveau que la jonction des corps et des têtes de ces deux os.

Insertion de l'aiguille

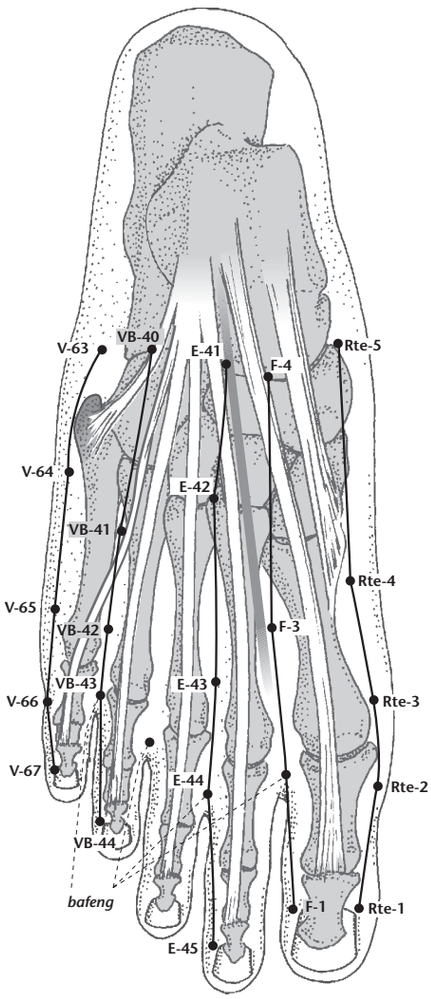
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

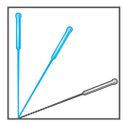
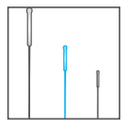
Actions/indications

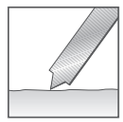
- Régule la Rate, l'Estomac et les Intestins, réduit les œdèmes.

Caractéristiques particulières

Point rivière (*shu*), point Bois. Sert généralement en cas de troubles inflammatoires des articulations (syndromes *bi*).





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

E-44 *Cour intérieure* NEITING

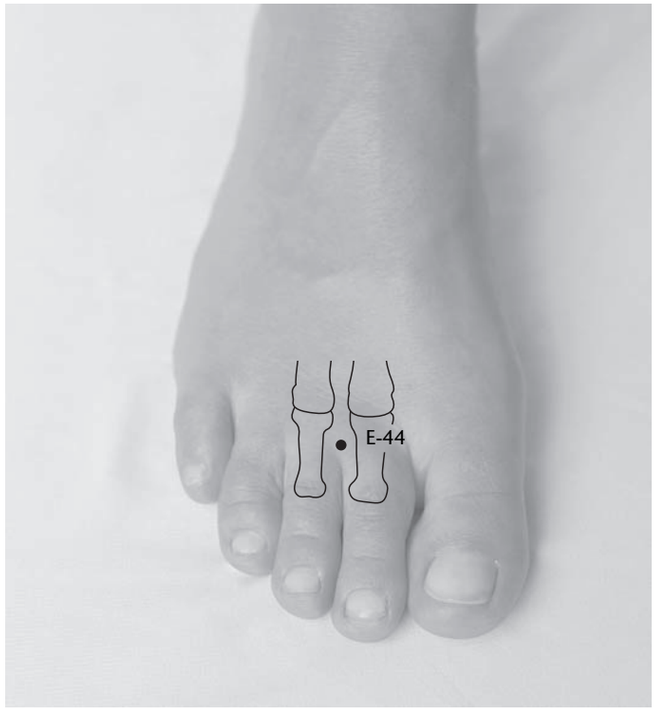
Localisation
Entre le 2ème et le 3ème orteil, en arrière de la palmure interdigitale.

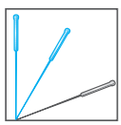
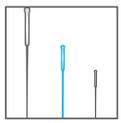
Comment le trouver
E-44 est juste en arrière de la palmure interdigitale, entre le 2ème et le 3ème orteil.

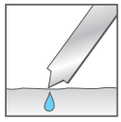
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction proximale.

Actions/indications
- Ouvre le méridien, expulse le Vent et élimine la Chaleur, soulage la douleur.
- Régule les Intestins, élimine la Chaleur-Humidité.
- Calme l'Esprit (*shen*).

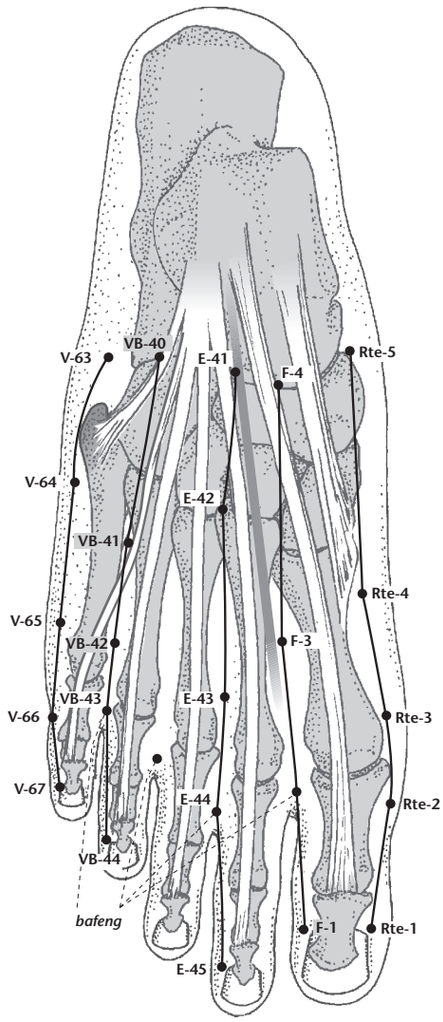
Caractéristiques particulières
Point jaillissement (*ying*), point Eau, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point essentiel pour la tête et la face.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Échange réduit LIDUI E-45



Localisation

Sur le 2ème orteil, environ à 0,1 *cun* du coin latéral de l'ongle.

Comment le trouver

E-45 se situe à l'intersection d'une ligne qui passe par le bord latéral de l'ongle et d'une ligne qui passe par la base de l'ongle, environ à 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.

Insertion de l'aiguille

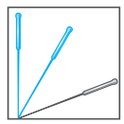
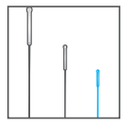
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,1 *cun* de profondeur en direction proximale, ou piquer et faire saigner.

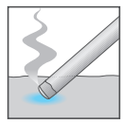
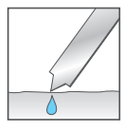
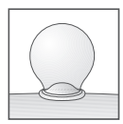
Actions/indications

- Ouvre le méridien et élimine la chaleur des méridiens *yang ming* (Gros Intestin-Estomac).
- Calme et harmonise l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Métal, point de sédation, point distal important pour tous les troubles de type Chaleur qui affectent la tête. Lui appliquer des moxas en cas d'insomnies graves dues au Feu ou aux Glaires-Chaleur (« technique du petit Feu qui attire le gros Feu »).

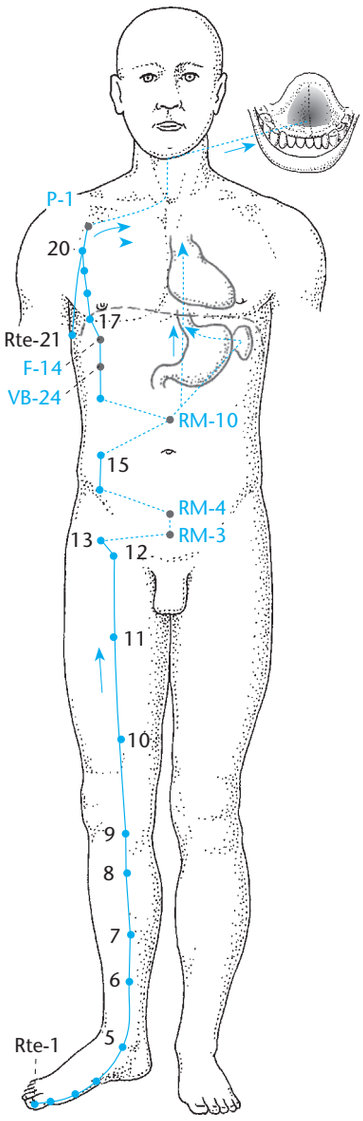



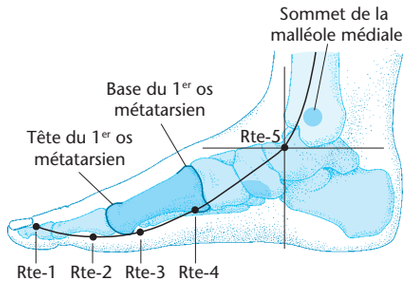




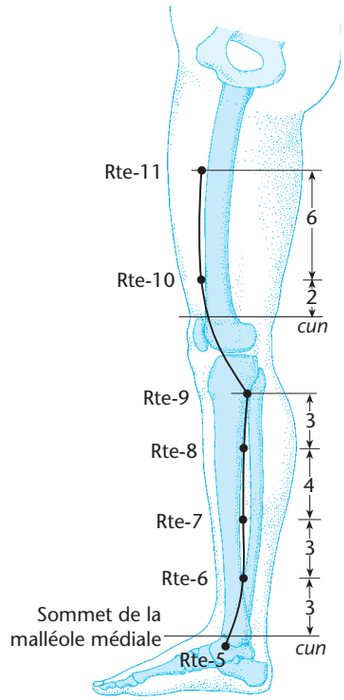

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

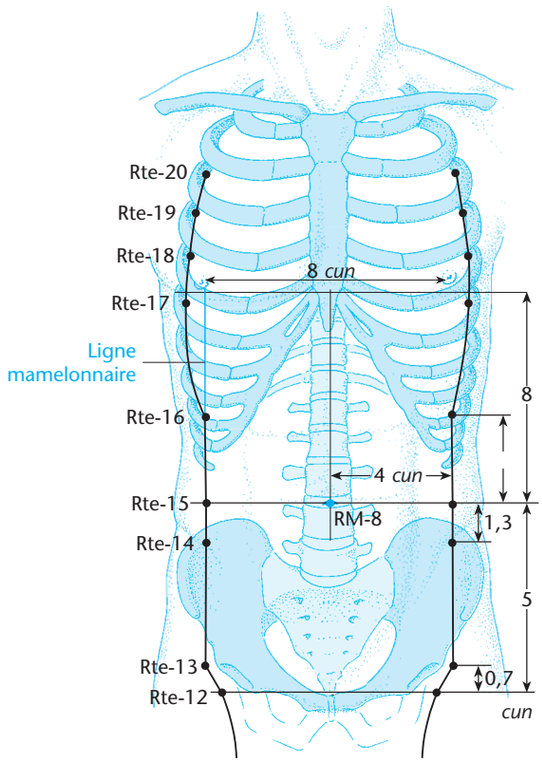
4.4 Méridiens de la Rate – méridiens *tai yin* du pied (*zu tai yin jing luo*)

4.4.1 Méridien principal de la Rate (*zu tai yin jing*)







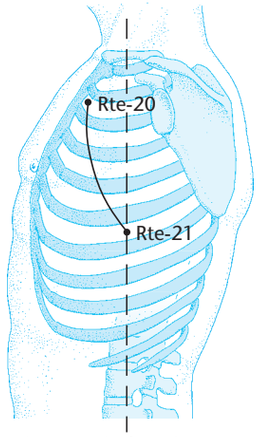


Trajet

Le **trajet externe** du méridien principal de la Rate commence au point **Rte-1** (*yinbai*), au bord médial de l'ongle du gros orteil. Ce point est atteint par une branche qui se sépare du méridien principal au point ➞ **E-42** (*chongyang*) (connexion Yin-Yang du pied du premier grand circuit).

➡ À partir de **Rte-1**, il court le long du bord interne du pied,

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Ligne verticale qui passe par le milieu de l'aisselle

- monte devant la malléole médiale et suit le bord postérieur de la crête médiale du tibia,
- monte le long de la face antéromédiale du genou et de la cuisse,
- monte sur l'abdomen en dehors de la ligne médiane jusqu'au 2ème espace intercostal, passant par → **RM-3** (*zhongji*), → **RM-4** (*guanyuan*), → **RM-10** (*xiawan*), → **VB-24** (*riyue*) et → **F-14** (*qimen*),
- décrit une courbe et redescend se terminer 6 *cun* en dessous de l'aisselle, sur la ligne axillaire médiane, au point → **Rte-21** (*dabao*).

Selon Solinas et al. (1998), son **trajet interne** commence au point → **RM-10** (*xiawan*) et pénètre dans la Rate (*pi*), l'Organe (*zang*) auquel il se rattache, avant de se connecter avec l'Entraille (*fu*) avec laquelle il est couplé. À partir de l'Estomac (*wei*), une **branche interne** traverse le diaphragme, court le long de l'œsophage et pénètre dans le Cœur (*xin*), où elle se relie au méridien principal du Cœur (méridien *shao yin* de la main - *shou shao yin jing*) (connexion Yin-Yin profonde (→ 1.2). À partir de → **Rte-20** (*zhourong*), une **autre branche** monte jusqu'à → **P-1** (*zhongfu*), au niveau du 1er espace intercostal, pour réaliser le couplage main-pied (axes Yin du premier grand circuit, *tai yin*). Cette branche continue à monter à la langue et atteint sa racine avant de se disperser sur sa surface inférieure.

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : sensation de lourdeur de la tête et du corps, sensation de faiblesse des jambes, fièvre généralisée, douleur de la partie inférieure de la joue, atrophie musculaire et faiblesse de la jambe et de la région médiale de la hanche, genoux, pieds et jambes froids, œdème.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur abdominale, diarrhée ou selles molles avec présence d'aliments mal digérés dans les selles, borborygmes, éructations et sensations vertigineuses, masses abdominales, perte de l'appétit, teint cireux, rétention d'urines.
Plénitude (*shi*) : → spasmes, douleur du pied.
Vide (*xu*) : → plénitude abdominale, borborygmes, diarrhée avec présence d'aliments mal digérés.

Connexions du méridien principal de la Rate (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal de la Rate (*zu yang ming jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du premier grand circuit.
Lieux de connexion : E-42 → Rte-1 (sur le pied).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal du Poumon (*shou tai yin jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) → *tai yin* (axes Yin du premier grand circuit).
Lieux de connexion : Rte-20 → P-1 (sur le thorax). Une branche du méridien principal de la Rate monte de **Rte-20** (*zhourong*) à **P-1** (*zhongfu*).
Circulation : non circadienne (**pas** selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

Méridien principal du Cœur (*shou shao yin jing*)

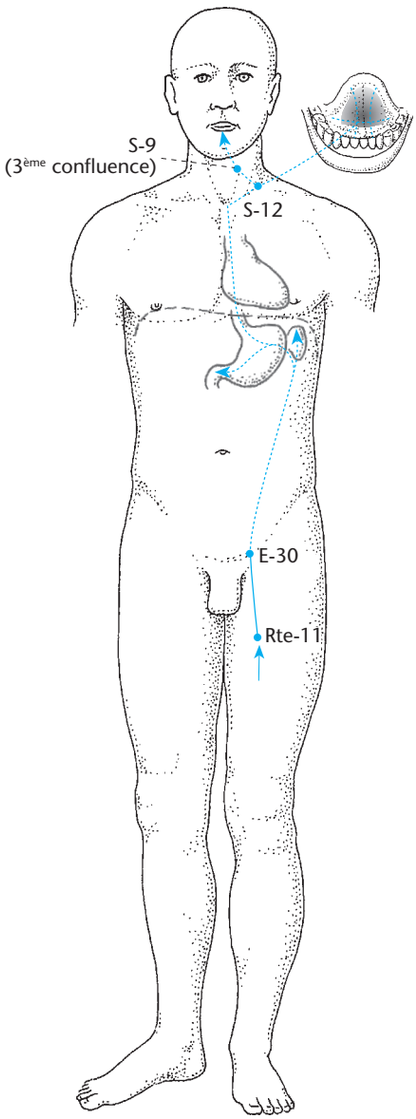
Connexion : connexion Yin-Yin profonde.
Lieux de connexion : Rte → C (sur le thorax). Une branche interne du méridien principal de la Rate se déploie à l'intérieur du Cœur (*xin*) et se relie au méridien principal du Cœur.
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : le méridien principal du Cœur reçoit le Qi Nourricier (*ying qi*) du méridien principal de la Rate (première circulation du *ying qi* → 1.1.4).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Rate (*pi*), Estomac (*wei*), Cœur (*xin*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.4.2 Méridien divergent de la Rate (*zu tai yin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent de la Rate se sépare du méridien principal à proximité du point **Rte-11** (*jimen*), sur la face antéro-médiale de la cuisse, au bord médial du muscle sartorius.

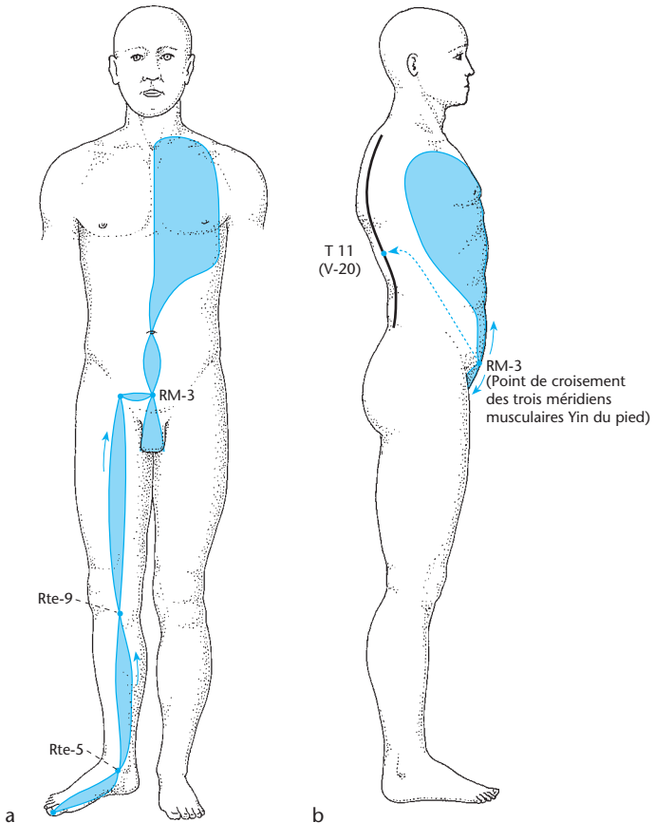
- Il pénètre dans l'abdomen dans la région inguinale, au point → **E-30** (*qichong*),
- se relie à l'Estomac (*wei*), la Rate (*pi*) et le Cœur (*xin*),
- monte le long de l'œsophage jusqu'à la fosse sus-sternale et court latéralement en direction de → **E-12** (*quepen*), dans la fosse sus-claviculaire,
- croise le méridien principal de l'Estomac et le méridien divergent de l'Estomac au point → **E-9** (*renying*), où ces deux méridiens se rencontrent pour se relier à l'une des six confluences (*he*) (ici E/Rte comme 3ème confluence → 1.3).

Importance clinique

- Il renforce la relation entre la Rate et l'Estomac (Viscères (*zangfu*)). Les points du méridien principal de la Rate peuvent donc servir à traiter les pathologies de l'Estomac et, inversement, les points du méridien principal de l'Estomac peuvent servir à traiter les pathologies de la Rate. En pratique clinique, les points du méridien de la Rate servent à traiter les troubles de la totalité des voies gastro-intestinales.
- Il rencontre le méridien principal de l'Estomac au point → **E-30**, qui est aussi un point de la Mer de l'Eau et des Aliments qui peut servir à traiter de nombreux troubles digestifs.
- Il relie le méridien principal de la Rate et le Cœur ; en association avec d'autres points, les points du méridien de la Rate peuvent servir en cas de vide de Qi et de Sang, de même que de troubles psychiques et émotionnels.
- Il relie le méridien principal de la Rate et la région du cou, et peut donc servir à traiter des troubles chroniques du cou et de la thyroïde provoqués par une accumulation de Glaires (en associant, par exemple, **Rte-3** avec **E-40** et **MC-5**).
- Il relie le méridien principal de la Rate, la bouche et la langue, et il peut donc servir à traiter les troubles ou les ulcérations de la langue et de la bouche provoqués par une rétention de Glaires (en piquant, par exemple, **Rte-2**, **Rte-3**, **Rte-6**).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.4.3 Le méridien musculaire de la Rate (*zu tai yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire de la Rate part de la face médiale du gros orteil, au point **Rte-1** (*yinbai*).

- ➡ Il monte sur le bord médial du pied,
- ➡ va se fixer (*bie*) en dessous de la malléole médiale au point **Rte-5** (*shangqiu*),
- ➡ monte le long de la face médiale du tibia jusqu'au point **Rte-9** (*yinlingquan*) et se fixe (*bie*) en dessous de la tête médiale du tibia,
- ➡ monte le long de la face médiale de la cuisse et va se fixer (*bie*) sur la face médiale de la région inguinale,
- ➡ et continue jusqu'à → **RM-3** (*zhongji*), où il rencontre les autres méridiens musculaires des méridiens Yin du pied.

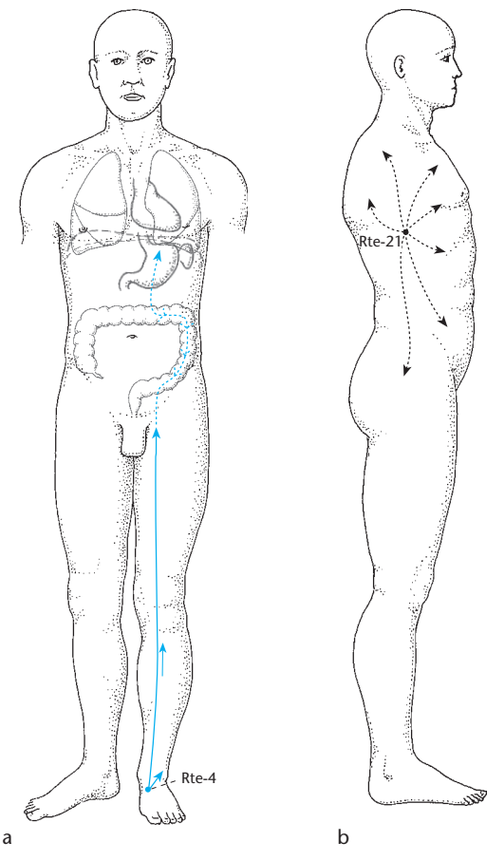
Au point → **RM-3** (*zhongji*), le méridien musculaire se divise en trois branches :

- **une branche** va à la région génitale,
- **une autre branche** descend le long de la ligne médiane antérieure, se superpose au vaisseau Conception (*ren mai*) et va se fixer (*bie*) au niveau de la région ombilicale. Elle pénètre dans l'abdomen et se déploie dans les régions costale et thoracique ;
- **une troisième branche** pénètre profondément dans le corps et se termine dans la région spinale au point → **V-20** (*pishu*).

Importance clinique

- **Pathologie :** douleur de type distension du gros orteil ; douleur de la malléole médiale, crampes et douleur des mollets, douleur de la face médiale des genoux et des cuisses, douleur des régions inguinale et génitale (qui s'étend jusqu'à l'ombilic, le thorax et le dos).
- **Indications :** principalement les syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *bi*) et les syndromes d'atrophie (syndromes *wei*) situés sur le trajet du méridien de la Rate, surtout le long de la face médiale de la jambe. La zone couverte par le méridien musculaire de la Rate est plus vaste que celle couverte par le méridien principal de la Rate, ce qui explique que les indications des points du méridien principal de la Rate comprennent des troubles et des pathologies des organes génitaux externes et de la région ombilicale.

4.4.4 Méridien *luo* de communication de la Rate (*zu tai yin luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication de la Rate se sépare du méridien principal au point *luo* **Rte-4** (*gongsun*) (→ 8.1.2) Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- ➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal de l'Estomac avec lequel le méridien de la Rate est couplé

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe) ; celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** de la Rate qui va vers le point source (*yuan*), → **E-42** (*chongyang*).
- Une partie **longitudinale** suit le trajet du méridien principal de la Rate, pénètre dans l'abdomen au niveau de la région inguinale et se relie au Gros Intestin (*da chang*) et à l'Estomac (*wei*).

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

- **Plénitude (*shi*) :** douleur en forme de colique dans l'Estomac et le Gros Intestin.
- **Vide (*xu*) :** distension abdominale en peau de tambour (*gu zhang*), comme dans les troubles digestifs chez les enfants, la plénitude et la distension abdominales, les ascites.
- **Contresens du Qi :** vomissements aigus, diarrhée, douleur abdominale intense.

Grand méridien *luo* de communication de la Rate (*zu tai yin luo mai*)

Trajet

Le grand méridien *luo* de communication de la Rate prend naissance sur la face latérale du thorax, au point → **Rte-21** (*dabao*). Il renferme le sang des méridiens *luo* de communication et se déploie dans les vaisseaux du corps entier, les recouvrant à la manière d'un filet (→ 1.5, → 8.1.2).

Importance clinique (→ 8.1.2)

- **Plénitude (*shi*) :** douleur du corps entier, polyarthrite, syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *bi*).
- **Vide (*xu*) :** atrophie et faiblesse musculaires, faiblesse des articulations, faiblesse du corps entier.

4.4.5 Région cutanée (*tai yin pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.4.6 Points du méridien de la Rate (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : Rte-3** (*taibai*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : Rte-4** (*gongsun*) ■■ **/ Rte-21** (*dabao*) ■■.
- **Point d'accumulation *(xi)* (→ 8.1.3) : Rte-8** (*diji*) ■■.
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-20** (*pishu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : F-13** (*zhangmen*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  – point puits (*jing*) (Bois) : **Rte-1** (*yinbai*) ■■,
  – point jaillissement (*ying*) (Feu), point de tonification : **Rte-2** (*dadu*),
  – point rivière (*shu*) (Terre), point *ben* (point Cinq Éléments) : **Rte-3** (*taibai*) ■■,
  – point fleuve (*jing*) (Métal), point de sédation : **Rte-5** (*shangqiu*) ■■,
  – point mer (*he*) (Eau) : **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) du vaisseau Pénétrant (*chong mai*) : Rte-4** (*gongsun*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  – avec les méridiens principaux du Rein et du Foie (point de croisement des trois méridiens Yin du pied) et avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)* : **Rte-6** (*sanyinjiao*) ■■,
  – avec les méridiens du Foie et du Triple Réchauffeur* et avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rte-12** (*chongmen*),
  – avec le méridien du Foie et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rte-13** (*fushe*),
  – avec vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rte-15** (*daheng*), **Rte-16** (*fuai*),
  – d'autres méridiens avec le méridien de la Rate : **P-1, VB-24, F-14, RM-3, RM-4, RM-10, RM-17***.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : -**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : -**
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : -**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : -**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : Rte-1** (*yinbai*) ■■.
- **Autres points fonctionnels :**
  – point important pour les diarrhées : **Rte-4** (*gongsun*) ■■,
  – point important pour les syndromes *bi* de type humidité : **Rte-5** (*shangqiu*) ■■,
  – point important pour éliminer l'Humidité : **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■,
  – point important pour réguler le Sang : **Rte-10** (*xuehai*) ■■,
  – point important pour la douleur généralisée : **Rte-21** (*dabao*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** région du genou – **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■ ; Gros Intestin – **Rte-15** (*daheng*) ■■ ; genou – **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■ ; pied – **Rte-5** (*shangqiu*) ■■ ; orteils –**Rte-3** (*taibai*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** Rate/Estomac – **Rte-15** (*daheng*) ■■ ; hypochondres – **Rte-21** (*dabao*) ■■ ; genou – **Rte-10** (*xuehai*) ■■ ; orteils – **Rte-4** (*gongsun*) ■■, **Rte-5** (*shangqiu*) ■■, **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** pour la Rate/Estomac, la région supérieure de l'abdomen – **Rte-4** (*gongsun*) ■■ ; pour les organes génitaux féminins et la région urogénitale – **Rte-6** (*sanyinjiao*) ■■ ; pour le bas abdomen – **Rte-1** (*yinbai*) ■■ ; pour la main et le genou – **Rte-5** (*shangqiu*) ■■.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **Rte-1** (*yinbai*) ■■ : point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point distal pour le bas abdomen (→ 8.2.1) ; point puits (*jing*) (Bois) (→ 8.1.6).
- **Rte-2** (*dadu*) : point jaillissement (*ying*) (Feu) (→ 8.1.6), point de tonification.
- **Rte-3** (*taibai*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1), point rivière (*shu*) (Terre) (→ 8.1.6), point *ben* (point Cinq Éléments) (→ 8.1.6).
- **Rte-4** (*gongsun*) ■■ : point *luo* de communication de la Rate (→ 8.1.2) ; point d'ouverture du vaisseau Pénétrant (*chong mai*) (→ 8.1.8) ; point distal pour la Rate/l'Estomac et le haut de l'abdomen (→ 8.2.1) ; point important pour traiter les diarrhées ; point adjacent pour les orteils (→ 8.2.1).
- **Rte-5** (*shangqiu*) ■■ : point fleuve (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6) ; point de sédation ; point important pour traiter les syndromes *bi* de type Humidité ; point local pour le pied (→ 8.1.2) ; point distal pour la main et le genou (→ 8.1.2).
- **Rte-6** (*sanyinjiao*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens principaux du Rein et du Foie (point de croisement des trois méridiens Yin du pied) et le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) (→ 8.1.10) ; point distal pour le système génital féminin et la région urogénitale (→ 8.1.2).
- **Rte-8** (*diji*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **Rte-9** (*yinlingquan*) ■■ : point mer (*he*) (Eau) (→ 8.1.6) ; point important pour éliminer l'Humidité ; point local pour la région du genou (→ 8.2.1) ; point local pour la région des genoux (→ 8.2.1).
- **Rte-10** (*xuehai*) ■■ : point important pour réguler le Sang ; point adjacent pour les genoux (→ 8.2.1).
- **Rte-12** (*chongmen*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Foie et du Triple Réchauffeur* et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10).
- **Rte-13** (*fushe*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Foie et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10).
- **Rte-15** (*daheng*) ■■ : point local pour le Gros Intestin (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la Rate/l'Estomac (→ 8.2.1) ; point de croisement (*jiaohui*) avec vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10).
- **Rte-16** (*fuai*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10).
- **Rte-21** (*dabao*) ■■ : point adjacent pour les hypochondres (→ 8.2.1) ; principal point *luo* de communication de la Rate (→ 8.1.2) ; point important pour la douleur généralisée.

Conseils pour la localisation

- Les points de **Rte-13** à **Rte-16** sont tous situés 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (c'est-à-dire sur la ligne mamelonnaire). → **Rte-13** : 0,7 *cun* au-dessus de **Rte-12** ; **Rte-14** : 1,3 *cun* en dessous de l'ombilic ; **Rte-15** : au niveau de l'ombilic ; **Rte-16** : 3 *cun* au-dessus de l'ombilic.
- Les points de **Rte-17** à **Rte-20** sont tous situés 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, dans les espaces intercostaux, du cinquième au second.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Blanc caché YINBAI Rte-1



Localisation

Sur le gros orteil, à 0,1 *cun* du coin médial de l'ongle.

Comment le trouver

Rte-1 se situe à l'intersection d'une ligne qui suit le bord interne de l'ongle et d'une ligne qui passe à la base de l'ongle, à environ 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.

Insertion de l'aiguille

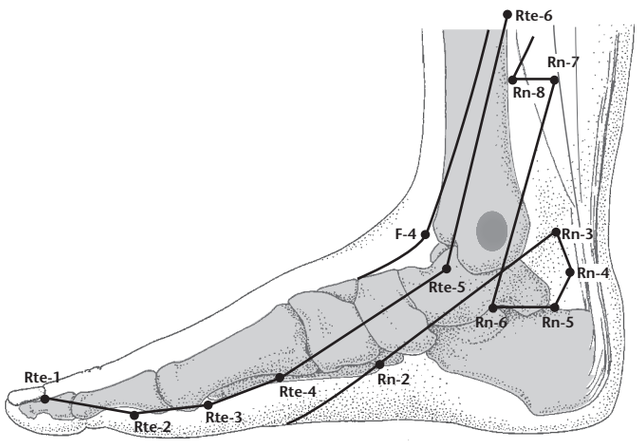
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire.

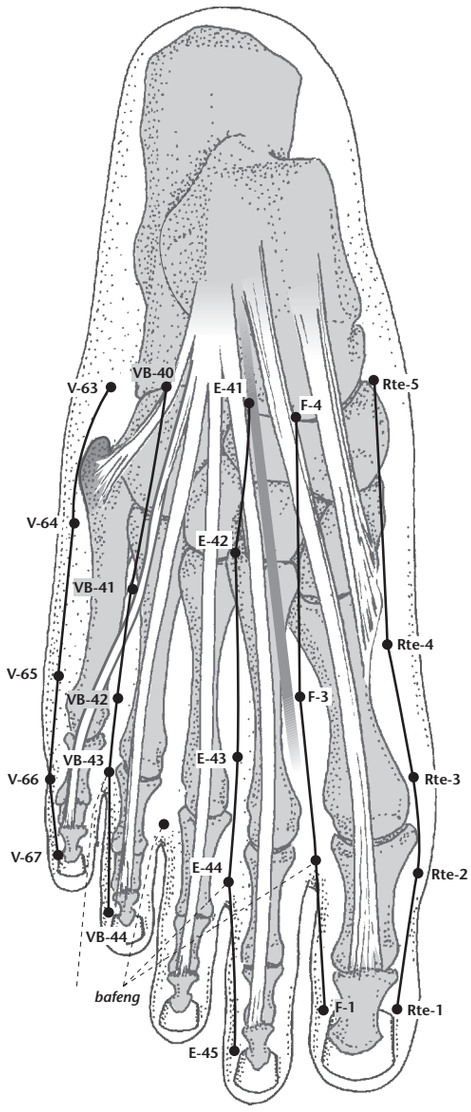
Actions/indications

- Régule le Sang.
- Régule la Rate.
- Libère la poitrine.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Restaure la conscience.

Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Bois, point des fantômes de Sun Si Miao, point d'entrée, point distal pour le bas abdomen.





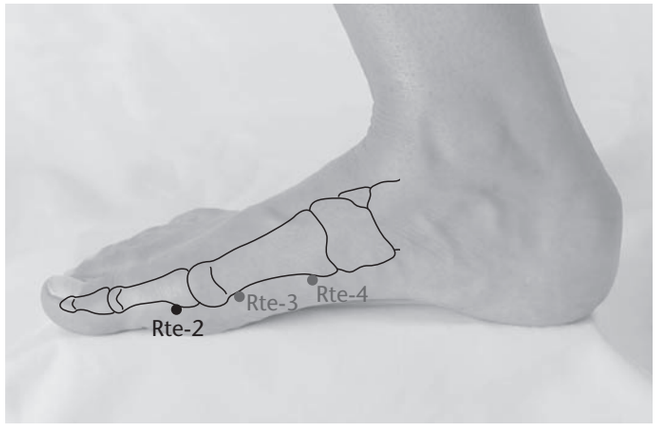


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-2 *Grande capitale* DADU

Localisation

Sur le bord médial du gros orteil, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale, en direction distale par rapport à la première articulation métatarso-phalangienne.



Comment le trouver

Sur la face médiale du gros orteil, faire glisser le doigt en remontant de l'extrémité vers l'articulation métatarso-phalangienne jusqu'à sentir la jonction entre la tête et la base de la phalange proximale. **Rte-2** se trouve sur la partie distale de la base de l'os, qui est plus large à cet endroit, légèrement en dessous de sa courbure externe, à la frontière entre la peau blanche et la peau rouge (plante/dessus du pied).

Parmi les points qui peuvent être localisés selon une procédure comparable, on peut citer → **V-66**, sur le bord latéral du pied, → **GI-2**, sur sa face radiale et → **IG-2**, sur la face ulnaire de la main.

Insertion de l'aiguille

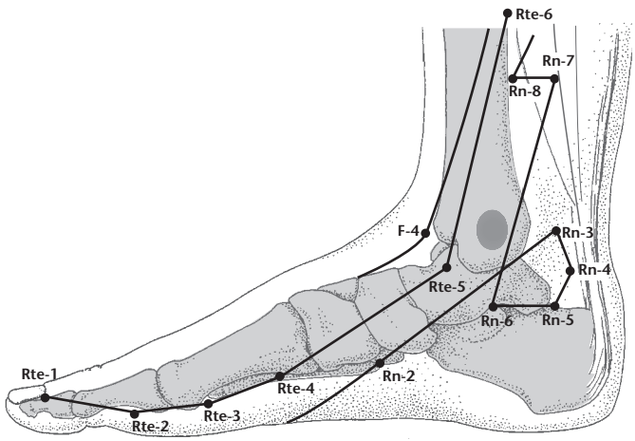
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,2 à 0,5 *cun* de profondeur, juste en dessous du bord inférieur de l'os. Attention : ce point est douloureux.

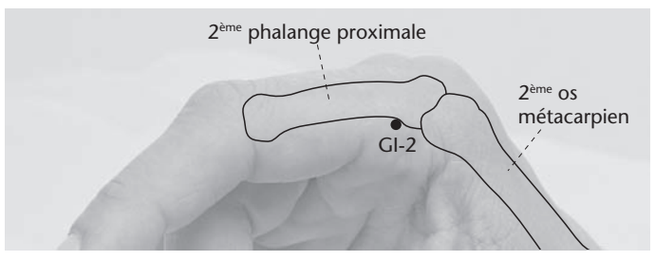
Actions/indications

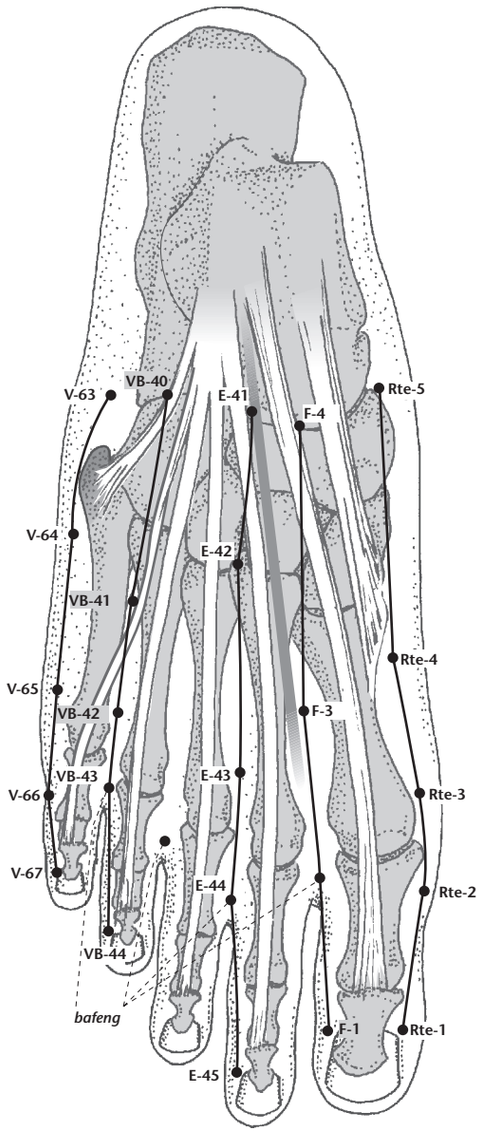
- Régule et renforce la Rate, harmonise le Réchauffeur Moyen et élimine la Chaleur.

Caractéristiques particulières

Point jaillissement (*ying*), point Feu, point de tonification.

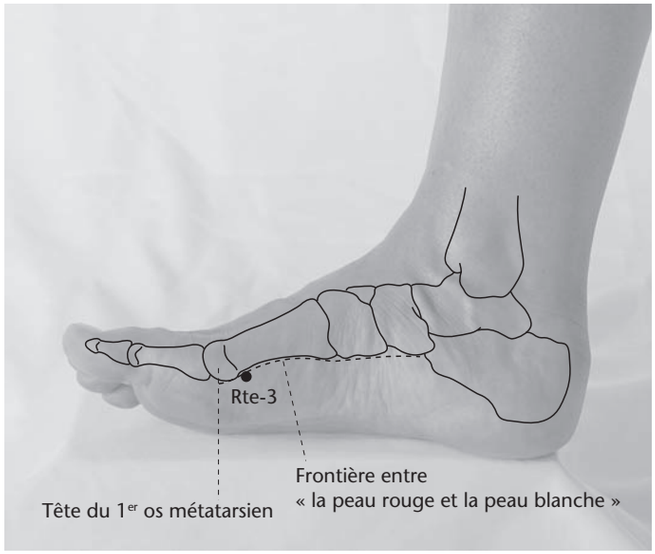




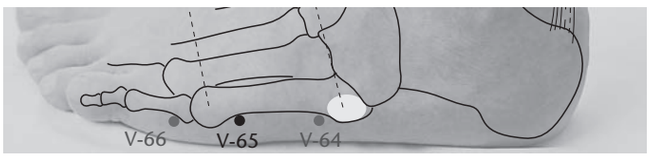


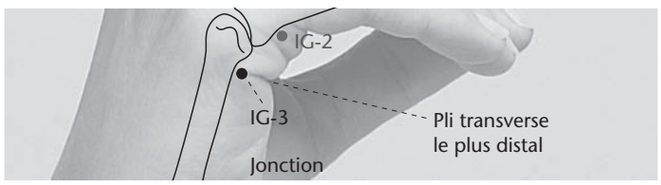
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

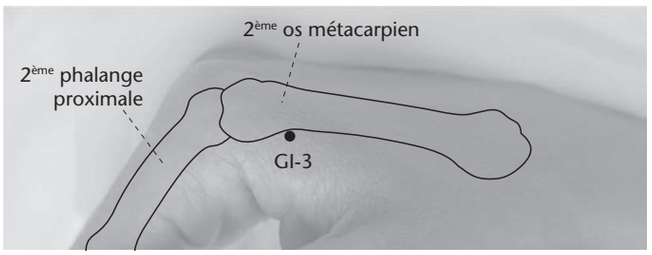
Grand blanc TAIBAI Rte-3











Localisation

Sur le bord interne du pied, dans la dépression située en arrière et en dessous de la tête du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

Comment le trouver

Lorsque le doigt suit la démarcation entre la peau rouge et la peau blanche sur la face médiale du pied en allant des orteils à la cheville, l'articulation métatarso-phalangienne forme une proéminence qui sert de repère. **Rte-3** est immédiatement proximal par rapport à cette articulation, dans la dépression nettement palpable qui marque la jonction de la tête et du corps du 1er os métatarsien.

Parmi les points qui peuvent être localisés selon une procédure comparable, on peut citer → **V-65** (proximal par rapport à la tête du 5ème os métatarsien) sur la face latérale du pied. Parmi les points qui peuvent être localisés selon une procédure comparable sur la main, on peut citer → **GI-3**, sur la face radiale de la main et → **IG-3** sur sa face ulnaire.

Insertion de l'aiguille

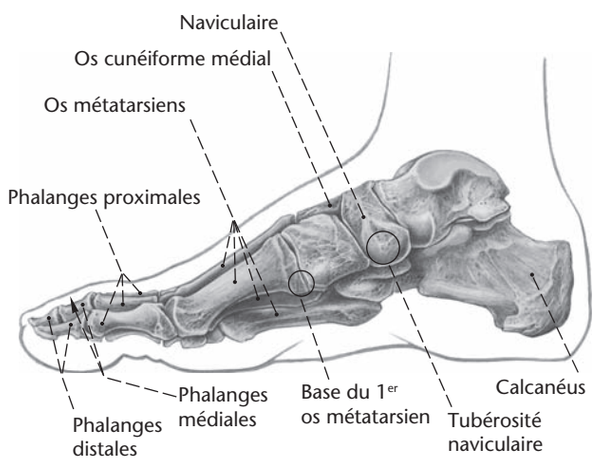
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun*, en allant de la position médiale à la position latérale. Attention: piquer ce point est généralement douloureux.

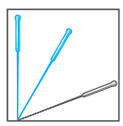
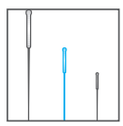
Actions/indications

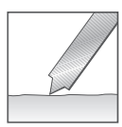
- Tonifie la Rate, harmonise le Réchauffeur Moyen.
- Élimine l'Humidité et la Chaleur-Humidité.
- Régule localement le Qi.

Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre, point *ben* (point Cinq Éléments).





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-4 *Petit-fils et grand-père* GONGSUN

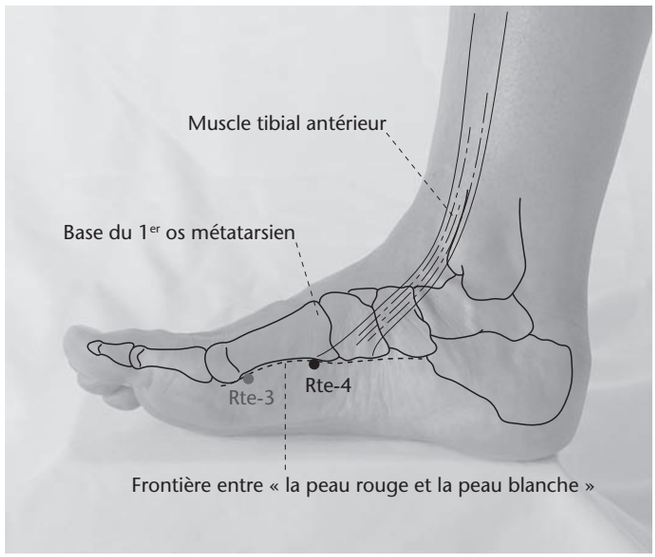
Localisation

Dans la dépression située en avant et en dessous de la base du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

Comment le trouver

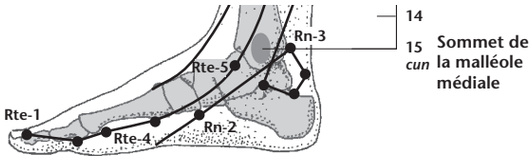
Lorsque le doigt suit en remontant la démarcation entre la peau rouge et la peau blanche (plante/dessus du pied), sur la face médiale du milieu du pied, la base du 1er os métatarsien forme une proéminence osseuse bien nette. **Rte-4** est situé dans la dépression qui est distale par rapport à cette proéminence, à la jonction du corps et de la base de l'os.

→ **Rte-3** est légèrement plus distal, à la jonction de la tête et du corps du 1er os métatarsien. → **V-64** se trouve à une position comparable, sur la face latérale du milieu du pied (à la jonction du corps et de la base du 5ème os métatarsien).



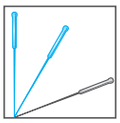
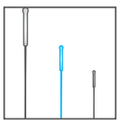
Insertion de l'aiguille

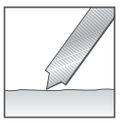
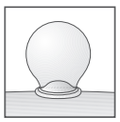
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun*, en allant de la position médiale à la position latérale. Attention : piquer ce point peut être douloureux.



Actions/indications

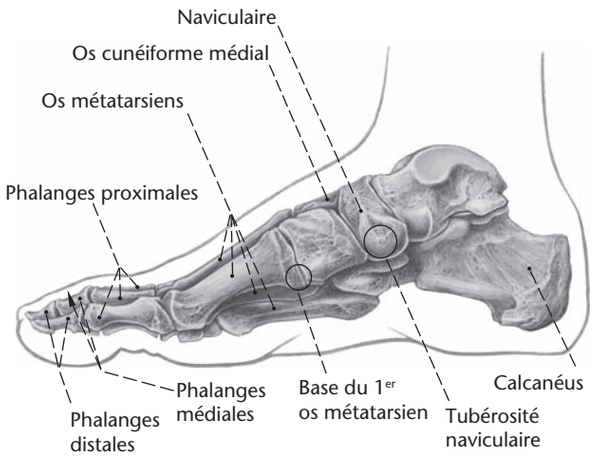
- Renforce et régule le Qi de la Rate, élimine l'Humidité.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- A des effets bénéfiques sur le Cœur et la poitrine.
- Régule le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).
- Point local, par exemple, pour traiter les métatarsalgies.

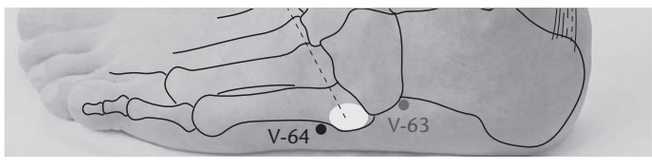



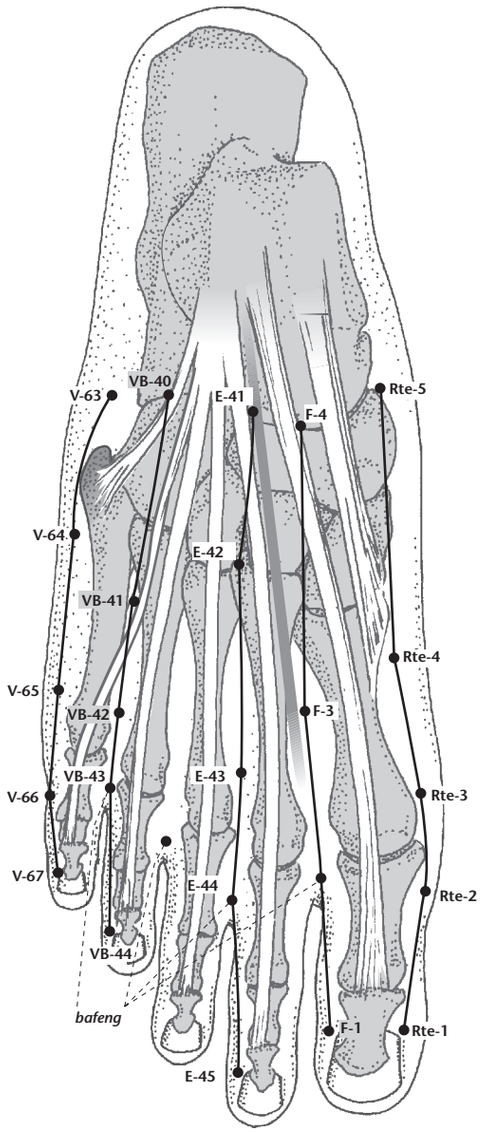





Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, point d'ouverture du vaisseau Pénétrant (*chong mai*). Point important pour traiter la distension et la douleur de l'abdomen engendrées par la stagnation de Qi, les stases de Sang ou l'obstruction par l'Humidité.

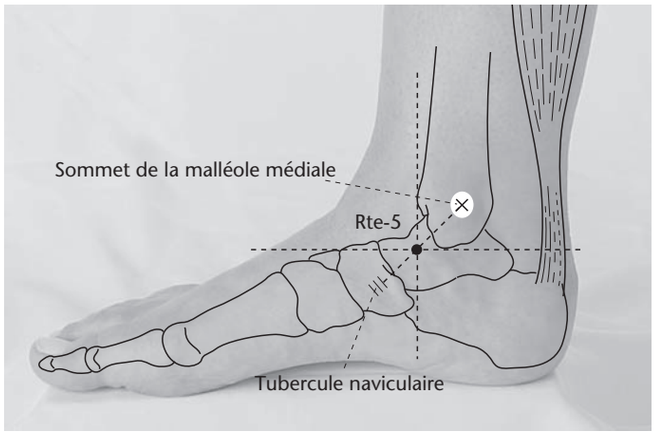


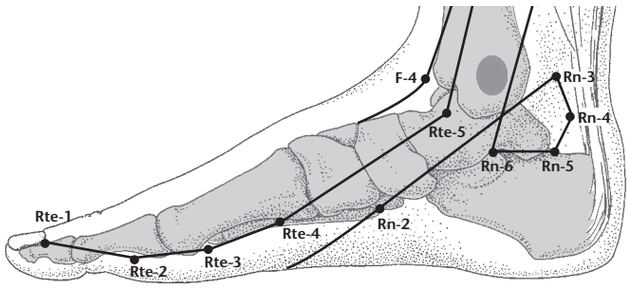


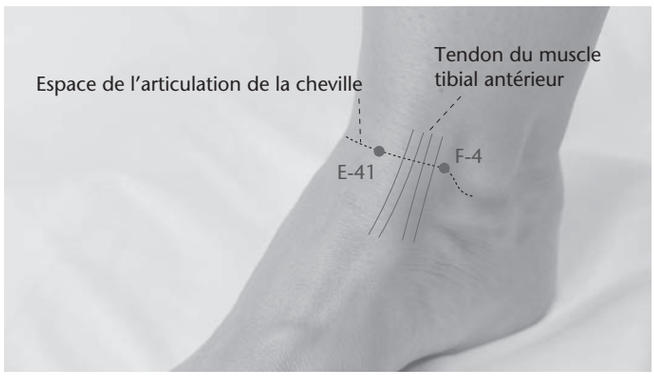


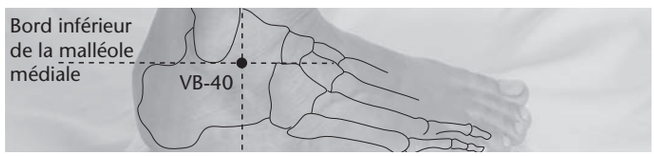
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Monticule de métal SHANGQIU Rte-5









Localisation

Dans la dépression qui se trouve à l'intersection d'une ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et d'une ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale. **Ou** : dans la dépression qui est à mi-distance entre le sommet de la malléole médiale et le tubercule de l'os naviculaire.

Comment le trouver

Rte-5 se trouve dans une dépression antérieure et inférieure à la malléole médiale, à l'intersection de la ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et de la ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale. **Rte-5** est distal par rapport au tendon du muscle tibial antérieur.

→ **VB-40** se trouve à une position comparable, sur la face latérale du milieu du pied (dans une dépression qui se trouve à l'intersection de la ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et de la ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale).

Insertion de l'aiguille

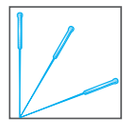
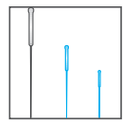
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,6 *cun*, en piquant sous le tendon en direction de → **E-41**, ou insertion transversale (sous-cutanée).

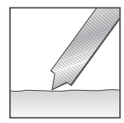
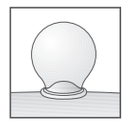
Actions/indications

- Fortifie la Rate, élimine l'Humidité, a des effets bénéfiques sur les tendons et les os.
- Fait circuler le Qi localement.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Métal ; point de sédation. Point important pour traiter les syndromes *bi* de type Humidité.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-6 *Réunion des trois Yin* SANYINJIAO

Localisation

3 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, au bord postérieur de la crête médiale du tibia.

Comment le trouver

À partir du sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2), mesurer 3 *cun* (1 travers de main) vers le haut. C'est là que se trouve **Rte-6**, dans une dépression située au bord postérieur de la crête médiale du tibia. Ce point est souvent sensible à la pression. Parfois, cette dépression est un peu plus en avant et la localisation de ce point se fait alors grâce à sa sensibilité à la pression.
→ **VB-39** se trouve à une position comparable (3 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole latérale, sur le bord antérieur de la fibula, à l'intersection des trois méridiens Yang du pied).

Insertion de l'aiguille

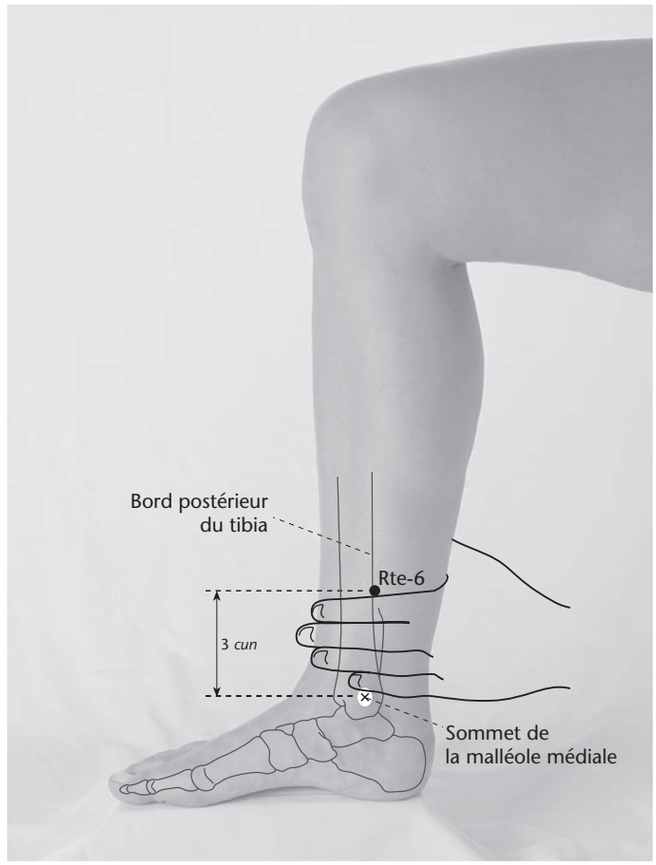
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 2 *cun* de profondeur. Attention : ce point est contre-indiqué pendant la grossesse, surtout en dispersion, sauf si l'on veut provoquer l'accouchement.

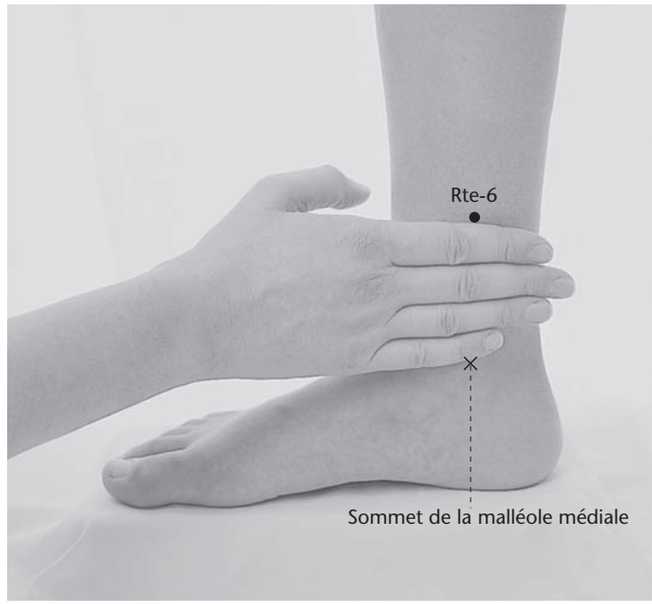
Actions/indications

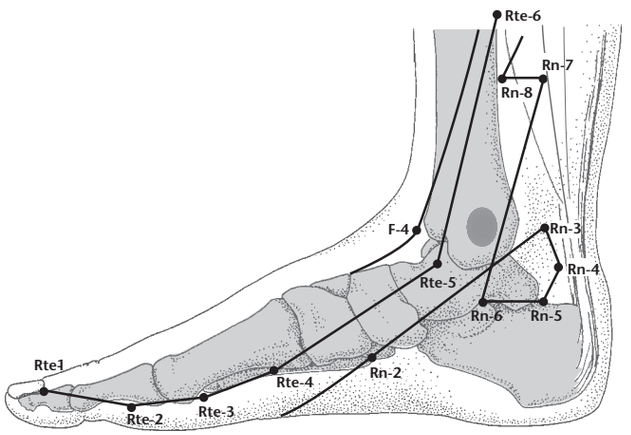
- Tonifie la Rate et l'Estomac, élimine l'Humidité.
- Nourrit le Sang et le Yin, régule les menstruations et provoque l'accouchement.
- Régule les mictions, a des effets bénéfiques sur les organes génitaux et harmonise le Réchauffeur Inférieur.
- Calme l'Esprit (*shen*).

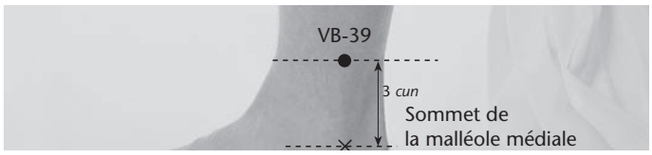
Caractéristiques particulières

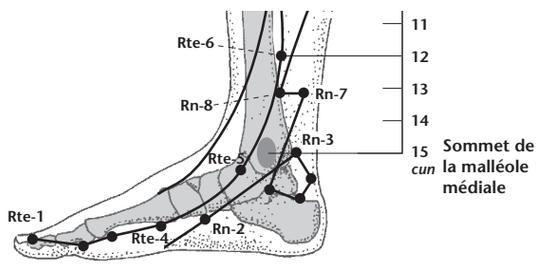
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens principaux du Rein et du Foie et le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*). Point très important pour les troubles du Réchauffeur Inférieur (surtout les troubles gynécologiques, les problèmes liés à l'accouchement et les troubles urinaires), de même que pour de nombreux troubles digestifs (engendrés par un vide de Sang et de Yin).





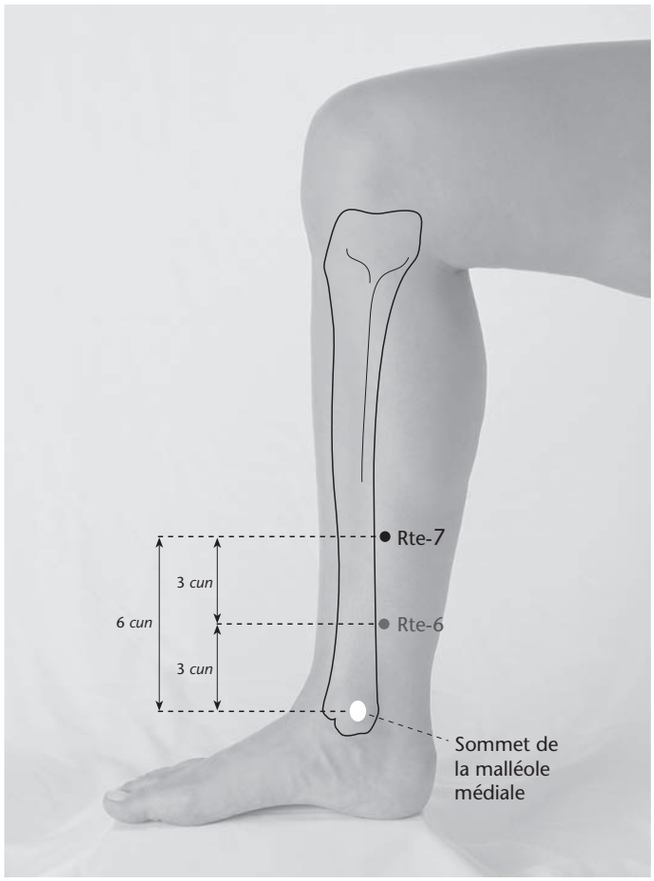






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Vallée qui suinte LOUGU — Rte-7



Localisation

6 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, au bord postérieur de la crête médiale du tibia.

Comment le trouver

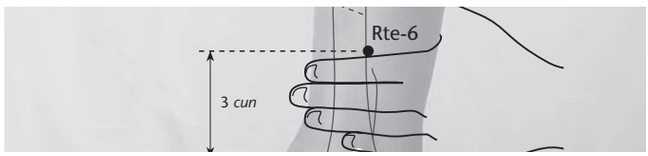
À partir du sommet de la malléole médiale, mesurer 6 *cun* vers le haut. C'est là que se trouve **Rte-7**, au bord postérieur de la crête médiale du tibia. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : **Rte-7** se trouve 0,5 *cun* en direction distale par rapport à une ligne qui relie → **Rte-9** (distal par rapport au condyle du tibia) et le sommet de la malléole médiale.
→ **Rte-6** se trouve à mi-chemin entre l'extrémité de la malléole et **Rte-7** (3 *cun* respectivement en dessous et au-dessus).

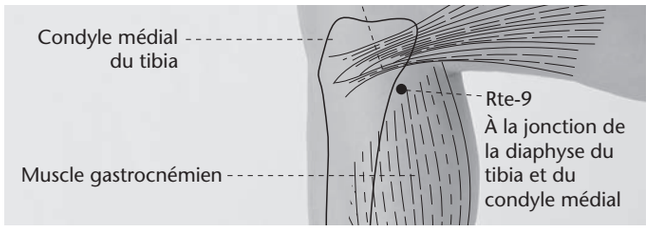
Insertion de l'aiguille

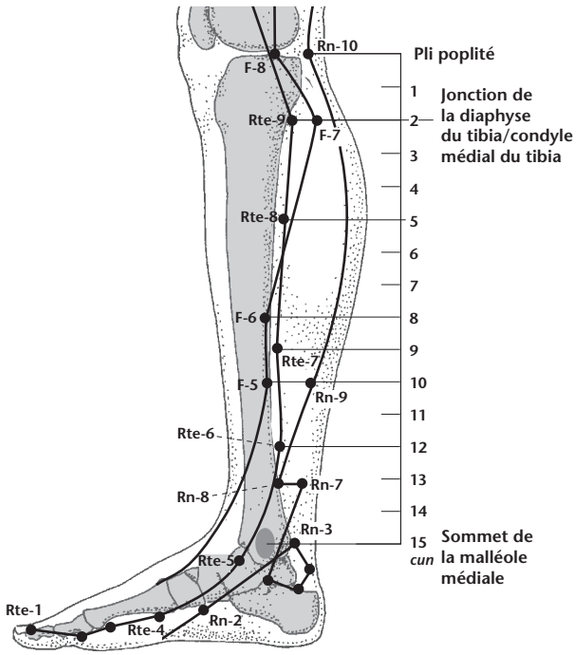
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

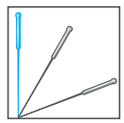
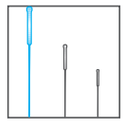
Actions/indications

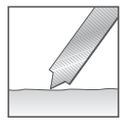
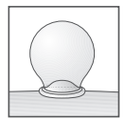
- Renforce la Rate, draine l'Humidité, ouvre le méridien.
- Favorise les mictions.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-8 *Pivot de la terre* DIJI

Localisation

3 *cun* en direction distale par rapport à la jonction de la diaphyse et du condyle médial du tibia (→ **Rte-9**), au bord postérieur de la crête médiale du tibia.

Comment le trouver

Mesurer un travers de main directement en dessous du condyle du tibia (→ **Rte-9**). **Rte-8** se trouve 3 *cun* en direction distale par rapport à une ligne qui relie → **Rte-9** (distal par rapport au condyle du tibia) et le sommet de la malléole médiale.

Insertion de l'aiguille

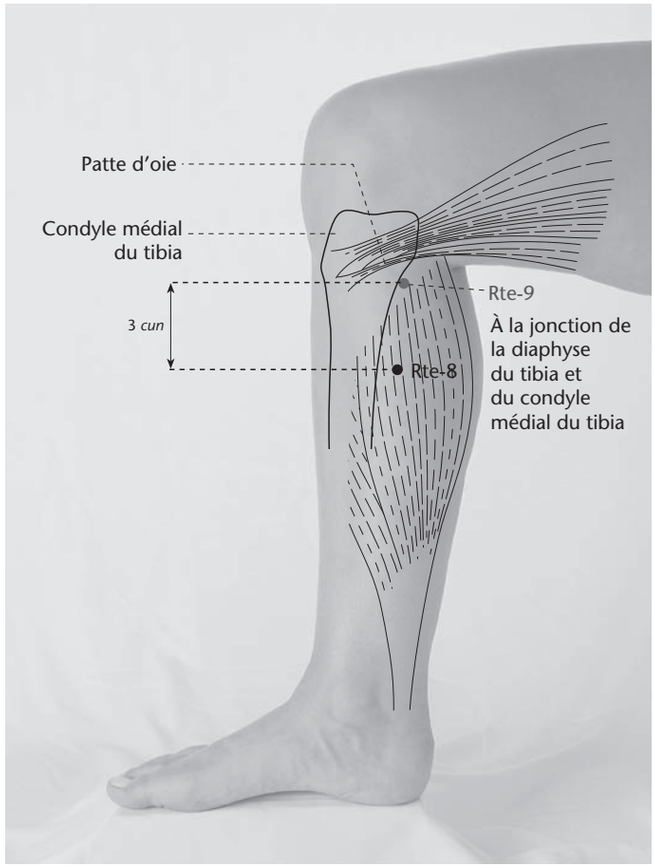
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

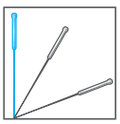
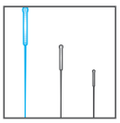
Actions/indications

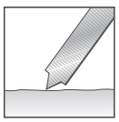
- Régule l'utérus et le Sang.
- Régule la Rate et élimine l'Humidité.

Caractéristiques particulières

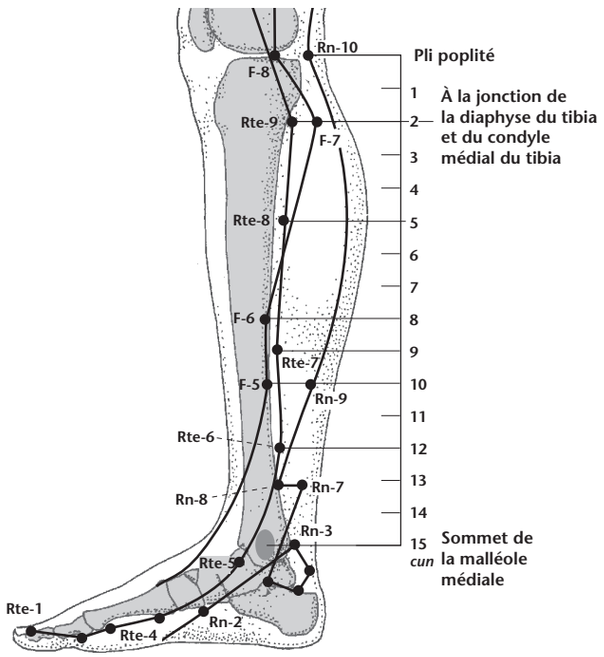
Point d'accumulation (*xi*). Point important pour traiter la dysménorrhée aiguë, souvent en association avec → **GI-4**.



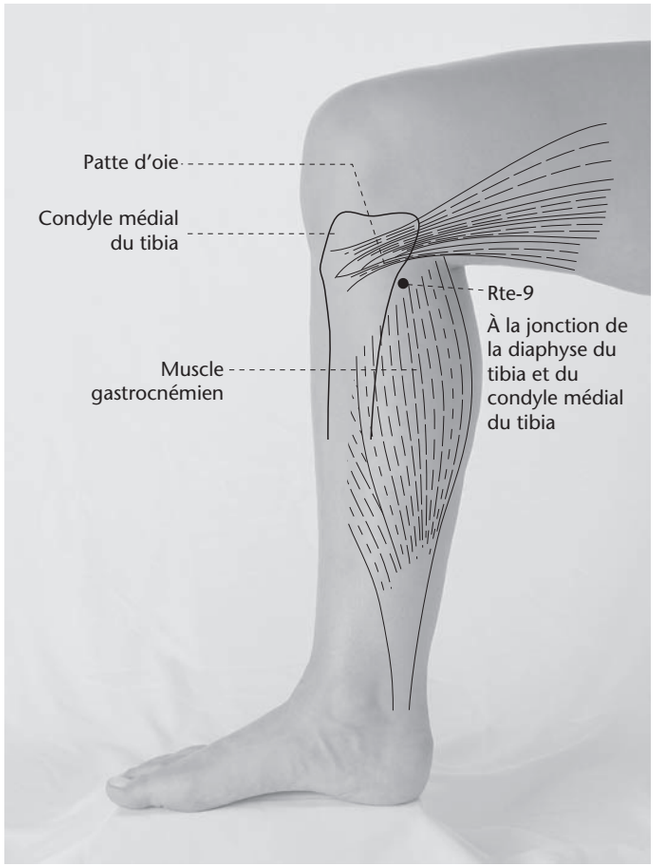







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source de la colline du Yin YINLINGQUAN Rte-9



Localisation

Lorsque le genou est fléchi, ce point se trouve dans une dépression distale par rapport au condyle médial du tibia, à la jonction de la diaphyse et du condyle médial.

Comment le trouver

Position du patient : il est préférable de localiser et de piquer **Rte-9** lorsque le genou est plié et la hanche en légère rotation externe de façon à ce que le genou ressorte légèrement, ou lorsque le genou est en légère rotation externe, installé sur un rouleau. **Localisation :** laisser courir le doigt le long du bord postérieur de la crête médiale du tibia en direction de la tête du tibia. **Rte-9** se trouve dans une dépression sensible à la pression, à la jonction de la diaphyse et de la tête du tibia. Cette dépression se situe entre la patte d'oie superficielle et le ventre du muscle gastrocnémien (→ 3.6.1).

→ **F-7** se trouve au même niveau, 1 *cun* en arrière de **Rte-9**.
→ **VB-34** se trouve sur la face latérale de la jambe (en avant et en dessous de la tête de la fibula).

Insertion de l'aiguille

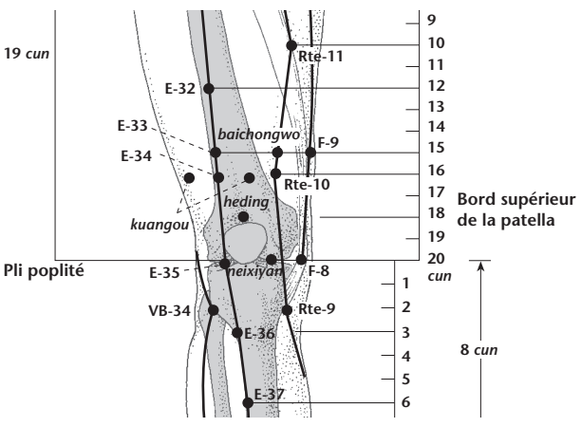
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur, le long du bord postérieur du tibia.

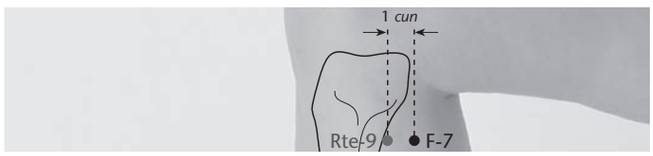
Actions/indications

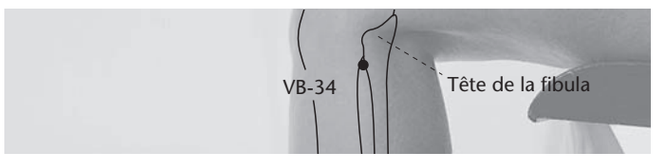
- Régule la Rate, transforme l'Humidité, régule la voie des eaux, a des effets bénéfiques sur le Réchauffeur Inférieur.
- En tant que point local, il traite les troubles du genou, surtout en présence de gonflement.

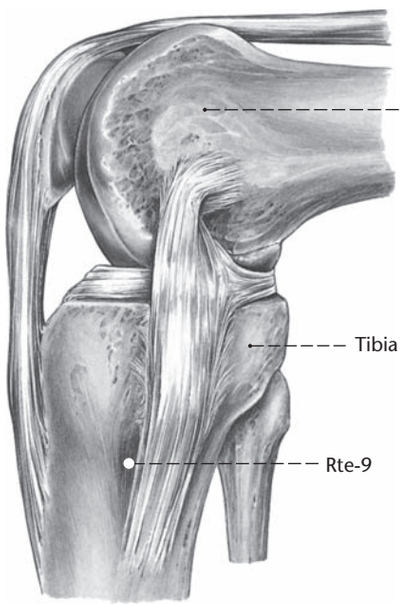
Caractéristiques particulières

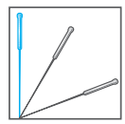
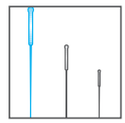
Point mer (*he*), point Eau. Un des points les plus importants pour éliminer l'Humidité de n'importe quelle partie du corps. Point local important pour les troubles du genou. **Rte-9** se situe à peu près au même niveau que → **VB-34** et il a tendance à être très sensible à la pression.

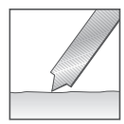
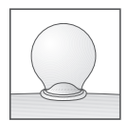









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-10 *Mer du sang* XUEHAI

Localisation

Lorsque le genou est fléchi, **Rte-10** se trouve 2 *cun* au-dessus et légèrement en dehors du bord supérieur médial de la patella, dans une dépression située sur le muscle vaste médial.

Comment le trouver

Mesurer 2 *cun* en direction proximale par rapport au bord supérieur médial de la patella et localiser **Rte-10** en cherchant une dépression molle sur le côté. **Ou** : mettre la paume gauche sur la patella droite du patient, le bas de la paume étant au niveau du bord inférieur de la patella, les doigts et le pouce en extension dirigés vers le haut. Lorsque le pouce et l'index forment un angle de 45°, **Rte-10** se trouve sous l'extrémité du pouce.

Insertion de l'aiguille

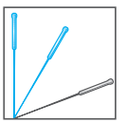
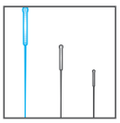
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

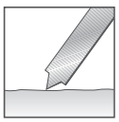
Actions/indications

- Redonne de la vigueur au Sang, disperse les stases de Sang, rafraîchit le Sang, arrête les saignements, régule les menstruations, a des effets bénéfiques sur la peau.
- Point local pour les troubles du genou.

Caractéristiques particulières

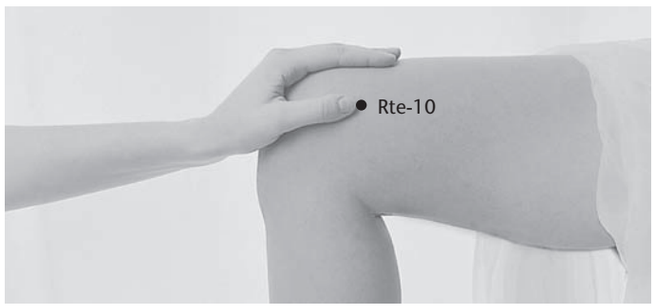
Point important pour réguler le sang.

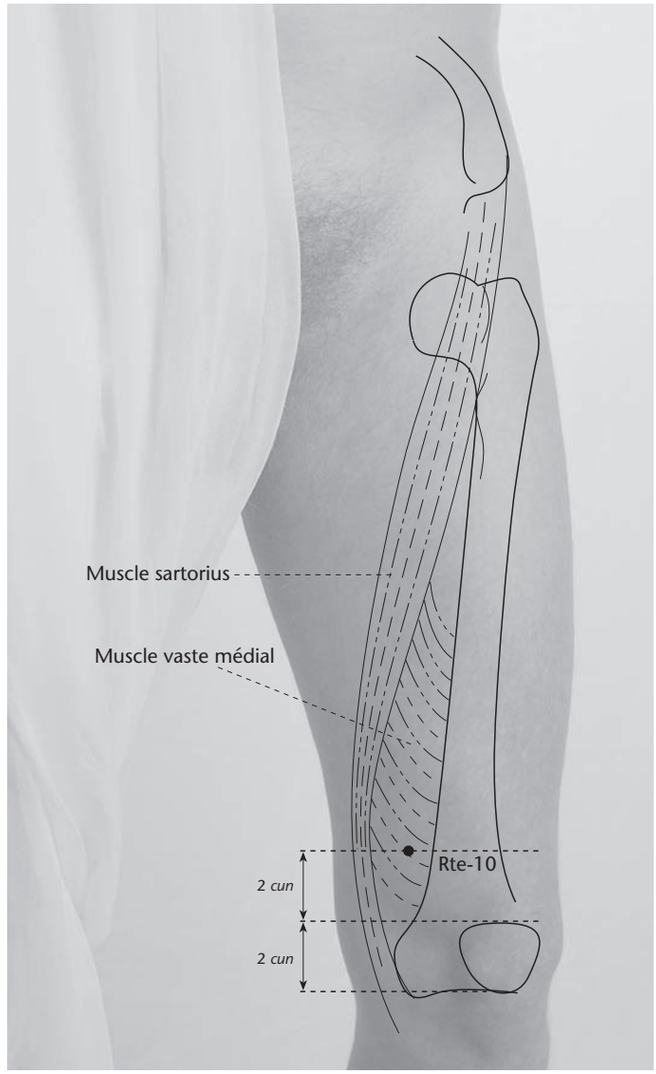



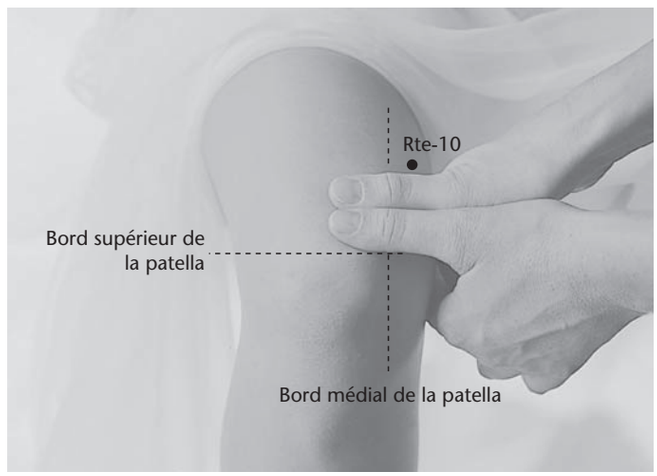







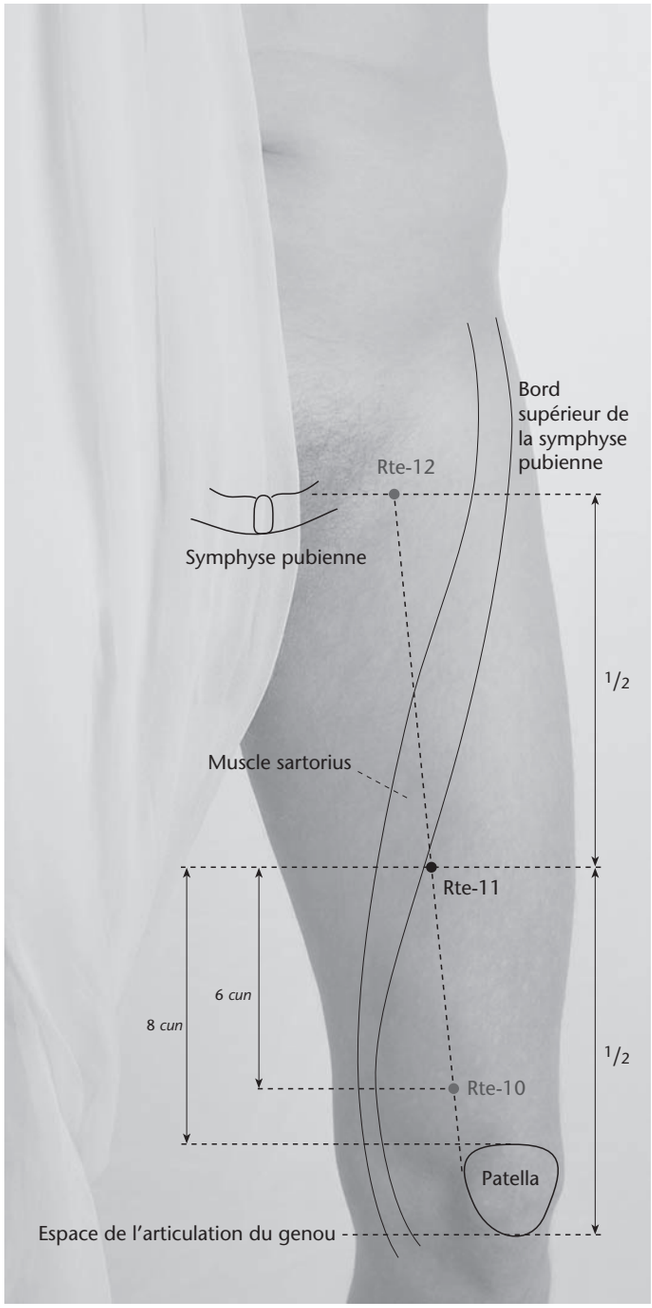






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du vannage JIMEN Rte-11



Localisation

6 *cun* en direction proximale de → **Rte-10** ou 8 *cun* en direction proximale du bord supérieur médial de la patella, au milieu du fémur, entre le muscle sartorius et le muscle vaste latéral.

Comment le trouver

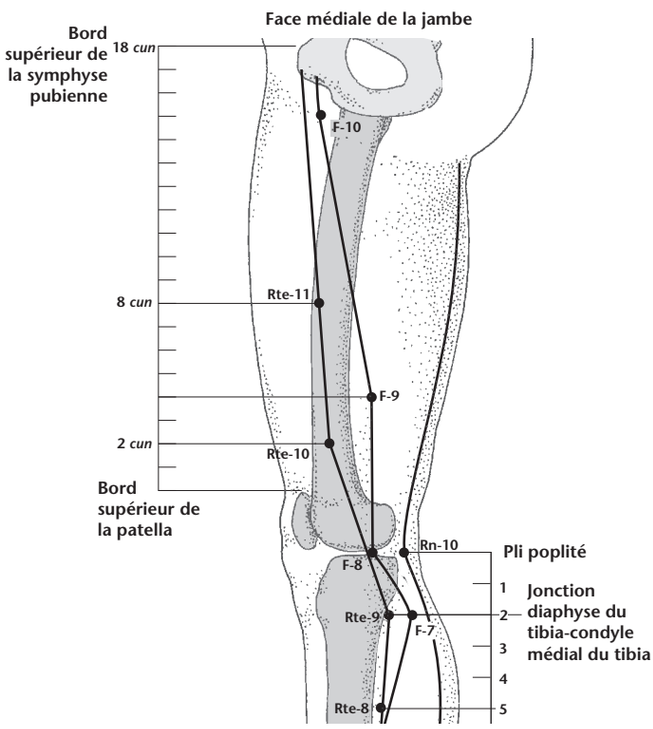
Commencer par localiser → **Rte-10**, 2 *cun* en direction proximale et 1 *cun* en direction médiale par rapport au bord supérieur médial de la patella. De là, mesurer 6 *cun* verticalement en direction proximale pour trouver **Rte-11**, dans une dépression située sur le bord latéral du muscle sartorius. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : **Rte-11** se trouve à mi-distance entre l'espace de l'articulation du genou et → **Rte-12** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au même niveau que le bord supérieur de la symphyse pubienne).

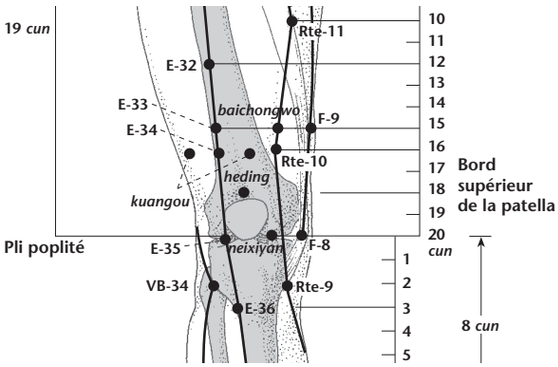
Insertion de l'aiguille

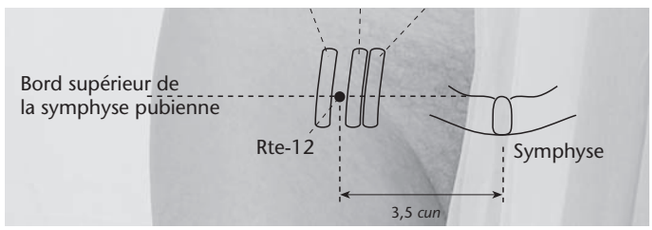
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence de l'artère et de la veine fémorales.

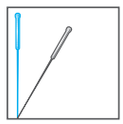
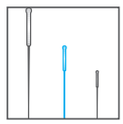
Actions/indications

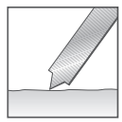
- Régule le Réchauffeur Inférieur et les mictions, draine l'Humidité, élimine la Chaleur.







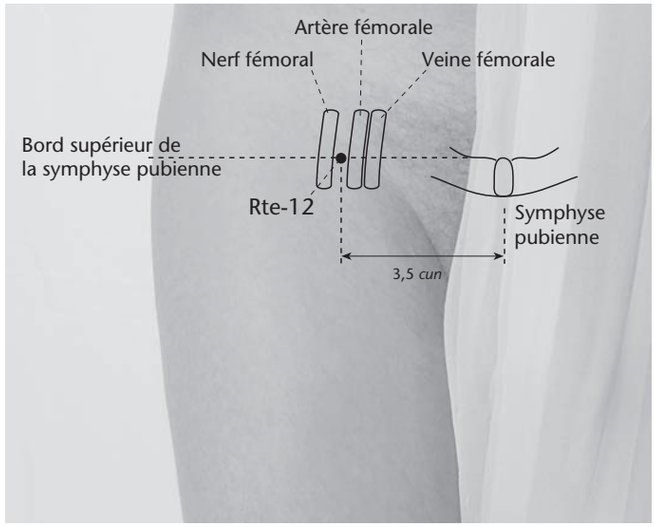


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-12 *Porte de la ruée* CHONGMEN

Localisation

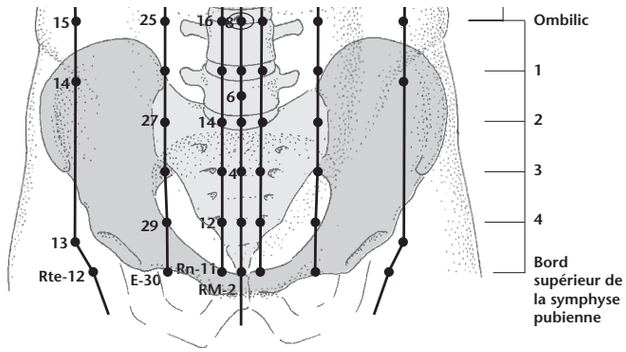
3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau du bord supérieur de la symphyse pubienne, en dehors de l'artère fémorale.



Comment le trouver

À partir du bord supérieur de la symphyse pubienne (→ **RM-2**), mesurer 3,5 *cun* en direction latérale. À cet endroit, on peut sentir la pulsation de l'artère fémorale. **Rte-12** se trouve dans la dépression qui est immédiatement à côté de cette artère.

Au même niveau, on trouve → **RM-2** (sur la ligne médiane), → **Rn-11** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-30** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane). → **F-12** est situé 2,5 *cun* en dehors de la ligne médiane mais 1 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne.

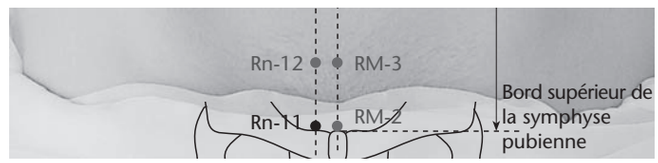


Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : une insertion en direction médiale peut perforer l'artère fémorale ; une insertion en direction latérale peut endommager le nerf fémoral.

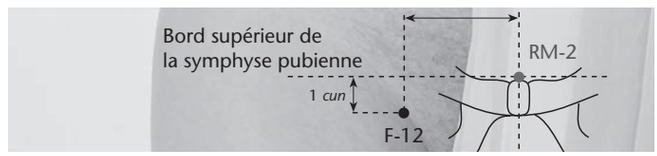
Actions/indications

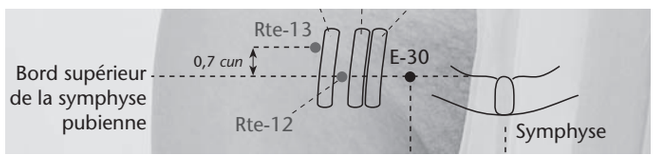
- Régule le Qi et le Sang dans le Réchauffeur Inférieur.
- Fait descendre le Qi du fœtus qui monte.
- Élimine la Chaleur et draine l'Humidité.

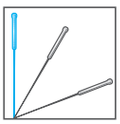
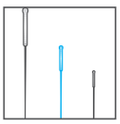


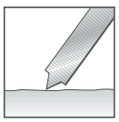
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Foie et du Triple Réchauffeur* et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*).





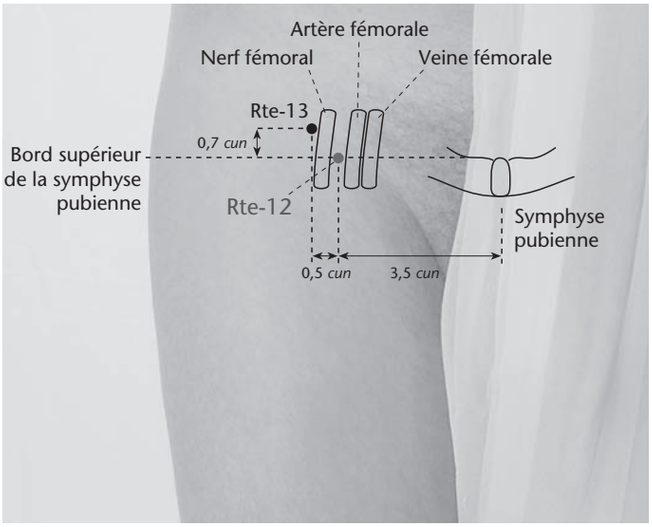





* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Résidence de l'Entraille (fu) FUSHE Rte-13



Localisation

4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, 0,7 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

Commencer par mesurer 4 *cun* en direction latérale par rapport au bord supérieur de la symphyse pubienne et, de là, mesurer 0,7 *cun* vers le haut. C'est là que se trouve **Rte-13**, dans une dépression du sillon inguinal. **Rte-13** est 0,5 *cun* en dehors et 0,7 *cun* au-dessus de → **Rte-12** (3,5 *cun* en dehors du bord supérieur de la symphyse pubienne).

Insertion de l'aiguille

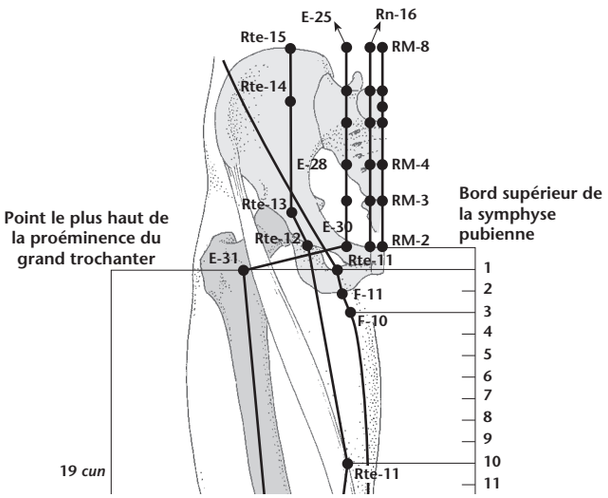
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine.

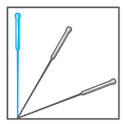
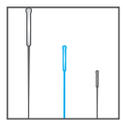
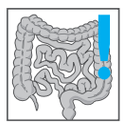
Actions/indications

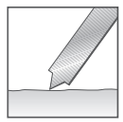
- Disperse les accumulations.
- Régule le Qi.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Foie et le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*).







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-14 *Nœud de l'abdomen* FUJIE

Localisation

4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, sur la ligne mamelonnaire, et 3 *cun* au-dessus de → **Rte-13** ou 1,3 *cun* en dessous de → **Rte-15**.

Comment le trouver

Commencer par mesurer 4 *cun* en dessous de l'ombilic et en direction latérale de façon à localiser la ligne mamelonnaire. C'est là que se trouve → **Rte-15**. De là, mesurer 1,3 *cun* en dessous pour trouver **Rte-14**.

Insertion de l'aiguille

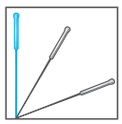
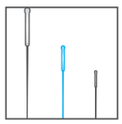
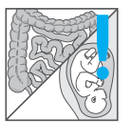
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine ; prudence en cas de grossesse.

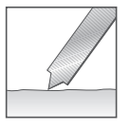
Actions/indications

- Fait circuler le Qi et le Sang, réchauffe le centre, chasse le Froid.
- Régule le Réchauffeur Inférieur et fait descendre le Qi qui circule à contresens.

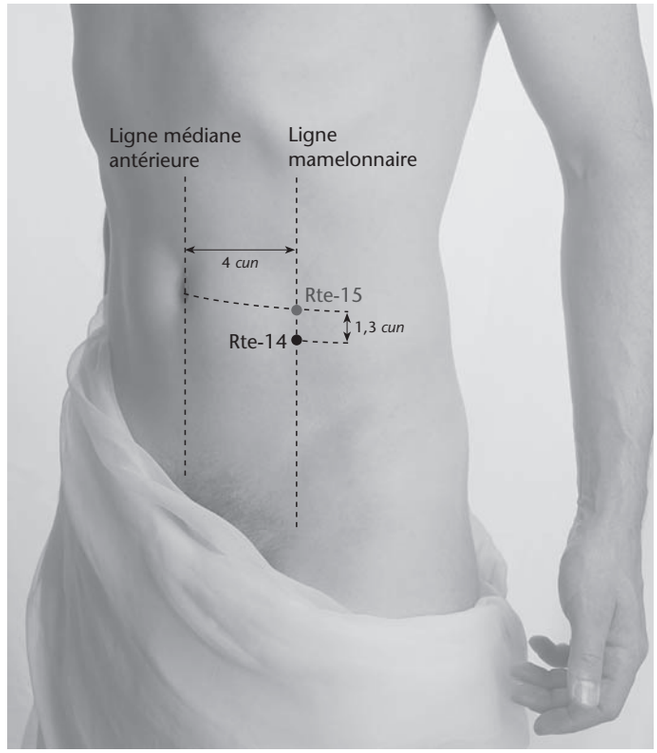
Caractéristiques particulières

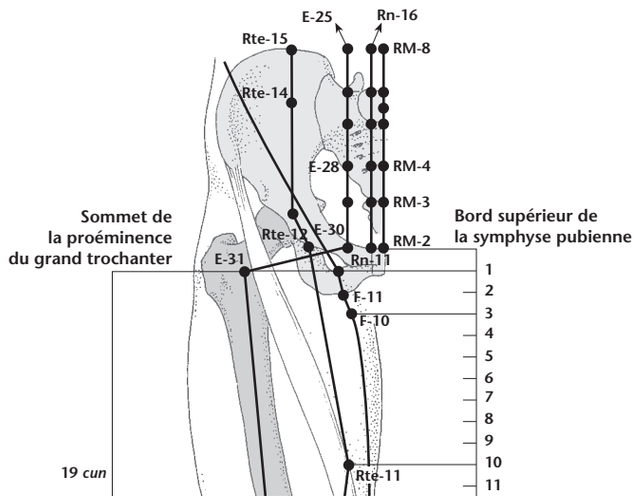
Point sensible à la pression en cas d'appendicite.

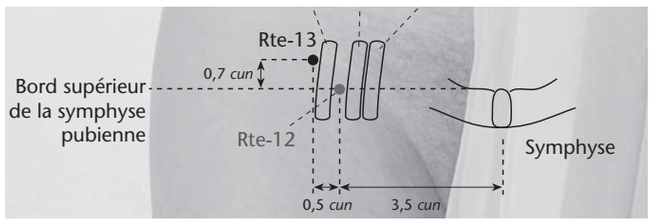








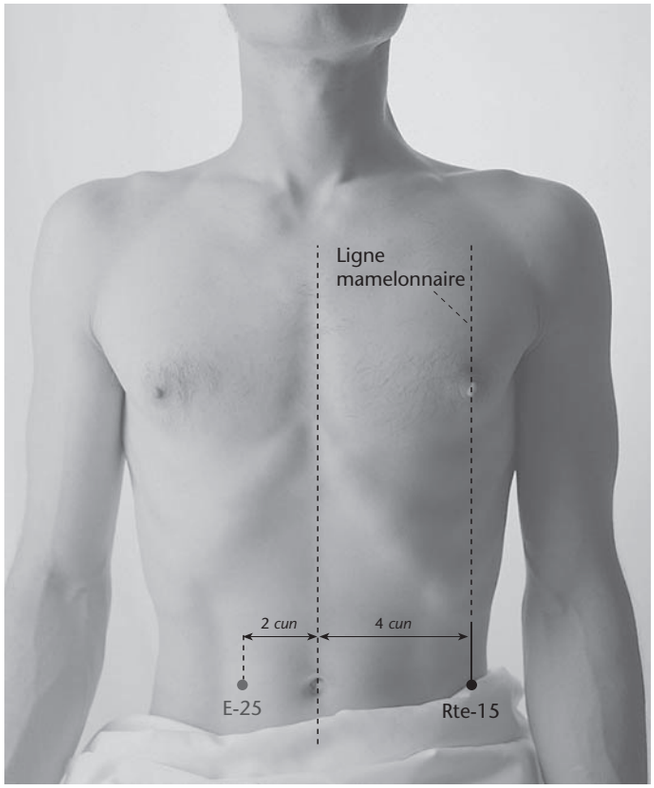






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand trait horizontal DAHENG Rte-15



Localisation

4 *cun* en dehors du centre de l'ombilic, sur la ligne mamelonnaire.

Comment le trouver

Localiser **Rte-15** 4 *cun* en dehors du centre de l'ombilic en prenant la ligne mamelonnaire comme point de référence, surtout chez les hommes.

Au même niveau, on trouve → **RM-8**, **Rn-16**, **E-25**, **VB-26** (respectivement sur l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de l'ombilic, 2 *cun* en dehors de l'ombilic, en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte, au niveau de l'ombilic).

Insertion de l'aiguille

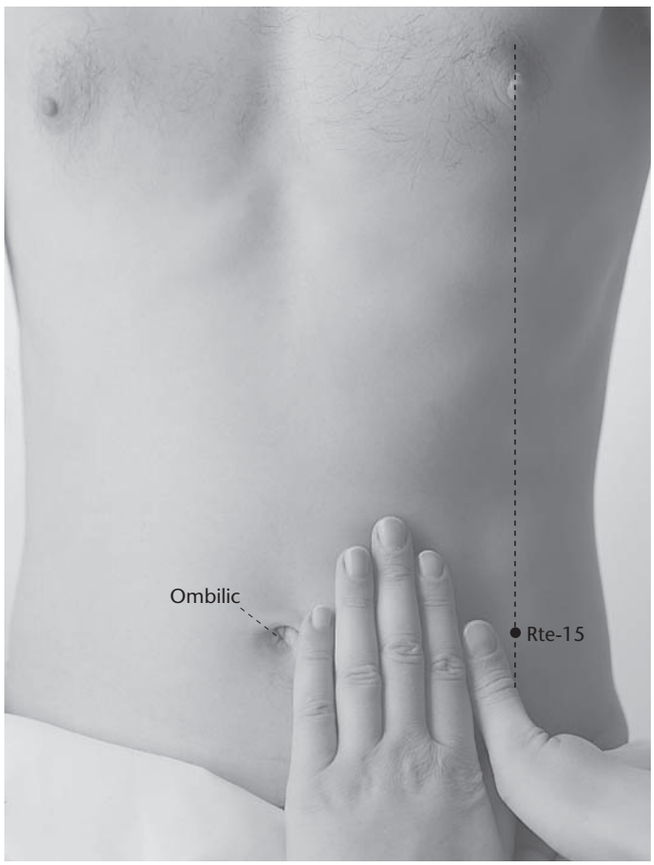
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine ; prudence en cas de grossesse. Une insertion profonde peut atteindre les aponévroses de la musculature abdominale transverse.

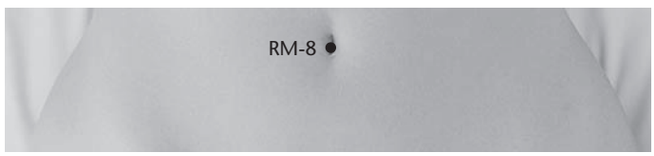
Actions/indications

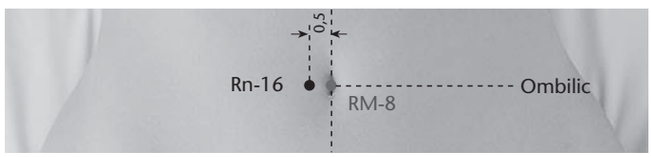
- Régule et fait circuler le Qi dans les Intestins (favorise le transit intestinal en stimulant le péristaltisme).

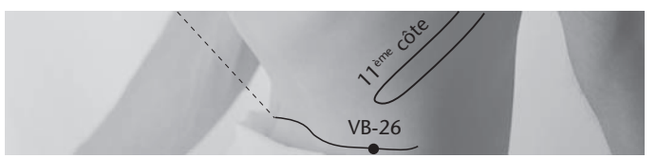
Caractéristiques particulières

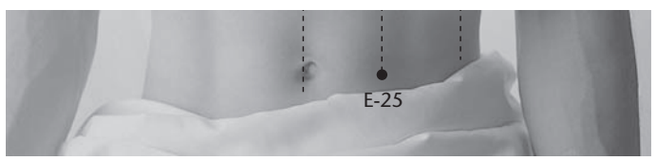
Point de croisement (*jiaohui*) avec vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*). Point important pour réguler le Gros Intestin.

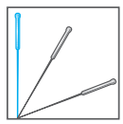


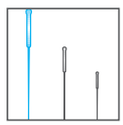


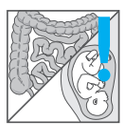




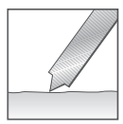


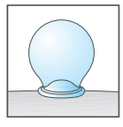














Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-16 *Tristesse de l'abdomen* FUAI

Localisation

3 *cun* au-dessus de l'ombilic, et 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, sur la ligne mamelonnaire.

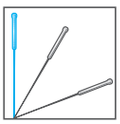
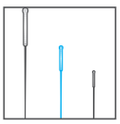
Comment le trouver

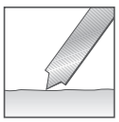
On divise en 8 *cun* proportionnels la distance qui sépare l'angle sterno-costal du centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec les *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (ruban élastique (→ 2.3.1). Mesurer tout d'abord 3 *cun* au-dessus de l'ombilic, puis 4 sur le côté. **Rte-16** se trouve sur la ligne mamelonnaire. Selon la forme du thorax, ce point peut se trouver sur l'abdomen ou sur le bord inférieur de la cage thoracique.

Au même niveau, on trouve → **RM-11** (ligne médiane antérieure), → **Rn-18** (0,5 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure) et → **E-22** (2 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine ; prudence en cas de grossesse. Selon la forme du thorax, ce point peut se trouver sur le cartilage costal. Dans ce cas, il faut préférer une insertion transversale (sous-cutanée) ou localiser le point un peu plus sur le côté (ou choisir un autre point).

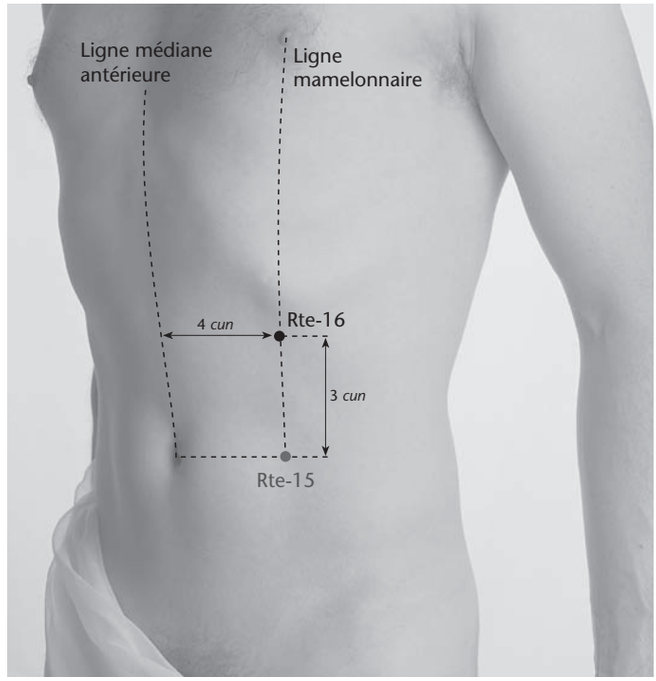


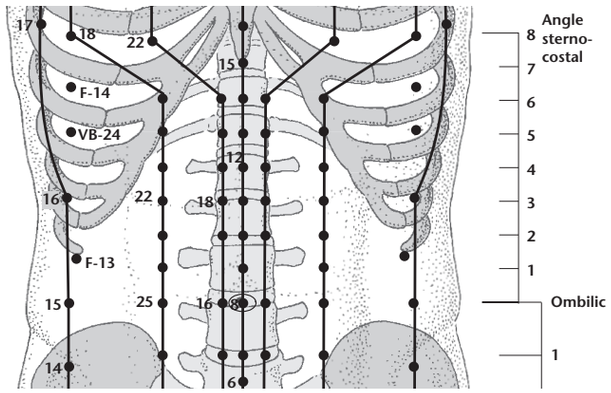
Actions/indications

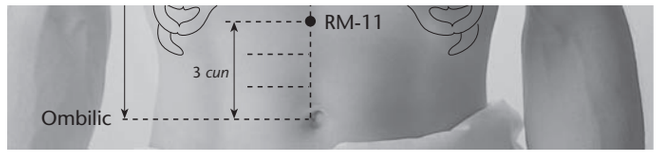
- Régule le Qi des Intestins.
- Draine l'Humidité.

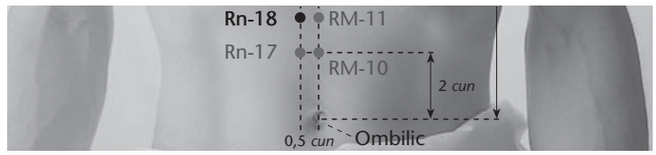
Caractéristiques particulières

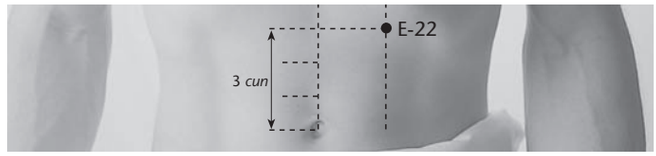
Point de croisement (*jiaohui*) avec vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*).





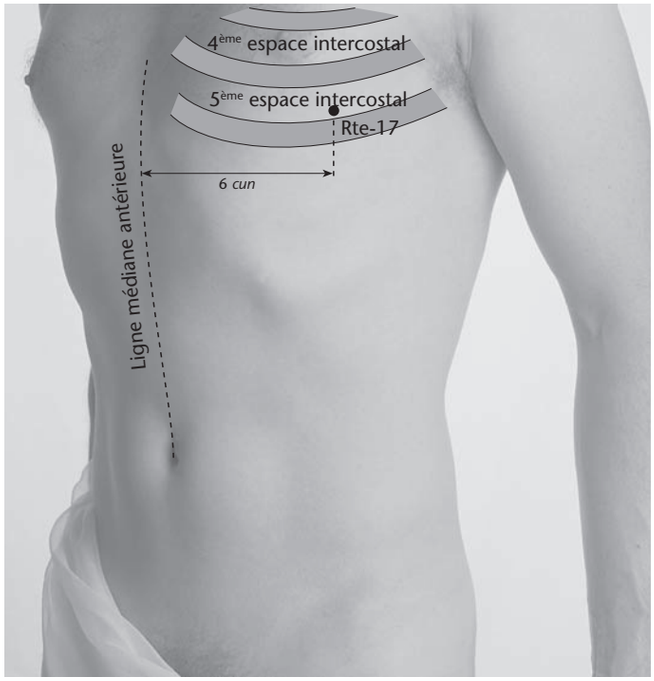


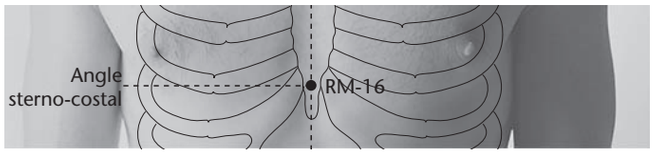


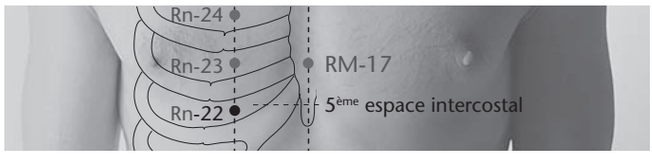


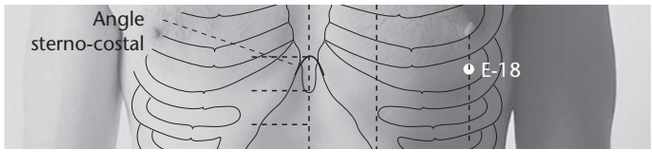
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cavité des aliments SHIDOU Rte-17









Localisation

Dans le 5ème espace intercostal, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane (chez les hommes, 2 *cun* en dehors du mamelon).

Comment le trouver

Chez les hommes, le mamelon est généralement au niveau du 4ème espace intercostal alors que chez les femmes il ne se trouve pas toujours à ce niveau en position de supination. **Rte-17** est dans le 5ème espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne mamelonnaire (remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté). La clavicule et la synchondrose manubrio-sternale sont de bons points de repère pour localiser le 5ème espace intercostal. On peut localiser **Rte-17** en suivant latéralement le trajet de l'espace intercostal et en mesurant 2 *cun* en dehors de la ligne mamelonnaire.

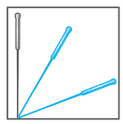
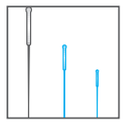
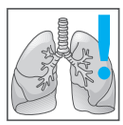
Au niveau du 5ème espace intercostal, se trouvent également → **RM-16** (ligne médiane antérieure), → **Rn-22** (2 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure) et → **E-18** (4 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

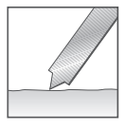
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le Qi.
- Harmonise l'Estomac et élimine la stagnation.
- Draine l'Humidité.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-18 *Courant céleste* TIANXI

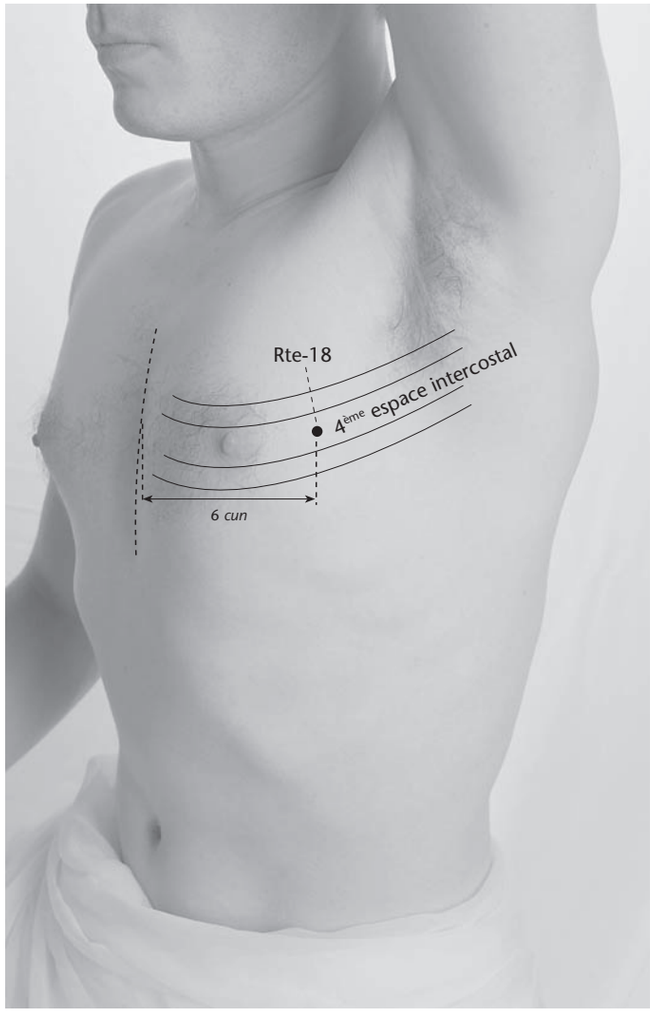
Localisation

Dans le 4ème espace intercostal, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 2 *cun* en dehors de la ligne qui part du milieu de la clavicule.

Comment le trouver

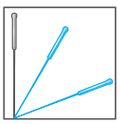
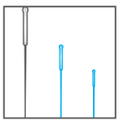
Chez les hommes, le mamelon est généralement au niveau du 4ème espace intercostal alors que chez les femmes il ne se trouve pas toujours à ce niveau en position de supination. On peut localiser **Rte-18** en suivant latéralement le trajet du 4ème espace intercostal et en mesurant 2 *cun* en dehors du mamelon (remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté). Chez les femmes, la clavicule et la synchondrose manubrio-sternale sont de bons points de repère pour localiser le 4ème espace intercostal (→3.5). On peut localiser **Rte-18** en suivant latéralement le trajet du 4ème espace intercostal et en mesurant 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 2 *cun* en dehors du mamelon.

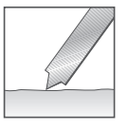
Au niveau du 4ème espace intercostal, se trouvent également → **RM-17** (ligne médiane antérieure), → **Rn-23** (2 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure), → **E-17** (mamelon), → **MC-1** (1 *cun* en dehors du mamelon) et → **VB-23** (1 *cun* en arrière de **VB-22**).



Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

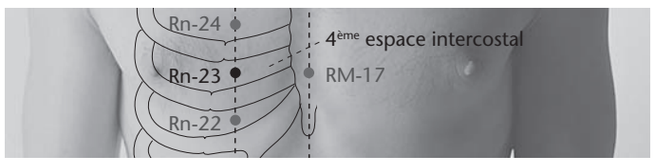



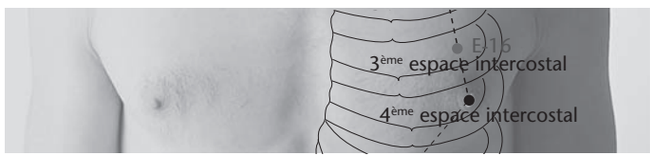



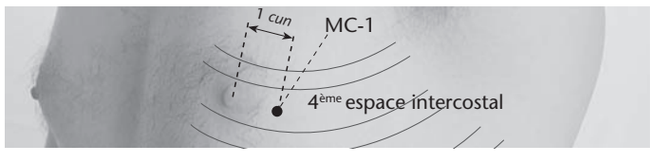


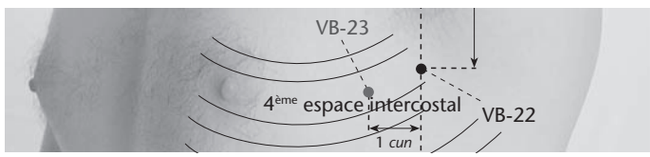
Actions/indications

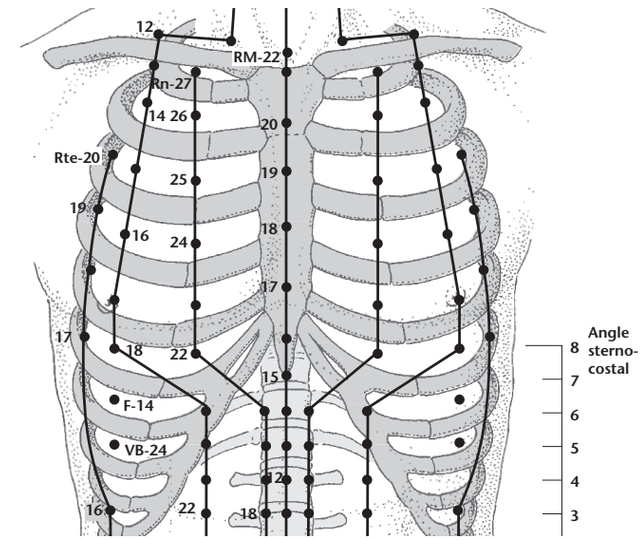
- Libère la poitrine.
- Fait descendre le Qi.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

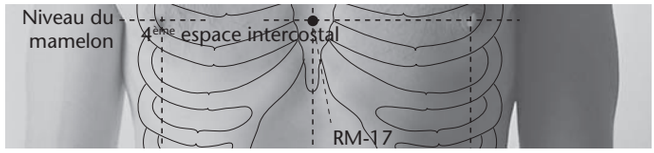






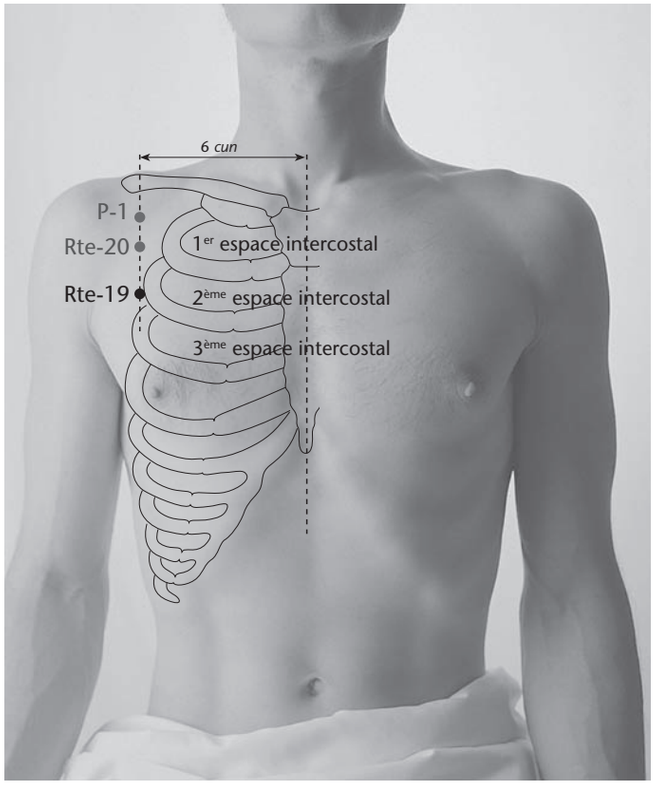


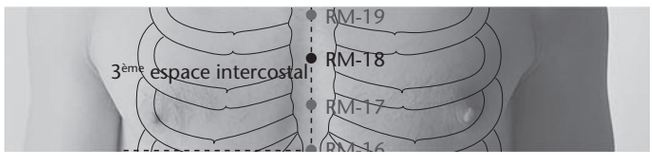


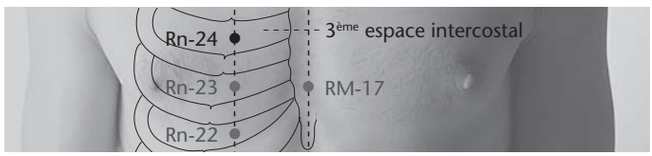


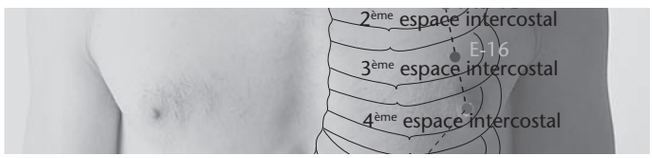
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Village de la poitrine XIONGXIANG Rte-19









Localisation

Dans le 3ème espace intercostal, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 2 *cun* en dehors de la ligne qui part du milieu de la clavicule.

Comment le trouver

Localiser le 3ème espace intercostal en partant de la clavicule ou de la synchondrose manubrio-sternale en direction du sternum (→ 3.5). On peut localiser **Rte-19** en suivant latéralement le trajet de l'espace intercostal et en mesurant 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 2 *cun* en dehors de la ligne qui part du milieu de la clavicule (remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté).

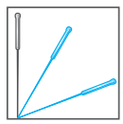
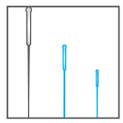
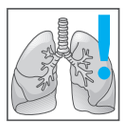
Au niveau du 3ème espace intercostal (sur le trajet de l'espace intercostal), se trouvent également → **RM-18** (ligne médiane antérieure), → **Rn-24** (2 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure) et → **E-16** (4 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

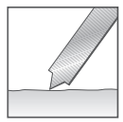
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Disperse et fait descendre le Qi du Poumon.
- Libère la poitrine.



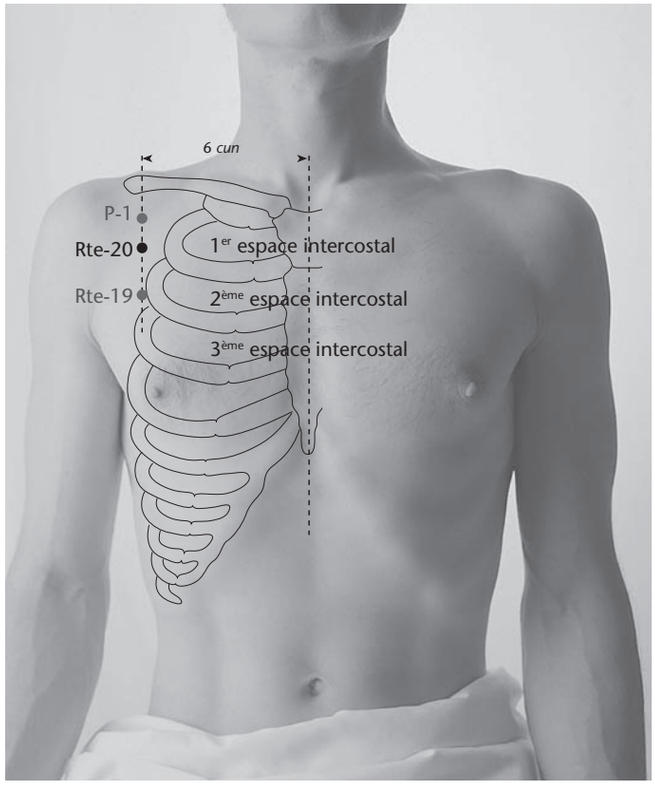


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rte-20 *Gloire cyclique* ZHOURONG

Localisation

Dans le 2ème espace intercostal, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 2 *cun* en dehors de la ligne qui part du milieu de la clavicule.



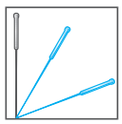
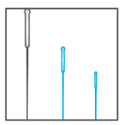
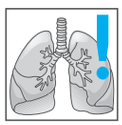
Comment le trouver

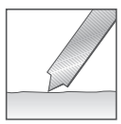
Localiser le 2ème espace intercostal en partant de la clavicule ou de la synchondrose manubrio-sternale en direction du sternum (→ 3.5). On peut localiser **Rte-20** en suivant latéralement le trajet de l'espace intercostal et en mesurant 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 2 *cun* en dehors de la ligne qui part du milieu de la clavicule (remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté). **Rte-20** se trouve 1 *cun* en dessous de → **P-1**.

Au niveau du 2ème espace intercostal (sur le trajet de l'espace intercostal), se trouvent également → **RM-19** (ligne médiane antérieure), → **Rn-25** (2 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure) et → **E-15** (4 *cun* en dehors de ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

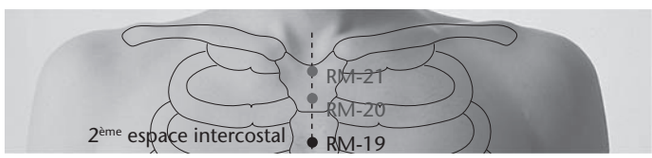




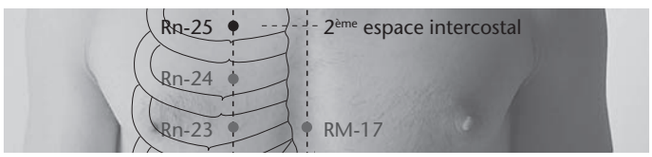


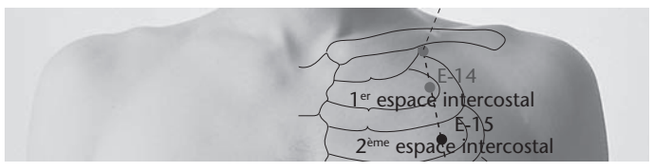


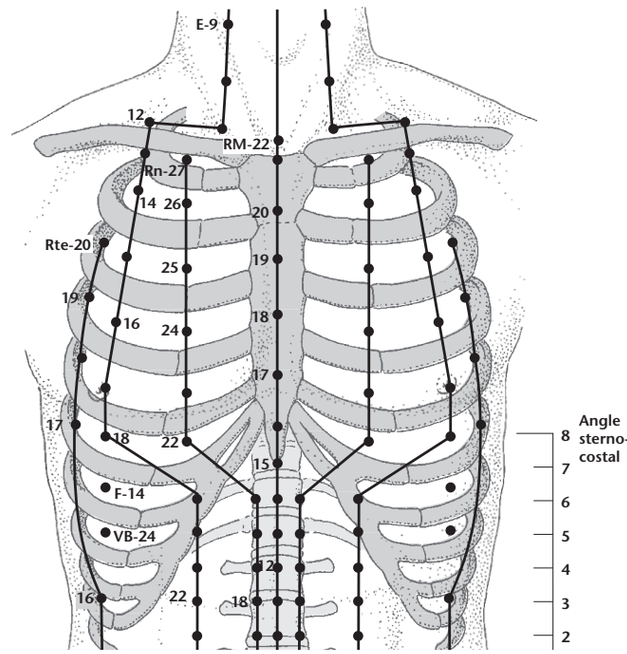
Actions/indications

- Libère la poitrine.
- Régule le Qi du Poumon.



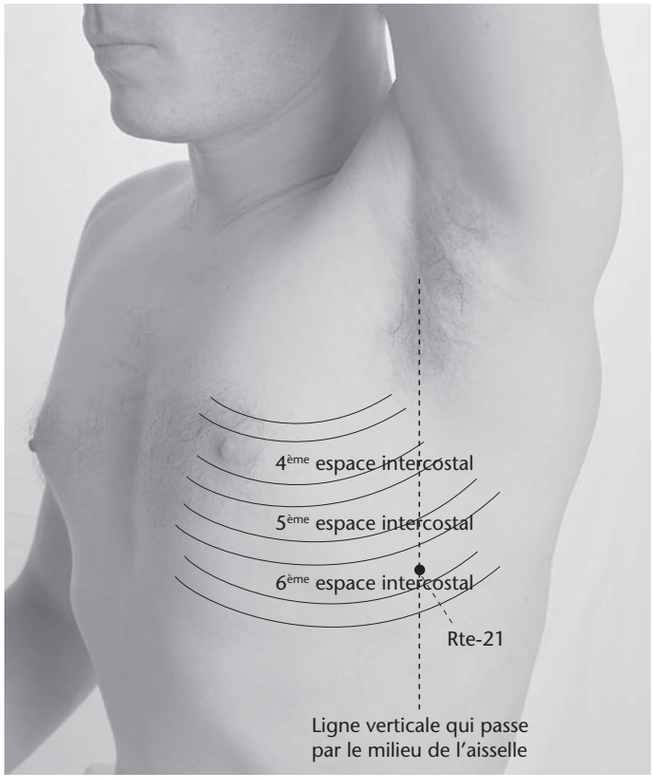






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Enveloppement général DABAO Rte-21



Localisation

Sur la ligne qui part du milieu de l'aisselle, dans le 6ème espace intercostal. Remarque : certaines sources situent ce point dans le 7ème espace intercostal.

Comment le trouver

Localiser le 6ème espace intercostal en partant de la clavicule ou de la synchondrose manubrio-sternale en direction du sternum (→ 3.5). On peut localiser **Rte-21** en suivant latéralement le trajet de l'espace intercostal sur la ligne qui part du milieu de l'aisselle (remarquez que l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut sur le côté). **Rte-21** est souvent sensible à la pression. Ou bien : localiser **Rte-21** sur la ligne qui part du milieu de l'aisselle, à mi-chemin entre l'aisselle et l'extrémité de la 11ème côte.

Insertion de l'aiguille

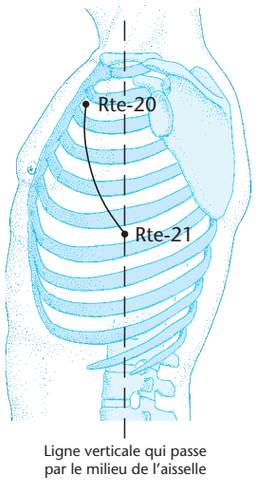
Insertion oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) dirigée vers le haut ou vers le bas, parallèlement à l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

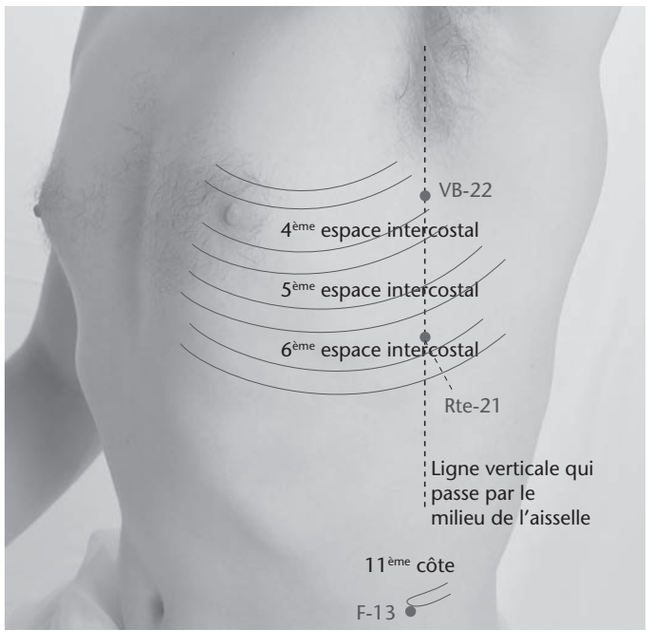
Actions/indications

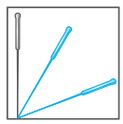
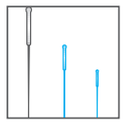
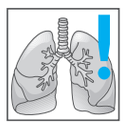
- Régule le Qi et le Sang, gouverne et concerne tous les méridiens *luo* de communication du corps.
- Libère la poitrine.

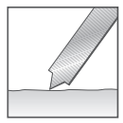
Caractéristiques particulières

Point *luo* du grand méridien de communication de la Rate (→ 8.1.2), point de sortie.





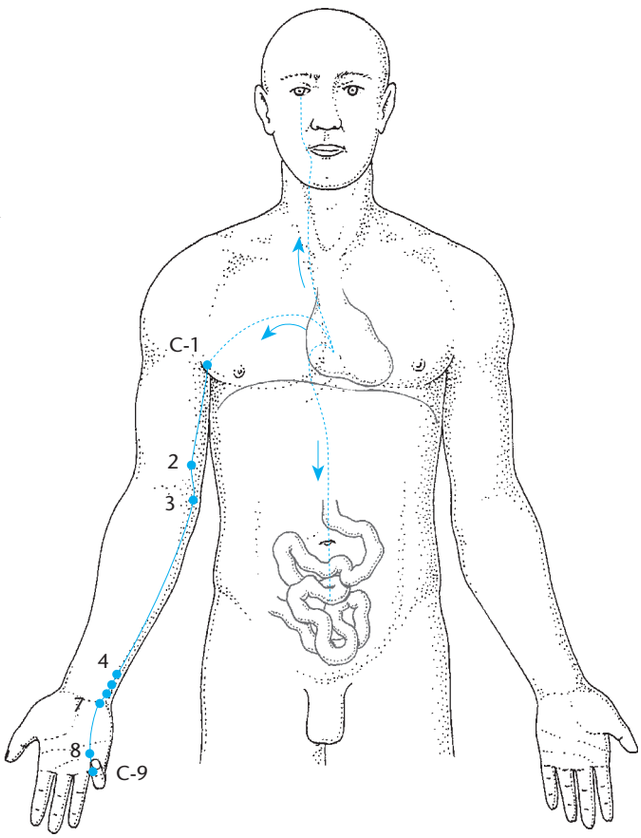


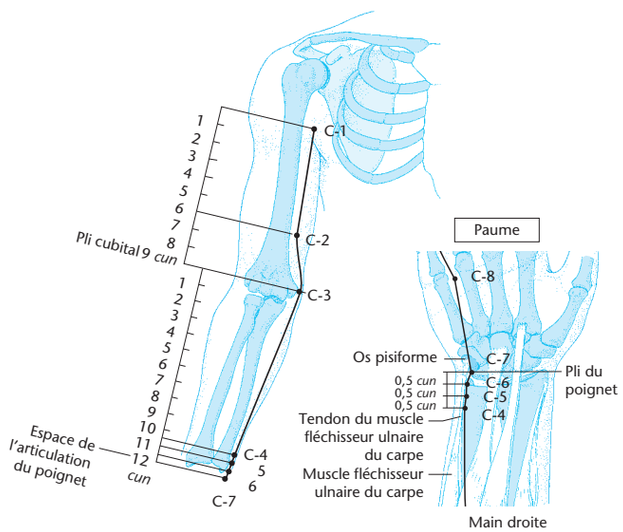


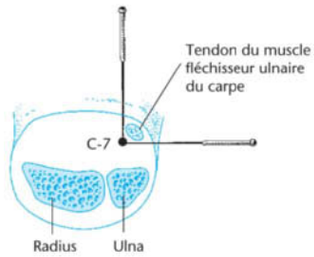
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

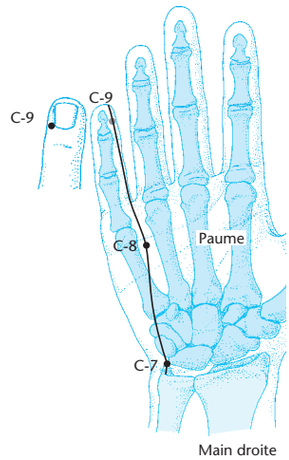
4.5 Méridiens du Cœur – méridiens *shao yin* de la main (*shou shao yin jing luo*)

4.5.1 Méridien principal du Cœur (*shou shao yin jing*)









Trajet

Le trajet **interne** du méridien principal du Cœur prend naissance au Cœur (*xin*), l'Organe (*zang*) auquel il se rattache. Une **branche interne** du méridien principal de la Rate va au Cœur et se relie au méridien principal du Cœur (connexion profonde Yin-Yin).

Le **trajet interne** du méridien principal du Cœur se divise en trois branches :

- **la première branche** pénètre dans le diaphragme et se relie à l'Intestin Grêle, Entraille (*fu*) qui lui est associée dans la relation Intérieur-Extérieur ;
- **la seconde branche** monte le long de l'œsophage et de la région du cou, se déploie dans les tissus péri-oculaires et, selon certains auteurs, se déploie également à l'intérieur du cerveau ;
- **la branche principale** va du Cœur au Poumon (*fei*) et redescend pour émerger au centre de l'aisselle, au point → **C-1** (*jiquan*) (début du trajet externe).

De là, le **trajet externe** suit la face antéro-médiale du bras et de l'avant-bras, traverse la paume de la main entre le 4ème et le 5ème os métacarpien, puis suit le bord radial de l'auriculaire et se termine à l'angle radial de l'ongle, au point **C-9** (*shaochong*).

À partir de **C-9** (*shaochong*), une branche traverse le bord ulnaire de l'auriculaire et atteint → **IG-1** (*shaoze*) (connexion Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : fièvre généralisée, céphalées, douleur dans le thorax et le dos, soif avec

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

envie de boire, sensation de Chaleur dans la paume des mains, invasion de Froid dans les extrémités, douleur de l'épaule et de la face médiale du haut du bras.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur du Cœur, douleur et plénitude dans le thorax et la partie latérale des côtes, douleur des hypochondres, irritabilité, souffle court, agitation, sensations vertigineuses, confusion mentale.

Connexions du méridien principal du Cœur (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal de l'Intestin Grêle (*shou tai yang jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du deuxième grand circuit.

Lieux de connexion : C-9 → IG-1 (sur la main).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur–Extérieur.

Méridien principal du Rein (*zu shao yin jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) → *shao yin* (axes Yin du deuxième grand circuit).

Lieux de connexion : Rn → C (sur le thorax). Une branche interne du méridien principal du Rein va au Foie (*gan*), pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon (*fei*). Du Poumon, une branche part au Cœur (*xin*), où elle se connecte avec le méridien principal du Cœur.

Circulation : non circadienne (**pas** selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation haut-bas.

Méridien principal de la Rate (*zu tai yin jing*)

Connexion : connexion profonde Yin-Yin.

Lieux de connexion : Rte → C (sur le thorax). Une branche **interne** du méridien principal de la Rate se déploie dans le Cœur (*xin*) et se relie au méridien principal du Cœur.

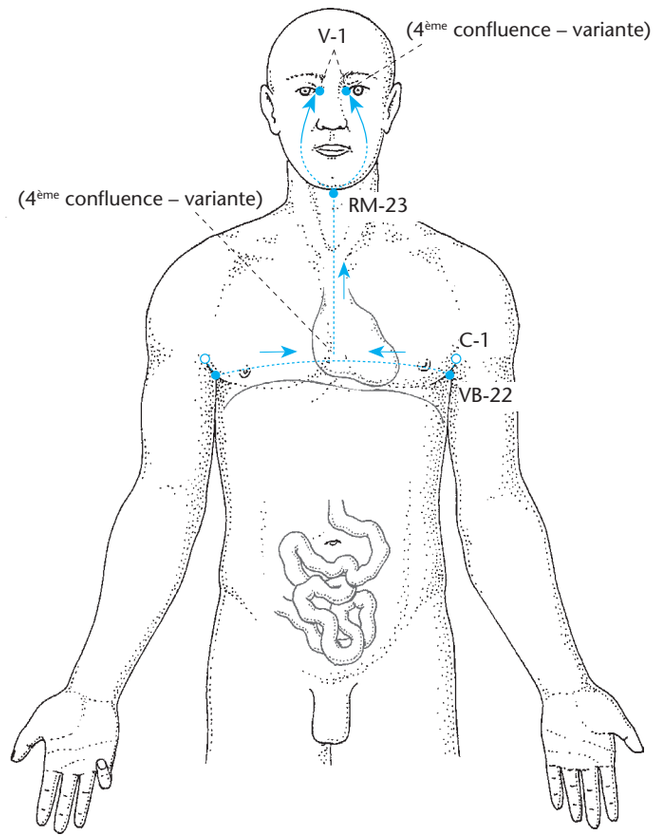
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : le méridien principal du Cœur reçoit le Qi Nourricier (*ying qi*) du méridien principal de la Rate (première circulation du *ying qi* → 1.1.4).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Intestin Grêle (*xiao chang*), Cœur (*xin*), Poumon (*fei*).

4.5.2 Méridien divergent du Cœur (*shou shao yin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Cœur se sépare du méridien principal du Cœur à la fosse axillaire,

- ➡ il pénètre dans le thorax au point → **VB-22** (*yuanye*), sur la ligne verticale qui passe par le milieu de l'aisselle, 3 *cun* en direction médiale par rapport à l'aisselle,
- ➡ il se relie au Cœur (voir le commentaire ci-dessous),
- ➡ monte alors au cou et rencontre → **RM-23** (*lianquan*),
- ➡ se déploie dans la joue et atteint le canthus interne de l'œil au point → **V-1** (*jingming*), où, selon certains auteurs, il se relie à une petite branche venant de → **IG-18** (*quanliao*) pour former l'une des six confluences (*he*) (ici IG/V comme 4ème confluence → 1.3).

Commentaire : selon Solinas et al. (1998), le méridien divergent du Cœur rencontre le méridien divergent de l'Intestin Grêle au Cœur (*xin*) afin de se rattacher à l'une des six confluences (*he*).

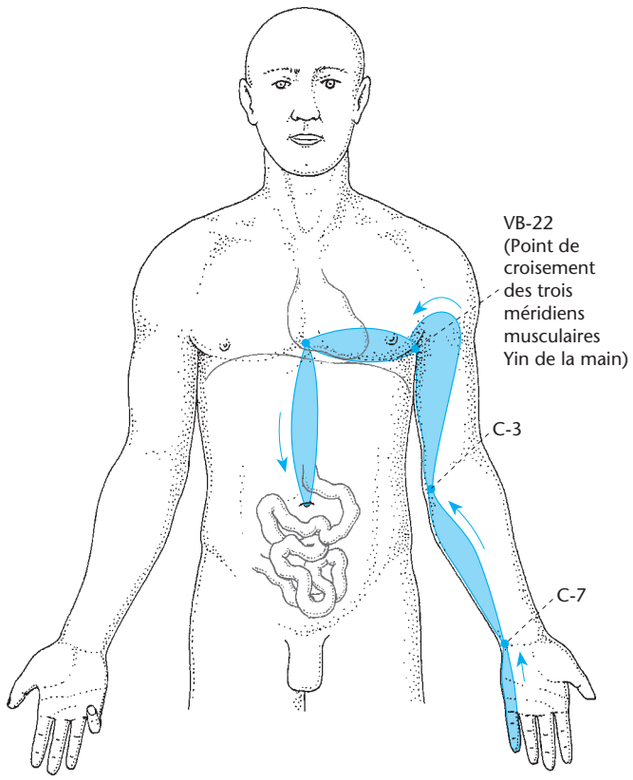
Importance clinique

- Renforce la relation entre le Cœur et la région thoracique. Les points du méridien principal du Cœur traitent essentiellement les troubles du Cœur (*xin*) et du thorax. Il n'y a aucune connexion avec l'Intestin Grêle (*xiao chang*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- Relie le méridien principal du Cœur au cou. On peut utiliser des points du méridien principal du Cœur pour traiter des troubles de la gorge et des cordes vocales, par exemple, une laryngite, une pharyngite, etc. On utilise alors des points comme **C-5** ou **C-8**.
- Renforce la connexion entre le Cœur et le canthus interne de l'œil. On peut utiliser les points du méridien du Cœur pour traiter les troubles de l'œil.

4.5.3 Le méridien musculaire du Cœur (*shou shao yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire du Cœur part de la face radiale de l'auriculaire,

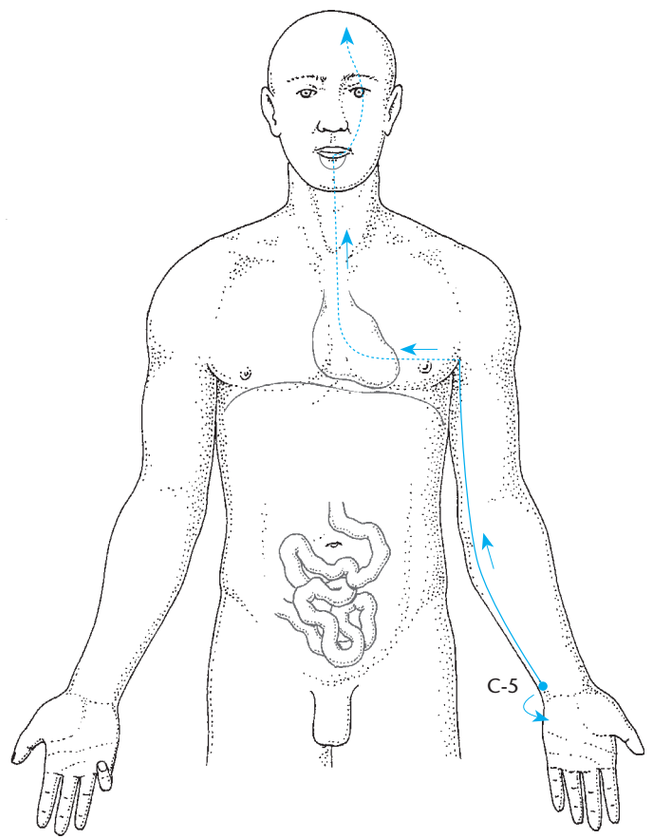
- ➡ il suit la face antérieure et radiale de l'auriculaire et de la main,
- ➡ se fixe (*bie*) à l'os pisiforme au point **C-7** (*shenmen*),
- ➡ monte sur la face antérieure et ulnaire de l'avant-bras, se fixe (*bie*) à l'épicondyle médial au point **C-3** (*shaohai*), continue vers la région axillaire où il rencontre le méridien musculaire du Poumon, se fixe (*bie*) à l'aisselle et rencontre l'autre méridien musculaire Yin de la main à proximité du point ➞ **VB-22** (*yuanye*).
- ➡ De là, il continue plus en profondeur, traverse la région thoracique, se fixe (*bie*) au point ➞ **RM-17** (*shanzhong*), descend à l'orifice cardiaque supérieur, pénètre dans le diaphragme et se termine dans la région ombilicale.

Importance clinique

Pathologie : raideur, crampes et douleur sur le trajet du méridien musculaire du Cœur. Crampes internes dans la région du cœur (par exemple, troubles présentant une douleur provoquée par le stress ressemblant à celle de l'angine de poitrine), hernie hiatale et troubles de l'Estomac.

Indications : principalement pour traiter les syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *bi*) sur le trajet du méridien musculaire du Cœur. La zone couverte par le méridien musculaire du Cœur est plus vaste que celle couverte par le méridien principal du Cœur, ce qui explique que les indications des points du méridien principal du Cœur comprennent des troubles et des pathologies du thorax et de la poitrine, par exemple, une douleur et une sensation de constriction dans la poitrine, des mastites et des mastopathies. Parce que le méridien musculaire du Cœur pénètre aussi dans le diaphragme, ses points sont aussi indiqués pour traiter des troubles comme le hoquet, les reflux acides et les troubles de l'œsophage. En raison de sa connexion avec la région ombilicale, le méridien musculaire du Cœur a un lien direct avec le Qi Originel (*yuan qi*) : si le Cœur (*shen*) subit un choc, par exemple, en raison d'un évanouissement ou d'un collapsus, des moxas sur ➞ **RM-8** peuvent se révéler fort utiles.

4.5.4 Méridien *luo* de communication du Cœur (*shou shao yin luo mai*)



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

Le méridien *luo* de communication du Cœur se sépare du méridien du méridien principal du Cœur au point **C-5** (*tongli*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal de l'Intestin Grêle avec lequel le méridien principal du Cœur est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Cœur qui va vers le point source (*yuan*) → **IG-4** (*wangu*).

➡ Une partie **longitudinale** suit le trajet du méridien principal du Cœur sur la face antéro-médiale du bras, monte à l'aisselle, atteint le Cœur, monte à la base de la langue et se termine à l'œil, alors que d'autres branches pénètrent dans l'œil.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

Plénitude (*shi*) : distension et plénitude du thorax et du diaphragme.

Vide (*xu*) : aphasie, troubles des cordes vocales.

4.5.5 Région cutanée (*shao yin pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.5.6 Points du méridien du Cœur (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : C-7** (*shenmen*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : C-5** (*tongli*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : C-6** (*yinxi*) ■■.
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-15** (*xinshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : RM-14** (*juque*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Bois) : **C-9** (*shaochong*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments) : **C-8** (*shaofu*) ■■,
  - point rivière (*shu*) (Terre), point de sédation : **C-7** (*shenmen*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Métal) : **C-4** (*lingdao*),
  - point mer (*he*) (Eau) : **C-3** (*shaohai*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : –**
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) : –**
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : –**
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : C-5** (*tongli*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**
- **Autres points fonctionnels : –**

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** coude – **C-3** (*shaohai*) ■■
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** langue – **C-5** (*tongli*) ■■ ; Cœur – **C-7** (*shenmen*) ■■, **C-5** (*tongli*) ■■, **C-3** (*shaohai*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **C-3** (*shaohai*) ■■ : point mer (*he*) (Eau) ; point local pour le coude (→ 8.2.1) ; point distal pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **C-4** (*lingdao*) : point fleuve (*jing*) (Métal).
- **C-5** (*tongli*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour la langue et le Cœur (→ 8.2.1).
- **C-6** (*yinxi*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **C-7** (*shenmen*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point distal pour le Cœur (→ 8.2.1) ; point rivière (*shu*) (Terre), point de sédation.
- **C-8** (*shaofu*) ■■ : point jaillissement (*ying*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments).
- **C-9** (*shaochong*) ■■ : point puits (*jing*) (Bois).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source suprême JIQUAN C-1



Localisation

Lorsque le bras est en abduction, au centre de l'aisselle, en direction médiale par rapport à l'artère axillaire.

Comment le trouver

Lorsque le bras est en abduction, faire glisser le doigt en remontant le long de la cage thoracique en direction du centre de l'aisselle jusqu'à atteindre le point le plus haut du creux axillaire.

Insertion de l'aiguille

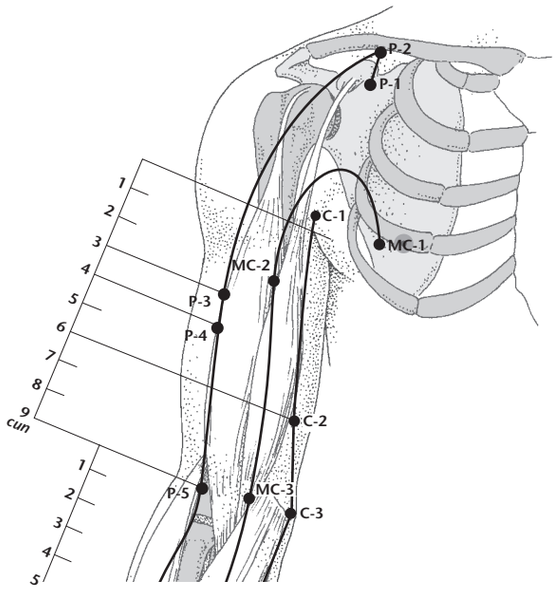
Trouver l'artère avant de piquer ! Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de → **VB-21** (bord du muscle trapèze, milieu de l'épaule). Attention : présence du plexus et de l'artère axillaires. Une insertion médiale risque de perforer le poumon !

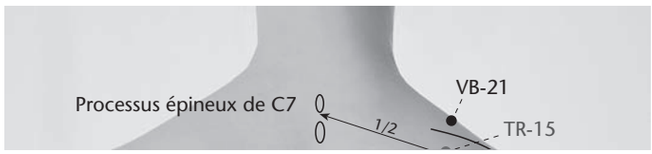
Actions/indications

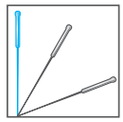
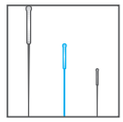
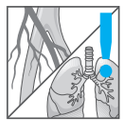
- Libère la poitrine.
- Ouvre le méridien.
- Nourrit le Yin du Cœur.

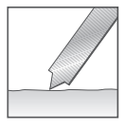
Caractéristiques particulières

Point d'entrée. Point important dans le Qi Gong. Lors de cette pratique (tout comme dans la vie quotidienne), il est bon que ce point soit toujours légèrement ouvert pour favoriser la libre circulation du Qi et du Sang vers les extrémités supérieures et à partir de celles-ci.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

C-2 *Esprit vert* QUINGLING

Localisation

3 *cun* en direction proximale par rapport au pli cubital, sur le bord médial du muscle biceps brachial.

Comment le trouver

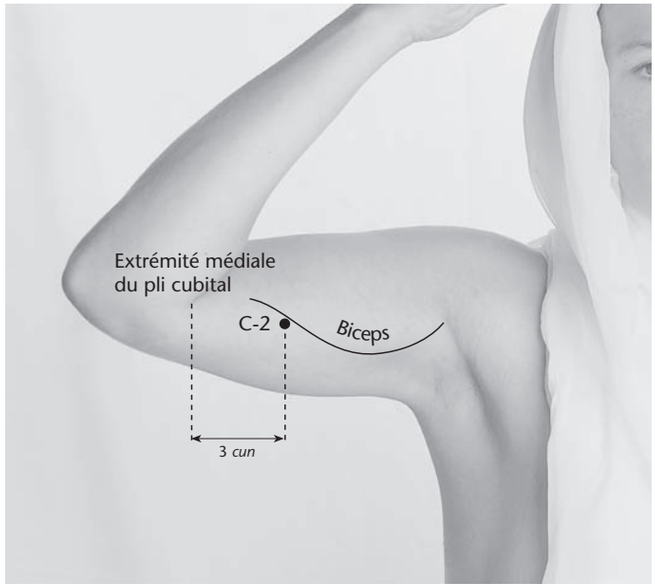
Le coude étant fléchi, on mesure 3 *cun* à partir de l'extrémité ulnaire du pli cubital (→ **C-3**) en direction de l'aisselle. **C-2** se situe dans le sillon situé sur le bord médial du biceps brachial. Il faut demander au patient de fléchir le coude pour faciliter la localisation.

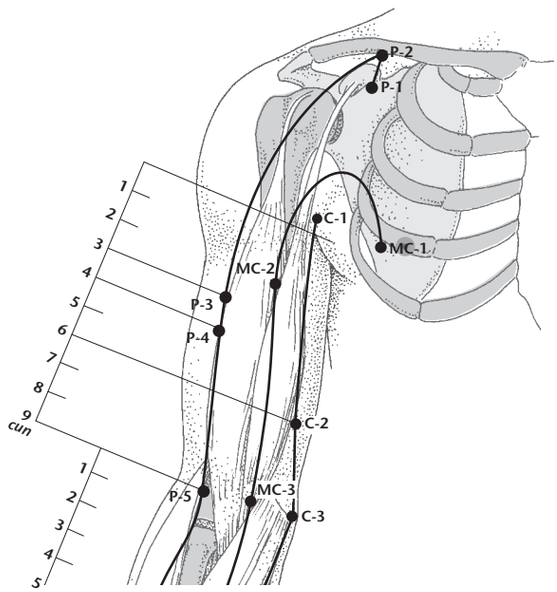
Insertion de l'aiguille

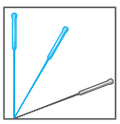
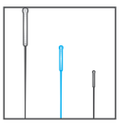
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence de l'artère brachiale. Selon les textes classiques, piquer ce point est contre-indiqué ; seule la moxibustion est permise.

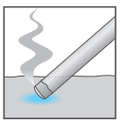
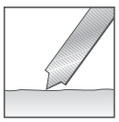
Actions/indications

- Ouvre le méridien.





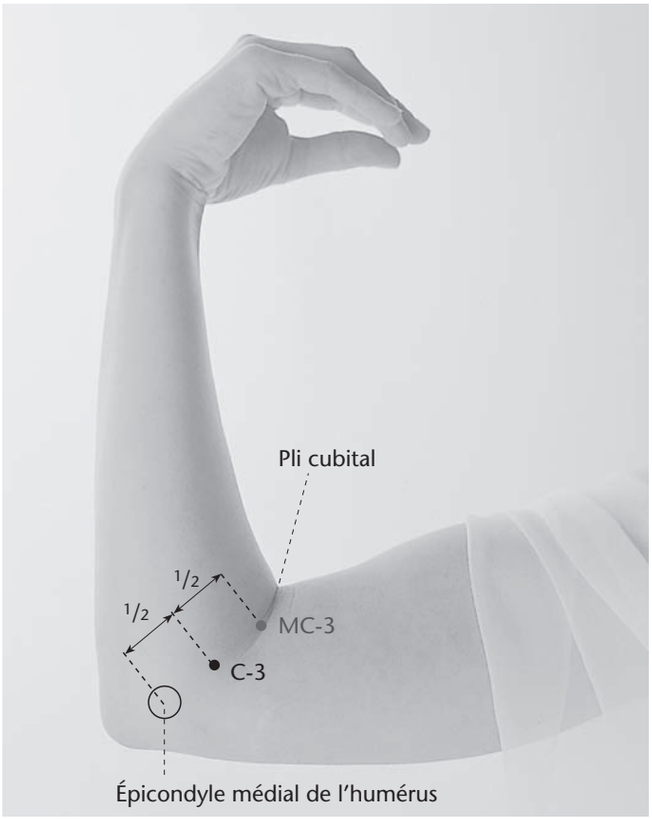





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Mer moindre SHAOHAI C-3



Localisation

Lorsque le coude est fléchi, ce point se trouve dans une dépression située entre l'extrémité ulnaire du pli cubital transverse et l'épicondyle médial de l'humérus.

Comment le trouver

Il faut localiser ce point alors que le coude est légèrement fléchi et que l'avant-bras est en position de supination. Déterminer l'extrémité ulnaire du pli cubital transverse et laisser courir le doigt vers l'épicondyle médial de l'humérus (→ 3.2.2). **C-3** se trouve dans une dépression approximativement à mi-chemin entre → **MC-3** et l'épicondyle médial. **Ou** : lorsque le coude est complètement fléchi, **C-3** se trouve directement à l'extrémité ulnaire du pli cubital transverse.

Au même niveau, on trouve → **MC-3** (en direction ulnaire par rapport au tendon du biceps), → **P-5** (en direction radiale par rapport au tendon du biceps) et → **GI-11** (à l'extrémité radiale du pli cubital).

Insertion de l'aiguille

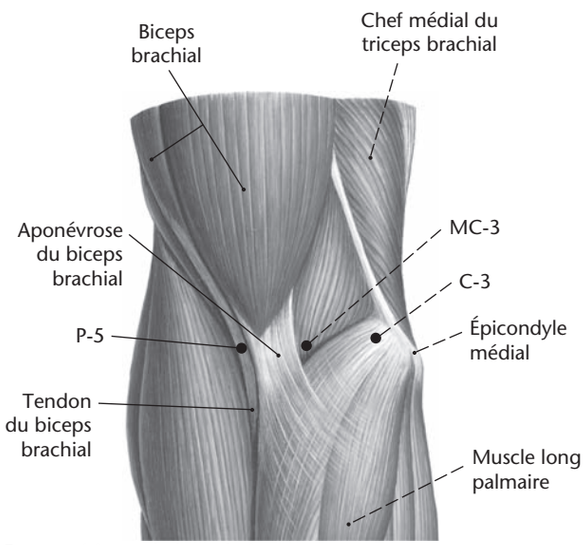
Insertion oblique en direction proximale ou distale de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur, ou insertion perpendiculaire en direction de → **GI-11**.

Actions/indications

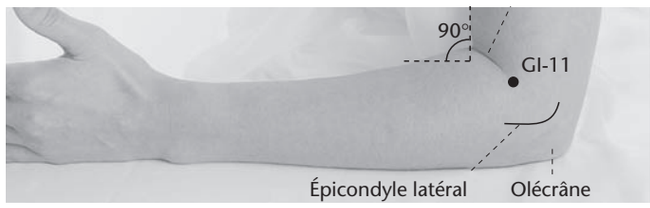
- Transforme les Glaires, élimine la Chaleur (du Cœur), calme l'Esprit (*shen*).
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

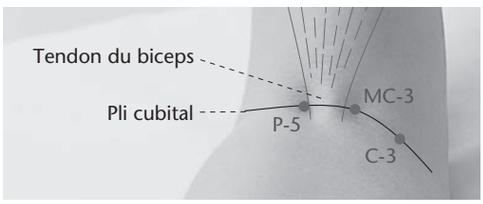
Caractéristiques particulières

Point mer (*he*), point Eau. Point local important, point important pour calmer.

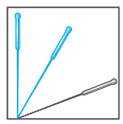
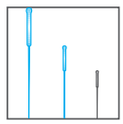


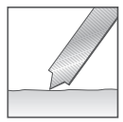
Face antérieure du bras droit





Bras droit

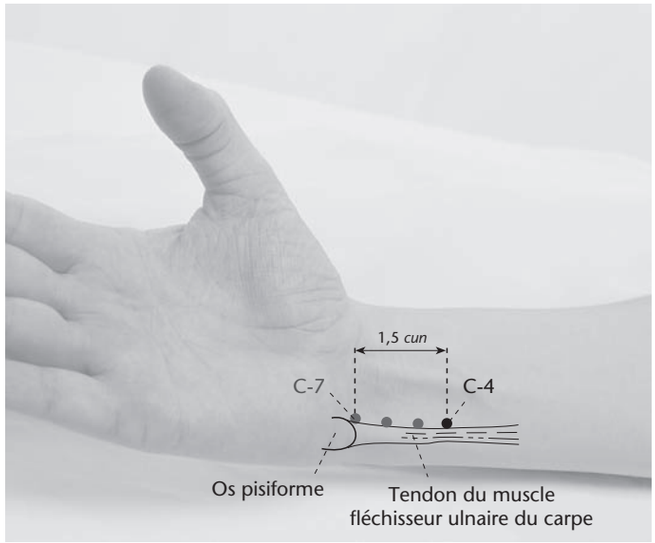


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

C-4 *Chemin de l'Esprit* LINGDAO

Localisation

1,5 *cun* au-dessus du pli transverse du poignet, sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.



Comment le trouver

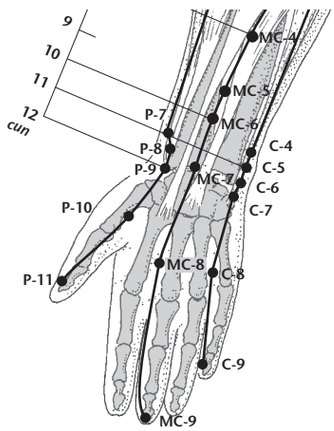
Le muscle fléchisseur ulnaire du carpe a un tendon bien net que l'on peut facilement sentir en direction ulnaire et proximale par rapport au pli du poignet. Il s'insère sur l'os pisiforme (→ 3.3.3). **C-4** se trouve directement sur la face radiale du tendon.
→ **C-5**, → **C-6** et → **C-7**, sont situés à des intervalles de 0,5 *cun* en direction distale par rapport à **C-4**. → **P-7** se trouve approximativement 1,5 *cun* en direction proximale par rapport au pli du poignet, sur la face radiale de l'avant-bras.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,3 à 1 *cun* de profondeur, ou insertion oblique en direction proximale ou distale.

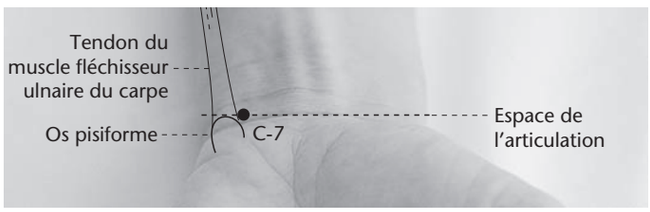
Actions/indications

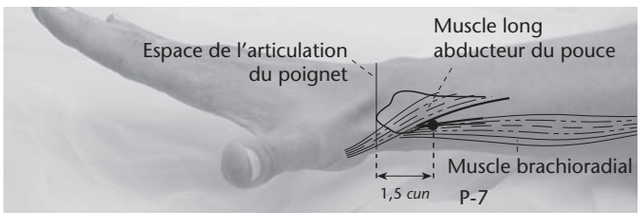
- Ouvre le méridien.
- Nourrit le Cœur, calme l'Esprit (*shen*).
- Renforce la voix.

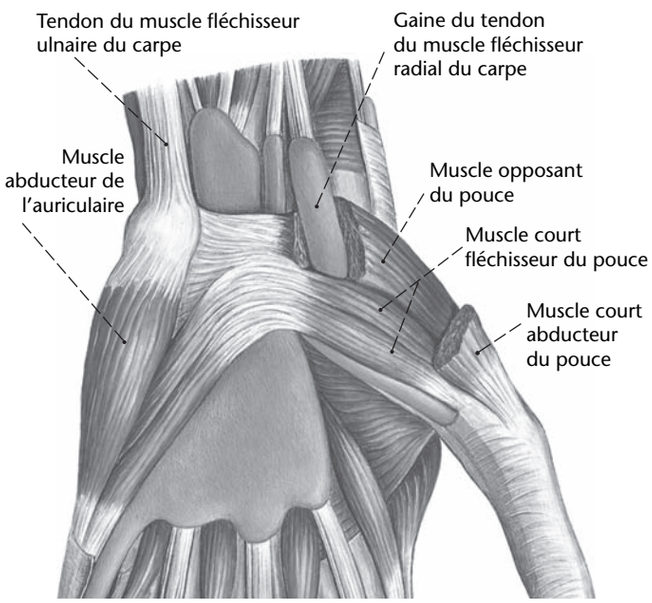


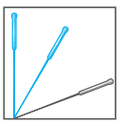
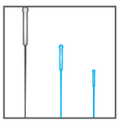
Caractéristiques particulières

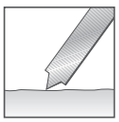
Point fleuve (*jing*), point Métal.







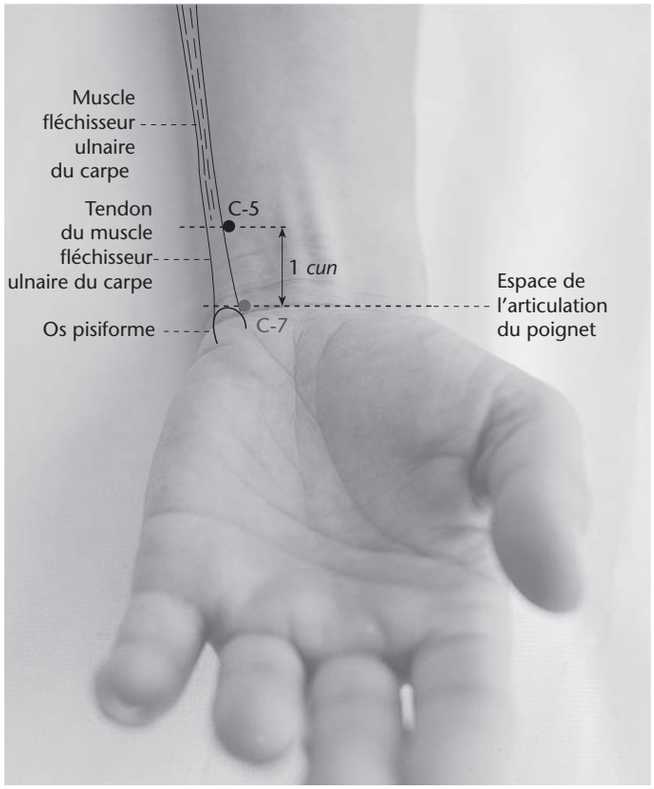



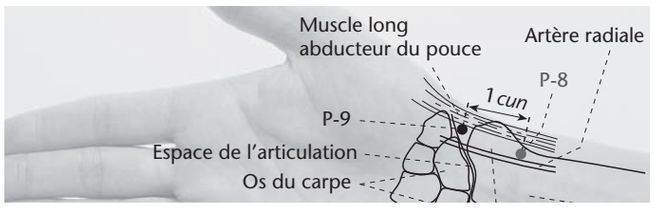


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Communication interne TONGLI C-5







Localisation

1 *cun* au-dessus du ventre de l'espace de l'articulation du poignet (« point le plus distal par rapport au pli transverse du poignet »), sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.

Comment le trouver

Mettre le bras en position relâchée. La localisation du ventre de l'espace de l'articulation du poignet peut varier ; c'est pourquoi le bord proximal de l'os pisiforme (→ 3.3.3) constitue un repère plus fiable. → **C-7** se trouve sur l'espace de l'articulation du poignet, en direction radiale par rapport au tendon visible du muscle fléchisseur ulnaire du carpe. **C-5** se trouve 1 *cun* en direction proximale par rapport à → **C-7**, également sur le bord radial du tendon.

Sur la ligne qui suit le bord radial du tendon, on trouve → **C-6** (0,5 *cun* en direction proximale par rapport à → **C-7**) et → **C-4** (1,5 *cun* en direction proximale par rapport à → **C-7**). → **C-8** se trouve 1 *cun* en direction proximale par rapport au ventre de l'espace de l'articulation du poignet, mais sur la face radiale de l'avant-bras.

Insertion de l'aiguille

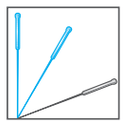
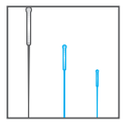
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* en direction proximale ou distale. Attention : piquer ce point peut être douloureux.

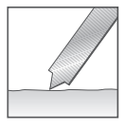
Actions/indications

- Régule et renforce le Qi du Cœur (c'est le point principal !), de même que le rythme cardiaque.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- A des effets bénéfiques sur la langue.
- A des effets bénéfiques sur la Vessie (par l'intermédiaire du méridien *tai yang*).
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Principal point pour réguler et renforcer le Qi du Cœur.

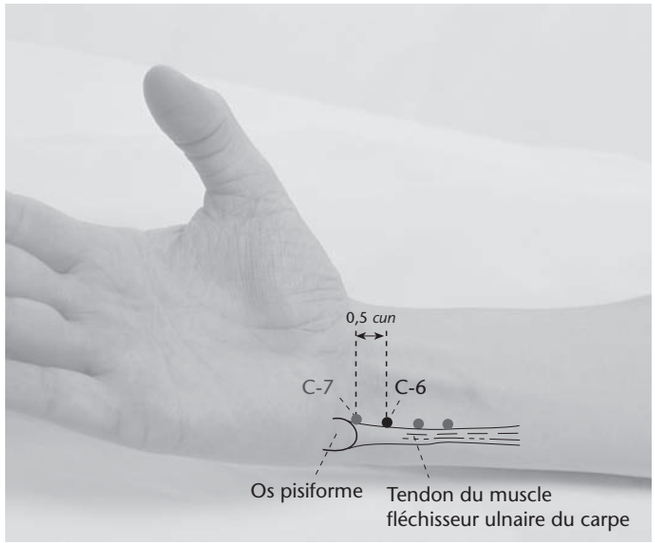


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

C-6 *Accumulation du Yin* YINXI

Localisation

0,5 *cun* au-dessus du pli transverse du poignet, sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.



Comment le trouver

Le muscle fléchisseur ulnaire du carpe a un tendon bien visible que l'on peut facilement sentir en direction ulnaire et proximale par rapport au pli du poignet. **C-6** se trouve sur la face radiale du tendon, 0,5 *cun* en direction proximale par rapport à → **C-7** (situé sur l'espace de l'articulation du poignet).
→ **C-5** et → **C-4**, sont situés approximativement sur la même ligne, à des intervalles de 0,5 *cun*.

Insertion de l'aiguille

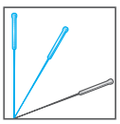
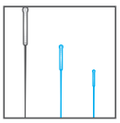
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur en direction proximale ou distale. Attention : présence de l'artère et du nerf ulnaires. Point douloureux !

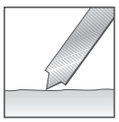
Actions/indications

- Tonifie et régule le Yin et le Sang du Cœur, élimine la Chaleur du Cœur, calme l'Esprit (*shen*).

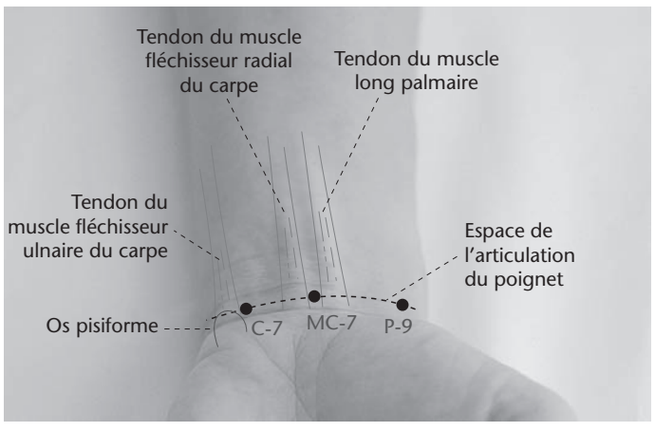
Caractéristiques particulières

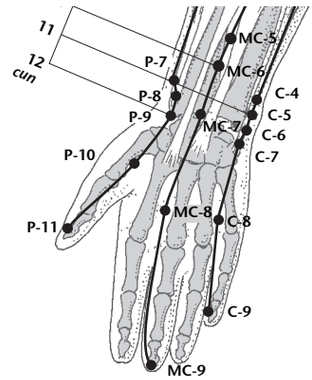
Point d'accumulation (*xi*).

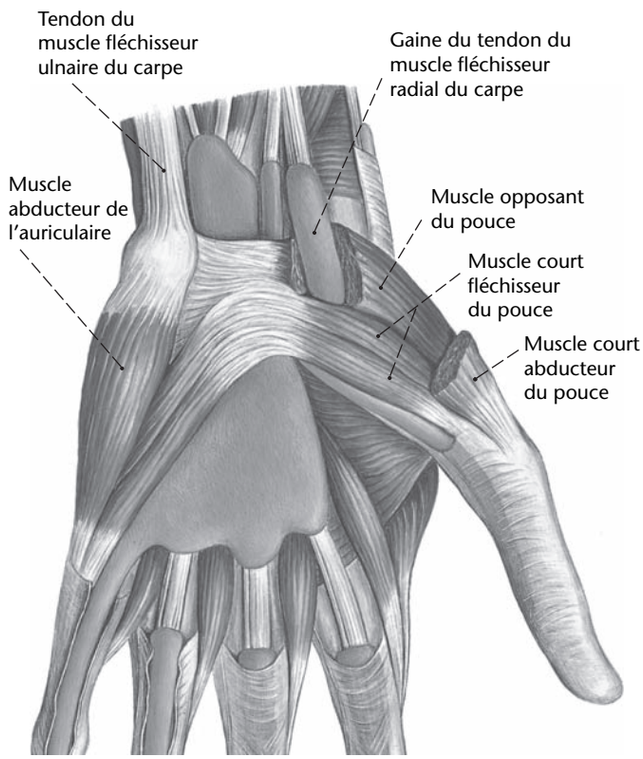





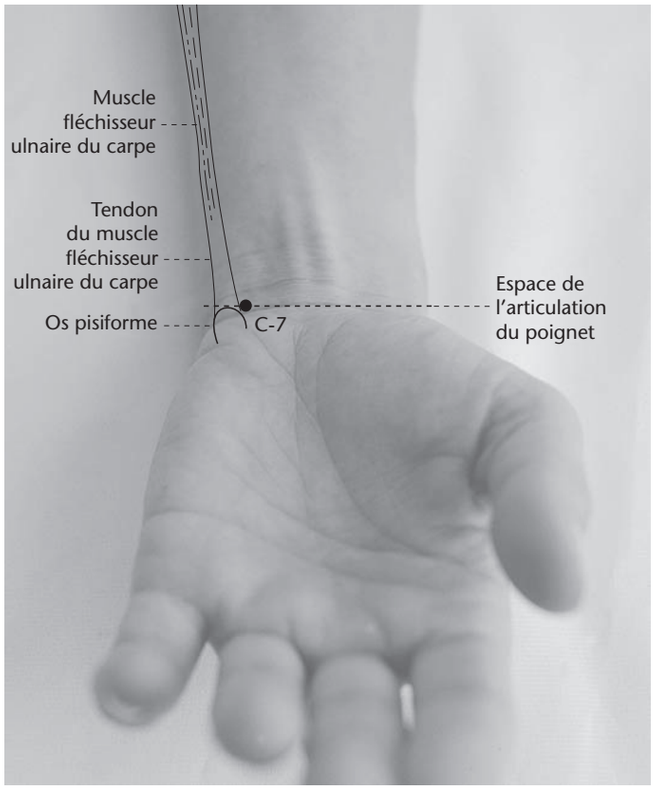


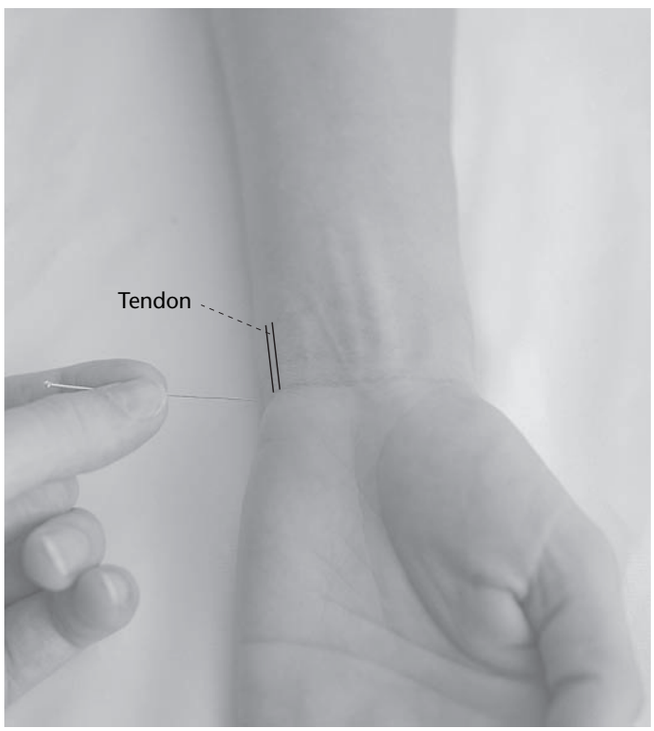


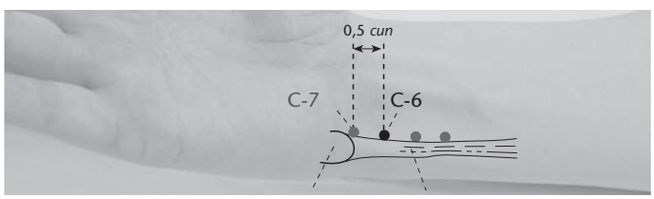


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de l'Esprit SHENMEN C-7







Localisation

Sur le ventre de l'espace de l'articulation du poignet (« point le plus distal par rapport au pli transverse du poignet »), en position radiale par rapport à l'insertion du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.

Comment le trouver

Mettre le bras en position relâchée. Comme la localisation du ventre de l'espace de l'articulation du poignet peut varier, il vaut mieux prendre comme repère le bord proximal de l'os pisiforme (→ 3.3.3). **C-7** se trouve en direction radiale par rapport au tendon visible du muscle fléchisseur ulnaire du carpe, dans une dépression proximale par rapport à l'os pisiforme.

Sur la ligne qui suit le bord radial du tendon, on trouve, à des intervalles de 0,5 *cun*, → **C-6**, → **C-5** et → **C-4**. Également sur le pli du poignet, on trouve → **MC-7** (entre les tendons du muscle long palmaire et ceux du muscle fléchisseur radial du carpe) et → **P-9** (sur la face radiale, en dehors de l'artère radiale).

Insertion de l'aiguille

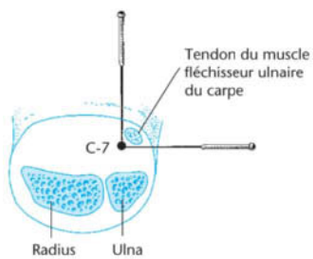
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction du tendon (ou de 0,5 à 0,8 *cun* parallèlement au pli du poignet). Attention : présence de l'artère et du nerf ulnaires. Point douloureux!

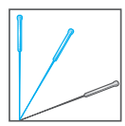
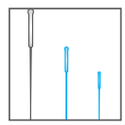
Actions/indications

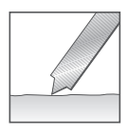
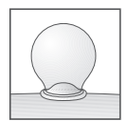
- Régule et renforce le Cœur (Sang et Yin), calme l'Esprit (*shen*).
- Élimine la Chaleur du méridien du Cœur.
- Fait circuler le Qi localement en cas de troubles du poignet.

Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre, point de sédation. Point majeur pour calmer l'Esprit (*shen*).




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

C-8 *Palais moindre* SHAOFU

Localisation

Sur la paume de la main, entre les 4ème et 5ème os métacarpiens.

Comment le trouver

Lorsque le poing est fermé, **C-8** se trouve généralement en dessous de l'extrémité de l'auriculaire, dans la dépression située entre les 4ème et 5ème os métacarpiens. **C-8** se trouve souvent entre les deux plis palmaires transverses. Il est souvent sensible à la pression.

→ **MC-8** est aussi situé sur la paume de la main, généralement à l'extrémité du majeur lorsque le poing est fermé (entre les 2ème et 3ème os métacarpiens).

Insertion de l'aiguille

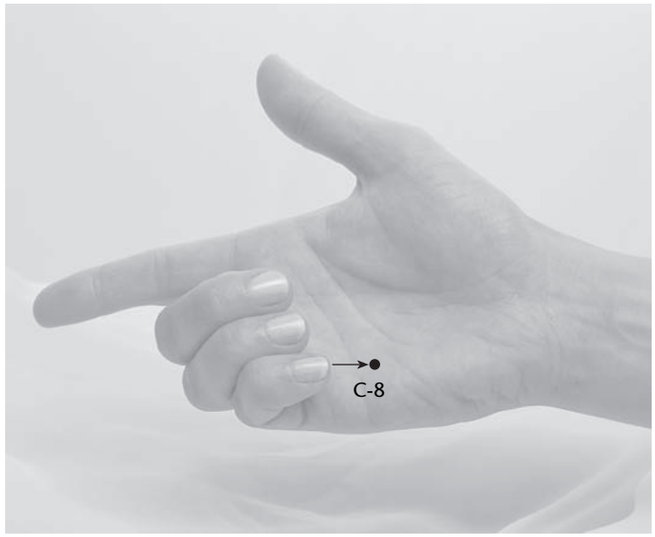
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ce point peut être très douloureux. Appuyer de façon répétée sur la paume de la main avec l'ongle, à proximité de l'endroit à piquer, avant d'insérer l'aiguille. Demander au patient d'expirer pendant la mise en place de l'aiguille.

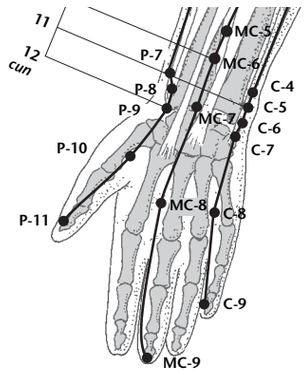
Actions/indications

- Élimine la Chaleur du Cœur et de l'Intestin Grêle.
- Régule le Qi du Cœur en cas de stagnation du Qi du Foie.
- Calme l'Esprit (*shen*) et renforce le Qi du Cœur.
- Ouvre le méridien, surtout en cas de contracture des doigts.

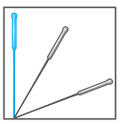
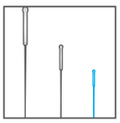
Caractéristiques particulières

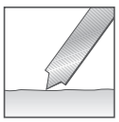
Point jaillissement (*ying*), point Feu, point *ben* (point Cinq Éléments).









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Assaut moindre SHAOCHONG C-9





Localisation

Sur l'auriculaire, 0,1 *cun* en direction proximale du coin radial de l'ongle.

Comment le trouver

Ce point se trouve à l'intersection de deux lignes tracées le long du bord radial et du bord proximal de l'ongle, à environ 0,1 *cun* du coin de l'ongle. → **IG-1** est situé sur le bord opposé de l'ongle (bord ulnaire).

Insertion de l'aiguille

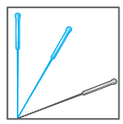
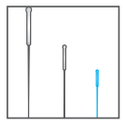
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur en direction proximale. Pour les pathologies aiguës (douleur, inflammation), piquer ce point (avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire) et le faire saigner. Attention : point douloureux!

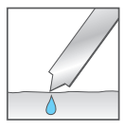
Actions/indications

- Restaure la conscience.
- Élimine la Chaleur de l'extrémité opposée du méridien.
- Régule le Qi dans la poitrine et élimine la Chaleur du Cœur.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Bois, point de sortie.

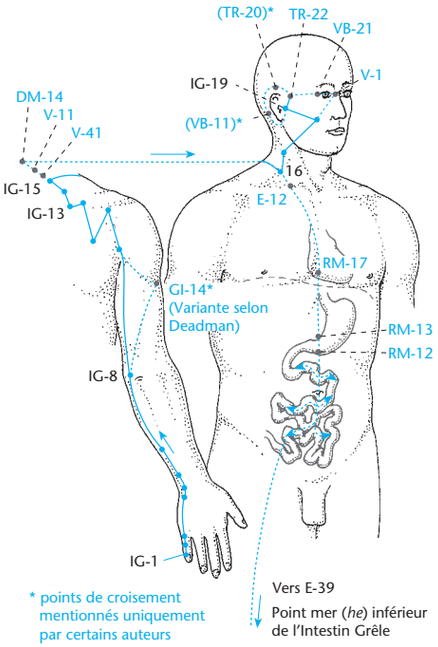



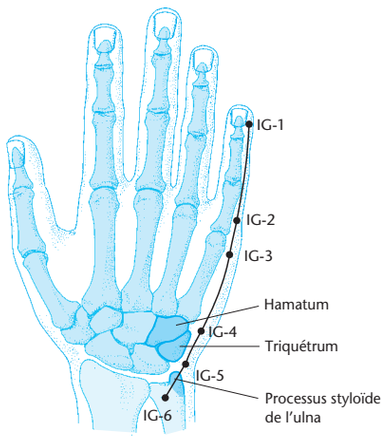


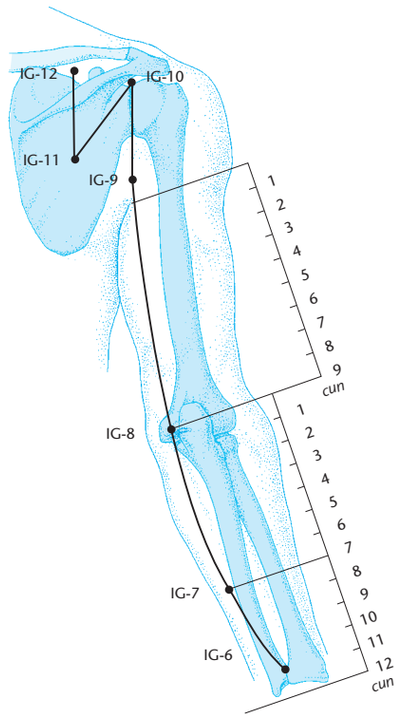
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

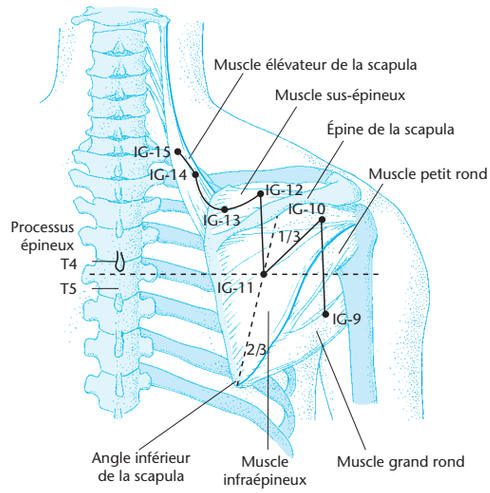
4.6 Méridiens de l'Intestin Grêle – méridiens *tai yang* de la main (*shou tai yang jing luo*)

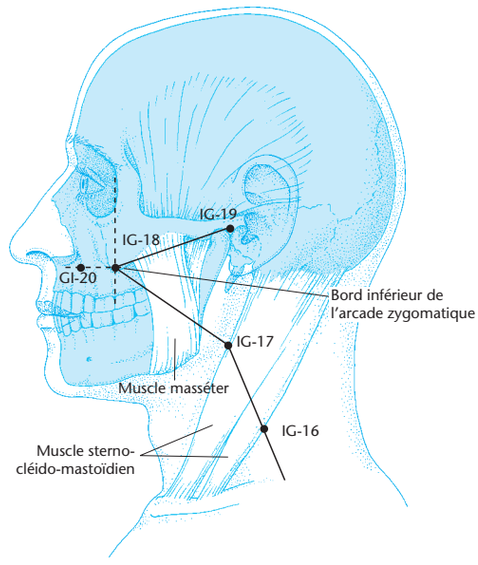
4.6.1 Méridien principal de l'Intestin Grêle (*shou tai yang jing*)











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

Le trajet **externe** du méridien principal de l'Intestin Grêle commence au bord ulnaire de l'extrémité de l'auriculaire, au point **IG-1** (*shaoze*). Une branche qui se sépare du méridien principal du Cœur au point → **C-9** (*shaochong*) passe par ce point (connexion Yin-Yang de la main du deuxième grand circuit).

Le méridien monte le long du bord ulnaire de la main, passe par le poignet et suit l'ulna jusqu'à la face médiale du coude.

- Il passe entre l'olécrâne et l'épicondyle médial, parcourt la face postérieure de l'humérus jusqu'à l'articulation de l'épaule et, selon certains auteurs, rencontre → **GI-14** (*binao*).
- Il parcourt la scapula en zigzaguant, passe par → **V-41** (*jufen*) et → **V-11** (*dazhu*) et croise le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et les autres méridiens principaux Yang au point → **DM-14** (*dazhui*), en dessous du processus épineux de C7,
- puis il descend dans le creux sus-claviculaire rejoindre le point → **E-12** (*quepen*).

Une branche **interne** part de → **E-12**, passe en dessous du Cœur (*xin*), l'Organe (*zang*) avec lequel le méridien principal est couplé, continue jusqu'à → **RM-17** (*shanzhong*), descend le long de l'œsophage, traverse le diaphragme et pénètre dans l'Estomac (*wei*). Là, il passe par → **RM-13** (*shangwan*) et → **RM-12** (*zhongwan*), continue à descendre et se déploie dans l'Intestin Grêle (*xiao chang*), l'Entraille (*fu*) à laquelle il se rattache. Selon le *Neijing Ling Shu*, une branche **interne** descend de l'Intestin Grêle (selon certains auteurs, du méridien principal de l'Intestin Grêle) jusqu'à → **E-39** (*xiajuxu*), point mer (he) inférieur de l'Intestin Grêle.

Le trajet **externe** du méridien principal de l'Intestin Grêle monte de la fosse sus-claviculaire, jusqu'au cou puis à la joue, et atteint le point → **IG-18** (*quanliao*).

À partir de → **IG-18** (*quanliao*),

- **une branche** va rejoindre le point → **V-1** (*jingming*), au canthus interne de l'œil, où elle rencontre le méridien principal de la Vésicule Biliaire (théorie des six méridiens, axes Yang : *tai yang*) ;
- **une autre branche** va au canthus externe de l'œil, passe par → **VB-1** (*tongziliao*) et aussi, selon certains auteurs, par → **TR-20** et → **VB-11**, puis continue jusqu'à → **TR-22** (*erheliao*), en avant de l'oreille, où elle se termine en profondeur au point **IG-19** (*tinggong*).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : ulcérations de la bouche et de la langue, douleur de la joue, douleur du cou, raideur occipitale, douleur de la face latérale de l'épaule et du haut du bras.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur et distension de la partie supérieure de l'abdomen qui s'étend à la région génitale, diarrhée, douleur épigastrique avec constipation.

Connexions du méridien principal de l'Intestin Grêle (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Cœur (*shou shao yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du deuxième grand circuit.
Lieux de connexion : C-9 → IG-1 (sur la main).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation Intérieur-Extérieur.

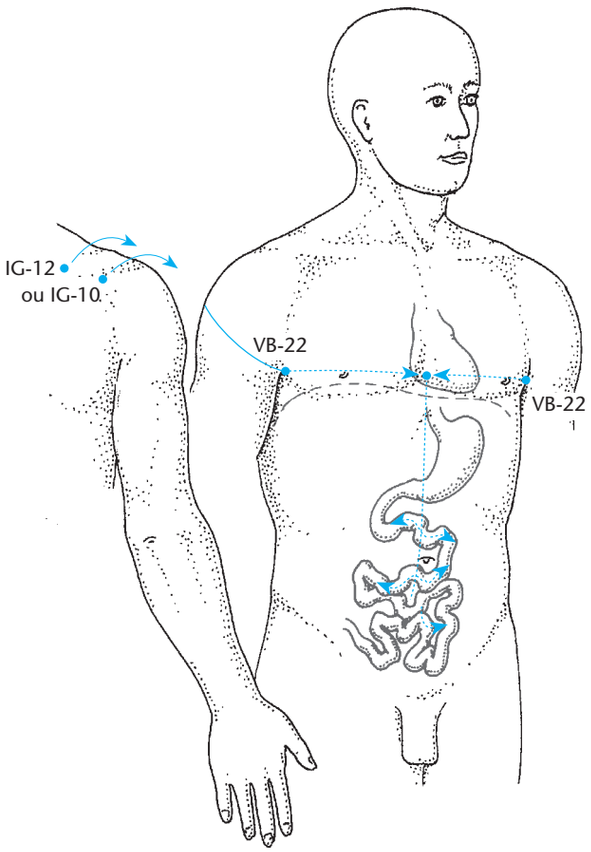
Méridien principal de la Vessie (*zu tai yang jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) → *tai yang* (axes Yang du deuxième grand circuit).
Lieux de connexion : IG-18 → V-1 (sur la tête).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Cœur *(xin)*, Estomac (*wei*)**, Intestin Grêle (*xiao chang*).**

4.6.2 Méridien divergent de l'Intestin Grêle (*shou tai yang jing bie*)



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

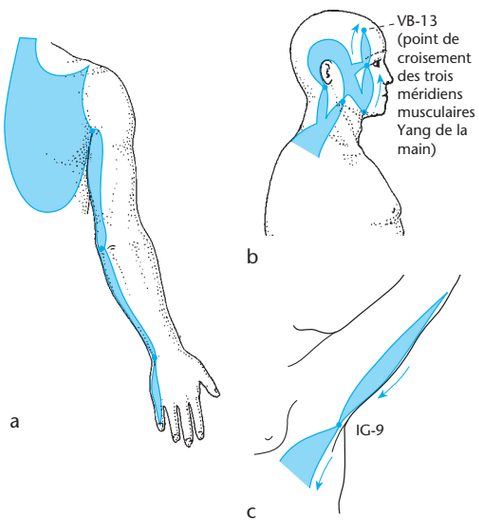
Le méridien divergent de l'Intestin Grêle se sépare du méridien principal à l'épaule, au point ➞ **IG-12** (*bingfeng*) ou dans la région de ➞ **IG-10** (*naoshu*), selon les écoles.

- Il descend vers l'aisselle et continue en direction de ➞ **VB-22** (*yuanye*),
- traverse le thorax et se déploie dans le Cœur (*xin*) où, selon la plupart des auteurs, il constitue la 4ème confluence,
- et pénètre dans le diaphragme pour se relier à l'Intestin Grêle, l'Entraille (*fu*) à laquelle il se rattache.

Importance clinique

- Renforce la relation entre le Cœur et l'Intestin Grêle (système des Viscères (*zangfu*)). Il permet d'expliquer le tableau du Feu du Cœur qui se propage à l'Intestin Grêle et à la Vessie.

4.6.3 Le méridien musculaire de l'Intestin Grêle (*shou tai yang jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire de l'Intestin Grêle part de la face ulnaire de l'auriculaire, au point ➞ **IG-1** (*shaoze*).

- Il monte le long de la face ulnaire de l'auriculaire au bord de la main,
- va à **IG-5** (*yanggu*), point distal par rapport au processus styloïde de l'ulna se fixe (*bie*) sur le poignet,
- longe le bord ulnaire de l'avant-bras jusqu'au coude, et continue jusqu'à l'aisselle, où il se fixe (*bie*) au point **IG-8** (*xiaohai*), et à la face postérieure de l'aisselle.

À partir de là, une branche va à l'aisselle où elle se fixe (*bie*). Une autre branche se déploie sur la scapula et monte à l'avant des méridiens musculaires de la Vessie et de la Vésicule Biliaire, et à l'arrière du méridien musculaire de l'Estomac, sur la face latérale du cou, où elle rencontre le méridien musculaire du Triple Réchauffeur.

Au cou, elle se divise en **deux branches** :

- la **branche antérieure** va à l'angle de la mandibule, où elle se fixe (*bie*), court le long de la mandibule jusqu'à l'oreille et l'os zygomatique, et se fixe (*bie*) à la face latérale de l'orbite ;
- la **branche postérieure** se fixe (*bie*) au processus mastoïdien (d'où une petite branche part en direction de l'oreille). Cette branche décrit une courbe autour de l'oreille, descend à la joue et se fixe (*bie*) sur l'insertion du muscle masséter de la mandibule, puis continue sur la face latérale de l'orbite et atteint le point ➞ **VB-13** (*benshen*) sur la partie fronto-pariétale de la tête, où elle rencontre les autre méridiens musculaires Yang de la main.

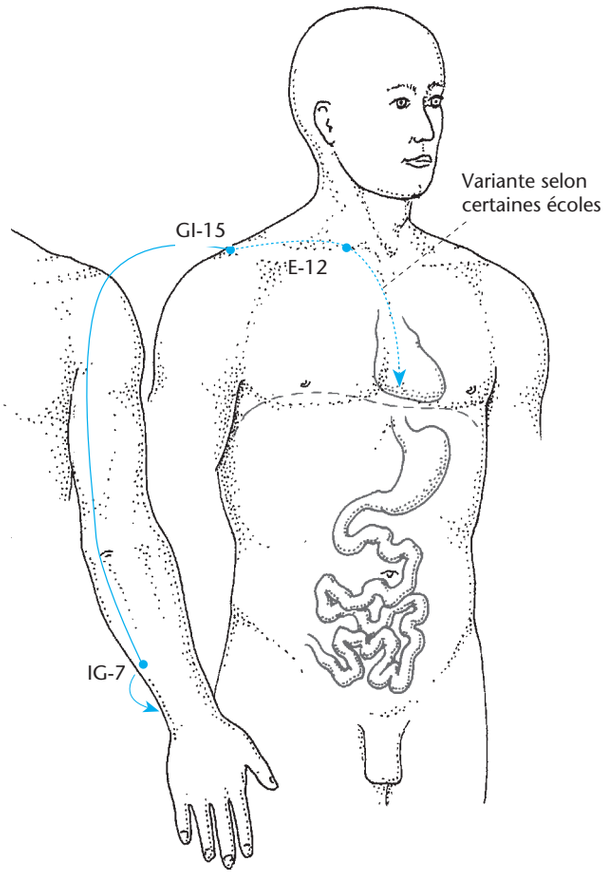
Importance clinique

Pathologie : sensations de distension, raideur et douleur de l'auriculaire, restriction de mouvement du haut du membre supérieur et de l'épaule. Douleur, raideur et restriction de mouvement de la colonne cervicale et de l'occiput. Acouphènes et douleur de l'oreille qui s'étend à la mandibule.

Indications : essentiellement les syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *bi*) situés sur le trajet du méridien de l'Intestin Grêle. La zone couverte par le méridien musculaire de l'Intestin Grêle est plus vaste que celle couverte par le méridien principal de l'Intestin Grêle, ce qui explique que les indications des points du méridien principal de l'Intestin Grêle comprennent des troubles et des pathologies des colonnes cervicale et thoracique, de même que de l'ensemble de la face (par exemple, les céphalées frontales et latérales).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.6.4 Méridien *luo* de communication de l'Intestin Grêle (*shou tai yang luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication de l'Intestin Grêle se sépare du méridien principal de l'Intestin Grêle à son point *luo* de communication **IG-7** (*zhizheng*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Cœur avec lequel le méridien principal de l'Intestin Grêle est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** de l'Intestin Grêle qui va vers le point source (*yuan*) → **C-7** (*shenmen*).
- Une partie **longitudinale** va au condyle médial de l'humérus, monte à l'épaule jusqu'au point → **GI-15** (*jianyu*). Selon certaines écoles, ce vaisseau se déploie et se termine là, alors que selon d'autres, il traverse l'acromion, continue jusqu'à → **E-12** (*quepen*) dans la fosse sus-claviculaire et pénètre dans le thorax afin de se relier au Cœur.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

- **Plénitude (*shi*) :** faiblesse et instabilité des articulations, faiblesse et paralysie du coude et du bras.
- **Vide (*xu*) :** verrues.

4.6.5 Région cutanée (*tai yang pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.6.6 Points du méridien de l'Intestin Grêle (*aperçu*)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : IG-4** (*wangu*).
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : IG-7** (*zhizheng*).
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : IG-6** (*yanglao*) ■■
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-27** (*xiaochangshu*) ■■
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : RM-4** (*guanyuan*) ■■
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Métal) **: IG-1** (*shaoze*),
  - point jaillissement (*ying*) (Eau) **: IG-2** (*qiangu*),
  - point rivière (*shu*) (Bois), point de tonification : **IG-3** (*houxi*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments) : **IG-5** (*yanggu*),
  - point mer (*he*) (Terre), point de sédation : **IG-8** (*xiaohai*).
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) du vaisseau Gouverneur (*du mai*) : IG-3** (*houxi*) ■■
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le méridien de la Vessie, le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : **IG-10** (*naoshu*),
  - avec les méridiens du Gros Intestin, du Triple Réchauffeur, de la Vésicule Biliaire : **IG-12** (*bingfeng*),
  - avec le méridien du Triple Réchauffeur : **IG-18** (*quanliao*) ■■,
  - avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire : **IG-19** (*tinggong*) ■■,
  - d'autres méridiens avec le méridien de l'Intestin Grêle : **GI-14*, DM-14, V-41, V-11, E-12, RM-17*, RM-13, RM-12, VB-1, VB-11*, TR-20*, TR-22, V-1.**
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : IG-16** (*tianchuang*), **IG-17** (*tianrong*) ■■.
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**

* Selon Deadman et al. (1998)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points selon les régions du corps

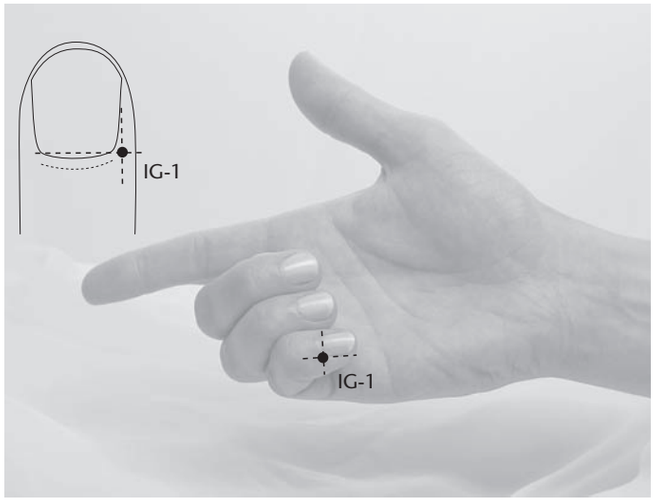
- **Points locaux (→ 8.2.1) :** face et joue – **IG-18** (*quanliao*) ■■ ; mâchoire – **IG-19** (*tinggong*) ■■ ; cou – **IG-17** (*tianrong*) ■■ ; oreilles – **IG-19** (*tinggong*) ■■ ; épaule – **IG-9** (*jianzhen*), **IG-10** (*naoshu*), **IG-11** (*tianzong*), **IG-12** (*bingfeng*), ■■, **IG-13** (*quyuan*), **IG-14** (*jianwaishu*) ■■ ; coude – **IG-8** (*xiaohai*) ; main – **IG-4** (*wangu*), **IG-5** (*yanggu*) ; doigt (engourdissement et douleur) – **IG-3** (*houxi*) ■■ ; doigt (raideur) – **IG-3** (*houxi*) ■■, **IG-5** (*yanggu*).
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** épaule – **IG-19**, **IG-15** ; doigts – **IG-5** (*yanggu*).
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** pour l'occiput – **IG-3** (*houxi*) ■■ ; pour les yeux – **IG-6** (*yanglao*) ■■ ; pour les colonnes cervicale et thoracique – **IG-3** (*houxi*) ■■ ; pour la colonne thoracique – **IG-6** (*yanglao*) ■■ ; pour la colonne lombale – **IG-3** (*houxi*) ■■, **IG-6** (*yanglao*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **IG-1** (*shaoze*) : point puits (*jing*) (Métal).
- **IG-2** (*qiangu*) : point jaillissement (*ying*) (Eau).
- **IG-3** (*houxi*) ■■ : point rivière (*shu*) (Bois), point de tonification, point d'ouverture (→ 8.1.8) du vaisseau Gouverneur (*du mai*), point distal pour l'occiput et la région lombale (→ 8.2.1) ; point local pour les doigts (→ 8.2.1) ; point distal pour les colonnes cervicale et thoracique (→ 8.2.1).
- **IG-4** (*wangu*) : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point local pour la main (→ 8.2.1).
- **IG-5** (*yanggu*) : point fleuve (*jing*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments) ; point local pour la main et les doigts (raideur) (→ 8.2.1) ; point adjacent pour les doigts (→ 8.2.1).
- **IG-6** (*yanglao*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) ; point distal pour les yeux et les colonnes thoracique et lombale (→ 8.2.1).
- **IG-7** (*zhizheng*) : point *luo* de communication (→ 8.1.2).
- **IG-8** (*xiaohai*) : Point mer (*he*) (Terre), point de sédation ; point local pour le coude (→ 8.2.1).
- **IG-9** (*jianzhen*) ; point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-9** à **IG-15** : points adjacents pour l'épaule (souvent sensibles à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-10** (*naoshu*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie, le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-11** (*tianzong*) ■■ : point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-12** (*bingfeng*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Gros Intestin, du Triple Réchauffeur, de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10) ; point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-13** (*quyuan*) : point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-14** (*jianwaishu*) ■■ : point local pour l'épaule (souvent sensible à la pression) (→ 8.2.1).
- **IG-16** (*tianchuang*) : point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **IG-17** (*tianrong*) ■■ : point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) ; point local pour le cou (→ 8.2.1).
- **IG-18** (*quanliao*) ■■ : point local pour l'épaule, la face et la joue (→ 8.2.1) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Triple Réchauffeur (→ 8.1.10).
- **IG-19** (*tinggong*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10) ; point local pour les troubles de l'oreille et de la mâchoire (→ 8.2.1).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Marécage inférieur SHAOZE IG-1



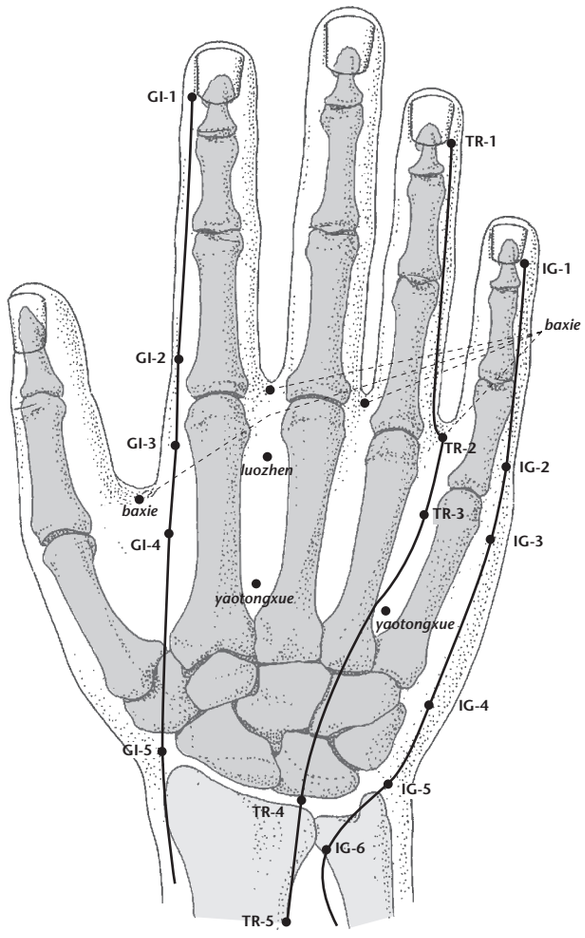
Localisation
Sur l'auriculaire, à environ à 0,1 *cun* de l'angle ulnaire de l'ongle.

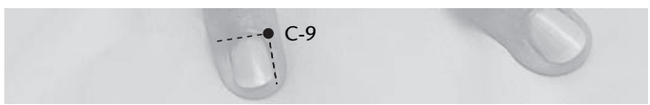
Comment le trouver
Ce point se trouve à l'intersection de deux lignes tracées le long du bord latéral et du bord proximal de l'ongle, à environ 0,1 *cun* du coin de l'ongle. → **C-9** se trouve au coin radial de l'ongle.

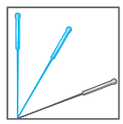
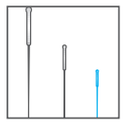
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale, de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner (avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire). Attention : point douloureux.

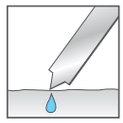
Actions/indications
- Expulse le Vent et la Chaleur.
- Ouvre les orifices.
- Restaure la conscience.
- Ouvre le méridien.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

Caractéristiques particulières
Point puits (*jing*), point Métal, point d'entrée.





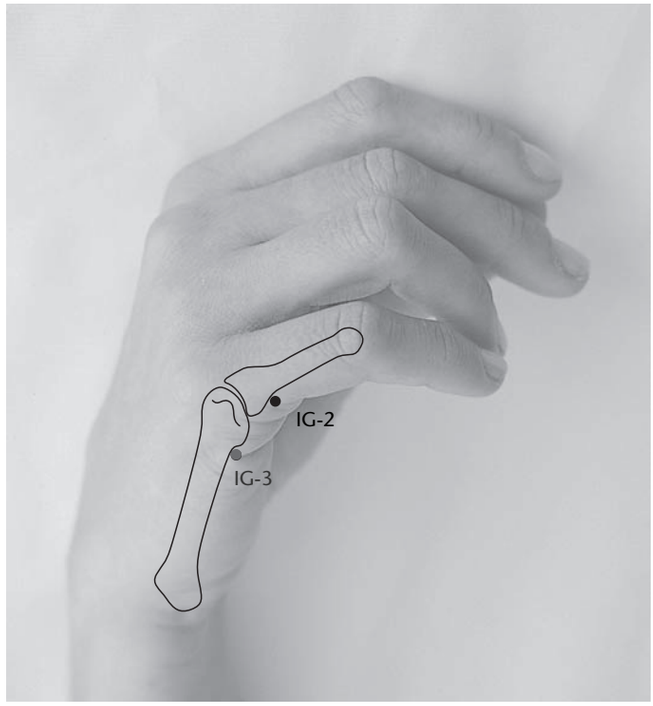


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-2 *Vallée antérieure* QIANGU

Localisation

Sur le bord ulnaire de l'auriculaire, immédiatement distal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale.



Comment le trouver

Sur le bord ulnaire de l'auriculaire, palper la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche » en direction de l'articulation métacarpo-phalangienne jusqu'à ce que la jonction entre la tête et la base des os se sente bien nettement. **IG-2** se trouve à la jonction du corps et de la base, légèrement en dessous de la courbure la plus externe de l'os.

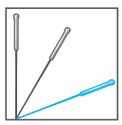
La position de → **GI-2**, sur la phalange proximale de l'index, est similaire. Sur le pied, à une position comparable, on trouve → **V-66** (sur la face latérale) et → **Rte-2** (sur la face médiale).

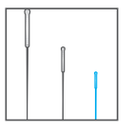
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,2 à 0,5 *cun* de profondeur en direction proximale ou distale, légèrement dirigée vers la paume de la main. Attention : point douloureux.

Actions/indications

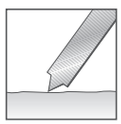
- Draine la Chaleur, expulse le Vent.
- Disperse les accumulations.









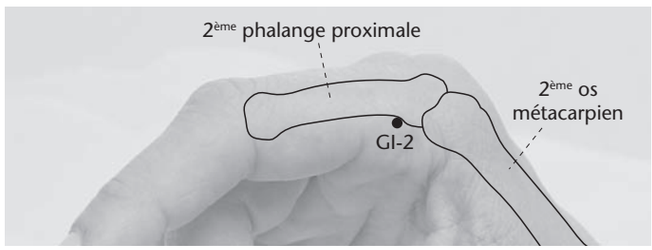


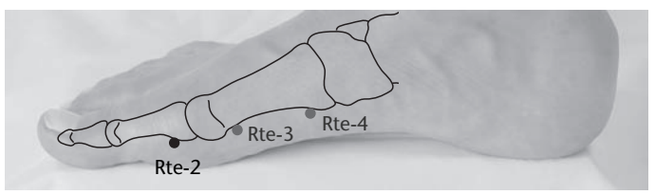


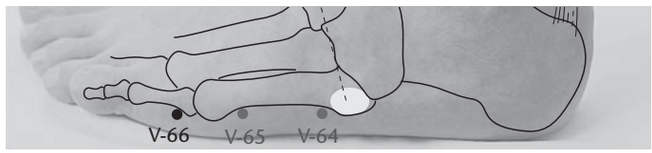


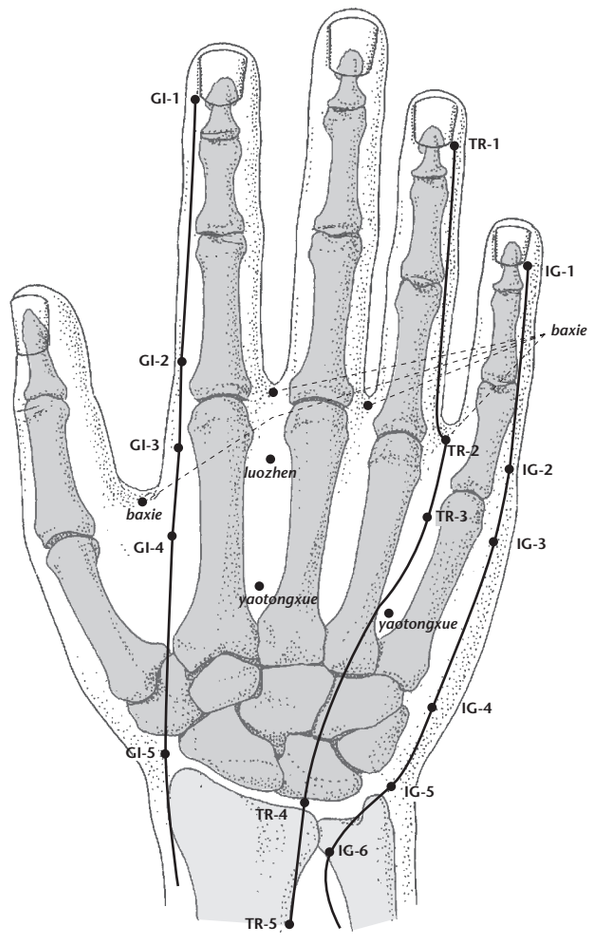
Caractéristiques particulières

Point jaillissement (*ying*), point Eau.



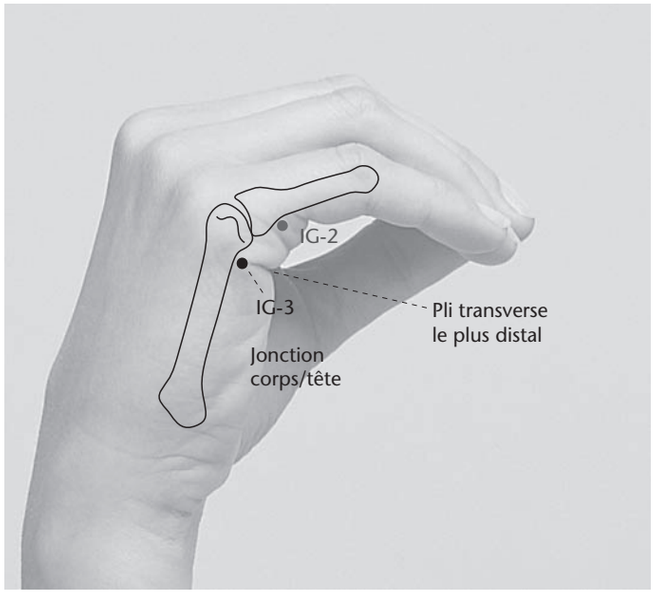


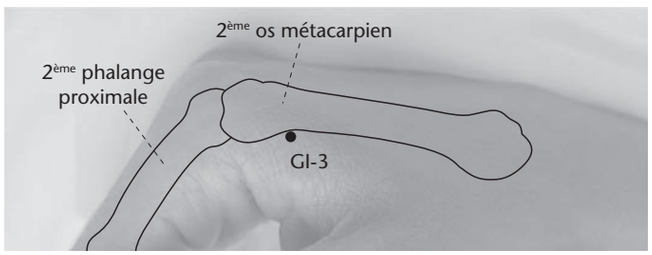


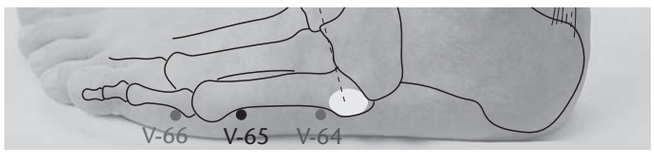


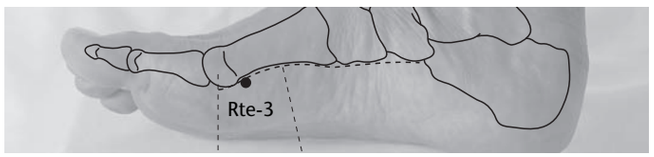
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Courant postérieur HOUXI IG-3









Localisation

Sur le bord ulnaire de la main, dans une dépression proximale par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche ».

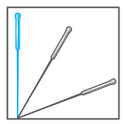
Comment le trouver

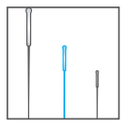
Méthode rapide : faire glisser le doigt le long du bord ulnaire de la main, en allant du poignet vers l'auriculaire, jusqu'à ce que le doigt arrive à la jonction entre le corps et la tête du 5ème os métacarpien, qui est proximal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne. C'est là que se trouve **IG-3**. **Ou :** localiser le point en demandant au patient de fermer le poing. On localise **IG-3** à l'extrémité la plus distale du pli transverse (qui prend souvent naissance entre l'index et le majeur, et qui va jusqu'à l'auriculaire). Lorsque le poing est complètement fermé, il se forme une petite saillie à l'extrémité du pli. **IG-3** se trouve à cet endroit, dans une dépression palpable légèrement proximale et dorsale par rapport à cette saillie.

La position de → **GI-3**, au bord radial de la main, est similaire. Sur le pied, à une position comparable, on trouve → **Rte-3** (sur la face médiale) et → **V-65** (sur la face latérale).

Insertion de l'aiguille

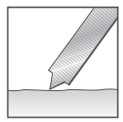
Insertion horizontale de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en dessous de l'os, c'est-à-dire perpendiculairement à la peau en direction de la paume, ou insertion oblique de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur en direction distale. Attention : point douloureux.















Actions/indications

- Élimine le Vent et la Chaleur du *tai yang* (Intestin Grêle, Vessie).
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Élimine la Chaleur et a des effets bénéfiques sur les orifices des sens.
- Régule le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point rivière (*shu*), point Bois, point de tonification, point d'ouverture du vaisseau Gouverneur (*du mai*). Point distal important pour la douleur, la raideur et les contractures situées sur le trajet du méridien, de même que pour les troubles de la colonne cervicale.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-4 *Os du poignet* WANGU

Localisation
Sur le bord ulnaire de la main, entre le 5ème os métacarpien et les os du carpe, à la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche ».

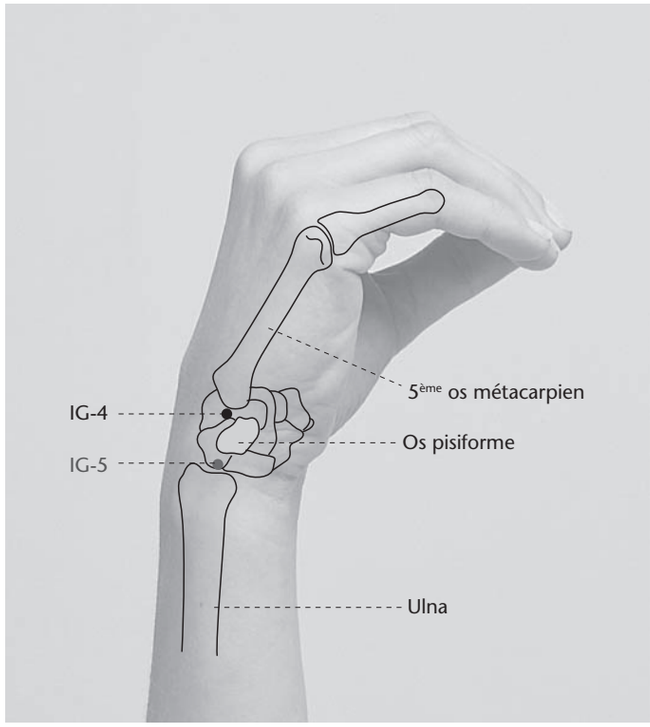
Comment le trouver
Faire glisser le doigt en direction proximale le long du corps du 5ème os métacarpien jusqu'à ce qu'il trouve la courbure de la base et tombe dans l'interstice qui sépare l'os métacarpien et les os du carpe.

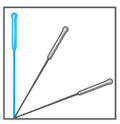
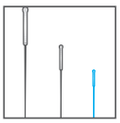
→ **IG-5** est sur la même ligne, proximal par rapport à l'os pisiforme et au même niveau que le pli du poignet.

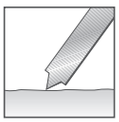
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : point douloureux.

Actions/indications
- Élimine les facteurs pathogènes du méridien *tai yang*.
- Élimine la Chaleur-Humidité dans l'Intestin Grêle.

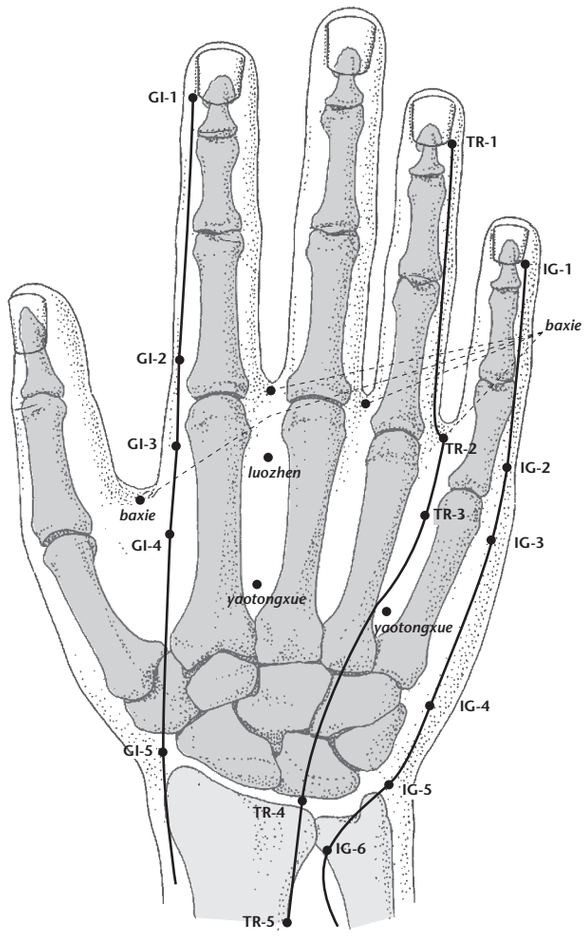
Caractéristiques particulières
Point source (*yuan*).



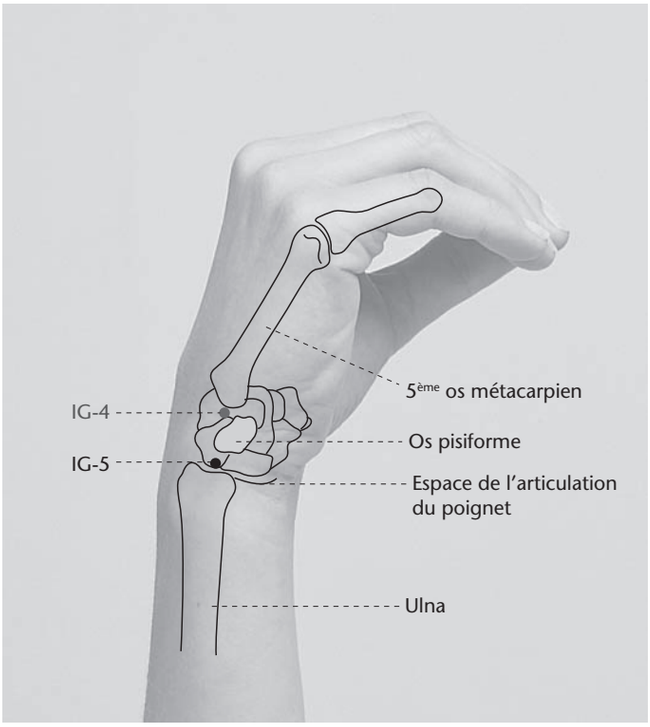







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Vallée du Yang YANGGU IG-5



Localisation

Sur la face ulnaire du poignet, au même niveau que l'espace latéral de l'articulation.

Comment le trouver

En faisant bouger le poignet de façon relâchée, on peut sentir l'espace de l'articulation du poignet sur sa face ulnaire. **IG-5** se trouve en position directement distale par rapport au processus styloïde de l'ulna (→ 3.3.3), sur une ligne qui parcourt le bord ulnaire de la main jusqu'au poignet. → **IG-4** est au même niveau, distal par rapport à l'os pisiforme.

Insertion de l'aiguille

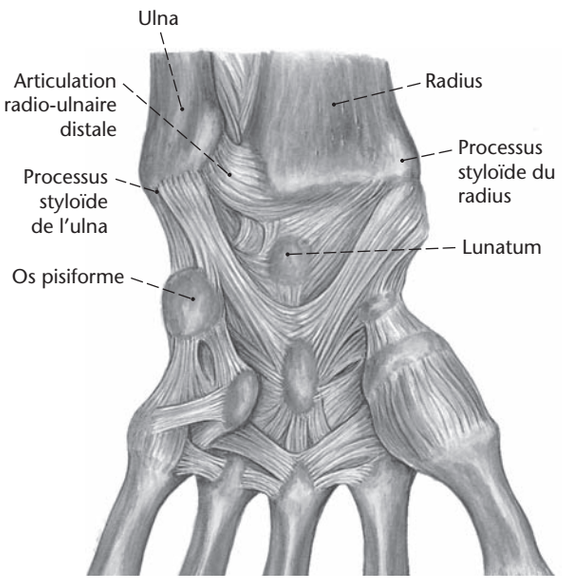
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

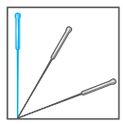
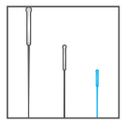
Actions/indications

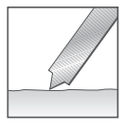
- Élimine la Chaleur et réduit les gonflements.

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Feu, point *ben* (pont Cinq Éléments).



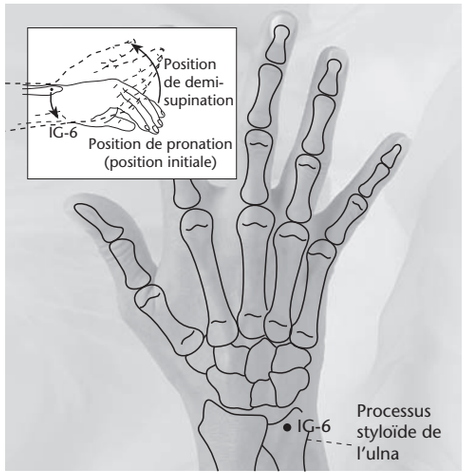


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-6 *Nourrit les vieux* YANGLAO

Localisation

Dans la dépression (radiale et proximale par rapport au processus styloïde de l'ulna) qui se forme lorsque la main passe d'une position de pronation à une position de supination.

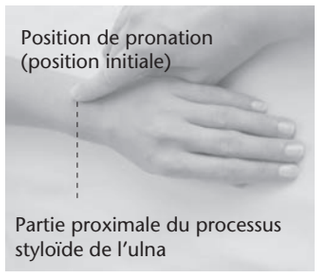


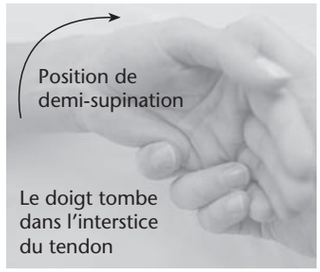
Comment le trouver

Il est plus facile de localiser ce point le coude légèrement fléchi. Poser le doigt sur la partie distale du processus styloïde de l'ulna (→ 3.3.3). Lorsque la main passe d'une position de pronation à une position de supination, le doigt va tomber dans un interstice osseux sur la face proximale du processus styloïde (le tendon du muscle extenseur ulnaire du carpe parcourt ce sillon). On peut aussi sentir cet interstice lorsque le patient pose la main sur la poitrine (position de demi-supination). **IG-6** se trouve dans cet interstice osseux.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur en direction proximale dirigée vers → **MC-6** ou le long du tendon en allant vers l'articulation du coude.



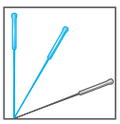
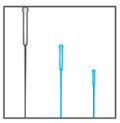


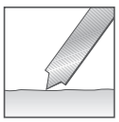
Actions/indications

- Ouvre le méridien, calme la douleur, a des effets bénéfiques sur l'épaule et le bras, traite les pathologies aiguës.
- A des effets bénéfiques sur les yeux.

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*). Point distal important pour la douleur et la restriction de mouvement de l'occiput et de l'épaule (par exemple, torticolis aigu), de même que de la région lombale (par exemple, sciatique aiguë). En cas de restriction de mouvement importante et douloureuse, disperser fortement l'aiguille alors que le patient fait doucement bouger la région affectée.

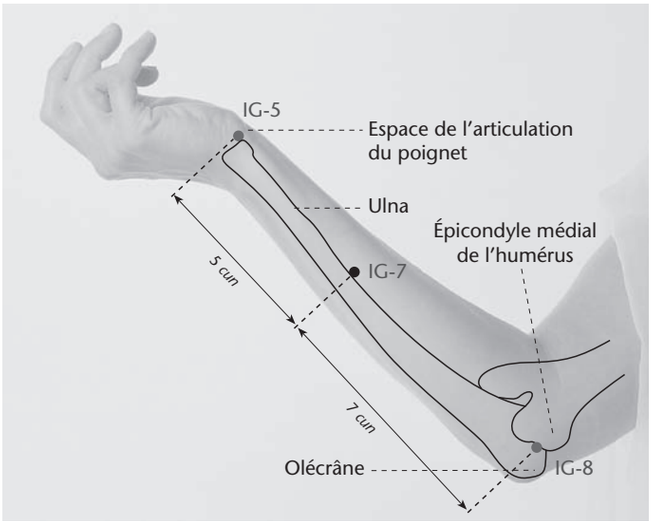



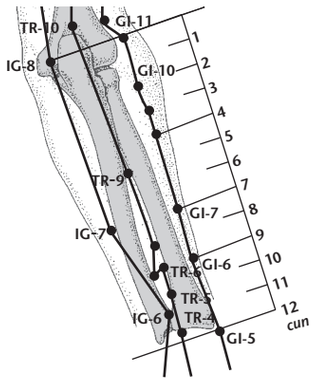



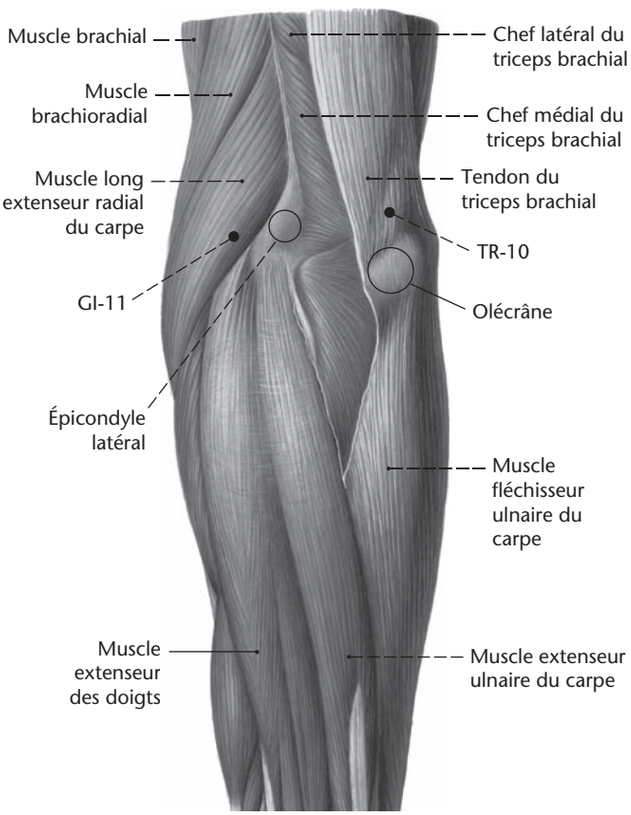


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Branche de celui qui est droit ZHIZHENG IG-7







Localisation

5 *cun* au-dessus de l'articulation du poignet, sur une ligne qui relie l'espace ulnaire de l'articulation du poignet et la gouttière ulnaire du coude (→ **IG-5** et → **IG-8**), ou 5 *cun* en direction distale par rapport au milieu de cette ligne.

Comment le trouver

Déterminer le milieu de la ligne qui relie → **IG-5** et → **IG-8** en utilisant la technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : mettre les auriculaires respectivement sur → **IG-5** et → **IG-8** et écarter les mains de façon égale ; les pouces vont se rejoindre au point médian. À partir de ce point, mesurer 1 *cun* en direction distale. **IG-7** se trouve entre le bord palpable de l'ulna et le muscle fléchisseur ulnaire du carpe, qui est plus en avant.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

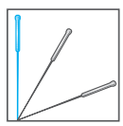
- Ouvre le méridien.
- Libère l'Extérieur.
- Calme l'Esprit (*shen*).

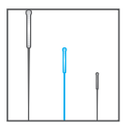
Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication.



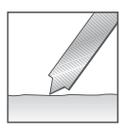
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-8 *Petite mer* XIAOHAI

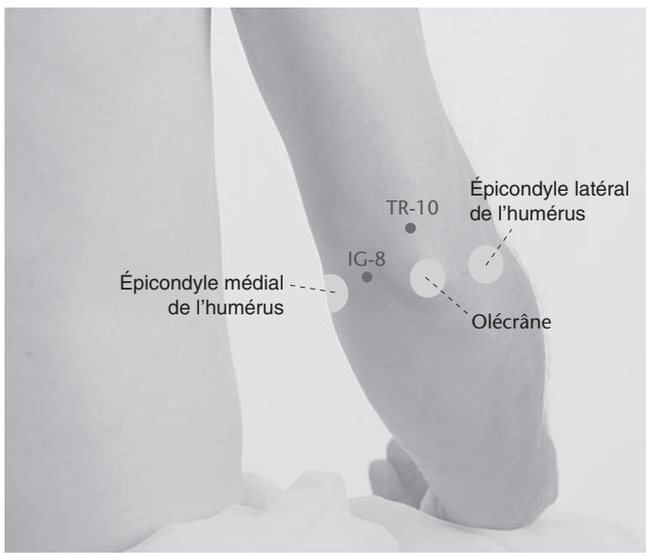
Localisation
Le coude fléchi, dans la dépression située entre le processus de l'olécrâne de l'ulna et l'épicondyle médial de l'humérus.

Comment le trouver
IG-8 se situe sur une ligne qui relie l'extrémité de l'olécrâne et l'extrémité de l'épicondyle médial, au plus profond du creux situé entre ces deux protubérances osseuses.

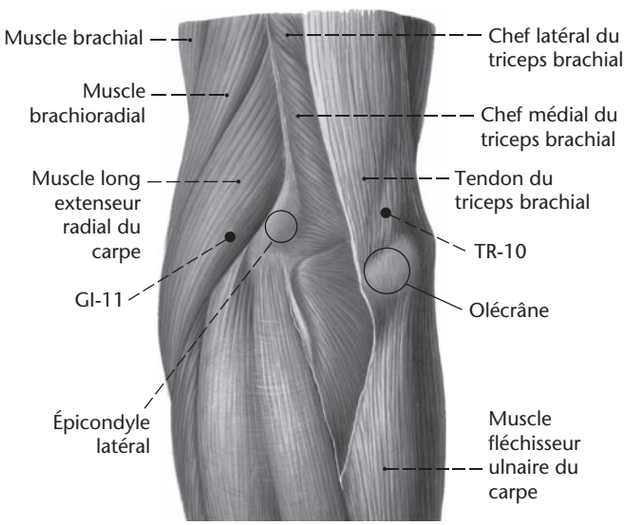
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, vers le haut ou vers le bas.

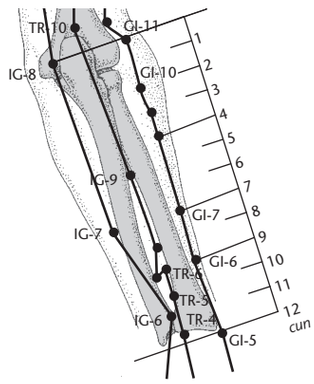
Actions/indications
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières
Point mer (*he*), point Terre, point de sédation.



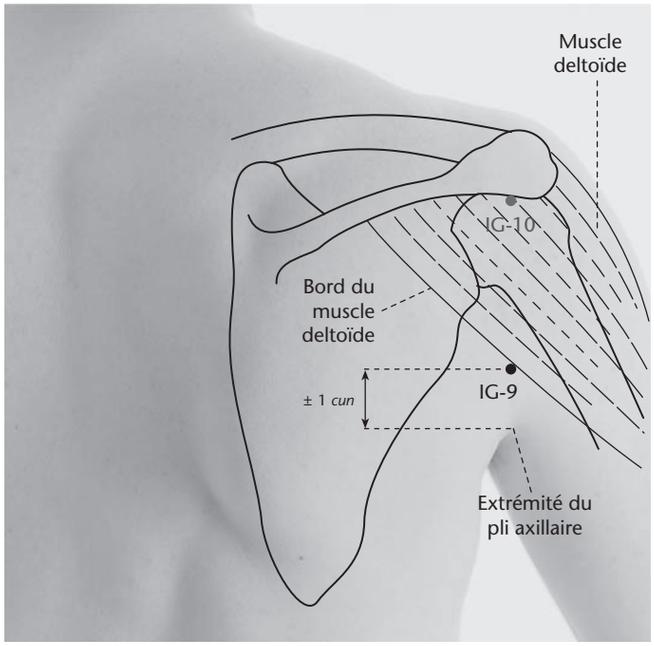






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Véritable épaule JIANZHEN IG-9



Localisation

Lorsque le bras est en abduction, 1 *cun* au-dessus du pli postérieur de l'aisselle, au bord inférieur du muscle deltoïde.

Comment le trouver

Demander au patient de s'asseoir bien droit, déplacer le doigt vers le haut à partir de l'extrémité du pli axillaire postérieur jusqu'à sentir le bord inférieur du muscle deltoïde. En cas de doute, demander au patient de contracter le muscle. **IG-9** est sur son bord inférieur.

Insertion de l'aiguille

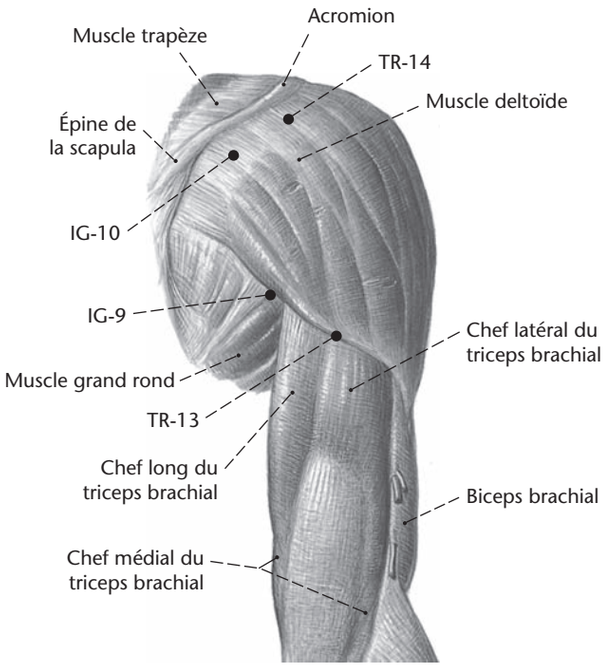
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

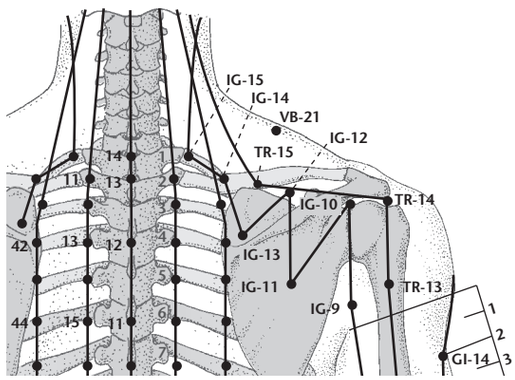
Actions/indications

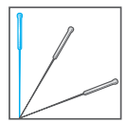
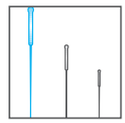
- Ouvre le méridien, expulse le vent et a des effets bénéfiques sur l'épaule.

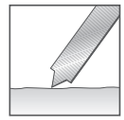
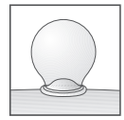
Caractéristiques particulières

IG-9 correspond à un point gâchette et il est souvent sensible à la pression.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-10 *Shu du bras* NAOSHU

Localisation

Lorsque le bras est en abduction, sur une ligne imaginaire qui monte verticalement à partir du pli axillaire postérieur, au bord inférieur de l'épine de la scapula.

Comment le trouver

Demander au patient de s'asseoir bien droit, déplacer le doigt vers le haut à partir de l'extrémité du pli axillaire postérieur, dépasser le bord inférieur du muscle deltoïde (→ **IG-9**) et continuer jusqu'à trouver la résistance osseuse de l'épine scapulaire et de l'acromion qui, à cet endroit, forme une courbe s'ouvrant vers le bas. **IG-10** se trouve en dessous de ce bord osseux.

Insertion de l'aiguille

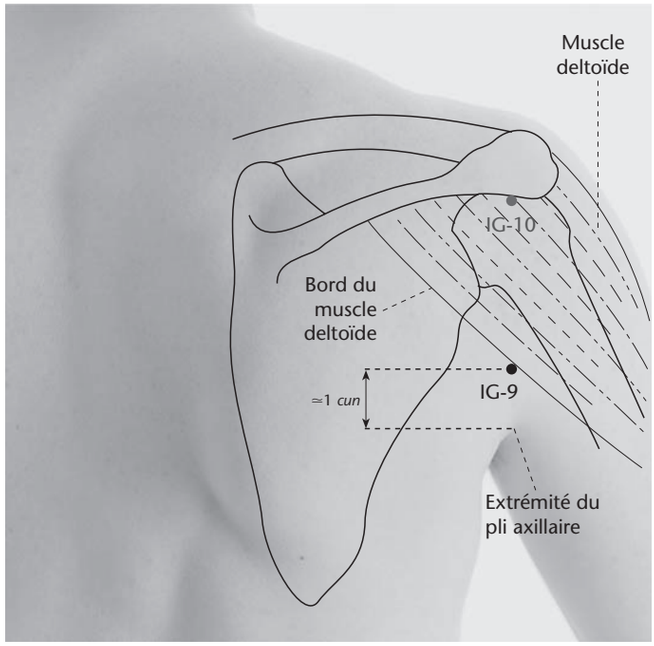
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

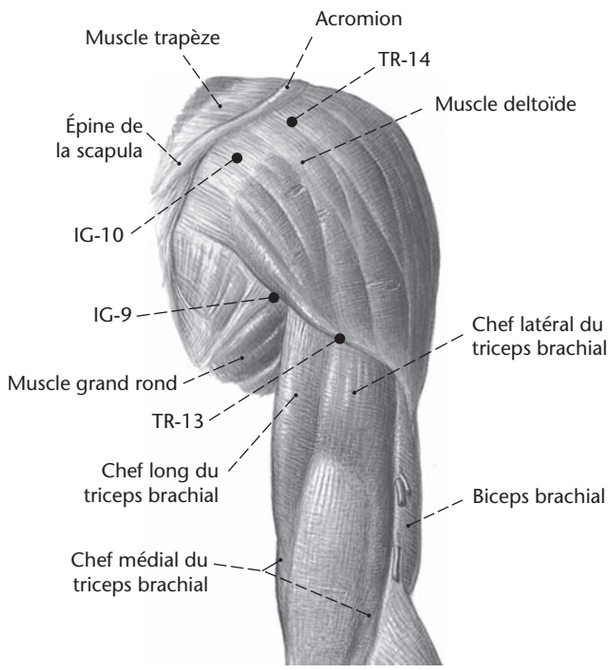
Actions/indications

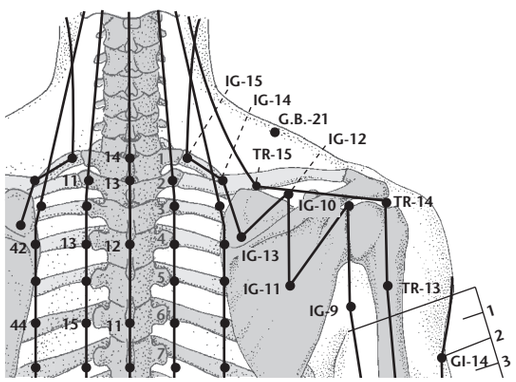
- Ouvre le méridien et décontracte le muscle.

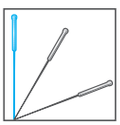
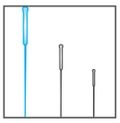
Caractéristiques particulières

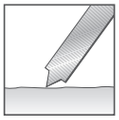
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie, le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). **IG-10** correspond à un point gâchette qui est souvent sensible à la pression. Il correspond aussi à l'accès postérieur de l'articulation de l'épaule.







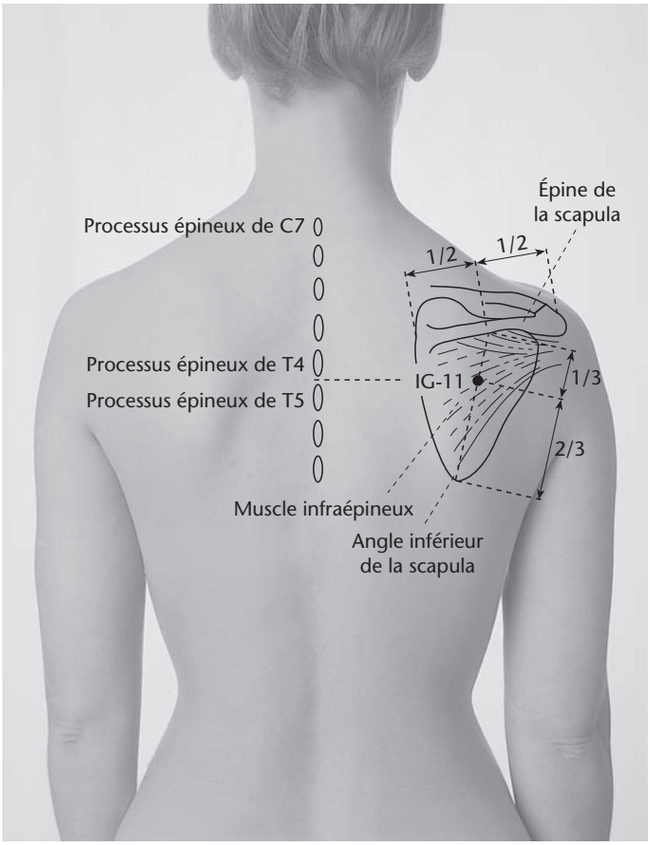





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Attribution céleste TIANZONG IG-11



Localisation

Sur la scapula, dans une dépression du muscle infraépineux, au tiers de la ligne reliant le milieu du bord inférieur de l'épine de la scapula et l'angle inférieur de la scapula.

Comment le trouver

Position du patient : couché sur le ventre ou mieux, assis, les épaules relâchées. Tracer une ligne imaginaire partant du milieu de l'épine de la scapula (→ 3.3.1) pour aller à l'angle inférieur de la scapula. **IG-11** se trouve à l'intersection du tiers supérieur et du tiers moyen de cette ligne, dans une dépression du muscle infraépineux. Il est souvent sensible à la pression. Lorsque le patient est assis ou debout avec les bras qui pendent le long du corps, ce point est généralement au même niveau que le processus épineux de la 4ème vertèbre thoracique ou que le corps de la 5ème vertèbre thoracique.

→ **IG-12** se trouve directement au-dessus de **IG-11**, au centre de la fosse sus-épineuse.

Insertion de l'aiguille

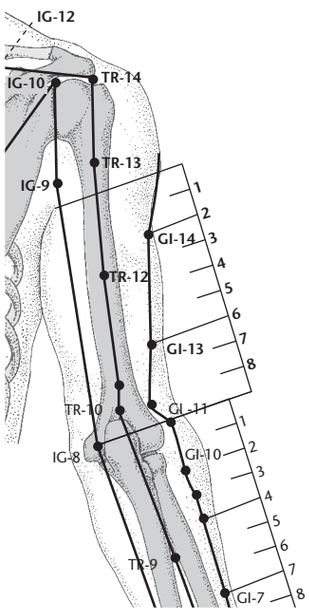
Insertion perpendiculaire ou oblique dans le muscle, de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

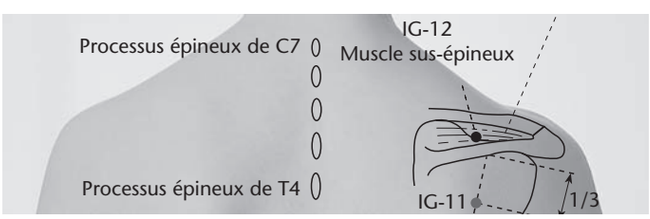
Actions/indications

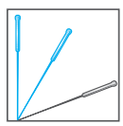
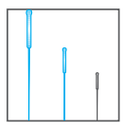
- Ouvre le méridien, soulage la douleur, fait circuler le Qi localement, libère la poitrine et la zone latérale des côtes.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

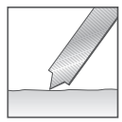
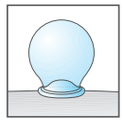
Caractéristiques particulières

IG-11 est souvent un point gâchette du muscle infraépineux.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-12 *Gardien du vent* BINGFENG

Localisation

IG-12 se trouve directement au-dessus de ➞ **IG-11**, au centre de la fosse sus-épineuse.

Comment le trouver

Position du patient : couché sur le ventre ou mieux, assis, les épaules relâchées. Commencer par localiser ➞ **IG-11** (au tiers de la ligne reliant le milieu du bord inférieur de l'épine de la scapula et l'angle inférieur de la scapula). **IG-12** se trouve directement au-dessus de ➞ **IG-11**, au centre de la fosse sus-épineuse.

Insertion de l'aiguille

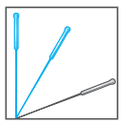
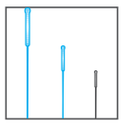
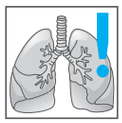
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de l'épaule, dans le muscle sus-épineux. Attention : risque de pneumothorax.

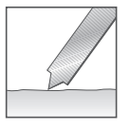
Actions/indications

- Chasse le Vent, a des effets bénéfiques sur l'épaule et la scapula, ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

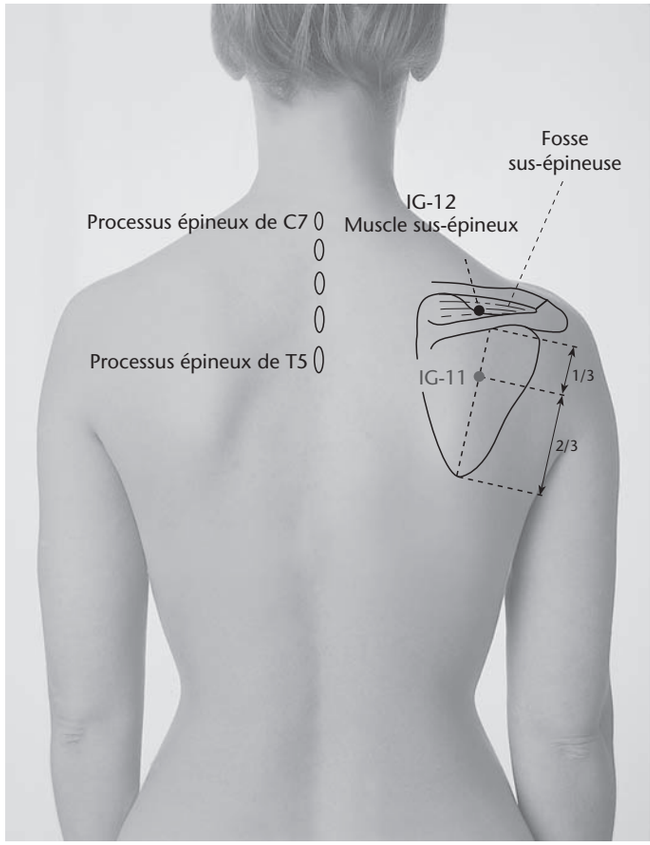
Caractéristiques particulières

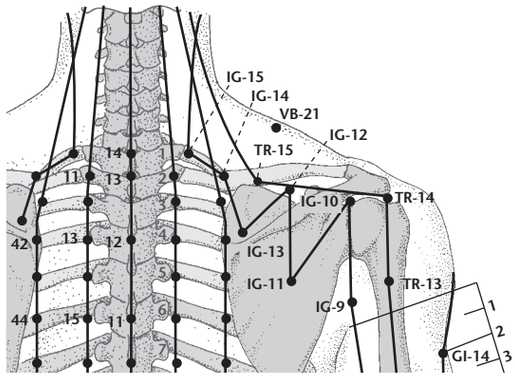
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Gros Intestin, du Triple Réchauffeur, de la Vésicule Biliaire. **IG-12** est souvent un point gâchette du muscle sus-épineux.

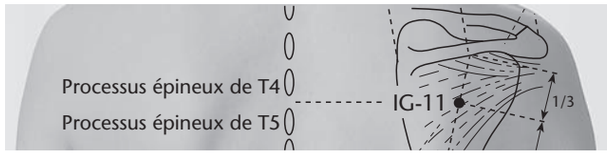








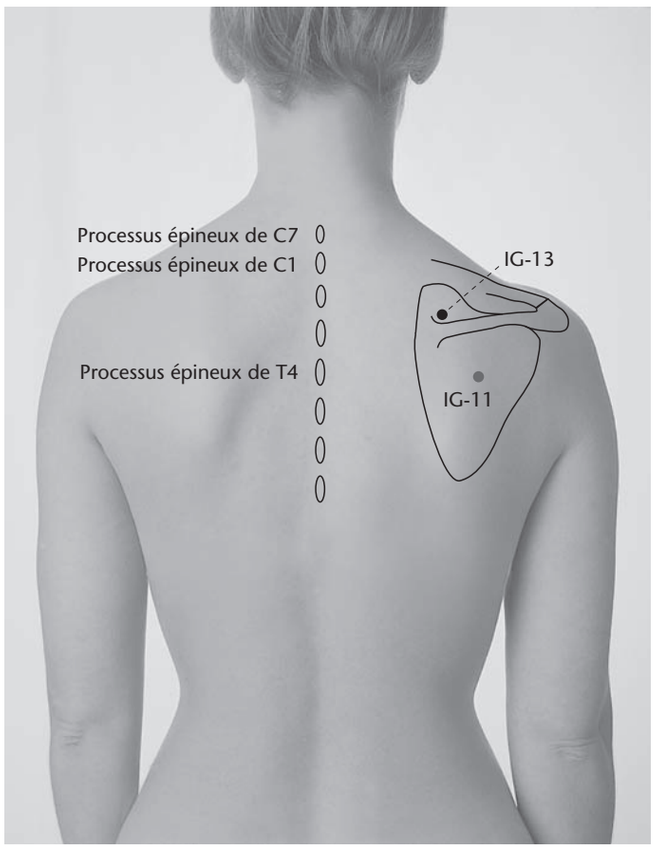






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Mur tordu QUYUAN IG-13



Localisation

À l'extrémité médiale de la fosse sus-épineuse.

Comment le trouver

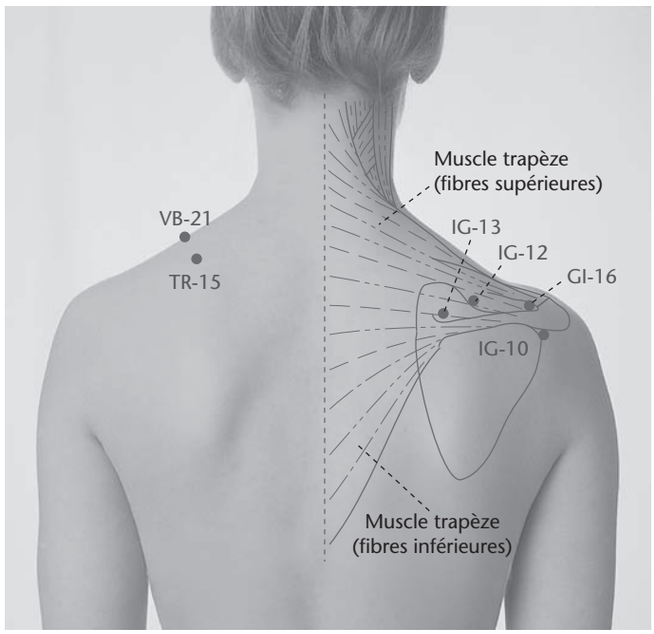
Au niveau de l'extrémité médiale, l'épine de la scapula se déploie comme un éventail en une forme deltoïde, dessinant une courbe vers le haut. Lorsqu'on palpe cet endroit, on a l'impression de sentir un « mur tordu », d'où le nom de ce point. **IG-13** se trouve sur la scapula, dans la courbe légèrement concave qui est à l'extrémité médiale du muscle sus-épineux.

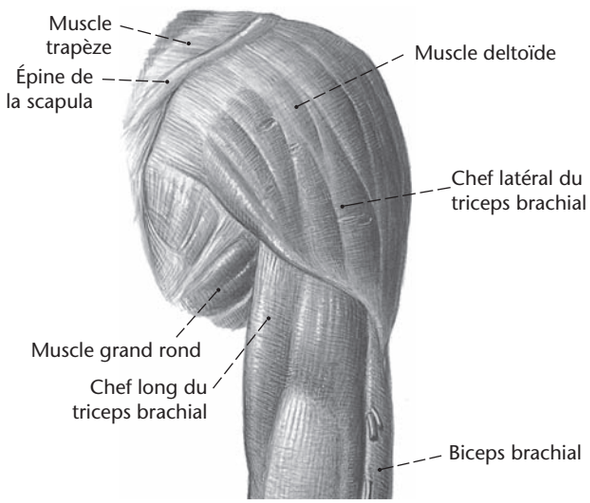
Insertion de l'aiguille

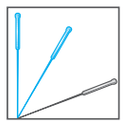
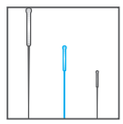
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction latérale. Si ce point est localisé correctement, il n'y a pas de risque de perforation de la plèvre.

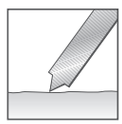
Actions/indications

- Ouvre le méridien.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-14 *Shu de la face externe de l'épaule* JIANWAISHU

Localisation

3 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de la 1ère vertèbre thoracique, au niveau de l'insertion du muscle élévateur de la scapula.

Comment le trouver

Le muscle élévateur de la scapula prend naissance sur la face supérieure du bord médial de l'angle supérieur de la scapula. Cette zone est souvent dure et donc bien dessinée, et elle est sensible à la pression (point gâchette). **IG-14** se trouve juste au-dessus de l'insertion effective du muscle, et contrairement à → **IG-13**, il ne se situe pas sur la scapula.

À peu près au même niveau, on trouve → **DM-13** (en dessous du processus épineux de la 1ère vertèbre thoracique) et → **V-11** (1,5 *cun* en direction distale par rapport à la ligne médiane postérieure).

Insertion de l'aiguille

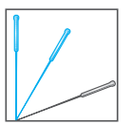
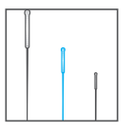
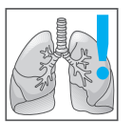
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction médiale. Attention : risque de pneumothorax.

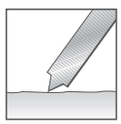
Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Expulse le Vent-Froid.

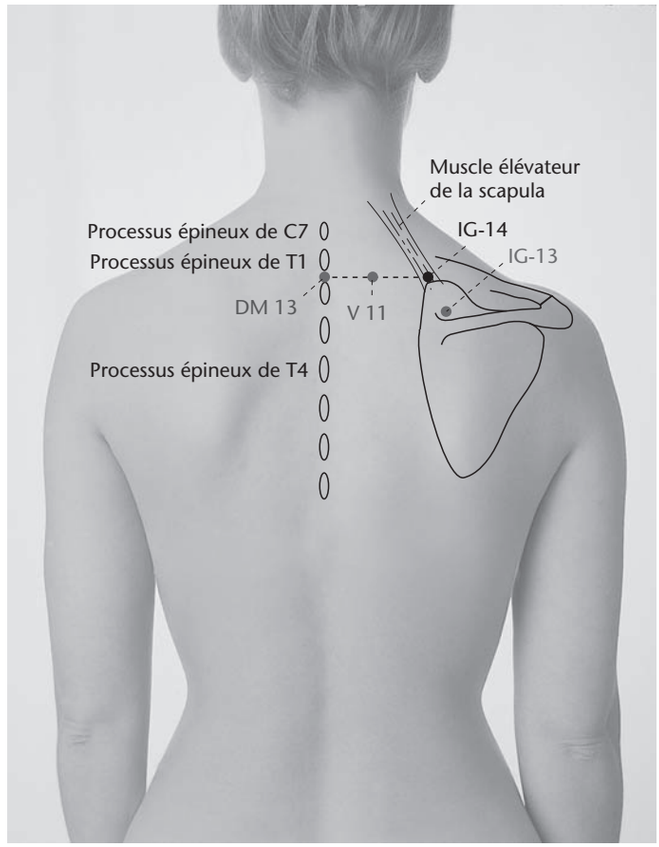
Caractéristiques particulières

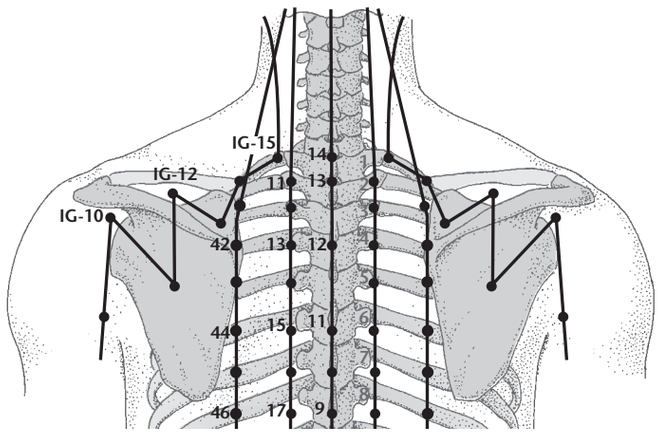
Point gâchette du muscle élévateur de la scapula.

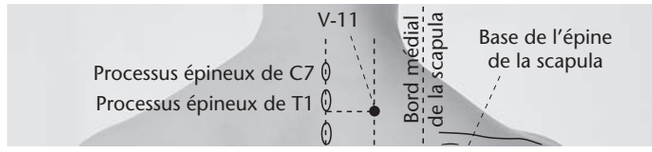






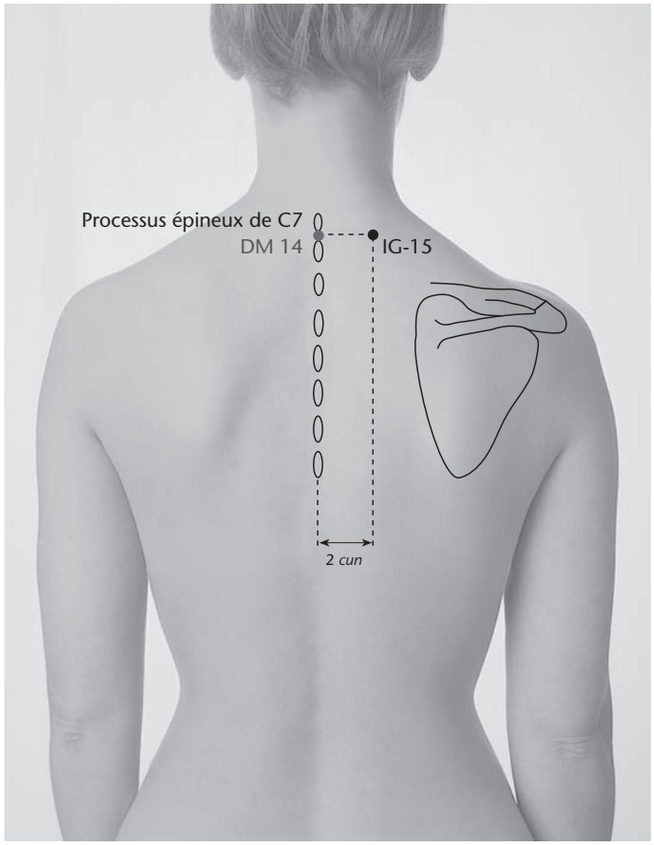






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu du centre de l'épaule JIANZHONGZHU IG-15



Localisation

2 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale.

Comment le trouver

Pour localiser la 7ème vertèbre cervicale, voir ➞ 3.4.
Au même niveau, on trouve ➞ **DM-14**, en dessous du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale. **IG-15** est situé 2 *cun* en direction latérale.

Insertion de l'aiguille

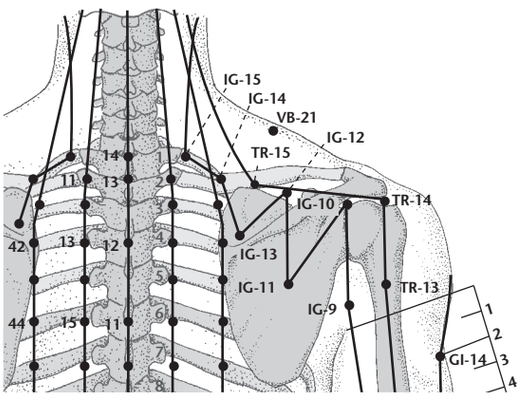
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction médiale. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

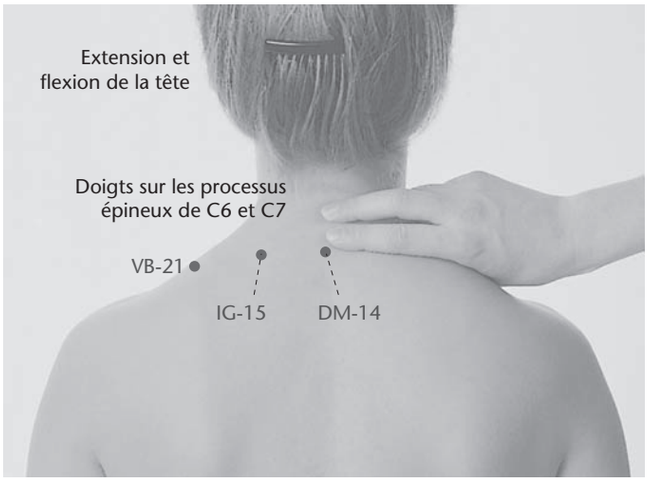
- Ouvre le méridien.

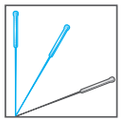
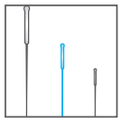
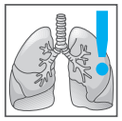
Caractéristiques particulières

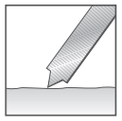
Point gâchette du muscle élévateur de la scapula, point efficace pour traiter les troubles de la région cervico-dorsale.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-16 *Fenêtre céleste* TIANCHUANG

Localisation

Environ 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au même niveau que la proéminence laryngée, sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Comment le trouver

À partir de la proéminence laryngée, tracer une ligne rejoignant le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien. **IG-16** est situé directement au bord postérieur de ce dernier. Ce muscle est plus facilement visible lorsqu'on demande au patient de tourner la tête en direction opposée.

Au même niveau, on trouve → **E-9** (au bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien) et → **GI-18** (entre les deux chefs du muscle sterno-cléido-mastoïdien).

Insertion de l'aiguille

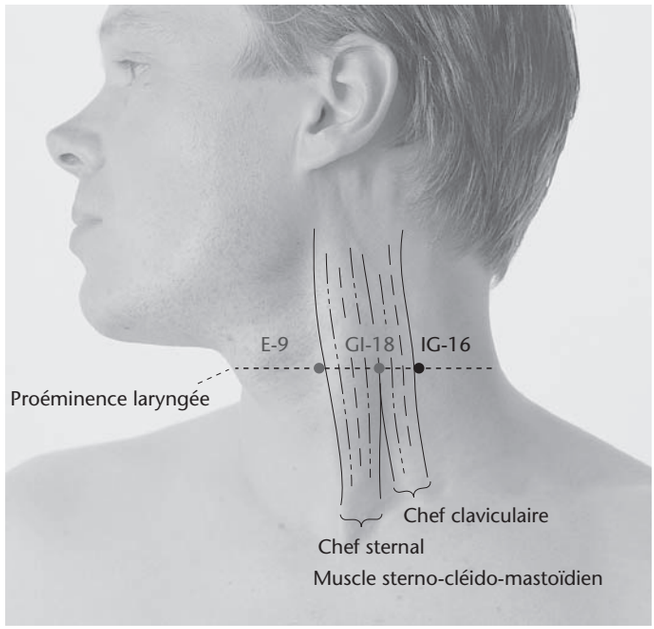
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Si besoin est, demander au patient de remettre la tête droite avant d'insérer l'aiguille.

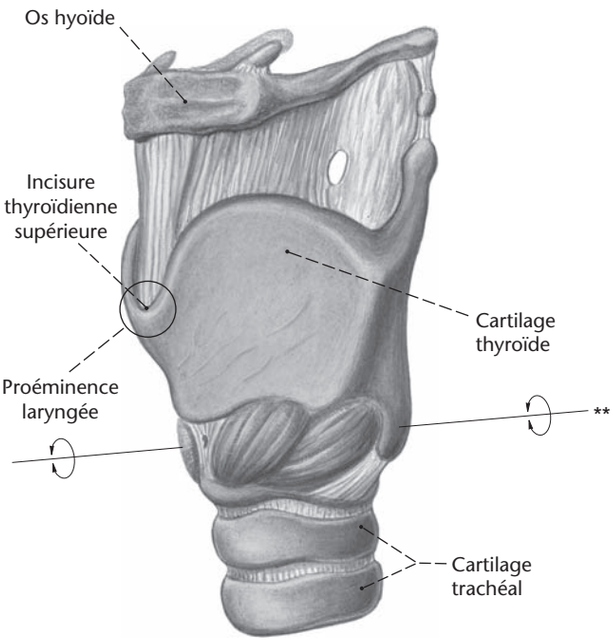
Actions/indications

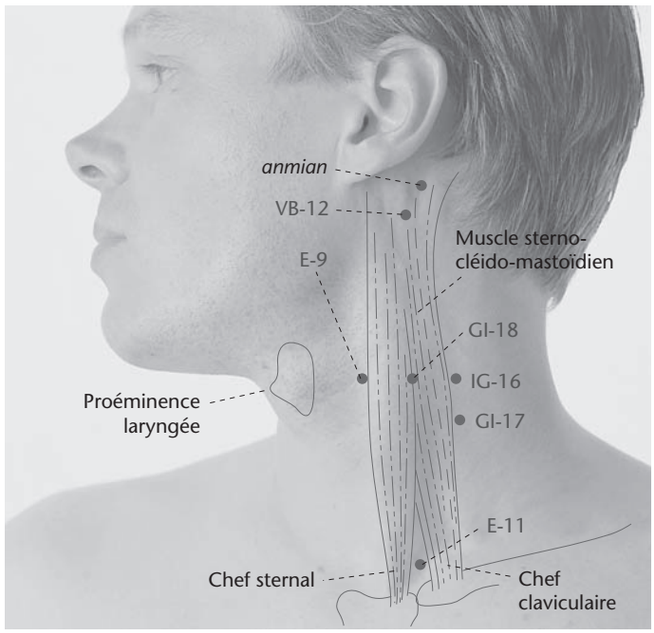
- Expulse le Vent et la Chaleur, a des effets bénéfiques sur la gorge, les oreilles et la voix.
- Ouvre le méridien.

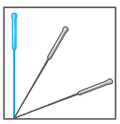
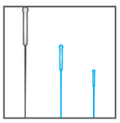
Caractéristiques particulières

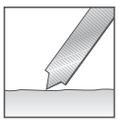
Point Fenêtre du Ciel.







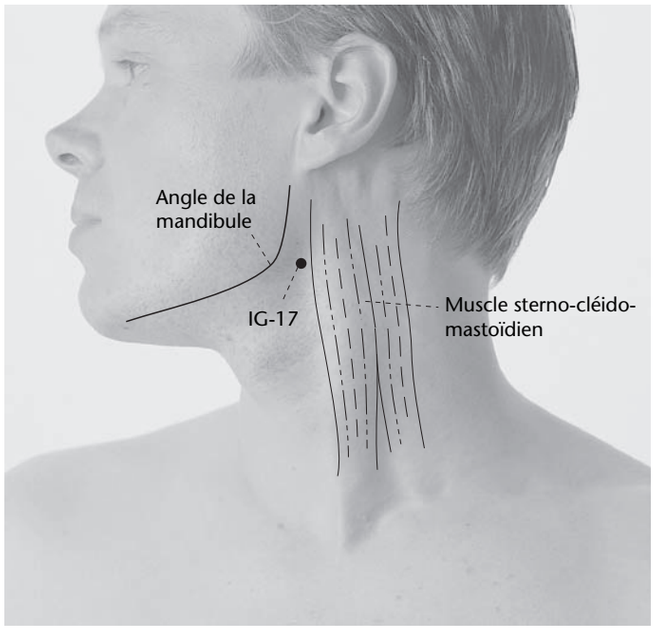





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Apparition céleste TIANRONG IG-17



Localisation

En arrière de l'angle de la mandibule, sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Comment le trouver

Lorsque le patient tourne la tête en direction opposée, le bord du muscle sterno-cléido-mastoïdien devient plus visible. **IG-17** se trouve à mi-chemin entre l'angle de la mandibule et le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Insertion de l'aiguille

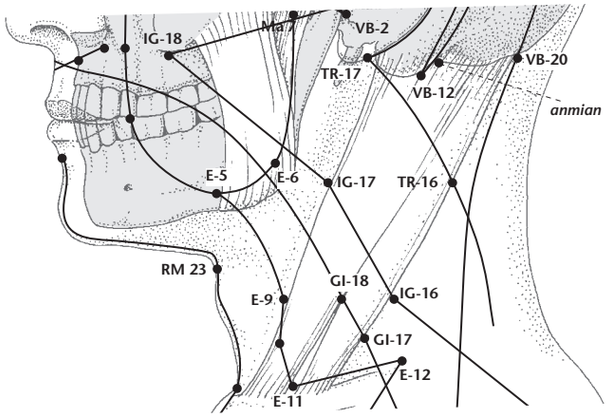
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence de l'artère carotide interne, de même que des veines jugulaires interne et externe.

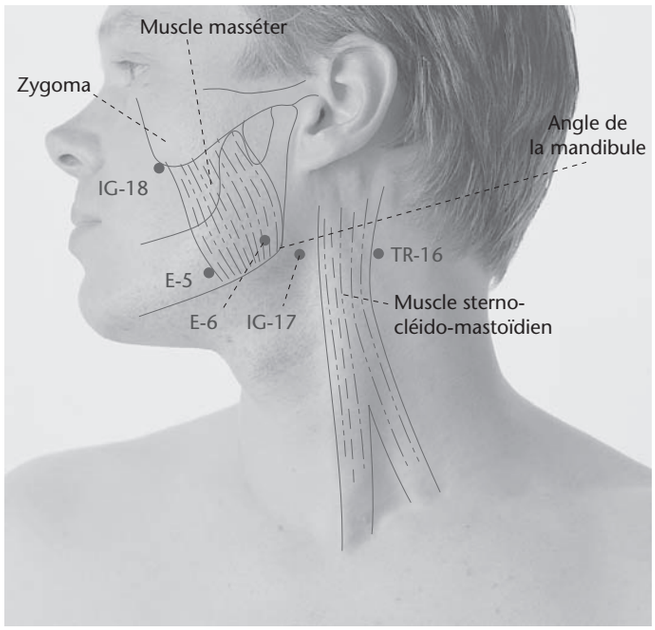
Actions/indications

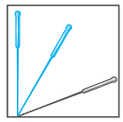
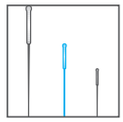
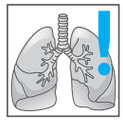
- Expulse le Vent, ouvre le méridien, disperse les accumulations, a des effets bénéfiques sur les oreilles et la gorge.

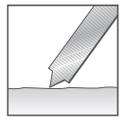
Caractéristiques particulières

Point Fenêtre du Ciel.







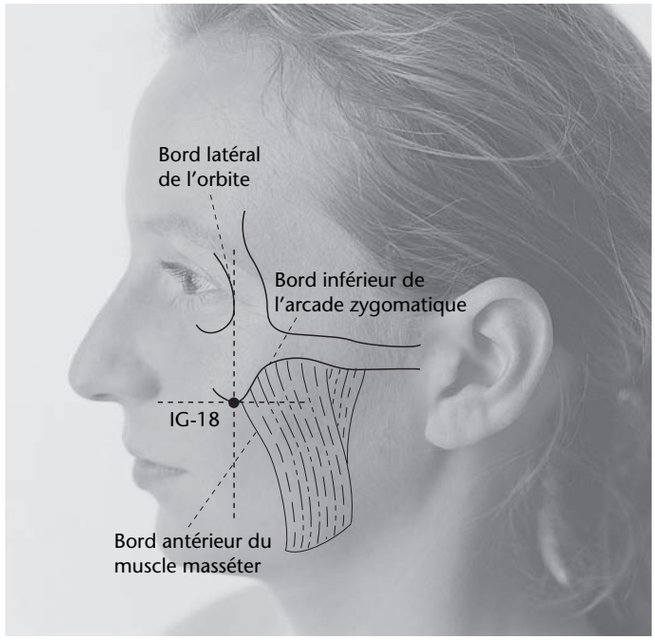


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

IG-18 *Crevasse de l'os de la pommette* QUANLIAO

Localisation

À l'intersection d'une ligne verticale qui traverse le canthus externe de l'œil et du bord inférieur de l'os zygomatique, au bord antérieur du muscle masséter.



Comment le trouver

Tracer une ligne imaginaire qui va du canthus externe de l'œil au bord inférieur de l'os zygomatique. **IG-18** se trouve dans une dépression sur le bord antérieur du muscle masséter, à peu près au niveau du bord latéral de l'aile du nez (→ **IG-20**). La mastication rend plus palpable le bord antérieur du muscle masséter.

Insertion de l'aiguille

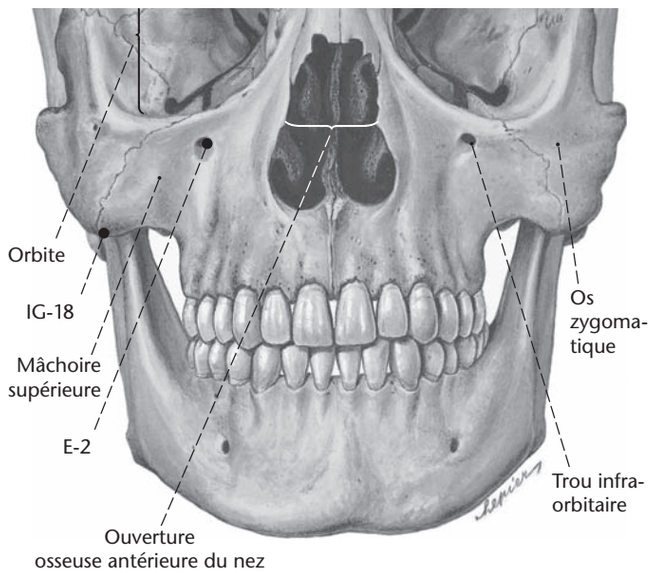
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) de 1 à 1,5 *cun* en direction de → **E-4**, → **E-7** et → **GI-20**. Selon certains textes, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

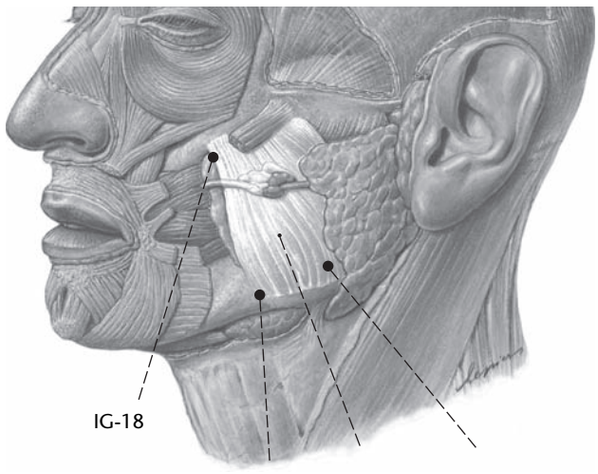
Actions/indications

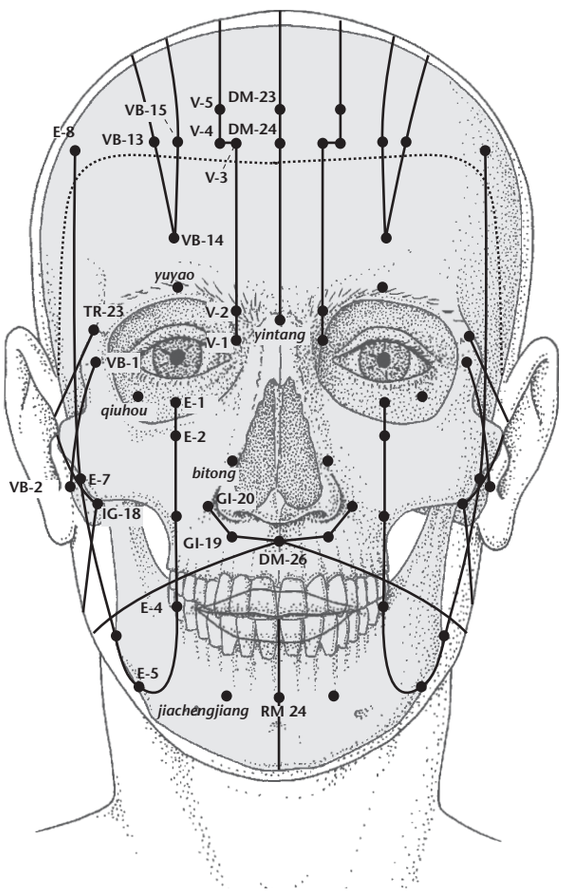
- Chasse le Vent, soulage la douleur, élimine la Chaleur, réduit les gonflements.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Triple Réchauffeur. Point local important pour les troubles de la face (provoqués par le Vent interne ou externe).

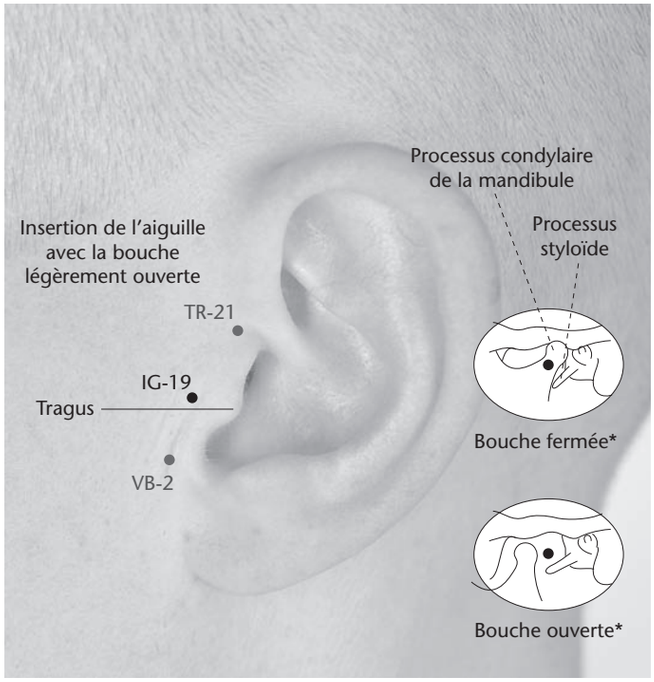






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Palais de l'ouïe TINGGONG IG-19



Localisation

En avant de l'oreille et, lorsque la bouche est ouverte, dans la dépression située entre le tragus et le processus condylaire de la mandibule.

Comment le trouver

Localiser et piquer ce point la bouche ouverte, ce qui permet au processus condylaire de la mandibule de glisser vers l'avant et de rendre visible la dépression. Localiser la gouttière verticale à la jonction de l'oreille et de la joue (qui n'est pas toujours très prononcée). Puis localiser **IG-19** au niveau du tragus, sur la gouttière. Si celle-ci n'est pas clairement visible (elle est de plus en plus prononcée avec l'âge), on peut utiliser un détecteur de points pour trouver ce point (le patient doit avoir la bouche ouverte pour que la dépression se voit mieux).

IG-19 est le point central d'un alignement de trois points situés en avant de l'oreille (→ **TR-21** est situé en direction proximale et → **VB-2** est distal par rapport à **IG-19**).

Insertion de l'aiguille

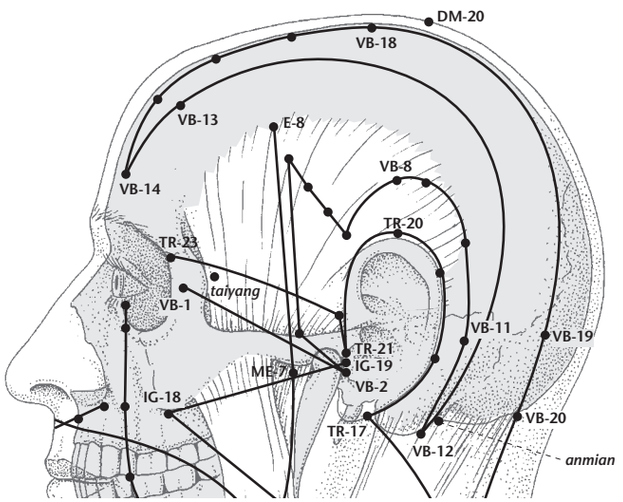
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique vers le bas, de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Il faut piquer ce point la bouche ouverte (pour éviter de piquer dans l'articulation). Attention : ce point se situe près de l'artère temporale superficielle et du nerf auriculo-temporal (tout comme → **TR-21** et → **VB-2**).

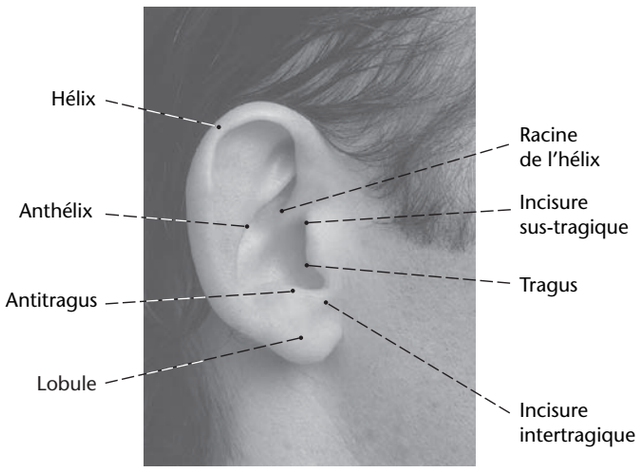
Actions/indications

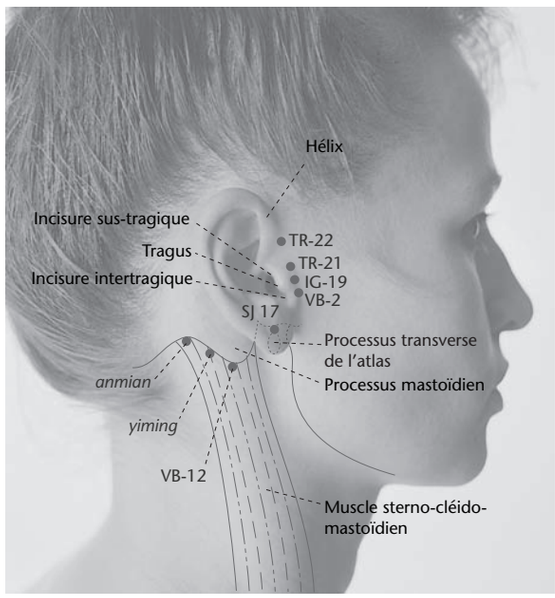
- A des effets bénéfiques sur les oreilles.
- Calme l'Esprit (*shen*).

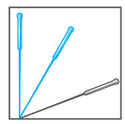
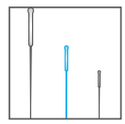
Caractéristiques particulières

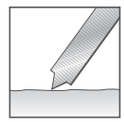
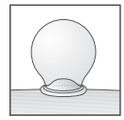
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire, point de sortie. Point important en cas de troubles de l'oreille. En cas de dysfonctionnement de l'articulation temporo-mandibulaire, lui préférer → **VB-2** comme point local.







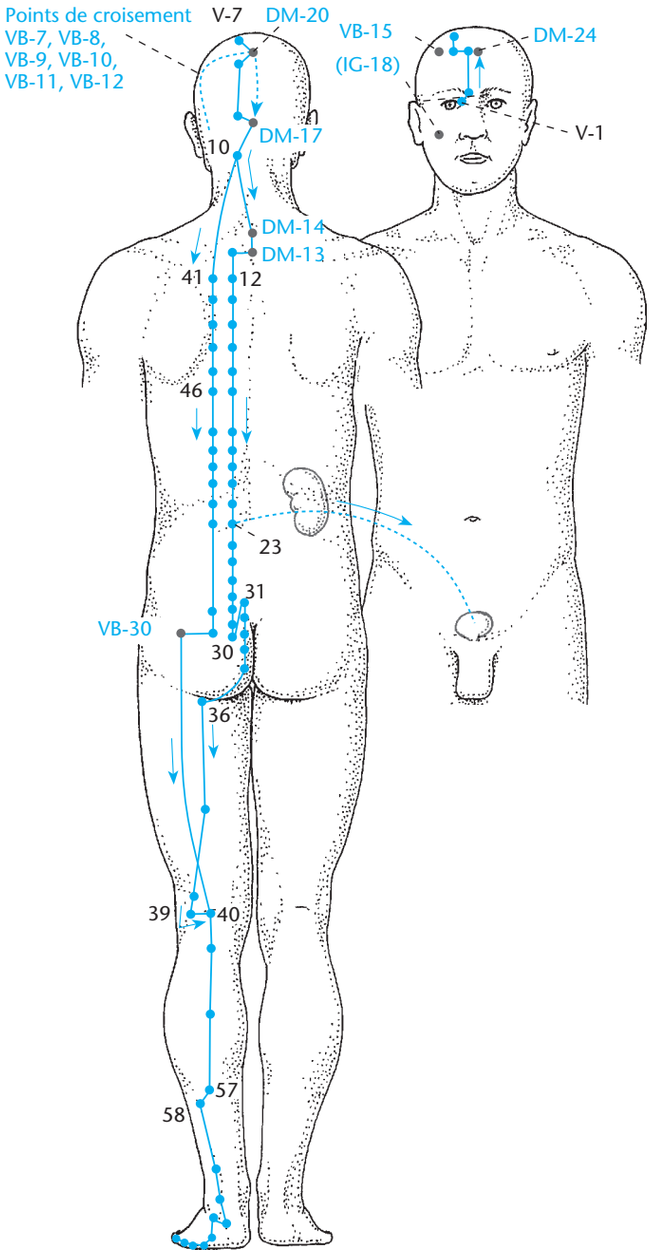




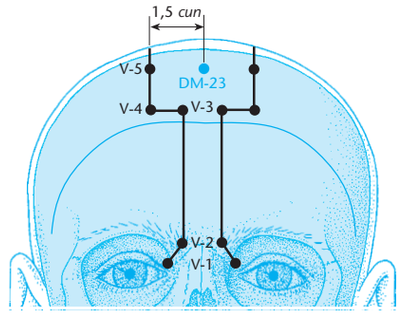

* Selon Deadman et al 1998.

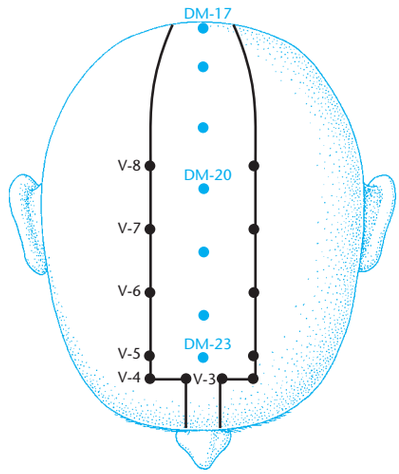
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.7 Méridiens de la Vessie – méridiens *tai yang* du pied (*zu tai yang jing luo*)

4.7.1 Méridien principal de la Vessie (*zu tai yang jing*)







Trajet

Le trajet **externe** du méridien principal de la Vessie part du canthus interne de l'œil, au point ➞ **V-1** (*jingming*). Ce point est atteint par une branche qui se sépare du méridien principal de l'Intestin Grêle au point ➞ **IG-18** (*quanliao*) (connexion Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit, axes Yang : *tai yang*).

Le trajet **externe** monte au front où il croise ➞ **DM-24** (*shenting*) et ➞ **VB-15** (*toulinqi*), et continue jusqu'au vertex où il se relie à ➞ **DM-20** (*baihui*).

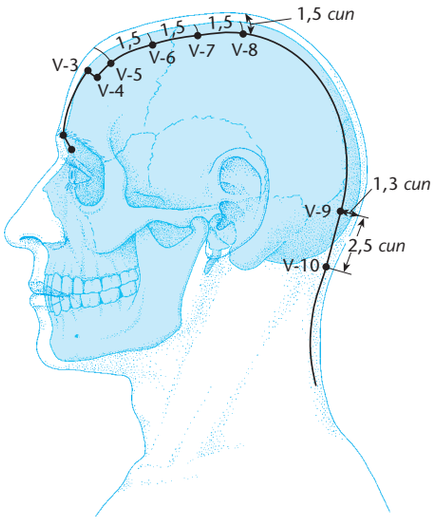
Au point ➞ **DM-20**, **deux branches** se séparent du méridien principal :

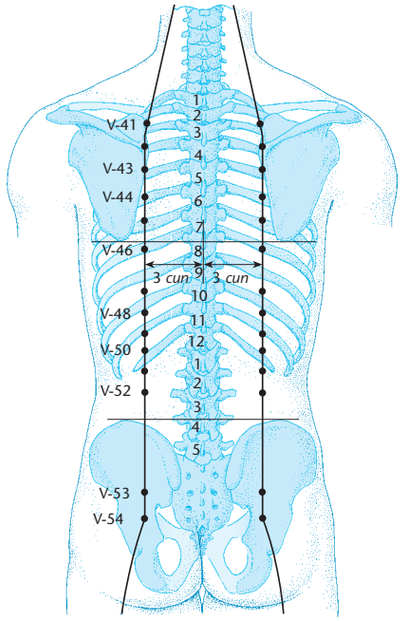
- **une branche** monte à la région temporale et croise le méridien principal de la Vésicule Biliaire aux points ➞ **VB-8** (*shuaigu*), ➞ **VB-7** (*qubin*), ➞ **VB-9** (*tianchong*), ➞ **VB-10** (*fubai*), ➞ **VB-11** (*touqiaoyin*) et ➞ **VB-12** (*wangu*) ;
- **l'autre branche** pénètre plus en profondeur et émerge à nouveau au point ➞ **DM-17** (*naohu*) ou, selon certains auteurs, au point **V-8** (*luoque*).

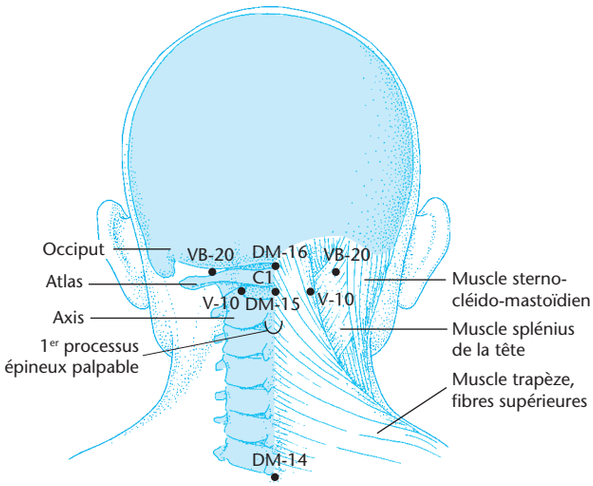
À partir de ➞ **DM-20** (*baihui*), le **trajet externe** va à ➞ **V-8** (*luoque*) et ➞ **V-9** (*yuzhen*), passe par ➞ **DM-17** (*naohu*) et continue jusqu'à ➞ **V-10** (*tianzhu*), dans la région occipitale. Là, le **trajet externe** du méridien se sépare en **deux branches** :

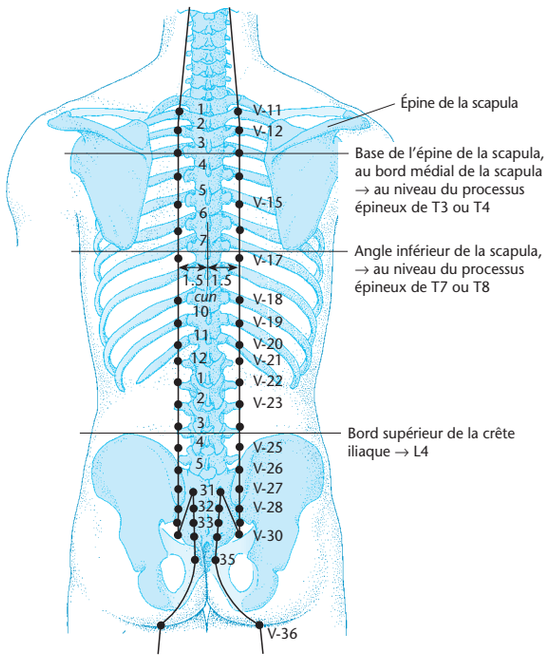
- la branche **médiale** va à ➞ **DM-14** (*dazhui*), en dessous du processus épineux de C7, où elle rencontre les méridiens principaux Yang, puis elle continue jusqu'à ➞ **DM-13** (*taodao*).

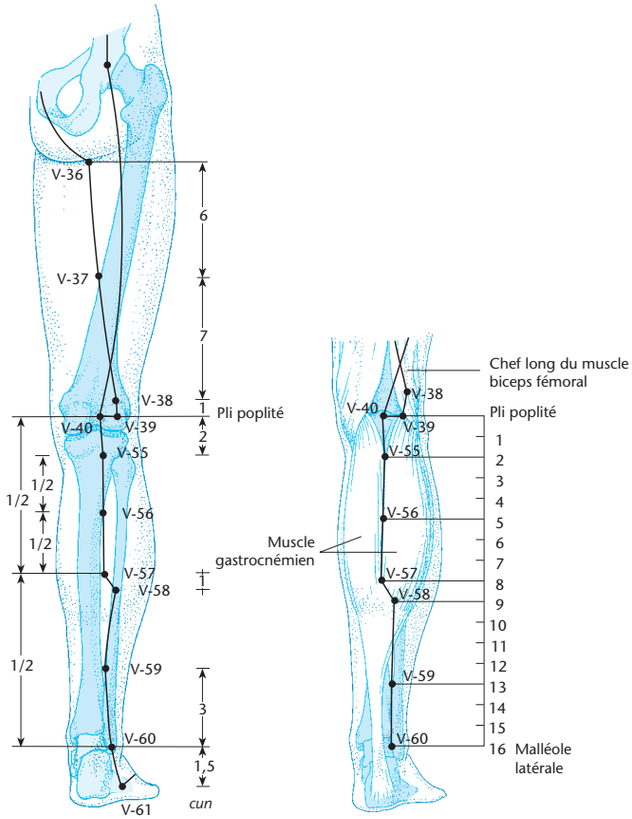
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

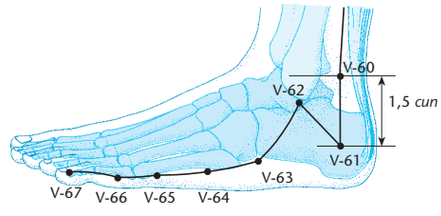












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

De T1, elle descend parallèlement à la ligne médiane antérieure, 1,5 *cun* en dehors de celle-ci.

Au niveau de L2, elle **pénètre** dans l'abdomen et atteint l'Organe (*zang*) avec lequel le méridien principal est couplé, le Rein (*shen*), et l'Entraille (*fu*) à laquelle celui-ci se rattache, la Vessie (*pangguang*). La branche **externe** traverse la région de la fesse et la cuisse pour arriver au creux poplité (**V-40**), où elle rejoint la branche latérale externe.

➡ La branche **latérale** part de → **V-10** (*tianzhu*) et va à → **V-41** (*fufen*) ; au niveau de T2, elle descend le long du dos, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure jusqu'au niveau du 4ème foramen sacral. À partir de là, elle traverse la région de la fesse jusqu'à → **VB-30** (*huantiao*) et continue le long de la face postéro-latérale de la cuisse pour rencontrer la branche médiale externe au creux poplité.

Du creux poplité (**V-40**), le méridien descend le long de la face postéro-latérale de la jambe et va jusqu'au pied,

➡ passe par la malléole latérale,

➡ et va du bord latéral du pied au coin latéral du petit orteil, au point → **V-67** (*zhiyin*). De là, une branche va jusqu'à → **Rn-1** (*yongquan*), situé sur le méridien du Rein, méridien avec lequel il est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur (couple Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : fièvre et frissons, céphalées, raideur occipitale, douleur de la région lombale, obstruction des voies nasales, douleur de l'œil avec larmoiement, douleur le long de la face postérieure de la hanche, du genou ou de la jambe, douleur du pied.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur et tension dans le bas abdomen, rétention d'urines, énurésie, troubles psychiques et émotionnels, opisthotonos.

Connexions du méridien principal de la Vessie (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Rein (*zu shao yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit.

Lieux de connexion : V-67 → Rn-1 (sur le pied).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal de l'Intestin Grêle (*shou tai yang jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) : *tai yang* (axes Yang du deuxième grand circuit).

Lieux de connexion : IG-18 → V-1 (sur la tête).

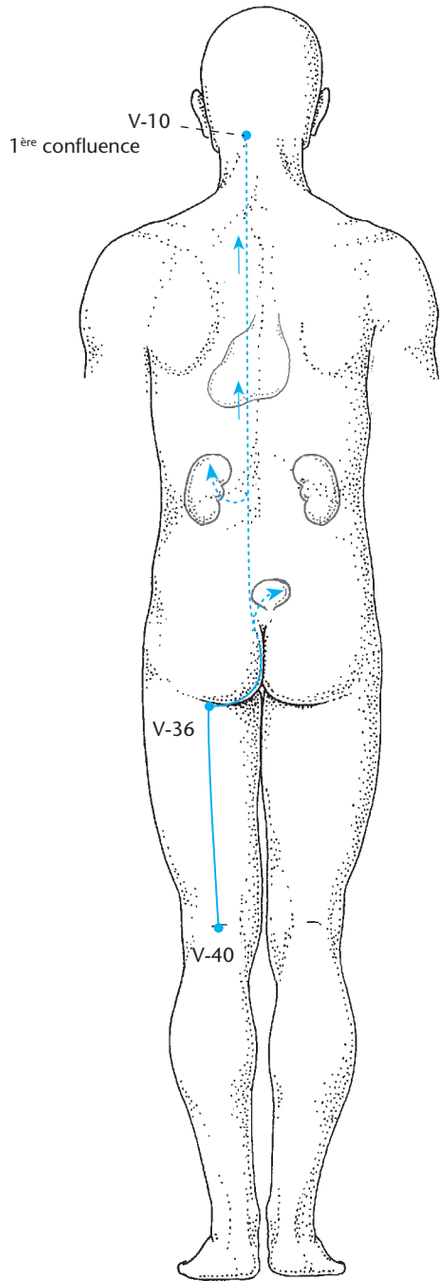
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le systéme des Viscères (*zangfu*)

Rein (*shen*), Vessie (*pangguang*).

4.7.2 Méridien divergent de la Vessie (*zu tai yang jing bie*)



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

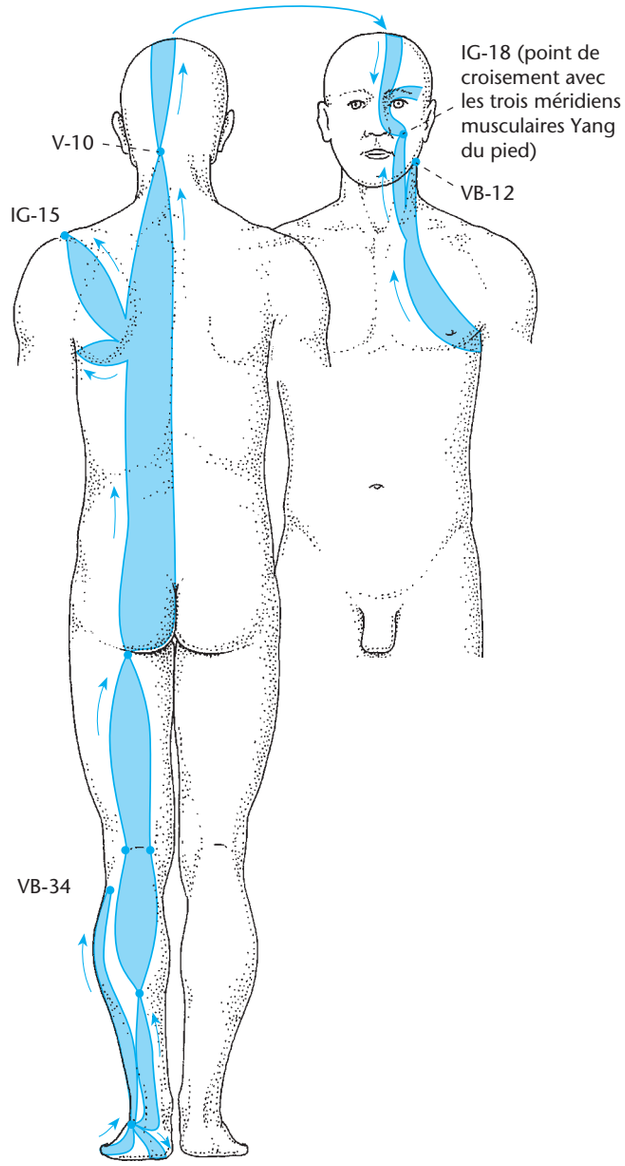
Le méridien divergent de la Vessie se sépare du méridien principal de la Vessie au creux poplité, au point **V-40** (*weizhong*).

- ➡ Il monte au centre du pli glutéal, au point **V-36** (*chengfu*),
- ➡ il continue à monter, pénètre dans l'anus et va à la Vessie (*pangguang*), l'Entraille (*fu*) à laquelle il se rattache, et au Rein (*shen*), l'Organe (*zang*) avec lequel il est couplé,
- ➡ il monte le long de la colonne vertébrale et se déploie dans le Cœur (*xin*).
- ➡ De là, il monte à l'occiput où il se relie au méridien divergent du Rein au point **V-10** (*tianzhu*) ainsi qu'au méridien principal de la Vessie pour former la 1ère confluence (*he*) (ici : Rn/V en tant que 1ère confluence → 1.3).

Importance clinique

- Renforce la relation entre la Vessie et le Rein (Viscères-(*zangfu*)). Les points du méridien principal de la Vessie peuvent donc servir à traiter les troubles du Rein et, inversement, les points du méridien principal du Rein peuvent servir à traiter les troubles de la Vessie.
- Renforce la connexion entre le méridien principal de la Vessie et le Cœur.
- Renforce la connexion entre le méridien principal de la Vessie et l'anus.
- Crée une connexion entre la région poplitée (**V-40**) et la région du sacrum (**V-32**, **V-31**), et la région occipitale (**V-10**).

4.7.3 Le méridien musculaire de la Vessie (*zu tai yang jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire de la Vessie part de la face latérale du petit orteil et parcourt le bord latéral du pied jusqu'à la malléole latérale, où il se fixe (*bie*).

À la malléole latérale, **trois branches** partent du méridien musculaire :

- ➡ **une branche** va au calcanéus, où elle se fixe (*bie*) avant de se déployer au talon,
- ➡ **une autre branche** monte sur la face latérale de la jambe et se fixe (*bie*) à la tête de la fibula, où elle croise aussi les méridiens musculaires de la Vésicule Biliaire et de l'Estomac au point → **VB-34** (*yanglingquan*).
- ➡ **La branche principale** va au tendon d'Achille, se fixe (*bie*) dans la zone des deux chefs du muscle gastrocnémien, monte

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

sur la face postérieure de la jambe le long des muscles gastrocnémien et soléaire et se fixe (*bie*) sur chaque côté du pli poplité, monte sous forme d'une large bande le long de la colonne vertébrale et se fixe (*bie*) au point **V-10** (*tianzhu*).

Deux branches se séparent de la branche principale dans la région thoracique, au niveau de l'aisselle :

➡ **une branche** monte à l'épaule et atteint le point **GI-15** (*jianyu*),

➡ **l'autre branche** pénètre dans l'aisselle, monte sur la poitrine et va à la fosse sus-claviculaire, où elle se divise à nouveau en deux sous-branches :

- **une sous-branche** monte au processus mastoïdien et atteint → **VB-12** (*wangu*),
- **l'autre sous-branche** parcourt la joue jusqu'au point → **IG-18** (*quanliao*), où elle croise les autres méridiens musculaires Yang du pied.

La **branche principale** se divise en **deux branches** au point V-10 (*tianzhu*) :

➡ **une branche** pénètre en profondeur jusqu'à la base de la langue,

➡ **l'autre branche** parcourt la partie latérale de la tête pour rejoindre la ligne médiane, atteint le canthus interne de l'œil et se sépare alors en deux branches :

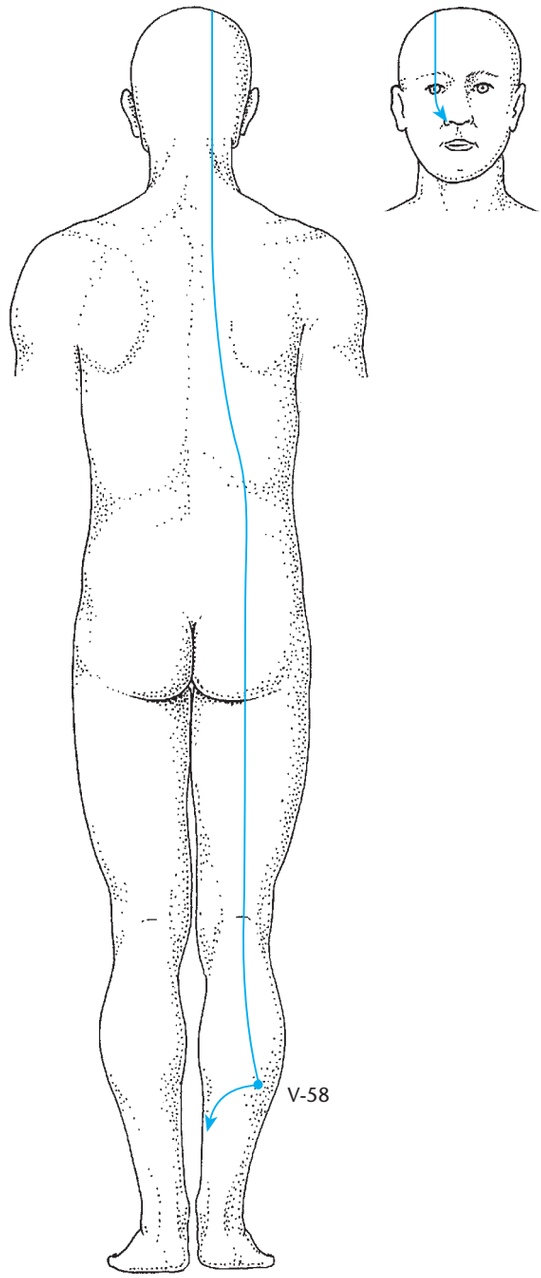
- **une branche** va se fixer (*bie*) à côté du nez et descend sur la joue,
- **l'autre branche** parcourt la paupière supérieure et se relie au méridien musculaire de l'Estomac avec lequel elle forme un réseau autour de l'œil. Elle pénètre alors plus profondément dans la région orbitaire supérieure et se termine au niveau du palais.

Importance clinique

Pathologie : crampes musculaires dans la région du petit orteil. Tension et douleur dans le talon. Raideur et restriction de mouvement des articulations. Tension et raideur dans le dos et le long de la colonne vertébrale avec difficulté pour se pencher en avant. Impossibilité de lever le bras plus haut que l'épaule. Raideur et douleur en forme de distension de la région axillaire. Douleur et tension musculaire dans la fosse sus-claviculaire. Restriction de mouvement de la colonne cervicale.

Indications : essentiellement les Syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *Bi*) situés le long du méridien de la Vessie. La zone couverte par le méridien musculaire de la Vessie est plus vaste que celle couverte par le méridien principal de la Vessie, ce qui explique que les indications de points du méridien principal de la Vessie comprennent des troubles de la scapula et de la région de l'épaule, de même que les troubles de la paupière inférieure et de la région du nez.

4.7.4 Méridien *luo* de communication de la Vessie (*zu tai yang luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication de la Vessie se sépare du méridien principal de la Vessie au point **V-58** (*feiyang*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Rein avec lequel le méridien principal de la Vessie est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

écoles (par exemple, Van Nghi, → annexe) ; celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** de l'Intestin Grêle qui va vers le point Source (*yuan*) → **Rn-3** (*taixi*).

- Solinas et al. (1998, variante → fig.) décrivent une partie **longitudinale** qui suit le méridien principal de la Vessie, atteint la tête et pénètre dans le nez. Bien que cette partie ne soit pas mentionnée dans les textes classiques, selon ces auteurs, elle découle logiquement de la description même que les textes classiques font des pathologies des méridiens *luo* de communication.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

- **Plénitude (*shi*) :** obstruction des voies nasales, écoulement nasal clair et aqueux, céphalées, douleur du dos.
- **Vide (*xu*) :** épistaxis, écoulement nasal chronique clair, sinusite.

4.7.5 Région cutanée (*tai yang pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.7.6 Points du méridien de la Vessie (*aperçu*)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : V-64** (*jinggu*).
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : V-58** (*feiyang*).
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : V-63** (*jinmen*).
- **Point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : V-59** (*fuyang*).
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-28** (*pangguangshu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Poumon : **V-13** (*feishu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Maître du Cœur : **V-14** (*jueyinshu*),
  - point *shu* du dos du Cœur : **V-15** (*xinshu*) ■■,
  - point *shu* du dos du vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **V-16** (*dushu*),
  - point *shu* du dos du diaphragme : **V-17** (*geshu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Foie : **V-18** (*ganshu*) ■■,
  - point *shu* du dos de la Vésicule Biliaire : **V-19** (*danshu*) ■■,
  - point *shu* du dos de la Rate : **V-20** (*pishu*) ■■,
  - point *shu* du dos de l'Estomac : **V-21** (*weishu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Triple Réchauffeur : **V-22** (*sanjiaoshu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Rein : **V-23** (*shenshu*) ■■,
  - point *shu* du dos du Gros Intestin : **V-25** (*dachangshu*) ■■,
  - point *shu* du dos de l'Intestin Grêle : **V-27** (*xiaochangshu*) ■■,
  - point *shu* du dos de la Vessie : **V-28** (*pangguangshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : RM-3** (*zhongji*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Métal), point de tonification : **V-67** (*zhiyin*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Eau), point *ben* (point Cinq Éléments) : **V-66** (*zutonggu*),
  - point rivière (*shu*) (Bois), point de sédation : **V-65** (*shugu*),
  - point fleuve (*jing*) (Feu) : **V-60** (*kunlun*) ■■,
  - point mer (*he*) (Terre) : **V-40** (*weizhong*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) :**
  - du Sang : **V-17** (*geshu*) ■■,
  - des Os : **V-11** (*dazhu*) ■■.
- **Point d'ouverture du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.8) : V-62** (*shenmai*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) :**
  du Triple Réchauffeur : **V-39** (*weiyang*) ■■,
  de la Vessie : **V-40** (*weizhong*) ■■.
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec les méridiens de l'Estomac et du Triple Réchauffeur*, avec les vaisseaux Yin du Talon (*yin qiao mai*) et Yang du Talon (*yang qiao mai*), avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire*, et avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **V-1** (*jingming*) ■■,
  - avec le méridien de l'Intestin Grêle (et avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire, et le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* : **V-11** (*dazhu*) ■■,
  - avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **V-12** (*fengmen*) ■■,
  - avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* : **V-23** (*shenshu*) ■■,
  - avec le méridien de la Vésicule Biliaire : **V-31** à **V-34** ■■,
  - avec le méridien de l'Intestin Grêle : **V-41** (*fufen*),
  - avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : (**V-59** (*fuyang*)*, **V-61** (*pucan*), **V-62** (*shenmai*)* ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **V-63** (*jinmen*),
  - d'autres méridiens avec le méridien de la Vessie : **DM-24, VB-15, DM-20, (VB-6*), VB-7, VB-8, VB-9, VB-10, VB-11, VB-12, DM-17, DM-16*, DM-14, DM-13, VB-30**.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : V-40** (*weizhong*) ■■.
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : V-10** (*tianzhu*) ■■.
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) :**
  - point de la mer du Sang : **V-11** (*dazhu*) ■■.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : V-40** (*weizhong*) ■■, **V-57** (*chengshan*) ■■, **V-60** (*kunlun*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : V-62** (*shenmai*) ■■.
- **Autres Points fonctionnels :**
  – point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : **V-59** (*fuyang*).

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** occiput – **V-10** (*tianzhu*) ■■ ; yeux – **V-1** (*jingming*) ■■ ; Estomac/Rate – **V-20** (*pishu*) ■■, **V-21** (*weishu*) ■■ ; Rein – **V-23** (*shenshu*) ■■, **V-62** (*shenmai*) ■■ ; rectum – **V-35** (*huiyang*) ; colonne cervicale **V-10** (*tianzhu*) ■■ ; colonne thoracique – **V-17** à **V-23** ; colonne lombale – **V-23** à **V-26**, **V-52** (*zhishi*) ; région sacro-iliaque – **V-27** (*xiaochangshu*) ■■, **V-28** (*pangguangshu*) ■■ ; hanche – **V-49** (*yishe*), **V-50** (*weicang*), **V-54** (*zhibian*) ; genou – **V-40** (*weizhong*) ■■ ; pied - **V-60** (*kunlun*) ■■, **V-62** (*shenmai*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** yeux – **V-2** (*zanzhu*) ■■ ; nez – **V-7** (*tongtian*) ; Poumon – **V-13** (*feishu*) ■■, **V-43** (*gaohuangshu*) ; Cœur – **V-14** (*jueyinshu*), **V-15** (*xinshu*) ■■ ; Foie – **V-18** (*ganshu*) ■■, **V-20** (*pishu*) ■■ ; Vésicule Biliaire – **V-19** (*danshu*) ■■ ; Gros Intestin – **V-25** (*dachangshu*) ■■ ; Intestin Grêle – **V-27** (*xiaochangshu*) ■■ ; rectum – **V-30** (*baihuanshu*), **V-34** (*xialiao*) ■■ ; Vessie – **V-28** (*pangguangshu*) ■■, **V-23** (*shenshu*) ■■ ; région uro-génitale – **V-23** (*shenshu*) ■■, **V-32** (*ciliao*) ; colonne cervicale – **V-11** (*dazhu*) ■■ ; région sacro-iliaque – **V-23** (*shenshu*) ■■ ; colonne thoracique – **V-38** à **V-47** ; orteils – **V-60** (*kunlun*) ■■, **V-65** (*shugu*).
- **Points distaux** (→ 8.2.1) : région occipitale – **V-65** (*shugu*), **V-60** (*kunlun*) ■■ ; rectum – **V-57** (*chengshan*) ■■ ; colonne thoracique – **V-57** (*chengshan*) ■■ ; colonnes cervicale, thoracique et lombale – **V-60** (*kunlun*) ■■ ; région de l'épaule et région sacro-iliaque – **V-58** (*feiyang*) ; colonne thoracique, colonne lombale et région sacro-iliaque – **V-40** (*weizhong*) ■■ ; colonne lombale – **V-40** (*weizhong*) ■■, **V-59** (*fuyang*), **V-60** (*kunlun*) ■■ ; colonne lombale et hanche – **V-62** (*shenmai*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **V-1** (*jingming*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Estomac et du Triple Réchauffeur*, avec les vaisseaux Yin du Talon (*yin qiao mai*) et Yang du Talon (*yang qiao mai*), avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire*, et avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour les yeux (→ 8.2.1).
- **V-2** (*zanzhu*) ■■ : point adjacent pour les yeux (→ 8.2.1).
- **V-7** (*tongtian*) : point adjacent pour le nez (→ 8.2.1).
- **V-10** (*tianzhu*) ■■ : point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) ; point important pour éliminer le Vent ; point local pour l'occiput et la colonne cervicale (→ 8.2.1).
- **V-11** (*dazhu*) ■■ : point de réunion (*hui*) des os (→ 8.1.7) ; point de la mer du Sang (→ 8.1.13) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de l'Intestin Grêle (et avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire, et le vaisseau Gouverneur (*du mai*)* (→ 8.1.10) ; point adjacent pour la colonne cervicale (→ 8.2.1).
- **V-12** (*fengmen*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 8.1.10).
- **V-13** (*feishu*) ■■ : point *shu* du dos du Poumon (→ 8.1.4) ; point adjacent pour le Poumon (→ 8.2.1).
- **V-14** (*jueyinshu*) : point *shu* du dos du Maître du Cœur (→ 8.1.4) ; point adjacent pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **V-15** (*xinshu*) ■■ : point *shu* du dos du Cœur (→ 8.1.4) ; point adjacent pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **V-16** (*dushu*) : point *shu* du dos du vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 8.1.4).
- **V-17** (*geshu*) ■■ : point *shu* du dos du diaphragme (→ 8.1.4) ; point de réunion (*hui*) du Sang (→ 8.1.7).
- **V-17** à **V-23** : point locaux pour la colonne thoracique (→ 8.2.1).
- **V-18** (*ganshu*) ■■ : point *shu* du dos du Foie (→ 8.1.4) ; point adjacent pour le Foie (→ 8.2.1).
- **V-19** (*danshu*) ■■ : point *shu* du dos de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.4) ; point adjacent pour la Vésicule Biliaire (→ 8.2.1).
- **V-20** (*pishu*) ■■ : point *shu* du dos de la Rate (→ 8.1.4) ; point adjacent pour le Foie (→ 8.2.1).
- **V-21** (*weishu*) ■■ : point *shu* du dos de l'Estomac (→ 8.1.4) ; point adjacent pour l'Estomac (→ 8.2.1).
- **V-22** (*sanjiaoshu*) ■■ : point *shu* du dos du Triple Réchauffeur (→ 8.1.4).
- **V-23** (*shenshu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour le Rein et la région lombale (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la Vessie et les régions uro-génitale et sacro-iliaque (→ 8.2.1) ; point *shu* du dos du Rein (→ 8.1.4).
- **V-24** (*qihaishu*) : point local pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **V-25** (*dachangshu*) ■■ : point *shu* du dos du Gros Intestin (→ 8.1.4) ; point adjacent pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **V-26** (*guanyuanshu*) : point local pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **V-27** (*xiaochangshu*) ■■ : point *shu* du dos de l'Intestin Grêle (→ 8.1.4) ; point adjacent pour l'Intestin Grêle (→ 8.2.1) ; point local pour la région sacro-iliaque (→ 8.2.1).
- **V-28** (*pangguangshu*) ■■ : point *shu* du dos de la Vessie (→ 8.1.4) ; point adjacent pour la Vessie (→ 8.2.1) ; point local pour la région sacro-iliaque (→ 8.2.1).
- **V-30** (*baihuanshu*) : point adjacent pour le rectum (→ 8.2.1).
- **V-31** à **V-34** : points de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.10).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **V-32** (*ciliao*) : point adjacent pour la région uro-génitale (→ 8.2.1) ; point local pour la région sacro-iliaque (→ 8.2.1).
- **V-34** (*xialiao*) : point adjacent pour le rectum (→ 8.2.1).
- **V-35** (huiyang) : point local pour le rectum (→ 8.2.1).
- **V-38** à **V-47** : points adjacents pour la colonne thoracique (→ 8.2.1).
- **V-39** (*weiyang*) ■■ : point mer (*he*) inférieur du Triple Réchauffeur (→ 8.1.9).
- **V-40** (*weizhong*) ■■ : point mer (*he*) (Terre) ; point mer (*he*) inférieur de la Vessie (→ 8.1.9) ; point de commande de Gao Wu du dos et de la région lombale (→ 8.1.11) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour la colonne lombale et la région sacro-iliaque (→ 8.2.1) ; point local pour le genou (→ 8.2.1).
- **V-41** (*fufen*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de l'Intestin Grêle (→ 8.1.10).
- **V-43** (*gaohuangshu*) : point adjacent pour le Poumon (→ 8.2.1).
- **V-49** (*yishe*) : point local pour la hanche (→ 8.2.1).
- **V-50** (*weicang*) : point local pour la hanche (→ 8.2.1).
- **V-52** (*zhishi*) : point local pour la région lombale (→ 8.2.1).
- **V-54** (*zhibian*) : point local pour la hanche (→ 8.2.1).
- **V-57** (*chengshan*) ■■ : point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour le rectum (→ 8.2.1) ; point distal pour la colonne thoracique (→ 8.2.1).
- **V-58** (*feiyang*) : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point distal pour l'épaule et la région sacro-iliaque (→ 8.2.1).
- **V-59** (*fuyang*) : point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)* (→ 8.1.10) ; point distal pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **V-60** (*kunlun*) ■■ : point fleuve (*jing*) (Feu) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour les colonnes cervicale, thoracique et lombale (→ 8.2.1) ; point distal pour l'occiput et la région lombale (→ 8.2.1) ; point local pour le pied (→ 8.2.1) ; point adjacent pour les orteils (→ 8.2.1).
- **V-61** (*pucan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10).
- **V-62** (*shenmai*) ■■ : point d'ouverture du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.8) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour le Rein (→ 8.2.1) ; point local pour le pied (→ 8.2.1) ; point distal pour la région lombale et la hanche (→ 8.2.1).
- **V-63** (*jinmen*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **V-64** (*jinggu*) : point source (*yuan*) (→ 8.1.1).
- **V-65** (*shugu*) : point rivière (*shu*) (Bois), point de sédation ; point distal pour l'occiput (→ 8.2.1) ; point adjacent pour les orteils (→ 8.2.1).
- **V-66** (*zutonggu*) : point jaillissement (*ying*) (Eau), point *ben* (point Cinq Éléments).
- **V-67** (*zhiyin*) ■■ : point puits (*jing*) (Métal) ; point de tonification.

Conseils pour la localisation

La branche médiale du méridien de la Vessie va de **V-11** (en dessous du processus épineux de T1) à **V-30** (au niveau du 4ème foramen sacral), 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Aide pour mémoriser les points de la branche médiale du méridien de la Vessie:

- De **V-11** à **V-17** : le deuxième chiffre du numéro du point correspond à la vertèbre thoracique qui est au même niveau que lui. Par exemple, **V-13** se trouve en dessous du processus épineux de **T3**.
- De **V-18** à **V-21** : si on ajoute 1 au deuxième chiffre du numéro du point, on a la vertèbre thoracique qui est au même niveau que lui. Par exemple, **V-19** (9 + 1) se trouve en dessous du processus épineux de **T10**.

La branche externe du méridien de la Vessie va de **V-41** (en dessous du processus épineux de T2) à **V-54** (en dessous du processus épineux de S4, au niveau du 4ème foramen sacral), 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Aide pour mémoriser les points de la branche médiale du méridien de la Vessie:

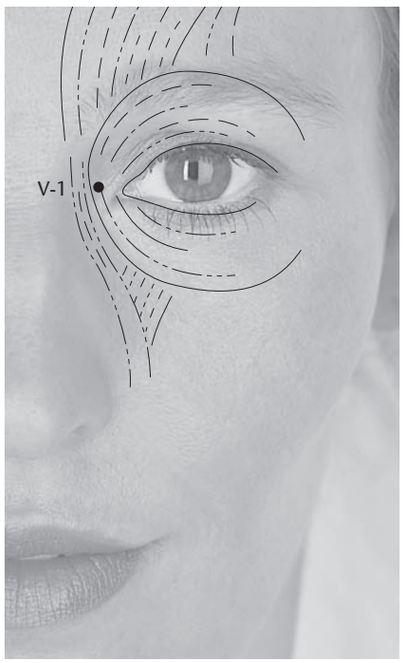
- De **V-41** à **V-46** : si on ajoute 1 au deuxième chiffre du numéro du point, on a la vertèbre thoracique qui est au même niveau que lui. Par exemple, **V-42** (2 + 1) se trouve en dessous du processus épineux de **T3**.
- De **V-47** à **V-49** : si on ajoute 2 au deuxième chiffre du numéro du point, on a la vertèbre thoracique qui est au même niveau que lui. Par exemple, **V-47** (7 + 2) se trouve en dessous du processus épineux de **T9**.
- **V-50** : on ajoute 12 au deuxième chiffre du numéro du point.

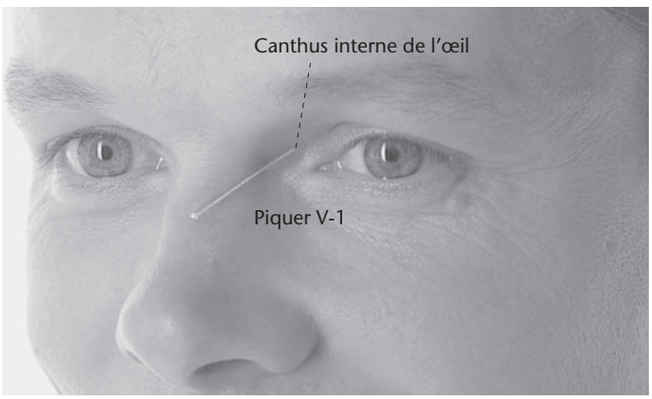
Insertion de l'aiguille : généralement, l'insertion de l'aiguille sur les points *shu* du dos est transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap).

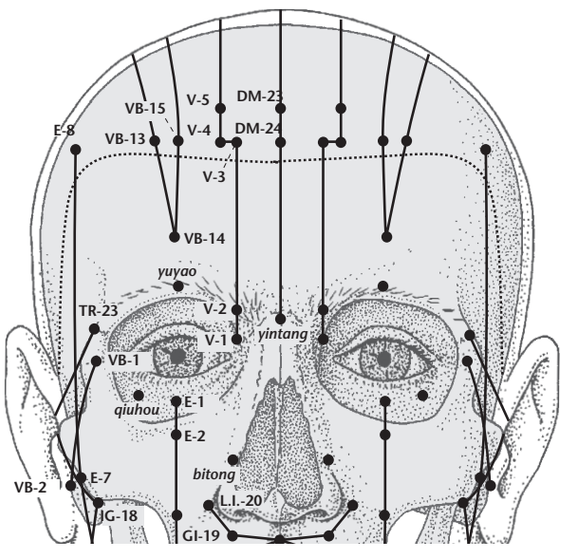
* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Éclat de l'œil JINGMING V-1







Localisation

0,1 *cun* au-dessus et en dedans du canthus interne de l'œil, dans une petite dépression.

Comment le trouver

V-1 se trouve dans une petite dépression près du canthus interne de l'œil, au-dessus de l'insertion de la paupière supérieure. En direction médiale, on trouve la racine osseuse du nez.

→ **V-2** est situé juste au-dessus de **V-1**, dans une dépression située sur le bord médial du sourcil. → **E-1** se trouve sur la ligne de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire, → **VB-1** et → **TR-23** sont situés au canthus externe de l'œil.

Insertion de l'aiguille

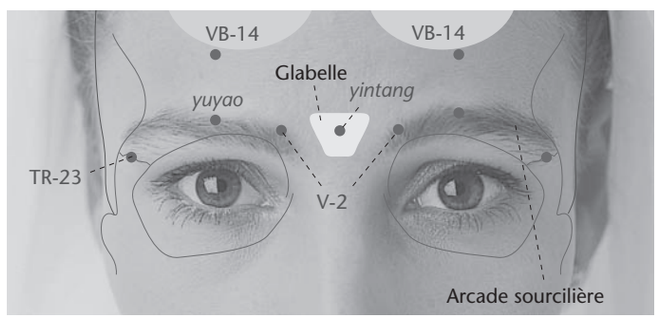
Demander au patient de fermer les yeux et de diriger le regard vers le bas, du côté opposé à celui qui va être piqué. Avec l'index, repousser doucement le globe oculaire vers le bas et vers l'extérieur. Insérer l'aiguille perpendiculairement le long du bord infra-orbitaire, en direction postérieure. Attention : présence de l'artère et de la veine angulaires, du globe oculaire et du périoste. Ce point ne doit être piqué que par des praticiens expérimentés. Après avoir retiré l'aiguille, appliquer fermement un coton sur le point pendant environ 10 minutes. En dépit de cette précaution, il se peut qu'un hématome se forme quand même (il est bon d'en informer le patient). Ne **pas** manipuler l'aiguille ! La moxibustion est contre-indiquée sur ce point. Autre possibilité : piquer → **V-2** ou pratiquer **V-1** avec une insertion transversale (sous-cutanée) en direction de → **V-2**.

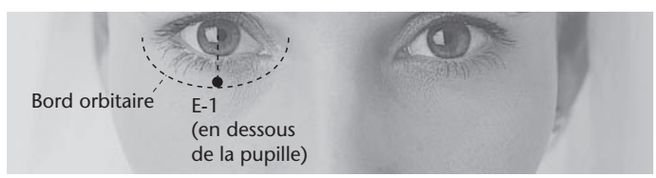
Actions/indications

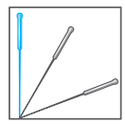
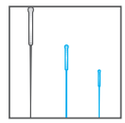
- Expulse le Vent et élimine la Chaleur, a des effets bénéfiques sur les yeux.

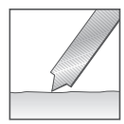
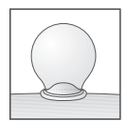
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*), les vaisseaux Yin du Talon (*yin qiao mai*) et Yang du Talon (*yang qiao mai*), de même qu'avec les méridiens de l'Estomac, de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire, et, selon certains auteurs, avec le Triple Réchauffeur. Point d'entrée.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-2 *Collecte du bambou* ZANZHU

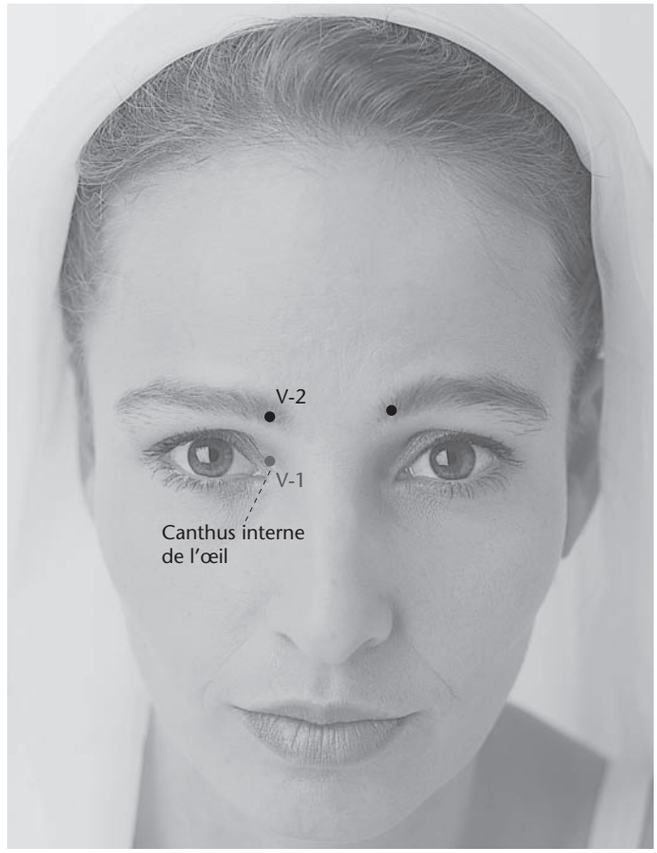
Localisation

Dans une dépression située à l'extrémité médiale du sourcil, directement au-dessus du canthus interne de l'œil.

Comment le trouver

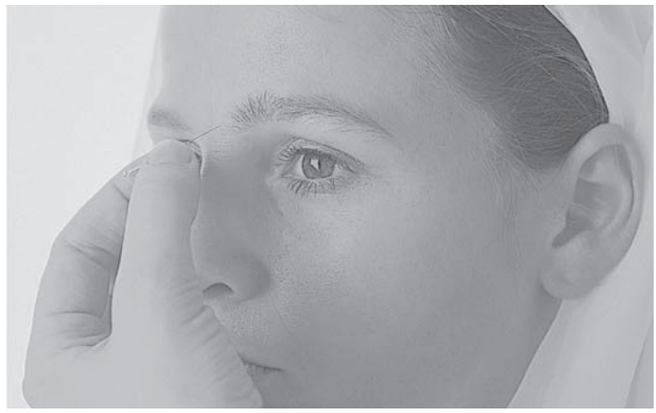
Comme la localisation du sourcil peut varier, c'est le canthus médial de l'œil qu'il faut prendre comme point de repère (→ **V-1**). Palper la région du bord orbitaire pour trouver une dépression généralement sensible à la pression. Attention : selon Sobotta, sauf dans de rares cas, **V-2** n'est pas situé sur le creux supra-orbitaire (il est généralement situé plus latéralement), mais dans la zone où émergent l'artère supra-trochléaire et le nerf supra-orbitaire (incisure frontale).

→ **V-1** se trouve en dessous de **V-2**.



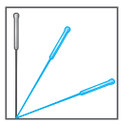
Insertion de l'aiguille

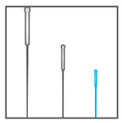
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur vers le bas ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction de la zone affectée. Attention : présence des branches du nerf frontal, du nerf facial, de vaisseaux sanguins ! Selon la plupart des auteurs, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point. **V-2** est un point moins risqué qui peut remplacer → **V-1**.



Actions/indications

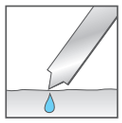
- A des effets bénéfiques sur les yeux.
- Chasse les facteurs pathogènes externes comme le Vent et élimine la Chaleur.
- Dégage la tête.
- Fait circuler le Qi dans le méridien divergent de la Vessie (par exemple, en cas d'hémorroïdes douloureuses).









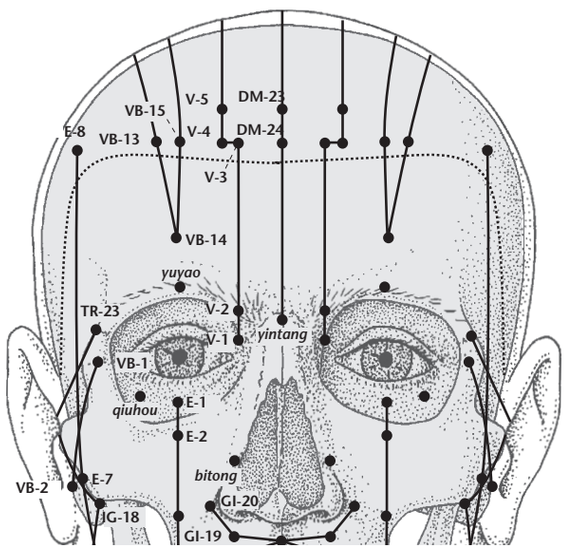


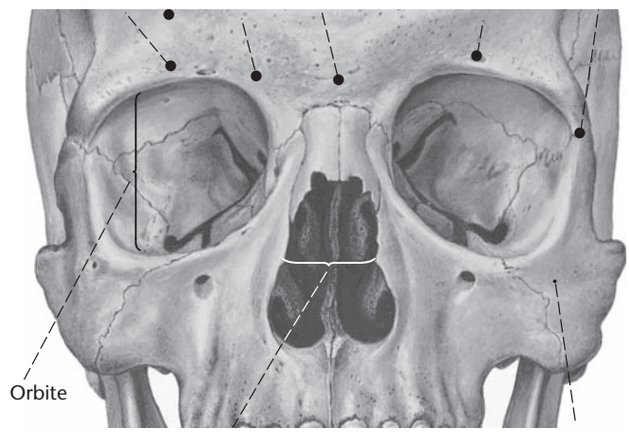




Caractéristiques particulières

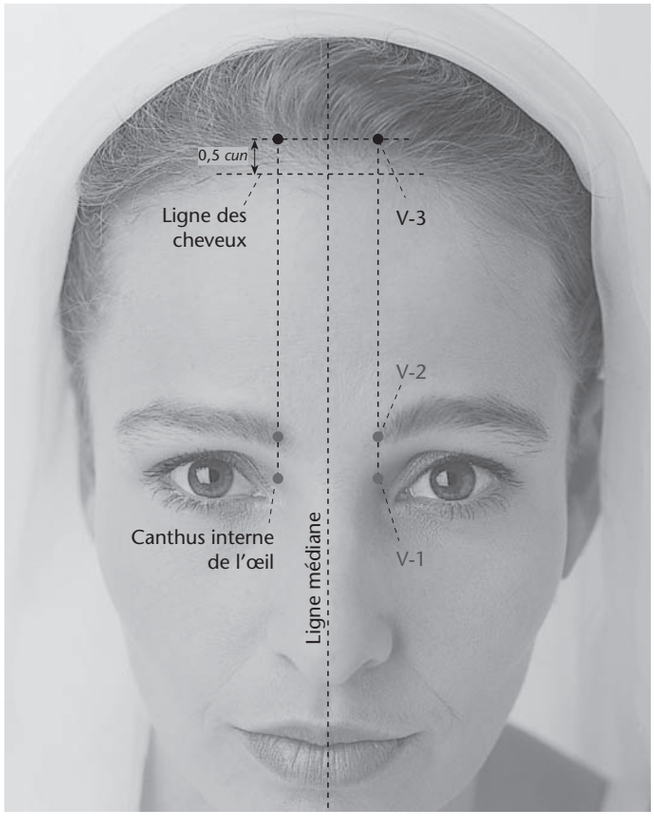
Point local important fréquemment utilisé pour traiter les troubles de la région de l'œil. Point efficace en cas de syndromes de plénitude et de Chaleur dans la région de l'œil : le piquer et le faire saigner, mais éviter de provoquer un hématome facial.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Assaut des sourcils MEICHONG V-3



Localisation

0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, à la verticale du canthus médial de l'œil.

Comment le trouver

V-3 se trouve directement au-dessus du canthus médial de l'œil (→ **V-1**) et 0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1).

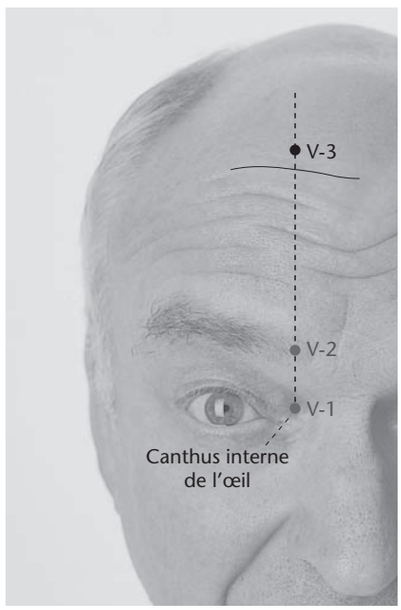
Au même niveau (0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **DM-24** (sur la ligne médiane), → **VB-15** (sur la ligne verticale qui passe par la pupille), → **VB-13** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-8** (au coin du front).

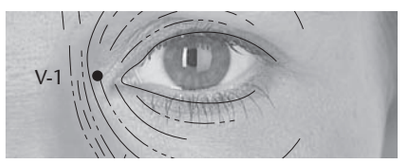
Insertion de l'aiguille

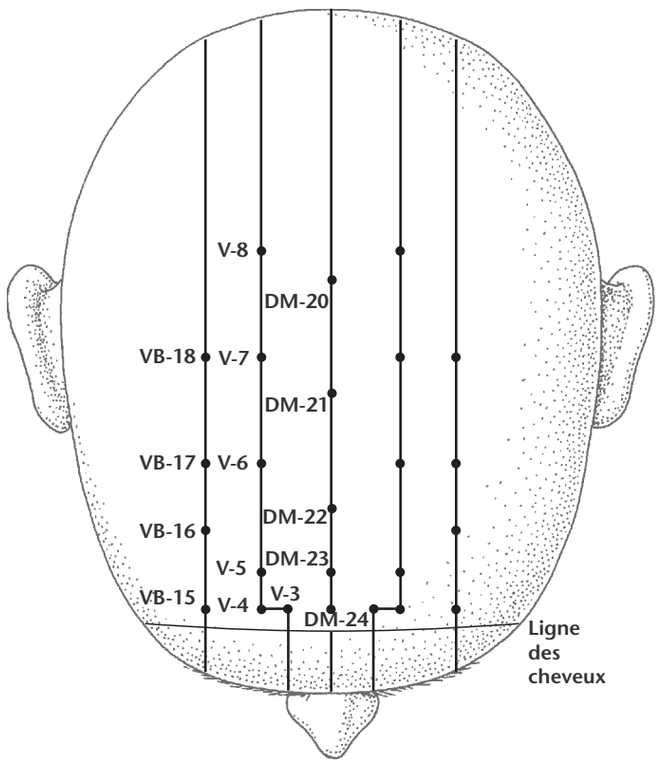
Insertion oblique ou sous-cutanée de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

Actions/indications

- Expulse le Vent et élimine la Chaleur de la tête et du front.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-4 *Courbe tordue* QUCHA

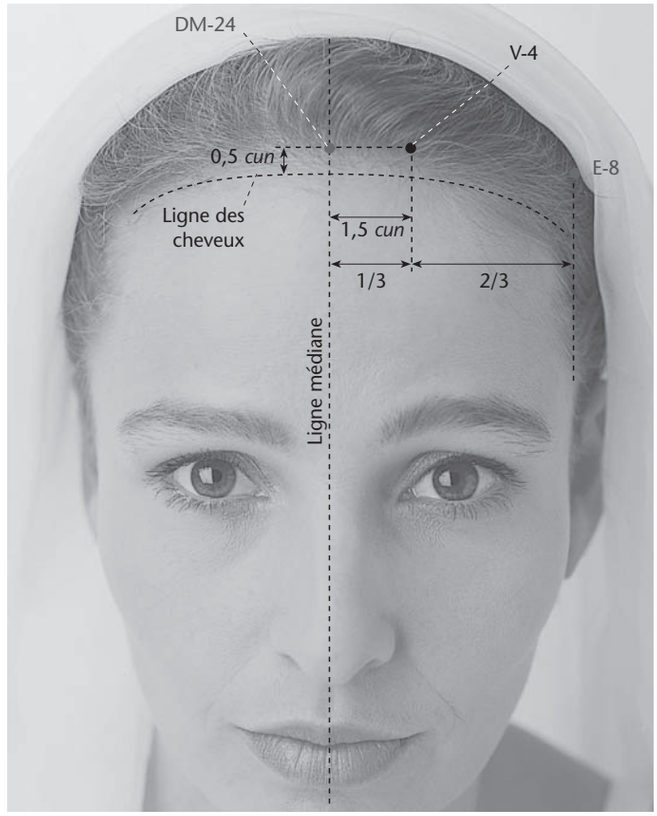
Localisation

0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (au tiers de la distance entre → **DM-24** et → **E-8**).

Comment le trouver

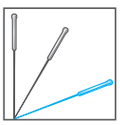
Alors que → **V-3** se trouve encore sur la ligne verticale qui passe par le canthus interne de l'œil, **V-4** est situé légèrement plus sur le côté (d'où son nom). La distance de 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane renvoie aux unités proportionnelles en *cun* le long de la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1) : la distance entre → **DM-24** (sur la ligne médiane) et → **E-8** (au coin du front) est de 4.5 *cun* proportionnels ; c'est pourquoi la distance entre **V-4** et la ligne médiane représente un tiers de la distance totale.

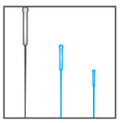
Au même niveau (0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **DM-24** (sur la ligne médiane), → **V-3** (au-dessus du canthus interne de l'œil), → **VB-15** (sur la ligne verticale qui passe par la pupille), → **VB-13** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-8** (au coin du front).



Insertion de l'aiguille

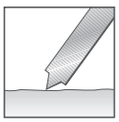
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.









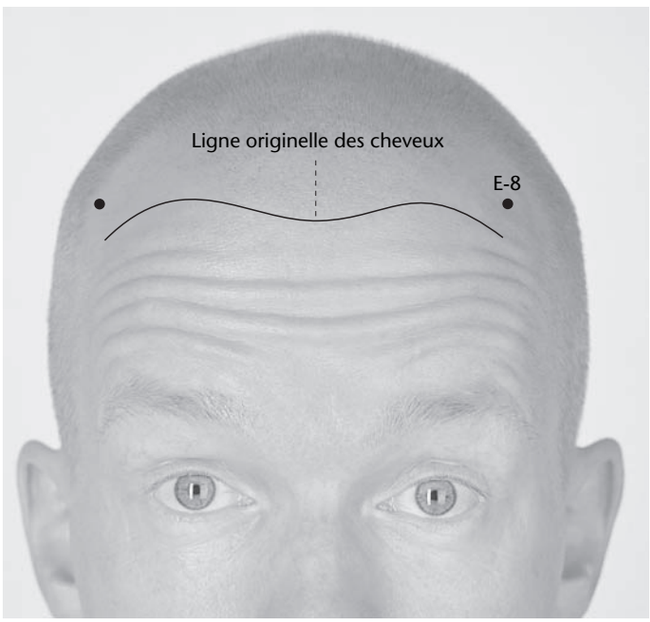


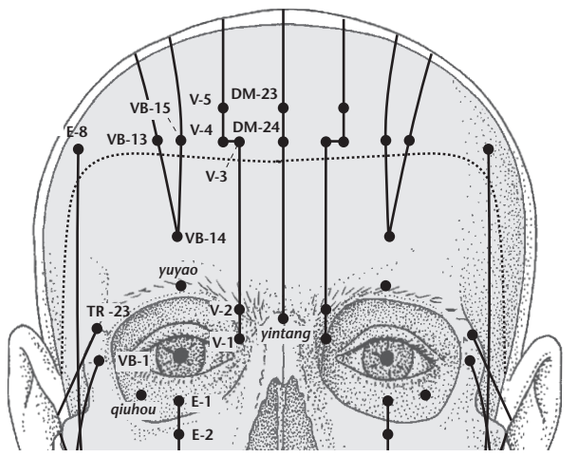


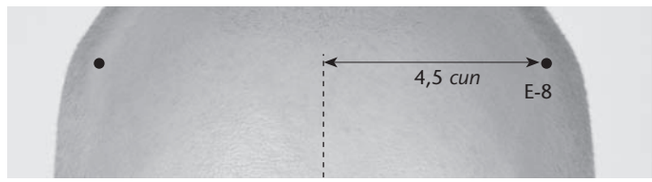


Actions/indications

- Expulse le Vent et le Vent-Chaleur, surtout des yeux et du nez.
- Dégage la tête, ouvre les orifices et calme la douleur.

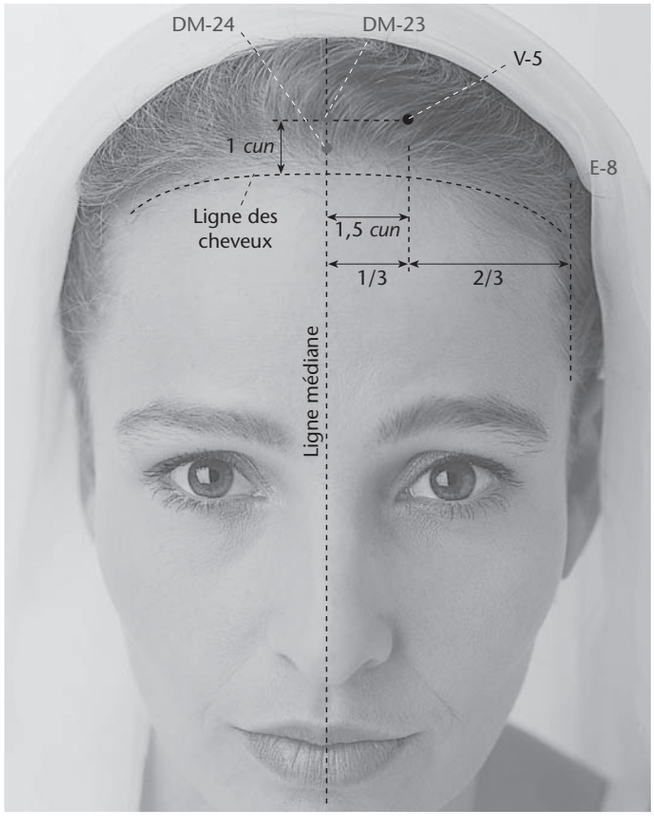






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Clinquième place WUCHU V-5



Localisation

1 *cun* en arrière de la ligne des cheveux et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (au tiers de la distance entre ➞ **DM-24** et ➞ **E-8**).

Comment le trouver

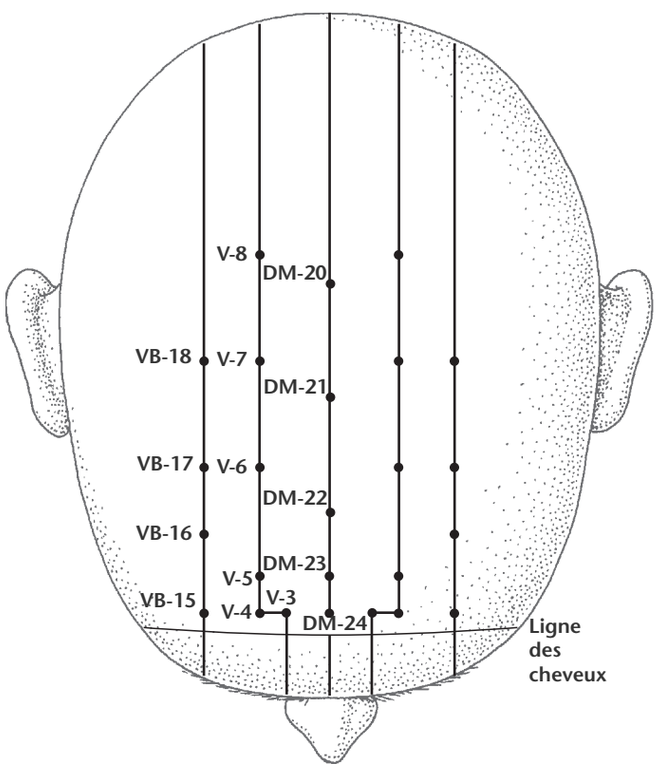
La distance de 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane renvoie aux unités proportionnelles en *cun* : la distance entre ➞ **DM-24** (sur la ligne médiane) et ➞ **E-8** (au coin du front) est de 4.5 *cun* proportionnels. Lorsqu'on divise cette distance en trois, **V-5** se trouve à un tiers de ➞ **DM-24** et 1 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux.
Au même niveau, on trouve ➞ **DM-23** (sur la ligne médiane).

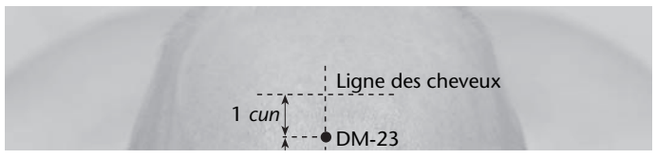
Insertion de l'aiguille

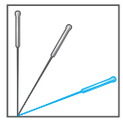
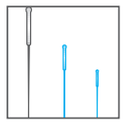
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

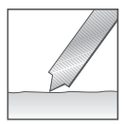
Actions/indications

- Libère l'Extérieur, expulse le Vent et la Chaleur de la tête et des yeux.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Ouvre les orifices (surtout les yeux) et restaure la conscience.





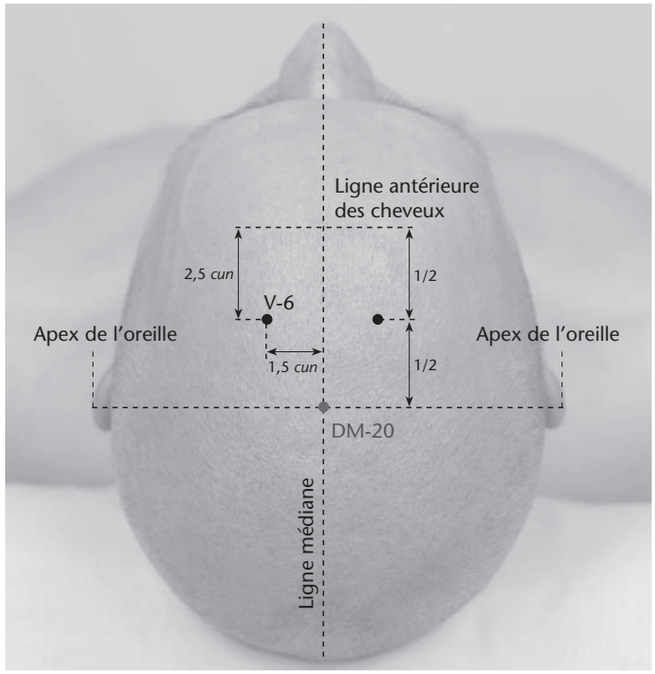


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-6 *Reçoit la lumière* CHENGGUAN

Localisation

2,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (au tiers de la distance entre ➞ **DM-24** et ➞ **E-8**).



Comment le trouver

Technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3) : commencer par localiser la ligne médiane antérieure au niveau de la ligne antérieure des cheveux (➞ 3.1.1), de même que ➞ **DM-20** (5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, sur le vertex, à l'intersection de la ligne médiane avec une ligne qui relie l'apex des oreilles). Ensuite, déterminer le milieu entre ces deux points de repère (➞ 2.5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux). De là, mesurer 1 *cun* sur le côté (ou un tiers de la distance qui sépare ➞ **DM-24** de ➞ **E-8**) et localiser **V-6**.

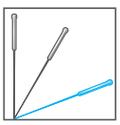
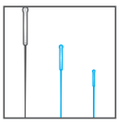
Au même niveau (2,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux), mais plus sur le côté (ligne verticale qui passe par la pupille), on trouve ➞ **VB-17**.

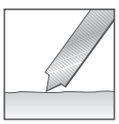
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. La moxibustion n'est permise qu'après un diagnostic rigoureux.

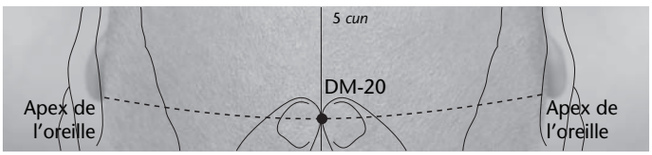
Actions/indications

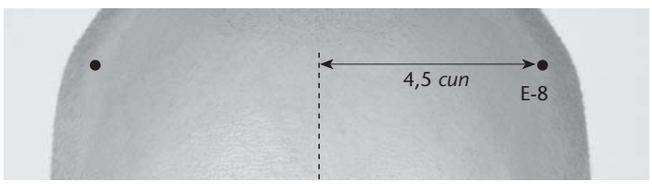
- Expulse le Vent, surtout de la tête et des yeux.
- Élimine la Chaleur de la tête, surtout des yeux et du nez.

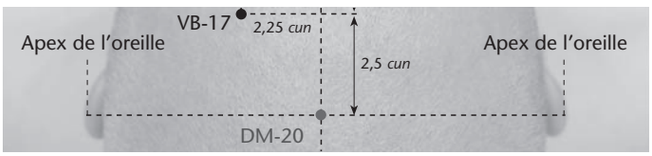



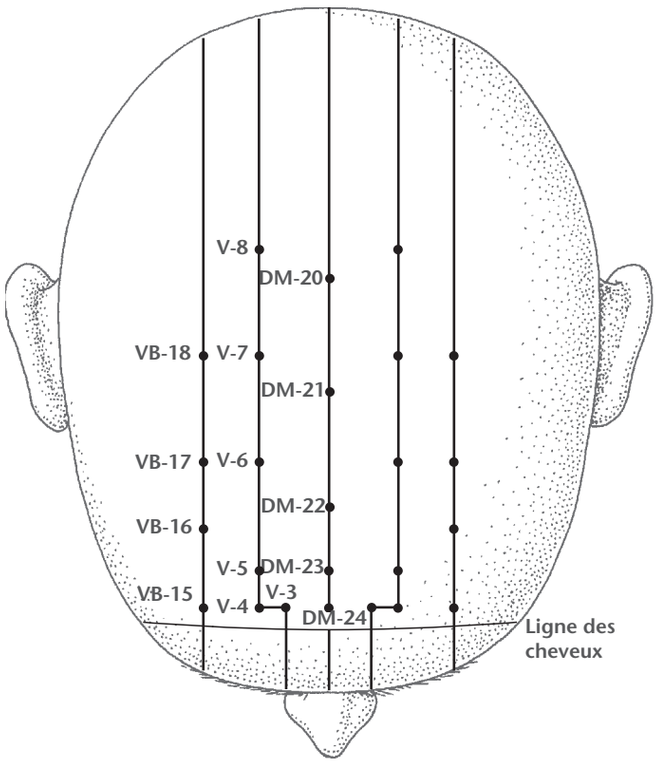







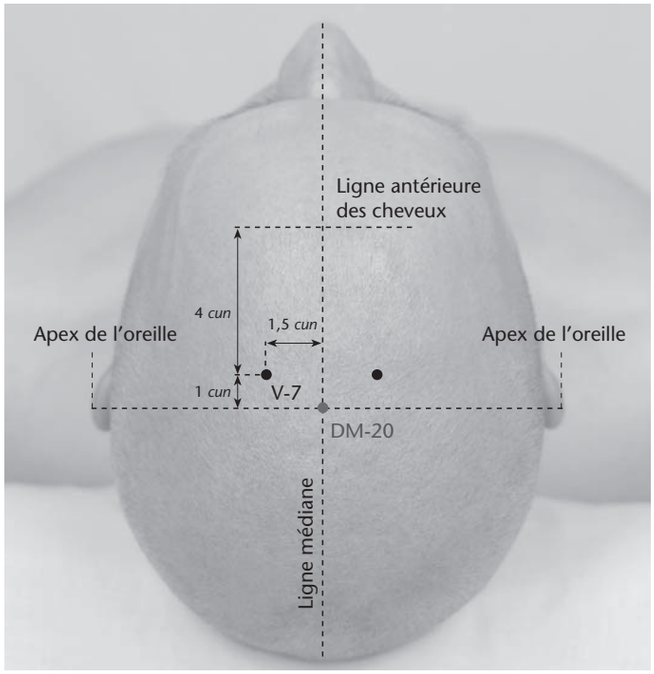






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Communication céleste TONGTIAN V-7



Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et 4 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, ou 1 *cun* en dessous de → **DM-20**.

Comment le trouver

Il est plus facile de localiser **V-7** en prenant → **DM-20** (5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, sur le vertex, à l'intersection de la ligne médiane avec une ligne qui relie l'apex des oreilles) comme point de repère. Mesurer 1 *cun* en dessous de → **DM-20** et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (ou un tiers de la distance qui sépare → **DM-24** de → **E-8**) et localiser **V-7**. Au même niveau (4 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux), mais plus sur le côté (ligne verticale qui passe par la pupille), on trouve → **VB-18**. → **DM-21** est situé sur la ligne médiane, 1,5 *cun* en dessous de → **DM-20**.

Insertion de l'aiguille

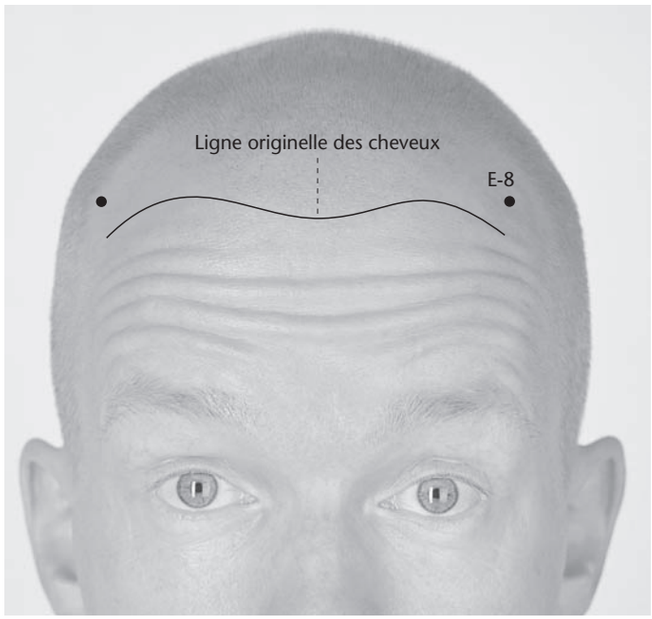
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

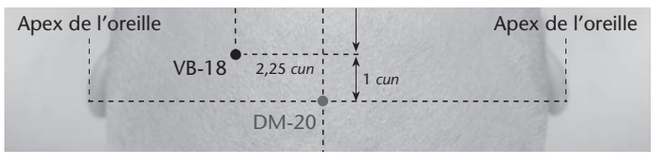
Actions/indications

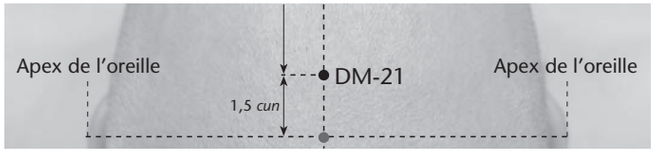
- Dégage la tête, a des effets bénéfiques sur le nez.

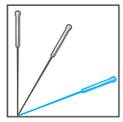
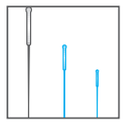
Caractéristiques particulières

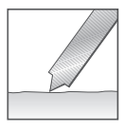
Point important pour traiter les troubles du nez.







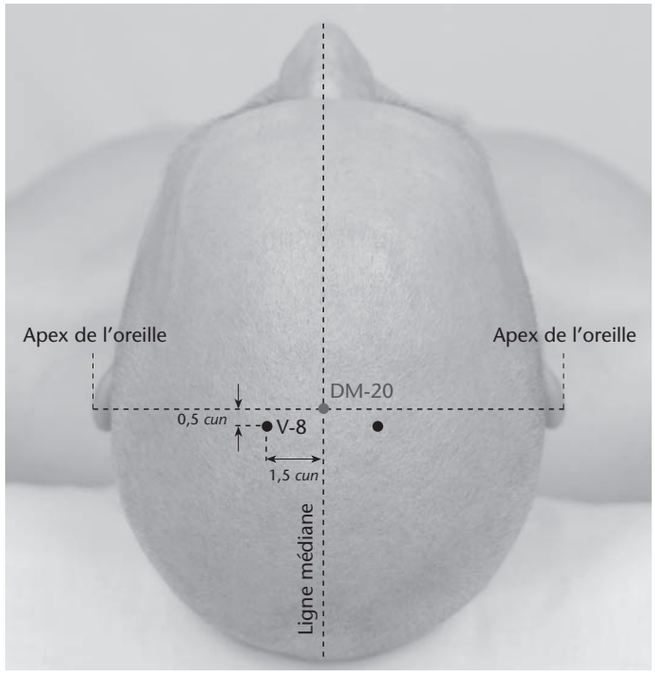


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-8 *Déclin de la communication* LUOQUE

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et 5,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, ou 0,5 *cun* en arrière de ➞ **DM-20**.



Comment le trouver

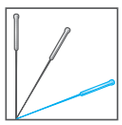
Il est plus facile de localiser **V-8** en prenant ➞ **DM-20** comme point de repère. ➞ **DM-20** est situé à l'intersection de la ligne médiane avec une ligne qui relie l'apex des oreilles, 5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux (➞ 3.1.1). Pour localiser **V-8**, mesurer 0,5 *cun* en arrière de ➞ **DM-20** et 1,5 *cun* sur le côté.

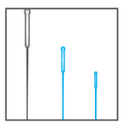
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Moxibustion possible.

Actions/indications

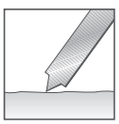
- Ouvre les orifices.
- Fait tomber le Vent.
- Transforme les Glaires.
- Calme l'Esprit (*shen*).





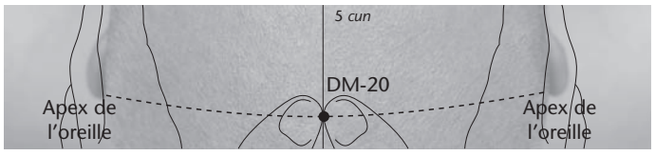


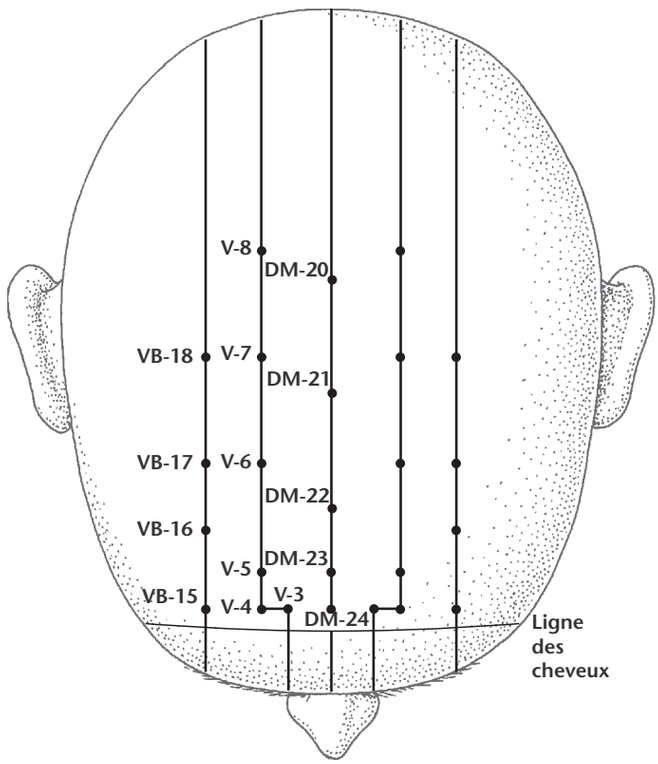






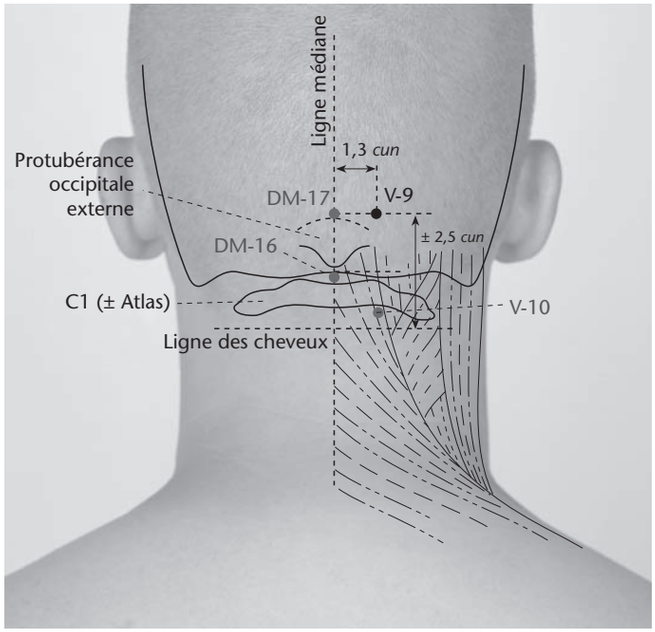


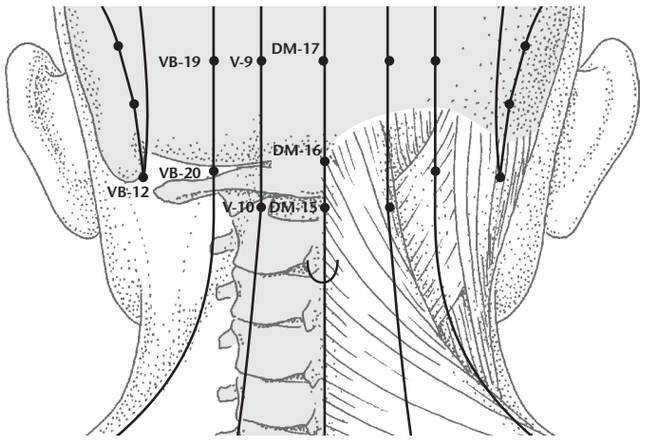


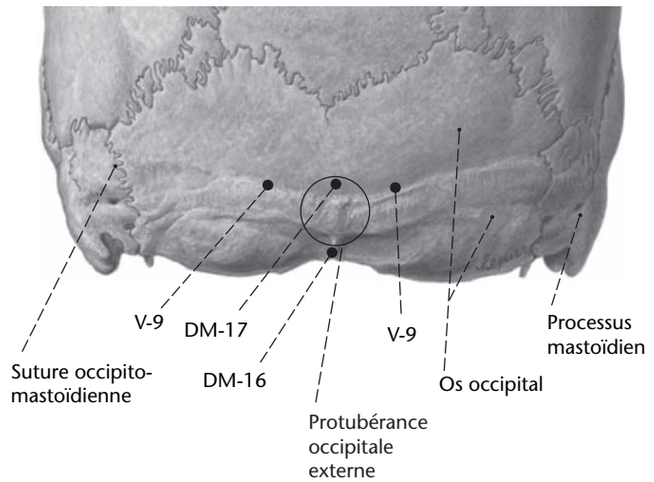


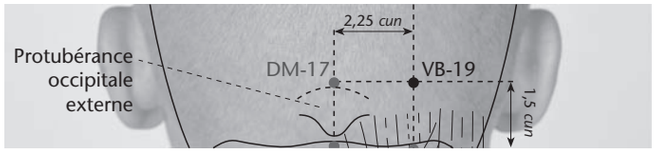
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Oreiller de jade YUZHEN V-9









Localisation

2,5 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux et 1,3 *cun* en dehors de la ligne médiane ou de ➞ **DM-17** (situé dans la dépression directement au-dessus de la protubérance occipitale externe).

Comment le trouver

Pour localiser **V-9**, ➞ **DM-17** est un bon point de repère car il est situé sur la ligne médiane, dans la dépression qui est directement au-dessus du bord supérieur de la protubérance occipitale externe (➞ 3.1.5). De là, mesurer 1,3 *cun* sur le côté pour localiser **V-9**, qui se trouve généralement sur une ligne verticale imaginaire qui passe par ➞ **V-10**. **Ou** : localiser la ligne postérieure des cheveux (qui, souvent, n'est pas très précise ➞ 3.1.5) et mesurer 2,5 *cun* au-dessus, puis sur la ligne médiane, 1,3 *cun* sur le côté.
Au même niveau, on trouve ➞ **DM-17** (sur la ligne médiane, dans la dépression au-dessus du bord supérieur de la protubérance occipitale externe) et ➞ **VB-19** (plus latéral, sur une ligne verticale qui passe par ➞ **VB-20**).

Insertion de l'aiguille

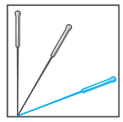
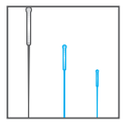
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun*. Moxibustion possible.

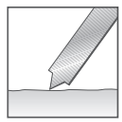
Actions/indications

- Expulse le Vent et le Froid.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur les yeux et le nez.

Caractéristiques particulières

Dans la pratique du Qi Gong, **V-9** joue un rôle important en tant que l'une des trois portes (*san guan*).

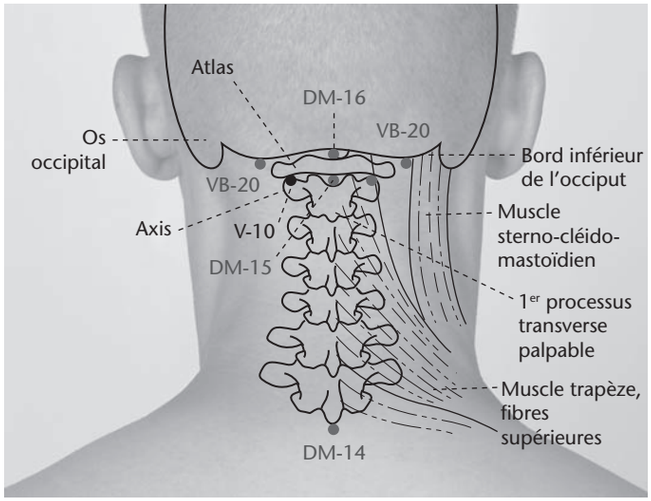


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-10 *Pilier céleste* TIANZHU

Localisation

Environ 1,3 *cun* en dehors de → **DM-15**, là où le muscle trapèze s'insert sur le bord inférieur de l'occiput, près de l'endroit où le nerf occipital majeur émerge.



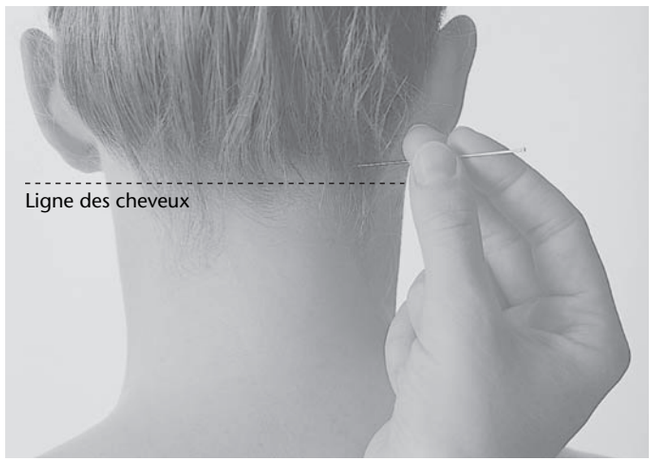
Comment le trouver

La tête du patient étant droite et détendue, localiser → **VB-20**, en dessous du bord inférieur de l'occiput, entre les insertions des muscles sterno-cléido-mastoïdien et trapèze. De là, palper en direction médiale et inférieure en respectant un angle de 45°, jusqu'à ce que le doigt soit arrêté par une saillie du muscle trapèze. C'est là que se trouve **V-10**. Points de repère : si le praticien met le majeur gauche sur → **VB-20**, l'index, qui est plus court, va désigner la localisation de **V-10**.

Au même niveau, on trouve → **DM-15** (environ 1,3 *cun* en dehors de la ligne médiane et au-dessus de l'axis (premier processus épineux palpable).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction dorsale. Ne pas diriger l'aiguille vers le haut.

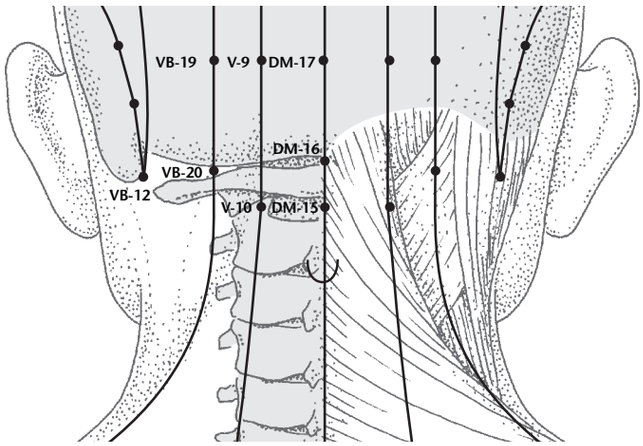


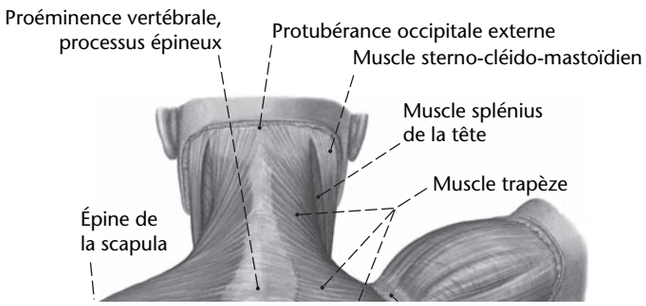
Actions/indications

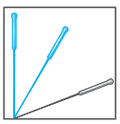
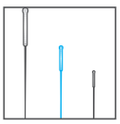
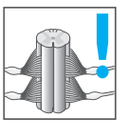
- Régule le Qi, apaise le Vent et l'Esprit (*shen*)**,** a des effets bénéfiques sur la tête et les organes des sens.
- Ouvre le méridien.
- Renforce les lombes.
- Expulse le Vent.

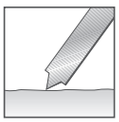
Caractéristiques particulières

Point Fenêtre du Ciel. Point important pour éliminer le Vent (interne et externe). Par rapport à → **VB-20**, en pratique clinique, **V-10** sert essentiellement pour pacifier le Vent interne.





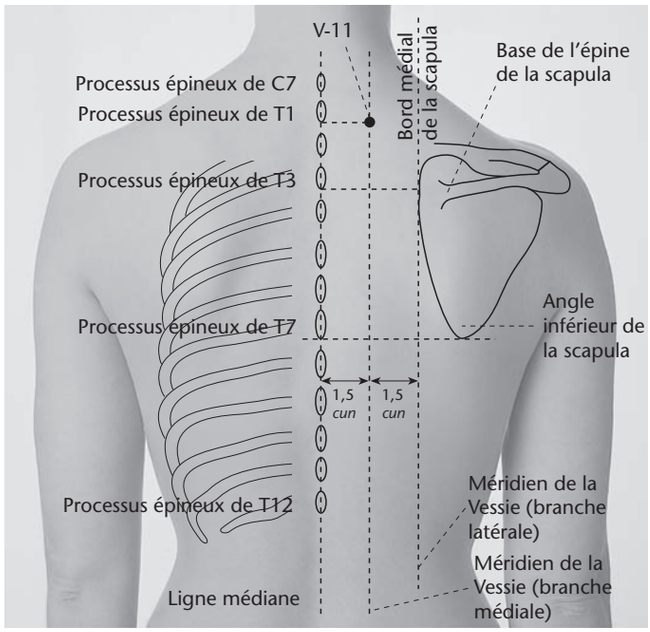








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grande navette DAZHU V-11



Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 1ère vertèbre thoracique (T1 est au niveau de l'acromion lorsque les épaules sont relâchées).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). Le processus épineux suivant en direction inférieure est celui de T1. Localiser **V-11**, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur de T1, au sommet de la musculature paravertébrale. Au même niveau, on trouve → **DM-13** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **IG-14** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

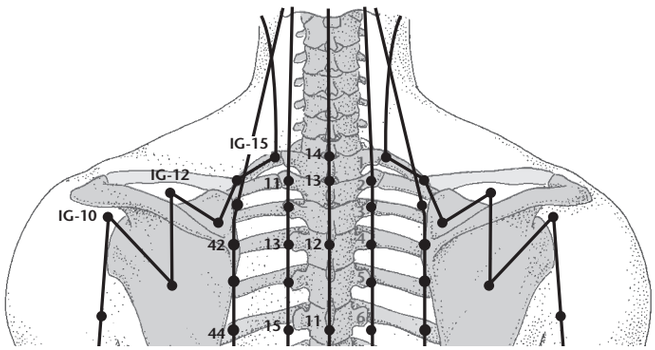
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale ou insertion transversale (sous-cutanée). Attention : risque de pneumothorax.

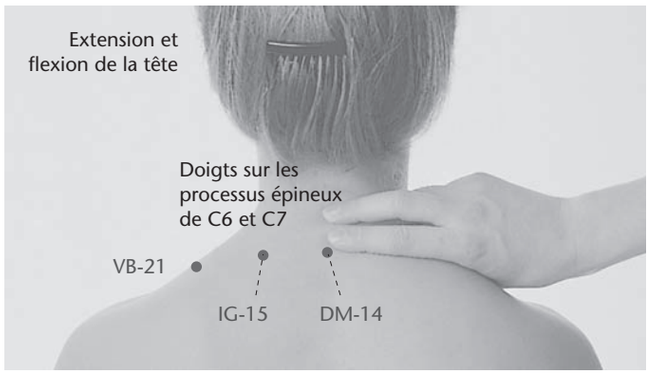
Actions/indications

- Expulse les facteurs pathogènes (Vent-Chaleur).
- Régule le Qi du Poumon.
- Ouvre le méridien et a des effets bénéfiques sur les os et les articulations.

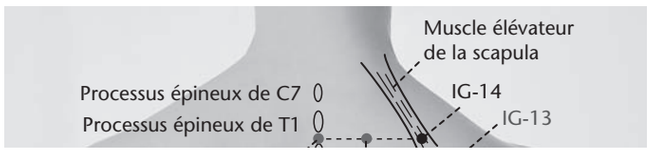
Caractéristiques particulières

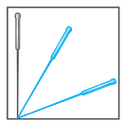
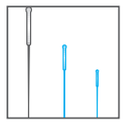
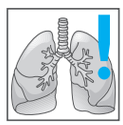
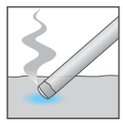
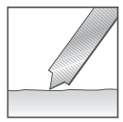
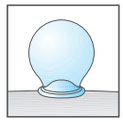
Point de réunion (*hui*) des os ; point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de l'Intestin Grêle, également, selon certains auteurs, avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de la Vésicule Biliaire, et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) ; point de la Mer du Sang.










Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-12 *Porte du vent* FENGMEN

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre thoracique (T2).

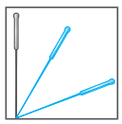
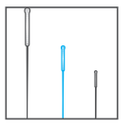
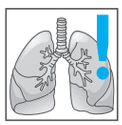
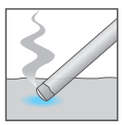
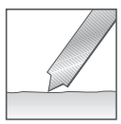
Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 2 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T2. Mesurer 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure pour localiser **V-12**, au sommet de la musculature paravertébrale.

Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-41** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane), et → **IG-13** (sur la scapula, à l'extrémité médiale de l'épine de la scapula).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax. Pour traiter les rhumes aigus avec fièvre, utiliser la technique de dispersion ou poser des ventouses. Pour traiter la propension à attraper des rhumes, utiliser la technique de tonification avec ou sans moxas.

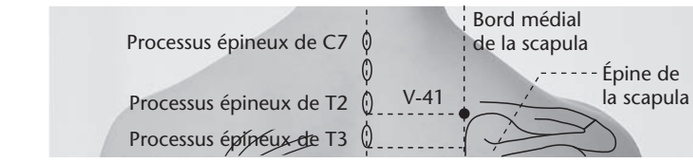


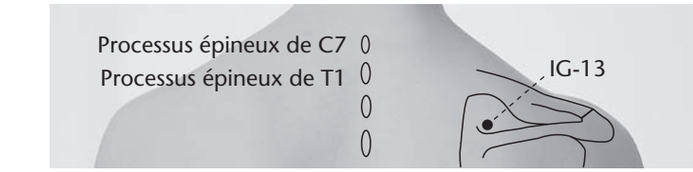
Actions/indications

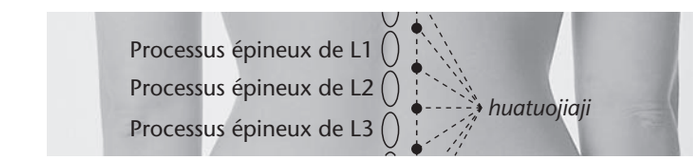
- Expulse le Vent (externe) et libère l'Extérieur.
- Diffuse et fait descendre le Qi du Poumon.
- Renforce le Qi Protecteur (*wei qi*) et stabilise l'Extérieur.
- A des effets bénéfiques sur le nez.
- Ouvre le méridien.

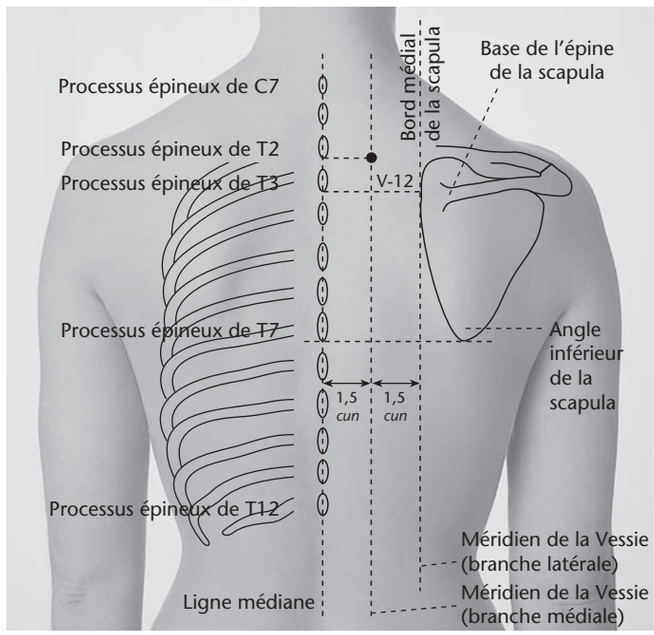
Caractéristiques particulières

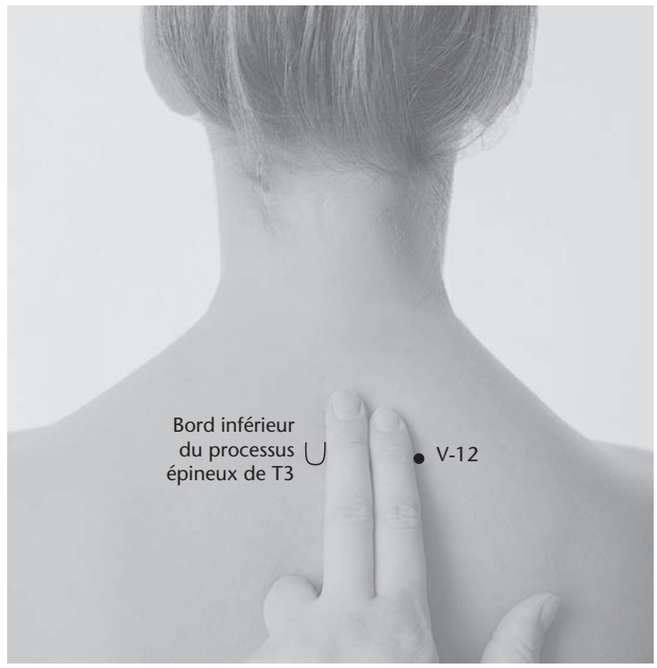
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*). Point important pour chasser les facteurs pathogènes, surtout le Vent.

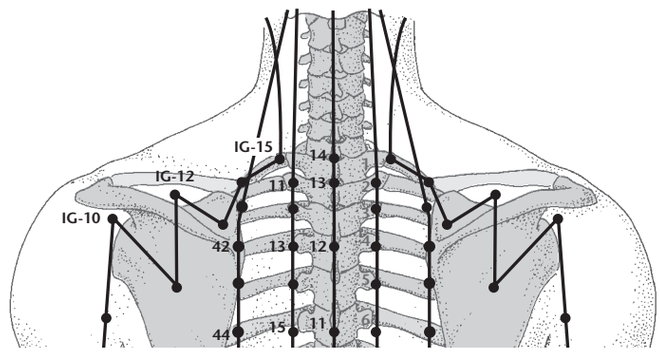






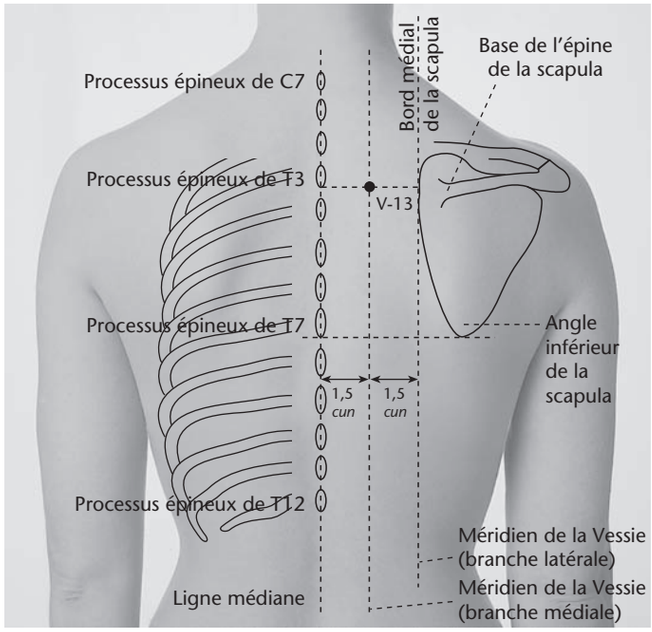






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu du Poumon FEISHU V-13



Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 3ème vertèbre thoracique (T3).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 3 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T3. Mesurer 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure pour localiser **V-13**, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T3 est généralement au niveau de l'extrémité médiale de la scapula (→ 3.4.2). Localiser **V-13** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Au même niveau, on trouve → **DM-12** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-42** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax. Pour traiter le vide de Qi du Poumon en l'absence de signes de Chaleur, utiliser des moxas.

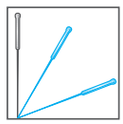


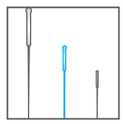
Actions/indications

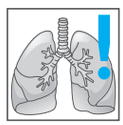
- Tonifie, diffuse et fait descendre le Qi du Poumon, nourrit le Yin du Poumon.
- Élimine la Chaleur du Poumon.
- Libère l'Extérieur.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.

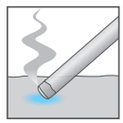
Caractéristiques particulières

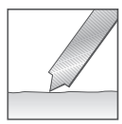
Point *shu* du dos du Poumon. Point essentiel pour tous les troubles du Poumon (tableaux de vide et de plénitude).





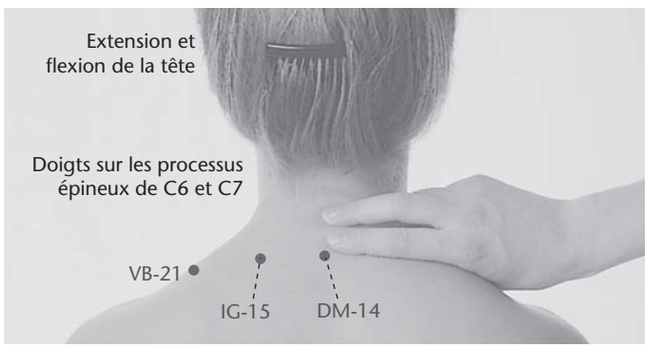


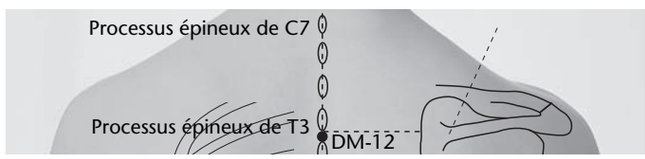


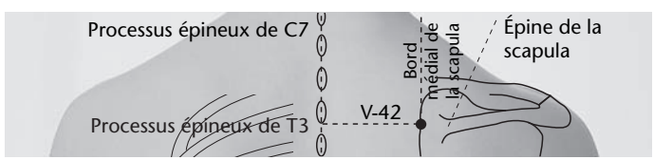












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-14 *Shu du jue yin* JUEYINSHU

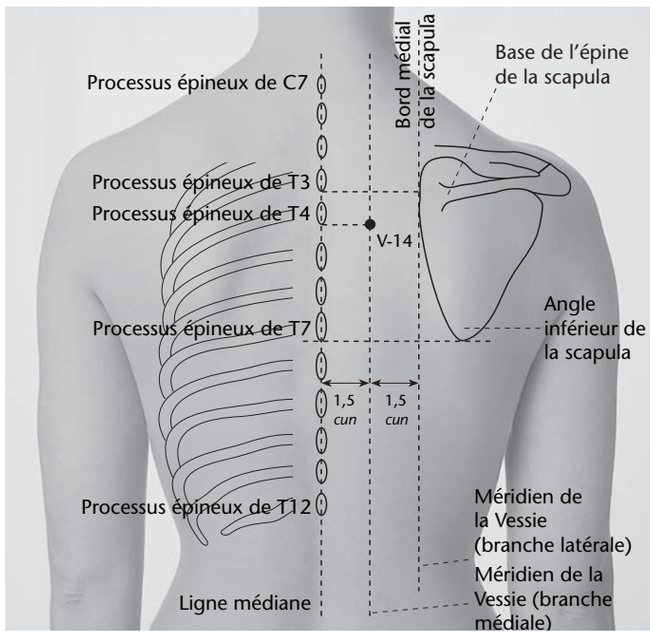
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 4ème vertèbre thoracique (T4).

Comment le trouver

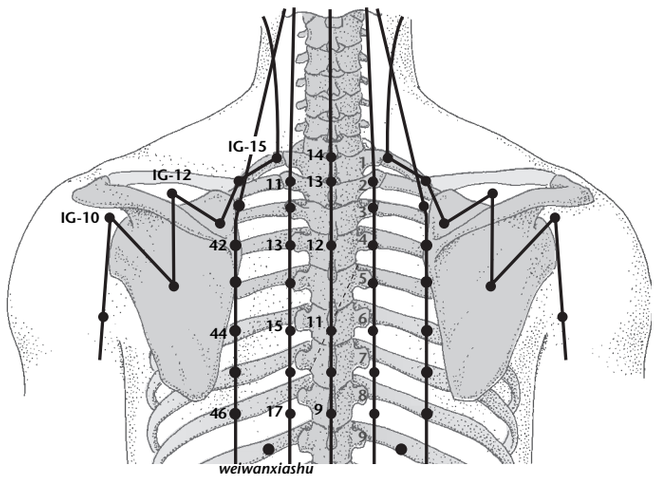
Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 4 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T4. Mesurer 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure pour localiser **V-14**, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T3 est généralement au niveau de l'extrémité médiale de la scapula (→ 3.4.2). Le processus épineux qui est en dessous est celui de T4. Localiser **V-14** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

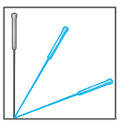
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-43** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

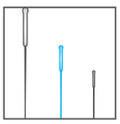


Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale ou insertion transversale (sous-cutanée). Attention : risque de pneumothorax.

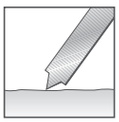






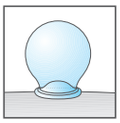






Actions/indications

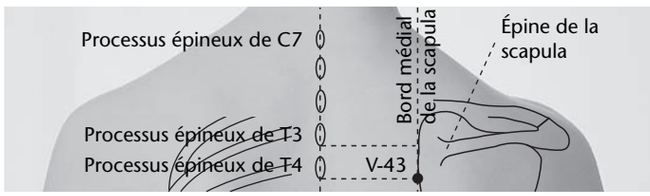
- Régule et tonifie le Cœur.
- Libère la poitrine, régule le Qi.
- Calme l'Esprit (*shen*).

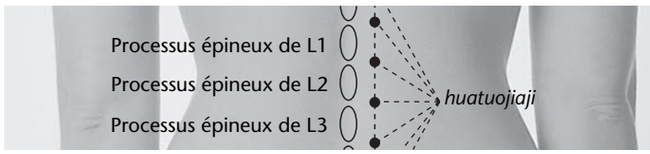




Caractéristiques particulières

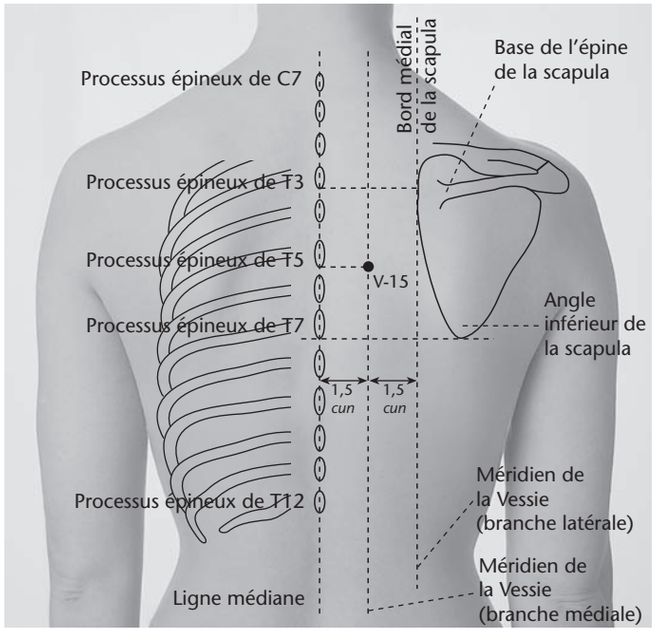
Point *shu* du dos du Maître du Cœur.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu du Cœur XINSHU V-15



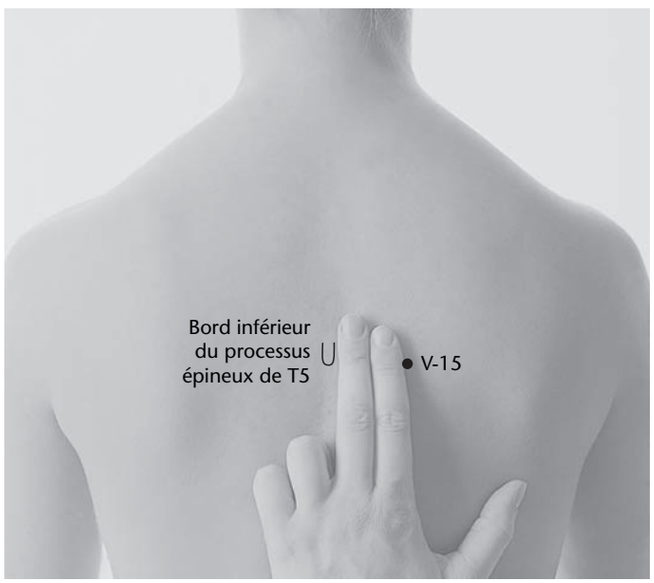
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 5ème vertèbre thoracique (T5).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 5 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T5. Mesurer 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure pour localiser **V-15**, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T3 est généralement facilement palpable à l'extrémité médiale de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 2 processus épineux en direction inférieure pour trouver T5. Localiser **V-15** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Au même niveau, on trouve → **DM-11** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-44** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).



Insertion de l'aiguille

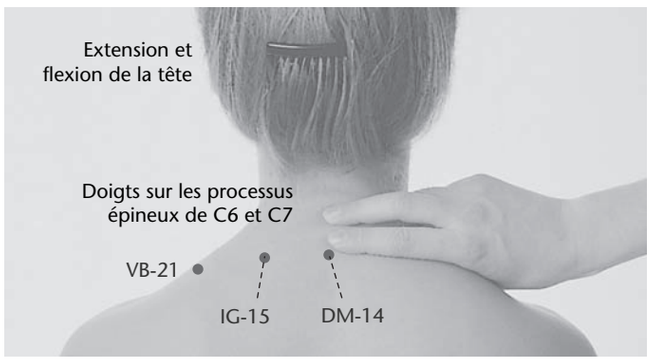
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.

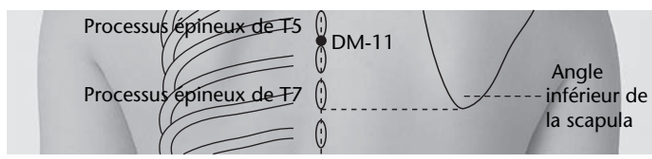
Actions/indications

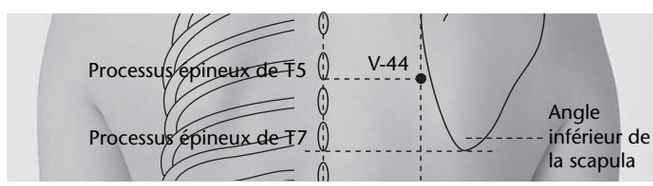
- Tonifie et nourrit le Cœur, régule le Qi du Cœur, libère la poitrine et lève les stases de Sang, calme l'Esprit (*shen*), élimine le Feu, fait circuler le Qi localement et le long du trajet du méridien, par exemple, en cas de troubles de la colonne thoracique et de la région intercostale.

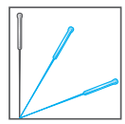
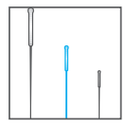
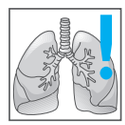
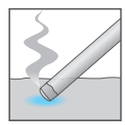
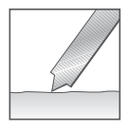
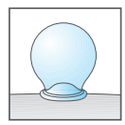
Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos du Cœur.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-16 *Shu du vaisseau Gouverneur* DUSHU

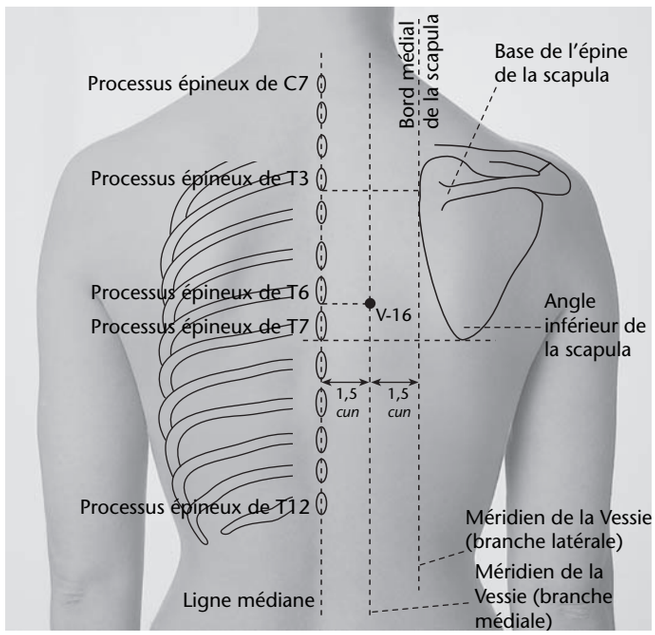
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 6ème vertèbre thoracique (T6).

Comment le trouver

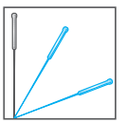
Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 6 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T6. Mesurer 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure pour localiser **V-16**, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). Le processus épineux suivant en direction supérieure est celui de T6. Localiser **V-16** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

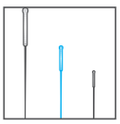
Au même niveau, on trouve → **DM-10** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-45** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).



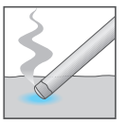
Insertion de l'aiguille

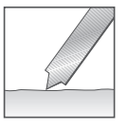
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale ou insertion transversale (sous-cutanée). Attention : risque de pneumothorax.

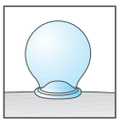












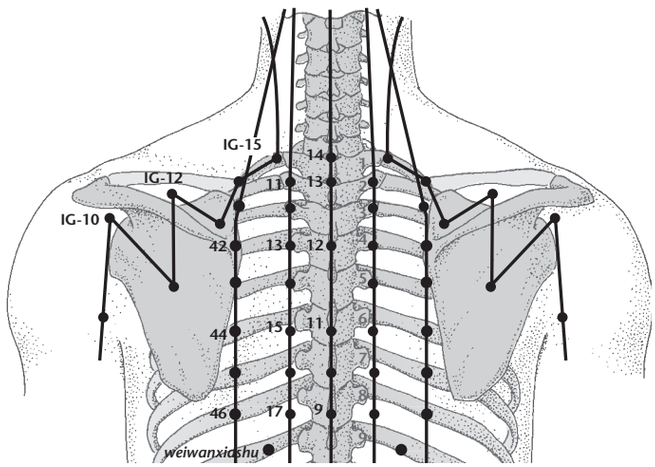


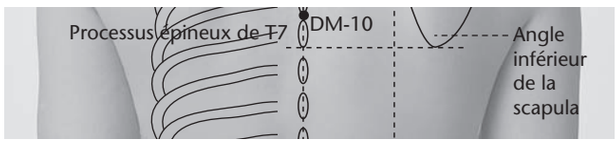
Actions/indications

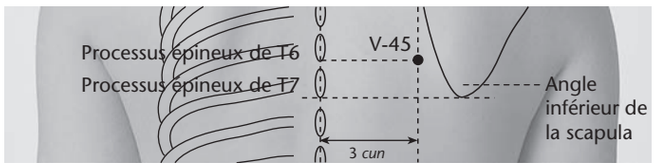
- Libère la poitrine et régule la circulation du Qi dans le thorax et l'abdomen.

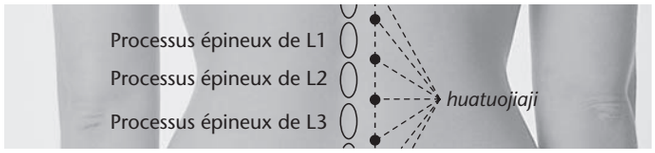
Caractéristiques particulières

Malgré son nom qui le désigne comme point *shu* du vaisseau Gouverneur (*du mai*), ce point est rarement mentionné dans les textes classiques ou modernes.



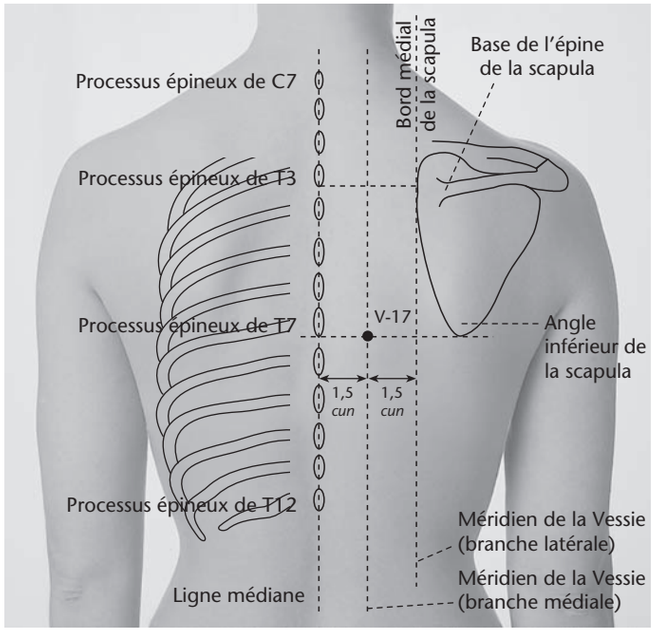


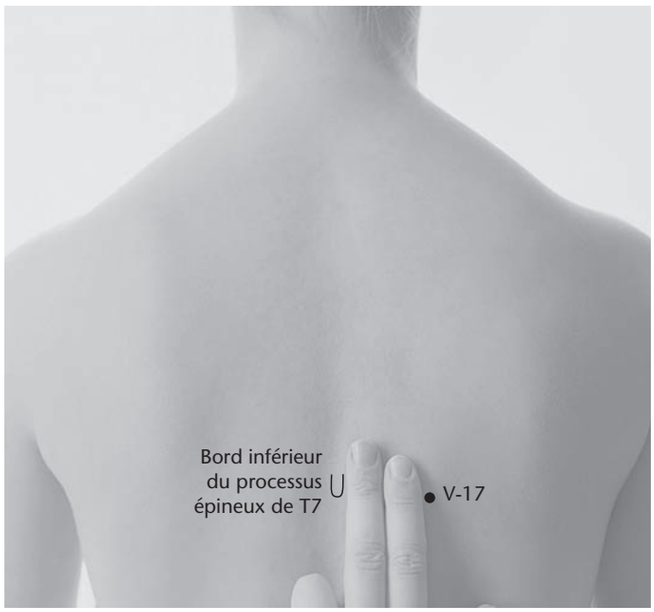


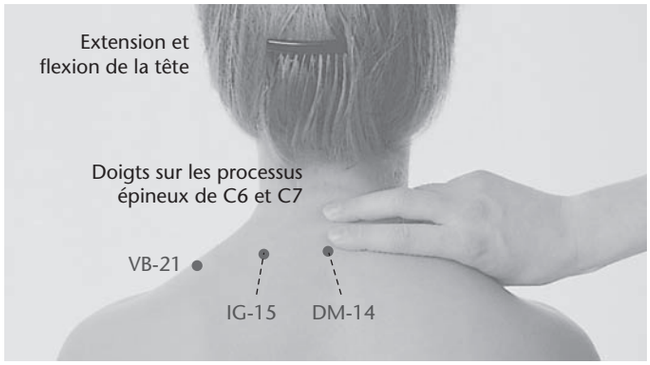


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu du diaphragme GESHU V-17







Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 7ème vertèbre thoracique (T7).

Comment le trouver

Le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). **V-17** se trouve au niveau du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : prendre le processus épineux de T3 comme point de repère (il est généralement au niveau de l'extrémité médiale de l'épine de la scapula) (→ 3.4.2). **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1).
Au même niveau, on trouve → **DM-9** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-46** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée) en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.

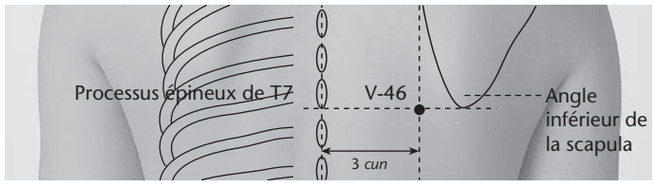
Actions/indications

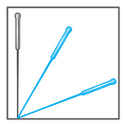
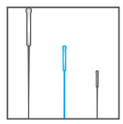
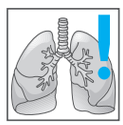
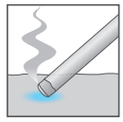
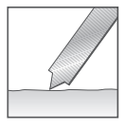
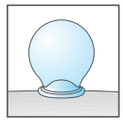
- Rafraîchit la Chaleur du Sang, arrête les saignements, lève les stases de Sang, nourrit et harmonise le Sang (et le Yin).
- Régule le diaphragme et fait descendre le qi rebelle.
- Fait circuler le Qi localement et le long du trajet du méridien.

Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos du diaphragme ; point de réunion (*hui*) du Sang.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-18 *Shu du Foie* GANSHU

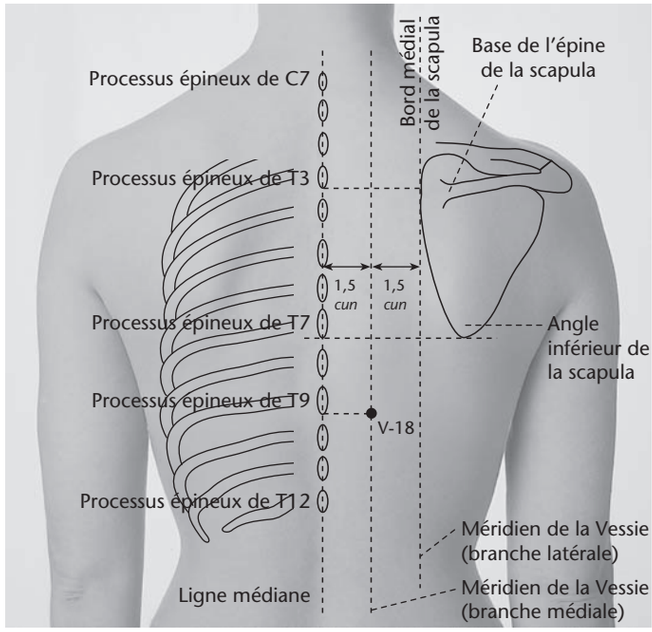
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 9ème vertèbre thoracique (T9).

Comment le trouver

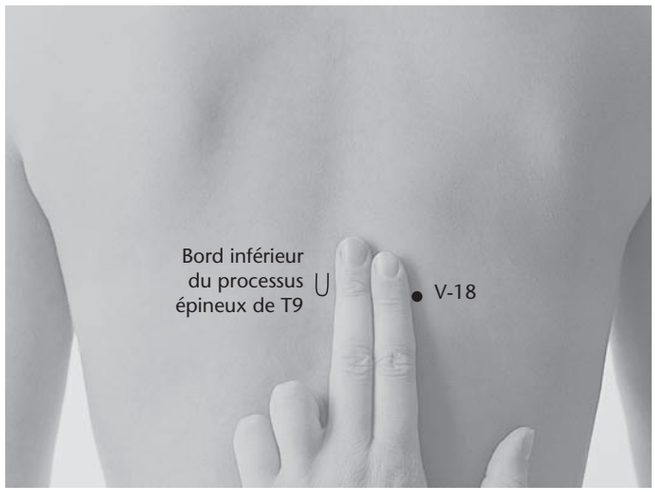
Le patient étant debout, les bras ballants, le processus épineux de T7 est approximativement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 2 processus épineux en direction inférieure pour trouver le processus épineux de T9. **V-18** se trouve au niveau du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1). De là, compter 9 processus épineux en direction inférieure et localiser **V-18** 1,5 *cun* en dehors du bord latéral du processus épineux de cette vertèbre.

Au même niveau, on trouve → **DM-8** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-47** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).



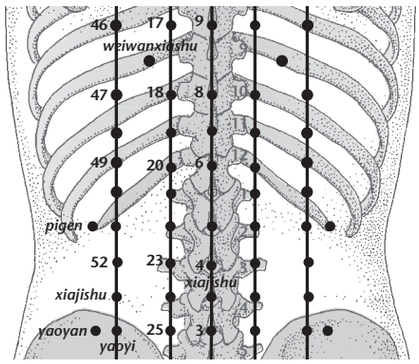
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.



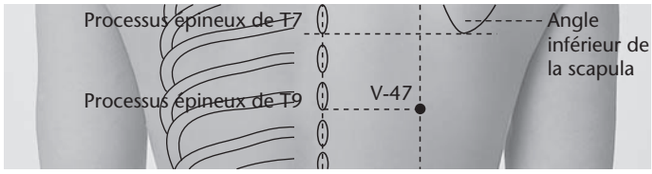
Actions/indications

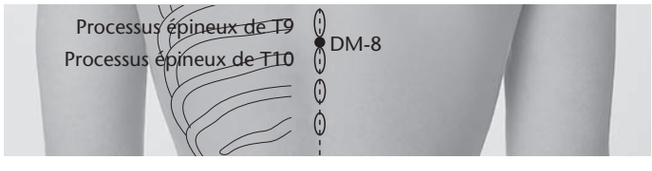
- Fait circuler le Qi du Foie, rafraîchit le Feu, élimine la Chaleur-Humidité, régule et nourrit le Sang du Foie, fait tomber le Vent (interne).
- A des effets bénéfiques sur les yeux.
- A des effets bénéfiques sur les tendons.

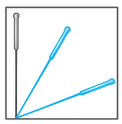
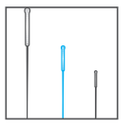
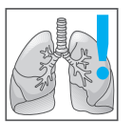
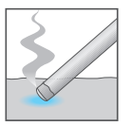
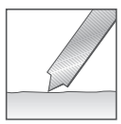


Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos du Foie.



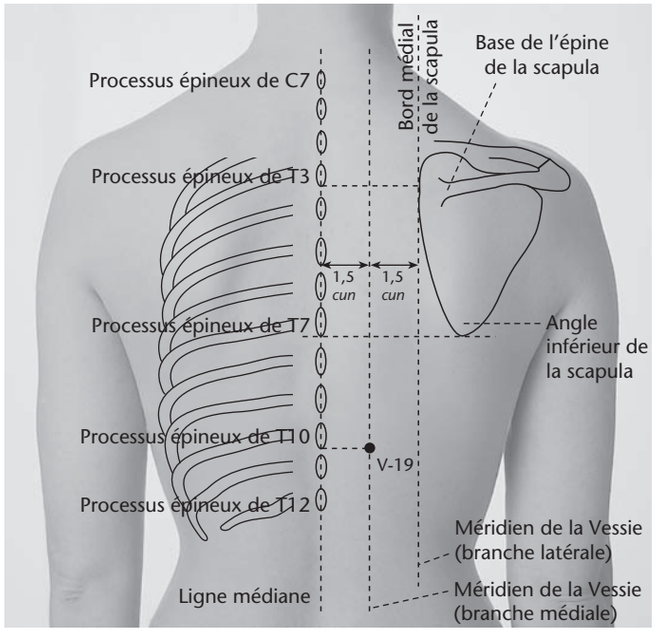




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu de la Vésicule Biliaire DANSHU V-19

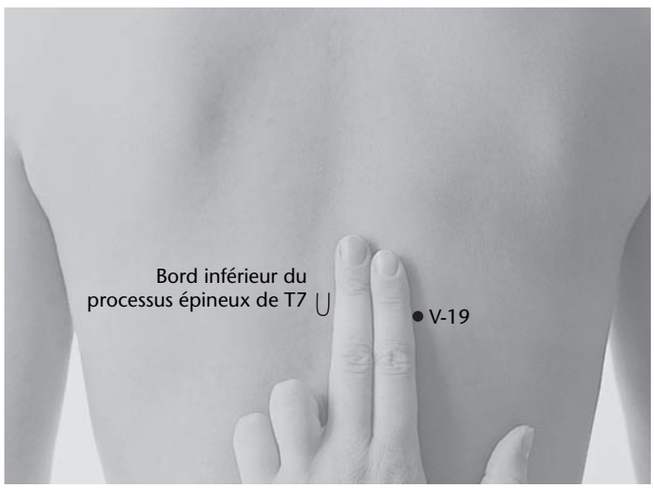


Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 10ème vertèbre thoracique (T10).

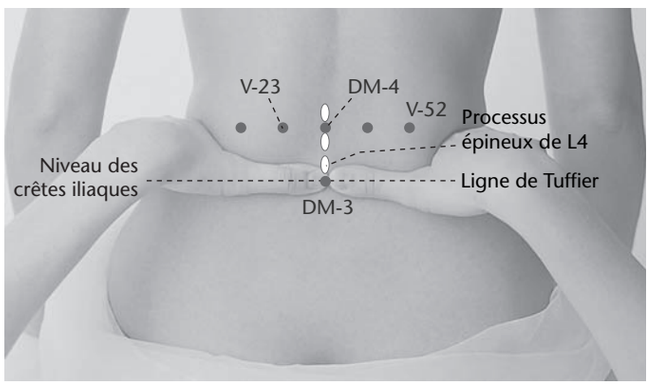
Comment le trouver

Le patient étant debout, les bras ballants, le processus épineux de T7 est approximativement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 3 processus épineux en direction inférieure pour trouver le processus épineux de T10. **V-19** se trouve au niveau du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1). De là, compter 10 processus épineux en direction inférieure et localiser **V-19** 1,5 *cun* en dehors du bord latéral du processus épineux de cette vertèbre. **Ou** : prendre la colonne lombale comme point de repère (→ 3.4.3). Au même niveau, on trouve → **DM-7** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-48** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).



Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée) en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.



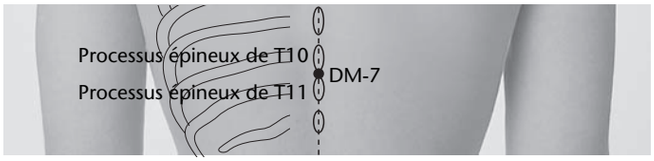
Actions/indications

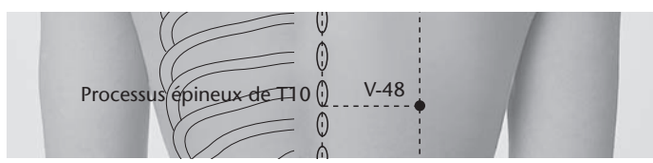
- Élimine la Chaleur-Humidité du Foie et de la Vésicule Biliaire.
- Expulse les facteurs pathogènes du *shao yang*.
- Tonifie et régule le Qi de la Vésicule Biliaire.
- Libère la poitrine et le trajet de ce méridien.

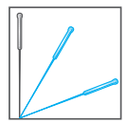
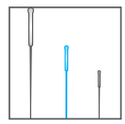
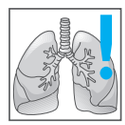
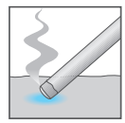
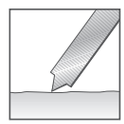
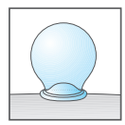
Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos de la Vésicule Biliaire. Point important pour éliminer la Chaleur-Humidité du Foie et de la Vésicule Biliaire.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

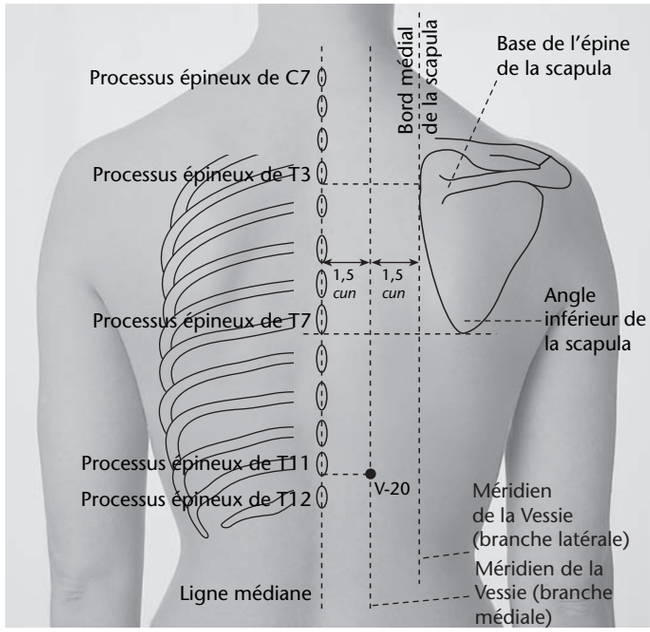
V-20 *Shu de la Rate* PISHU

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 11ème vertèbre thoracique (T11).

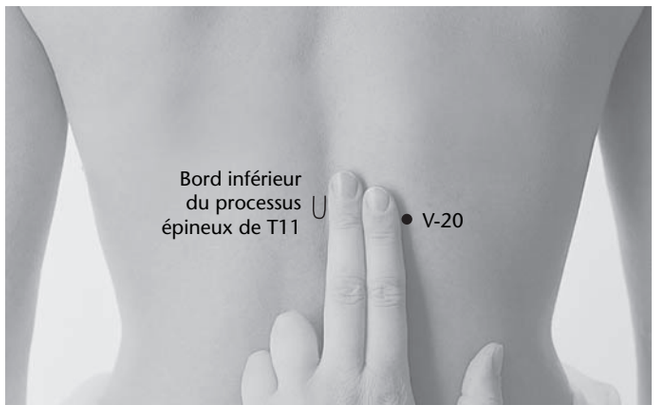
Comment le trouver

Lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 4 processus épineux en direction inférieure pour trouver le processus épineux de T11. **V-20** se trouve au niveau du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : localiser l'articulation de la côte la plus inférieure (avec T12) et palper vers le haut pour atteindre T11. **Ou** : prendre la colonne lombale comme point de repère (→ 3.4.3).
Au même niveau, on trouve → **DM-6** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-49** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).



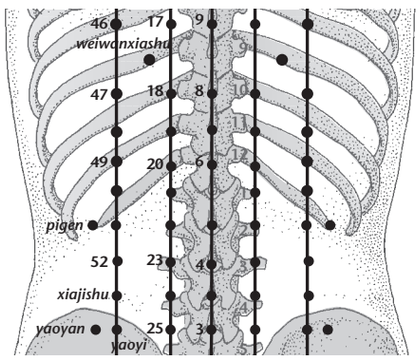
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée) en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.



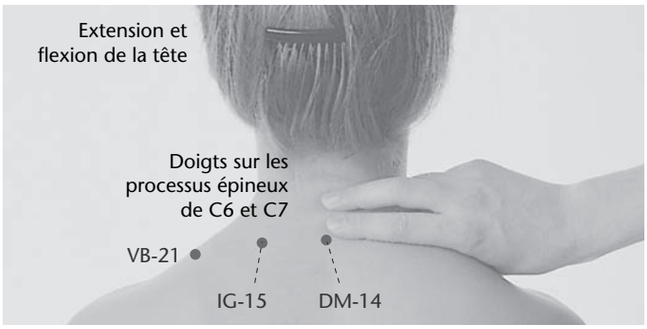
Actions/indications

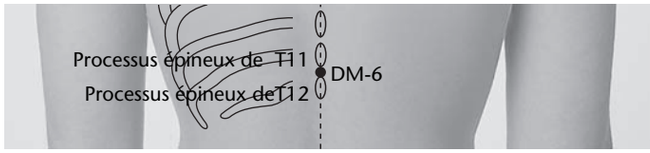
- Tonifie le Qi et le Yang de la Rate, régule et harmonise le Qi du Centre, fait monter le Qi.
- Transforme l'Humidité.
- Retient et nourrit le Sang.

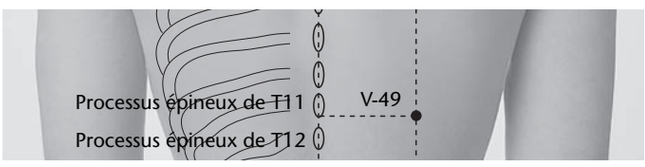


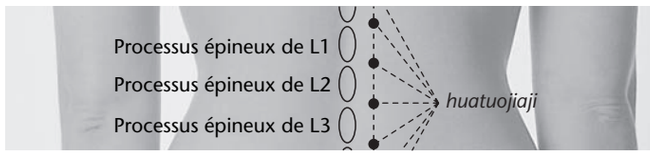
Caractéristiques particulières

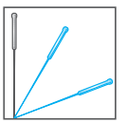
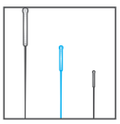
Point *shu* du dos de la Rate. Point essentiel pour tonifier le Centre, surtout en cas de syndromes de vide de la Rate. Utiliser des moxas ou la technique de tonification pour nourrir le Sang.

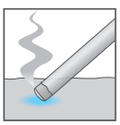
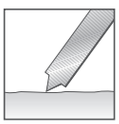
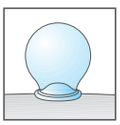






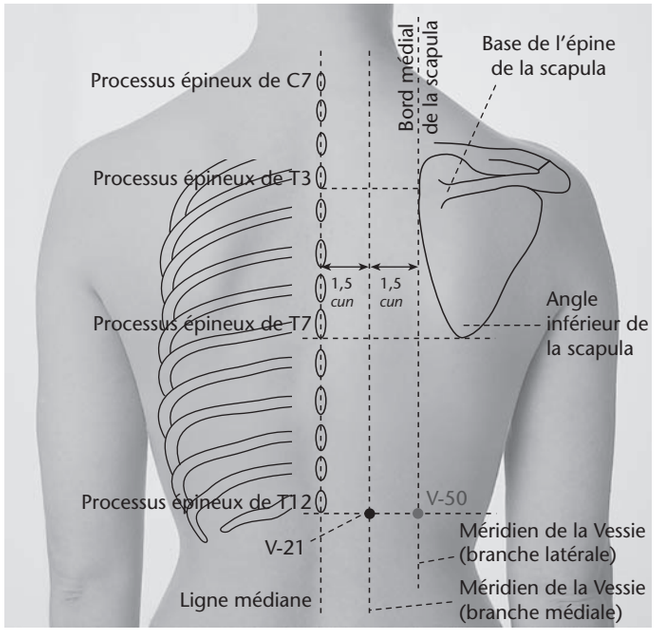


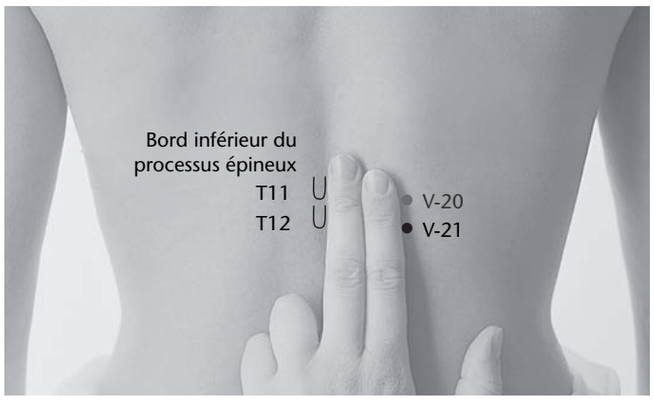



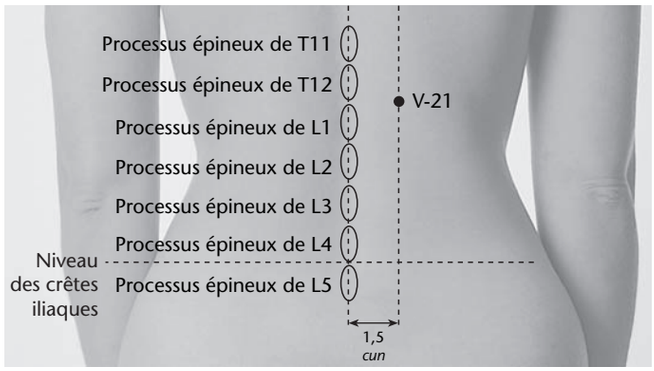




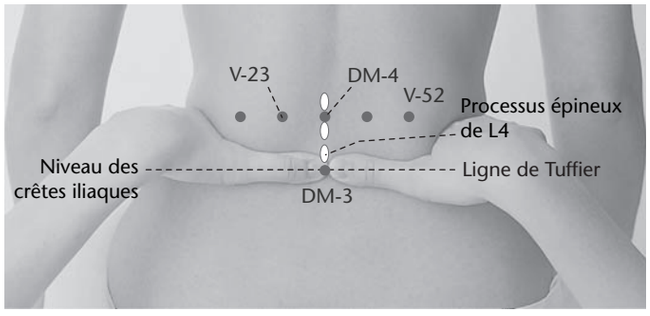

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu de l'Estomac WEISHU V-21









Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 12ème vertèbre thoracique (T12).

Comment le trouver

Lorsque le patient est assis et a les bras ballants, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 5 processus épineux en direction inférieure pour trouver le processus épineux de T12. **V-21** se trouve au niveau du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale. **Ou** : localiser l'articulation de la côte la plus inférieure (avec T12) et localiser **V-21** 1,5 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de cette vertèbre. **Ou** : prendre la colonne lombale comme point de repère (→ 3.4.3).

Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-50** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

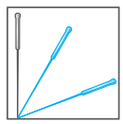
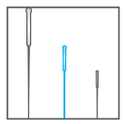
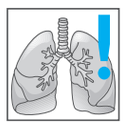
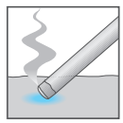
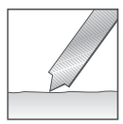
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, en direction de la colonne vertébrale. En pratique clinique, ce point est souvent piqué en insertion transversale (sous-cutanée), en direction de la colonne vertébrale. Cela permet au patient de rester couché sur le dos une fois les aiguilles en place (on peut les maintenir avec du sparadrap). Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule l'Estomac, fait descendre le Qi rebelle, harmonise le Réchauffeur Moyen, élimine l'Humidité et la stagnation de nourriture.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos de l'Estomac, principal point pour réguler les troubles de l'Estomac, quels qu'ils soient.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-22 *Shu du Triple Réchauffeur* SANJIAOSHU

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 1ère vertèbre lombale (L1).

Comment le trouver

Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), commencer par déterminer la ligne de Tuffier (ligne qui relie le sommet des crêtes iliaques), qui, dans la plupart des cas, coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). De là, remonter en comptant jusqu'au processus épineux de L1 et, à ce niveau, localiser **V-22** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale.

Au même niveau, on trouve → **DM-5** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-51** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → ***pigen*** (point HM) (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

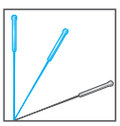
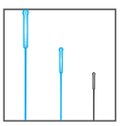
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence des reins.

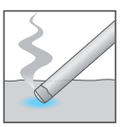
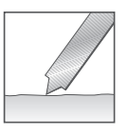
Actions/indications

- Ouvre le Triple Réchauffeur.
- Ouvre la voie des eaux et facilite les mictions.
- Agit sur le *shao yang*.

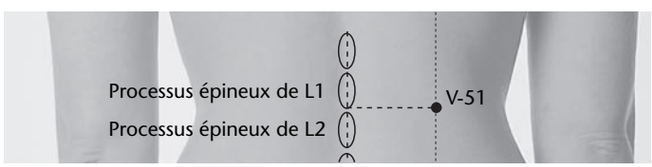
Caractéristiques particulières

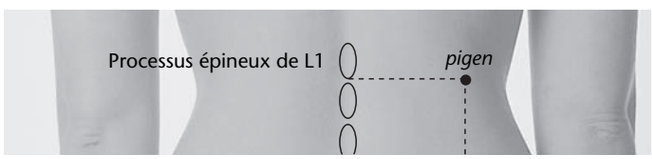
Point *shu* du dos du Triple Réchauffeur. Régule plus particulièrement la relation entre le Réchauffeur Moyen et le Réchauffeur Inférieur.

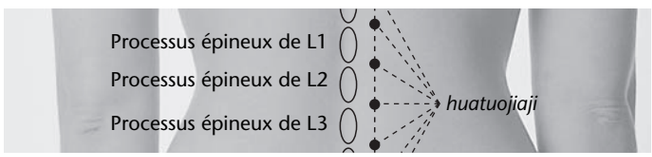



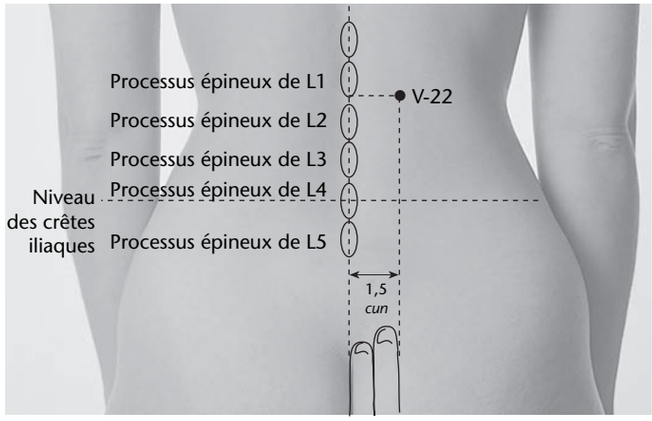



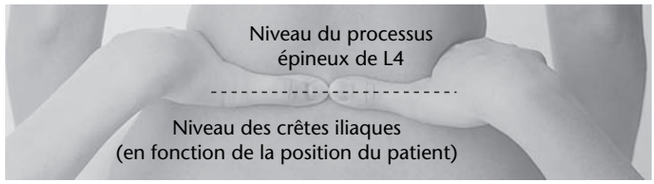


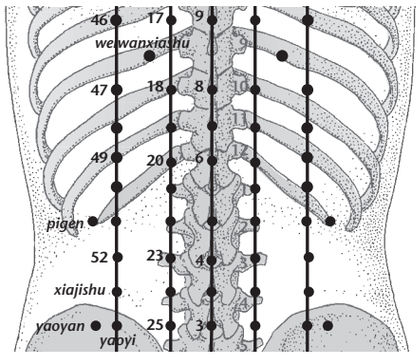


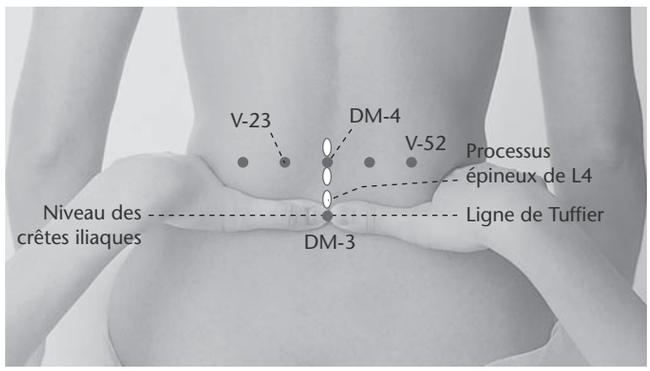


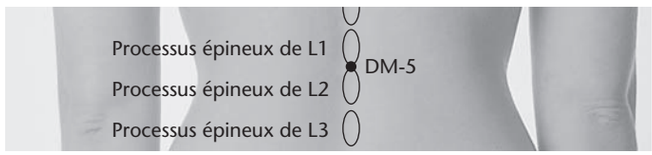






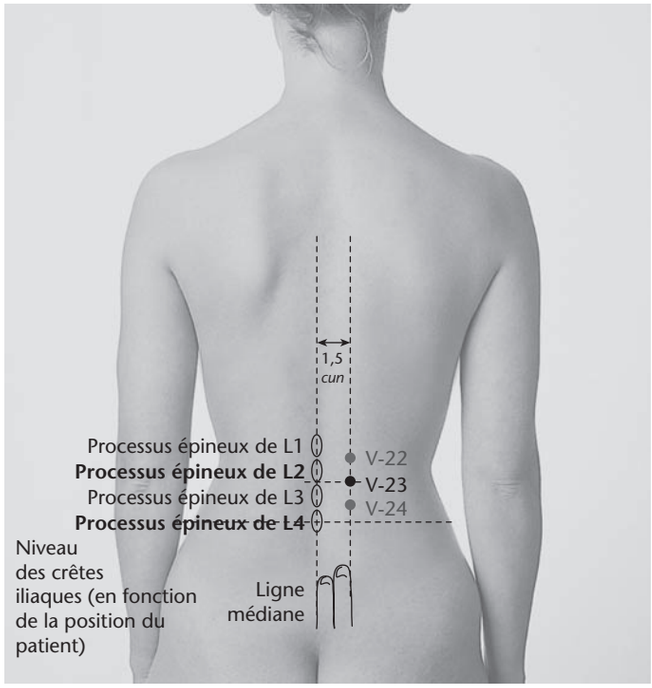


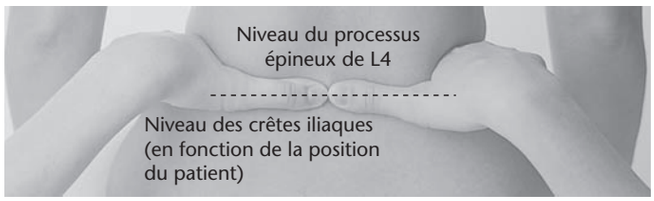




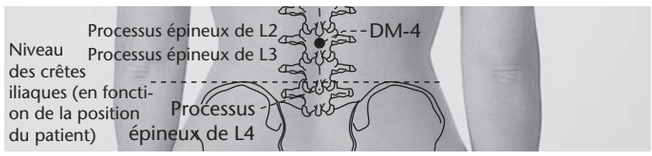
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

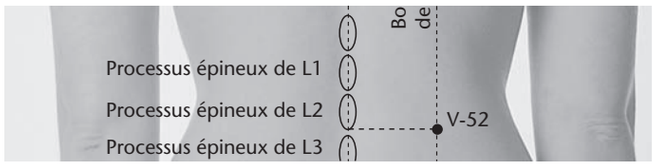
Shu du Rein SHENSHU V-23











Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre lombale (L2).

Comment le trouver

Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), commencer par déterminer la ligne de Tuffier (ligne qui relie le sommet des crêtes iliaques), qui, dans la plupart des cas, coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). De là, remonter en comptant jusqu'au processus épineux de L2 et, à ce niveau, localiser **V-23,** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au sommet de la musculature paravertébrale.

Au même niveau, on trouve → **DM-4** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-52** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

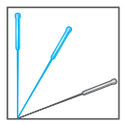
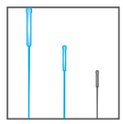
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence des reins.

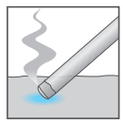
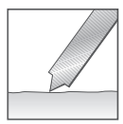
Actions/indications

- Renforce le Rein, tonifie le Qi et le Yang du Rein, a des effets bénéfiques sur l'Essence (*jing*), nourrit le Yin du Rein.
- Régule le Réchauffeur Inférieur et a des effets bénéfiques sur l'utérus.
- A des effets bénéfiques sur les os et la moelle.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles et les yeux.
- Renforce la région lombale.

Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos du Rein ; selon certains auteurs, point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*). Point essentiel pour tonifier le Rein. Utiliser la technique de tonification pour tous les syndromes de vide du Rein. La moxibustion tonifie essentiellement le Yang du Rein. **Attention** : la moxibustion est contre-indiquée en cas de vide de Yin du Rein, surtout en présence d'une Chaleur vide (Chaleur des cinq cœurs (Chaleur de la poitrine, des paumes des mains et des plantes des pieds), transpirations nocturnes, agitation et souvent langue rouge).

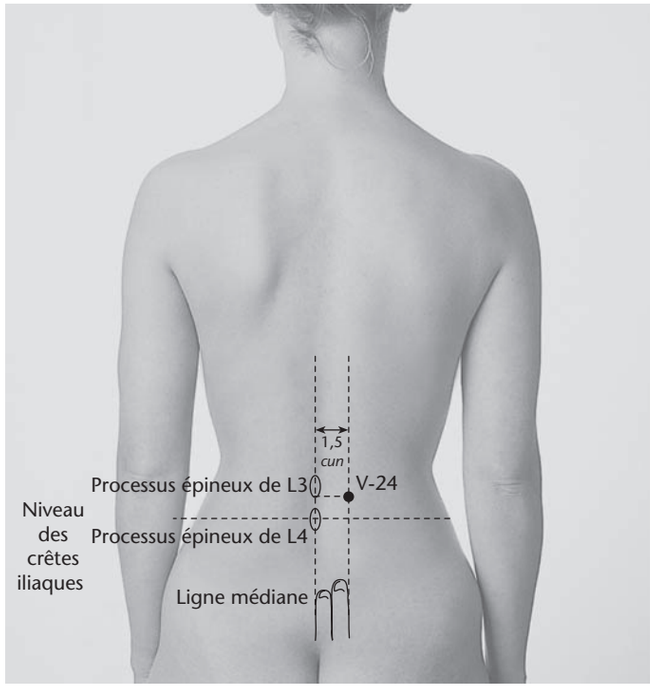


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-24 *Shu de la Mer du Qi* QIHAISHU

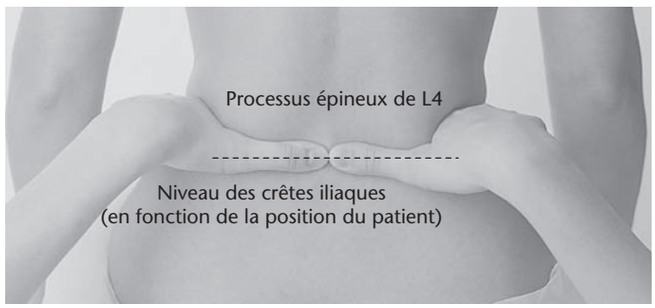
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 3ème vertèbre lombale (L3).



Comment le trouver

Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), il faut commencer par déterminer la ligne de Tuffier. Poser les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du sommet des crêtes iliaques, les pouces se rejoignant sur la colonne lombale, au niveau de la ligne médiane. Dans la plupart des cas, la ligne de Tuffier coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). De là, remonter en comptant jusqu'au processus épineux de L3 et, à ce niveau, localiser **V-24,** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure. Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et le point hors méridien → ***xiajishu*** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

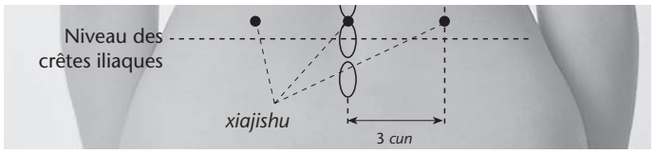


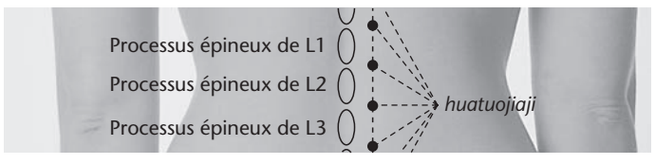
Insertion de l'aiguille

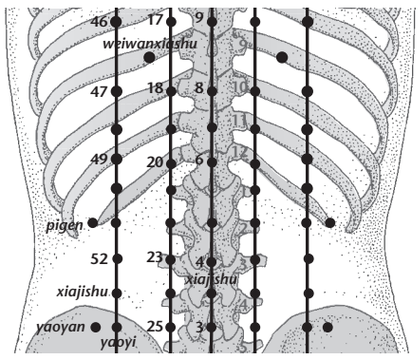
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

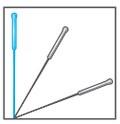
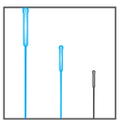
Actions/indications

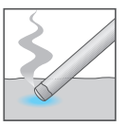
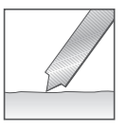
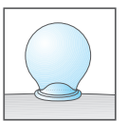
- A des effets bénéfiques sur le dos et renforce les genoux.
- Régule et tonifie le Qi et le Sang du Réchauffeur Inférieur.





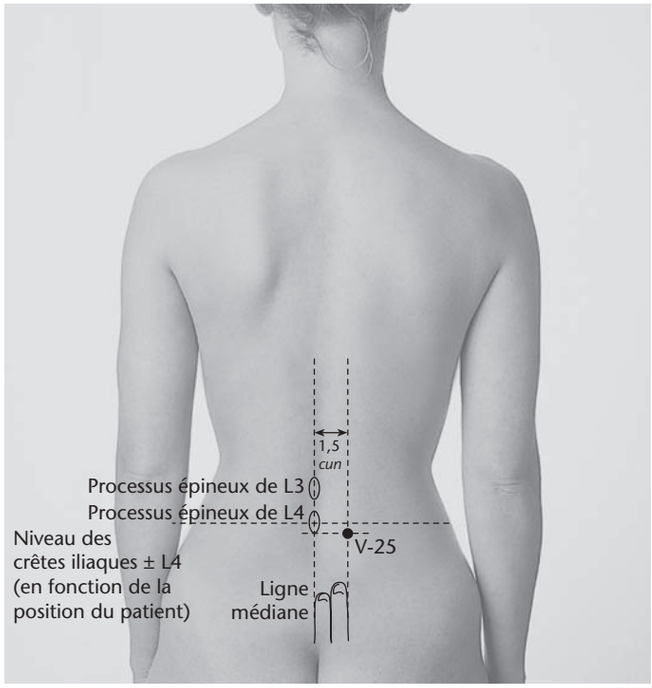



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu du Gros Intestin DACHANGSHU V-25



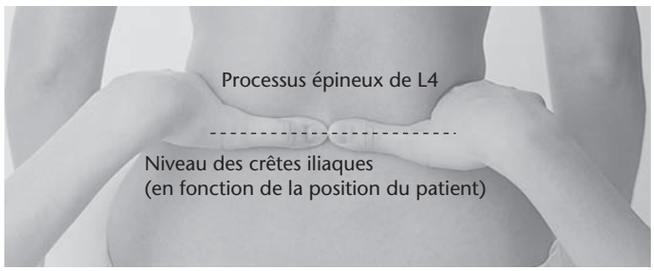
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 4ème vertèbre lombale (L4).

Comment le trouver

Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), commencer par déterminer la ligne de Tuffier. Poser les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du sommet des crêtes iliaques, les pouces se rejoignant sur la colonne lombale, au niveau de la ligne médiane. Dans la plupart des cas, la ligne de Tuffier coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). À ce niveau, localiser **V-25,** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure.

Au même niveau, on trouve → **DM-3** (sur la ligne médiane), un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), le point hors méridien → ***yaoyi*** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et le point hors méridien → ***yaoyan*** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).



Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

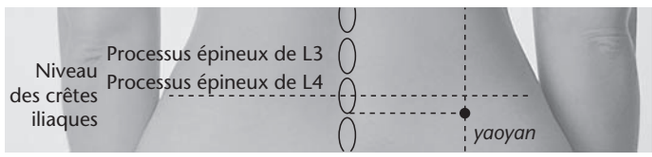
Actions/indications

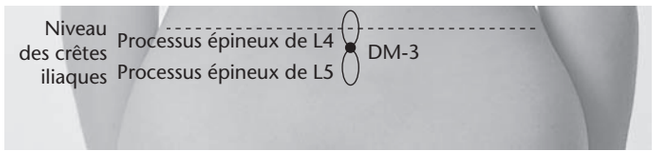
- Régule les intestins et favorise la circulation du Qi.

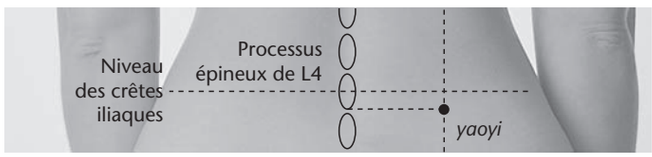
Caractéristiques particulières

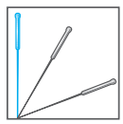
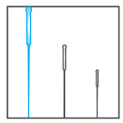
Point *shu* du dos du Gros Intestin. Point important pour réguler le Qi du Gros Intestin. Point local important pour les troubles lombales chroniques et aigus.

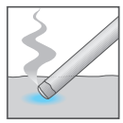
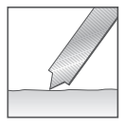
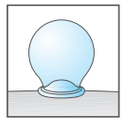








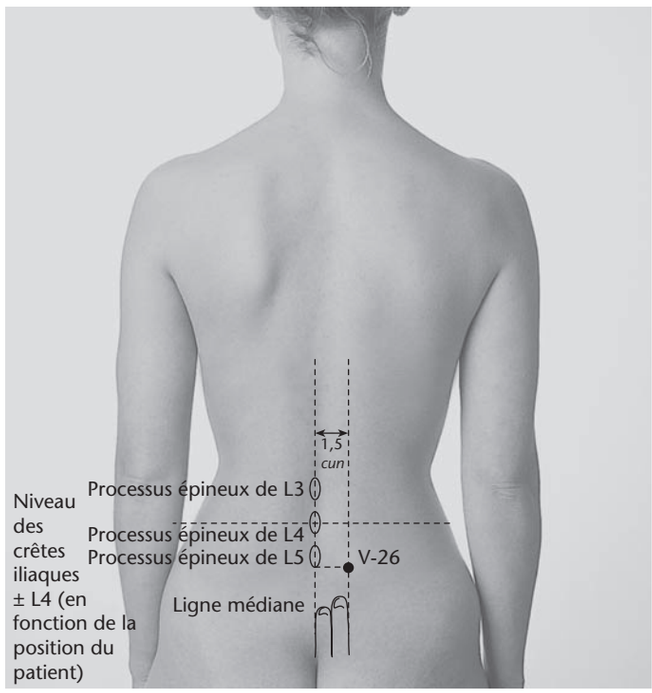





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-26 *Shu de la Porte de l'Origine* GUANYUANSHU

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 5ème vertèbre lombale (L5).



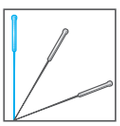
Comment le trouver

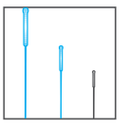
Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), commencer par déterminer la ligne de Tuffier. Poser les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du sommet des crêtes iliaques, les pouces se rejoignant sur la colonne lombale, au niveau de la ligne médiane. Dans la plupart des cas, la ligne de Tuffier coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient ; pour plus de détails sur l'anatomie de la région lobaire et la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4). Ensuite, localiser le bord inférieur du processus épineux de L5 et, à ce niveau, localiser **V-26,** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure.

Au même niveau, on trouve le point hors méridien → ***shiqizhui*** (sur la ligne médiane) et un des points hors méridien → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

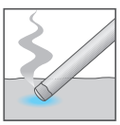
Insertion de l'aiguille

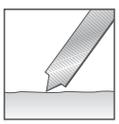
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

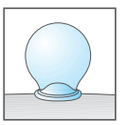








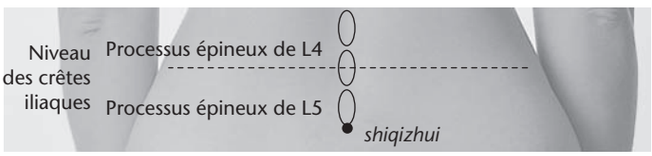


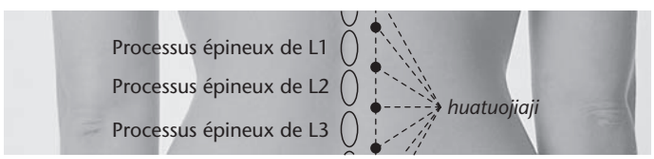


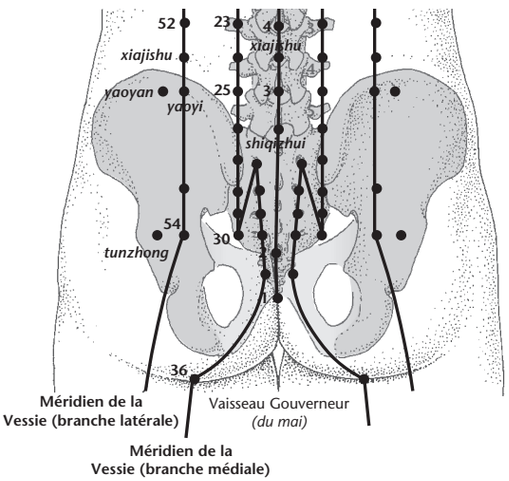


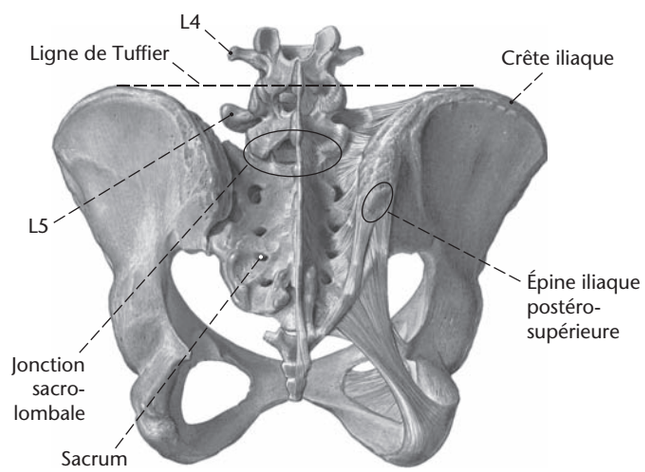
Actions/indications

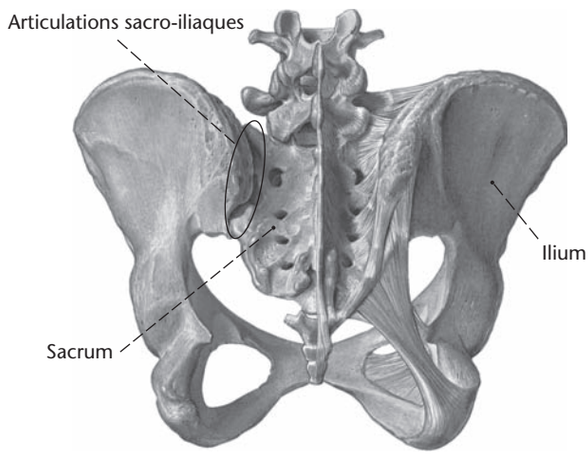
- Renforce le dos, traite surtout les syndromes de vide du Rein.
- Régule le Réchauffeur Inférieur.





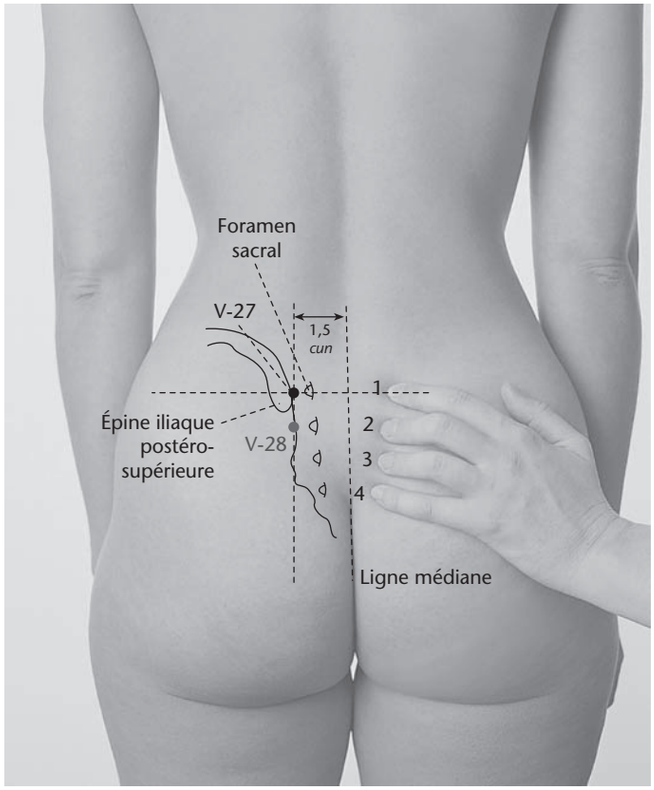


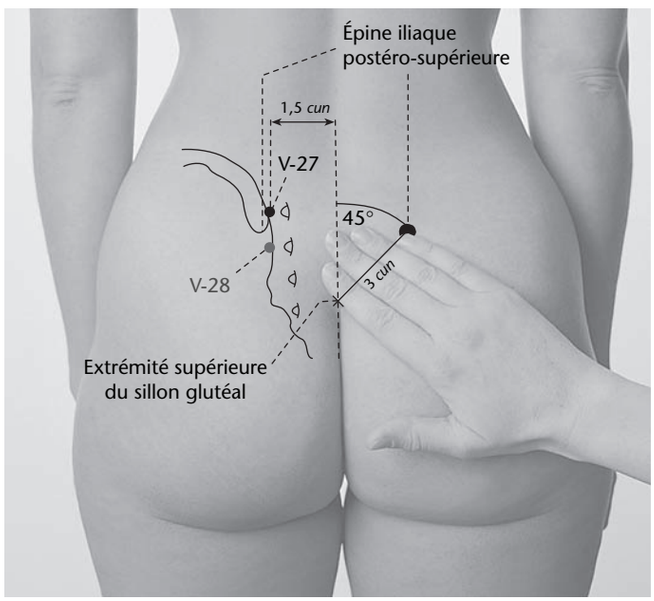


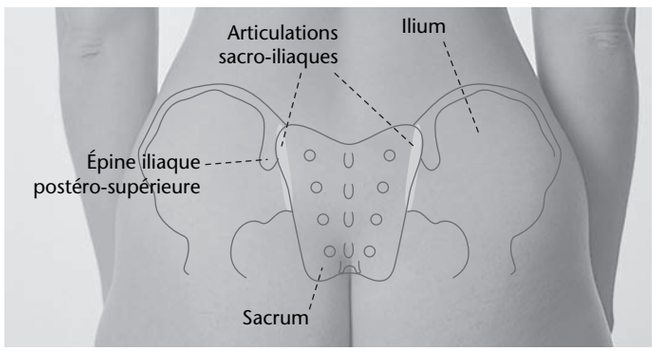


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu de l'Intestin Grêle XIAOCHANGSHU V-27







Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 1er foramen sacral.

Comment le trouver

Méthode rapide : localiser l'épine iliaque postéro-supérieure (→ 3.4.3) : à partir du sillon glutéal, mesurer 3 *cun* (un travers de main) vers le haut et sur le côté en respectant un angle de 45°, jusqu'à ce que le doigt sente une crête osseuse nette (souvent signalée, au niveau superficiel, par la présence d'une fossette). **V-27** se trouve légèrement au-dessus de l'épine iliaque postéro-supérieure et en direction médiale par rapport à celle-ci, au niveau du 1er foramen sacral. Pour plus de détails sur l'anatomie de la région lombale et de la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4.

Au même niveau, on trouve → **V-31** (sur le 1er foramen sacral) et → **V-28** (légèrement en dessous de l'épine iliaque postéro-supérieure et en direction médiale par rapport à celle-ci, au niveau du 2ème foramen sacral).

Insertion de l'aiguille

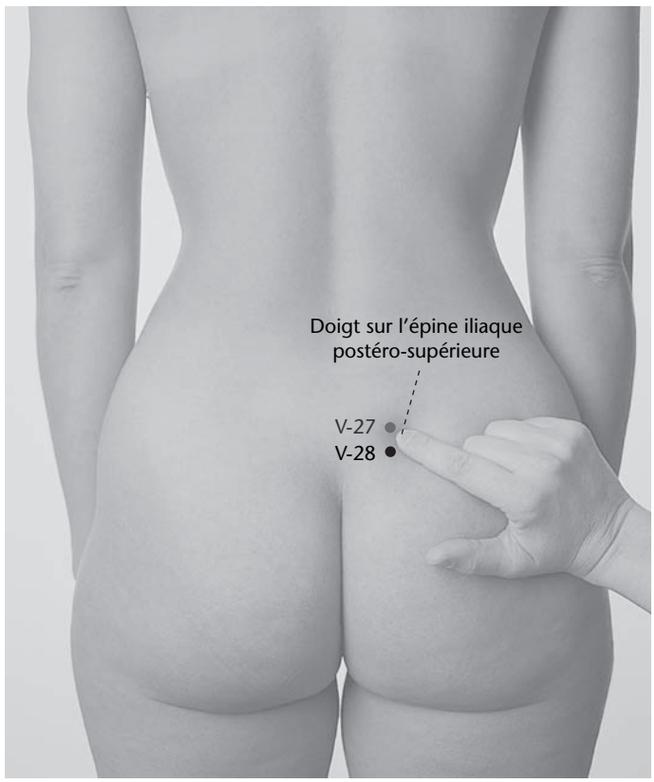
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

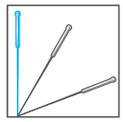
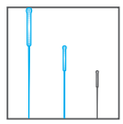
Actions/indications

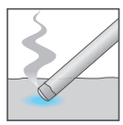
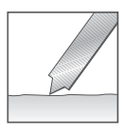
- Tonifie le Qi de l'Intestin Grêle.
- Draine l'Humidité et la Chaleur-Humidité.
- Régule la voie des eaux.

Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos de l'Intestin Grêle.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-28 *Shu de la Vessie* PANGGUANGSHU

Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 2ème foramen sacral.

Comment le trouver

Méthode rapide : localiser l'épine iliaque postéro-supérieure (→ 3.4.3) : à partir du sillon glutéal, mesurer 3 *cun* (un travers de main) vers le haut et sur le côté en respectant un angle de 45°, jusqu'à ce que le doigt sente une crête osseuse nette (souvent signalée, au niveau superficiel, par la présence d'une fossette). **V-28** se trouve légèrement en dessous de l'épine iliaque postéro-supérieure et en direction médiale par rapport à celle-ci, au niveau du 2ème foramen sacral. Pour plus de détails sur l'anatomie de la région lombale et de la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4.

Au même niveau, on trouve → **V-32** (sur le 2ème foramen sacral), **V-53** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-27**, légèrement au-dessus de l'épine iliaquepostéro-supérieure et en direction médiale par rapport à celle-ci, au niveau du 1er foramen sacral.

Insertion de l'aiguille

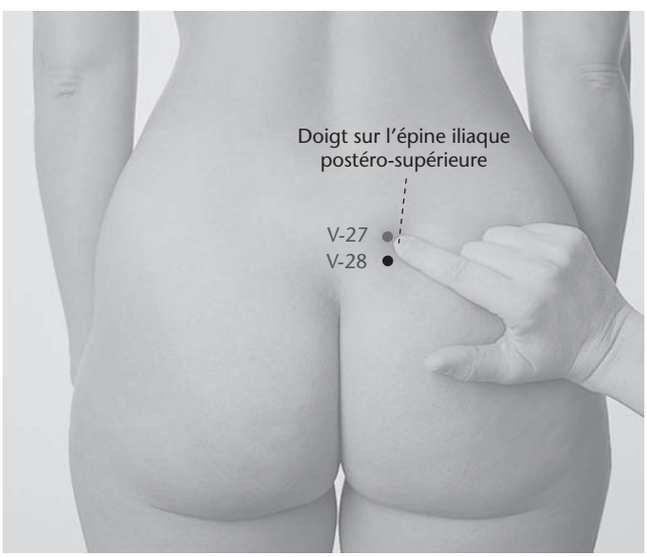
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Pour les troubles locaux, insertion oblique en direction de l'articulation sacro-iliaque.

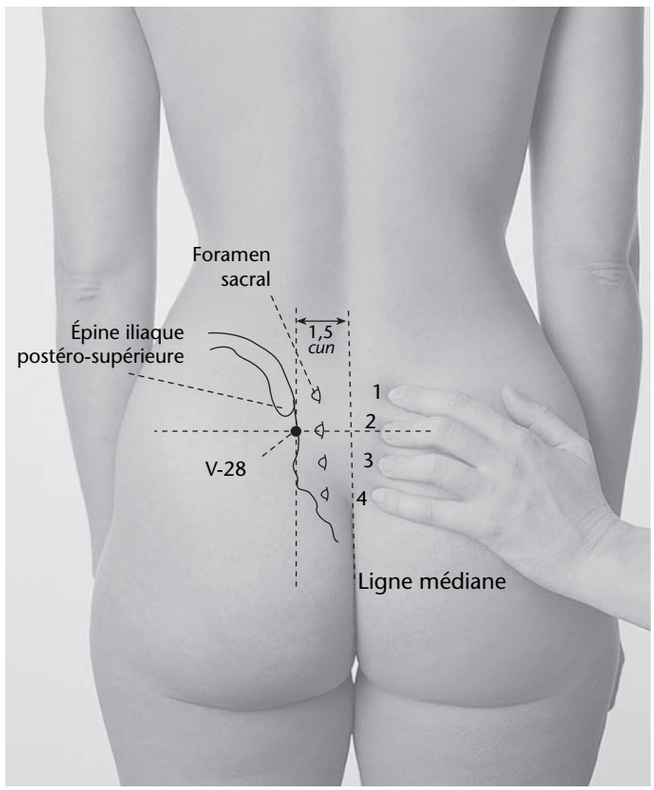
Actions/indications

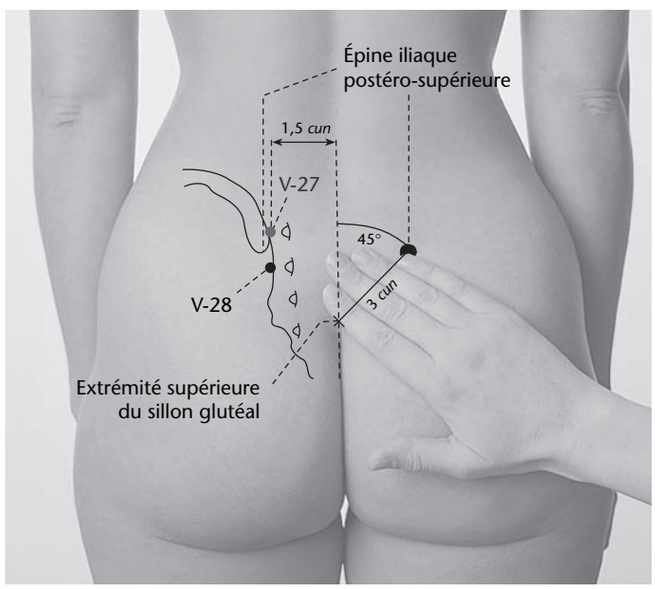
- Régule la Vessie et le Réchauffeur Inférieur, élimine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur, disperse la stagnation et élimine les masses.
- A des effets bénéfiques sur la région lombale et les jambes.

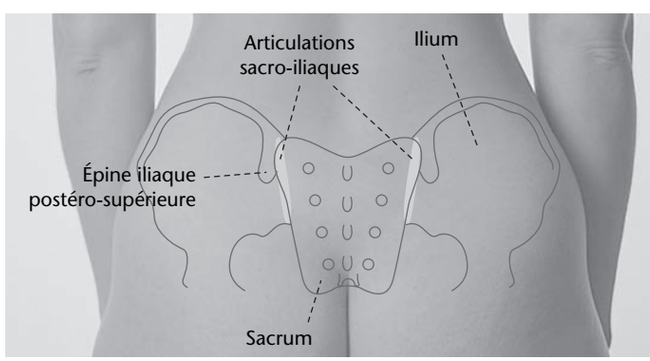
Caractéristiques particulières

Point *shu* du dos de la Vessie.



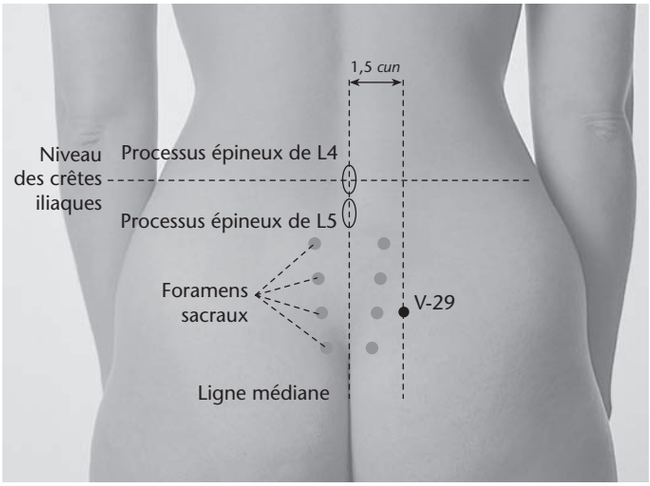






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu des vertèbres centrales ZHONGLÜSHU V-29



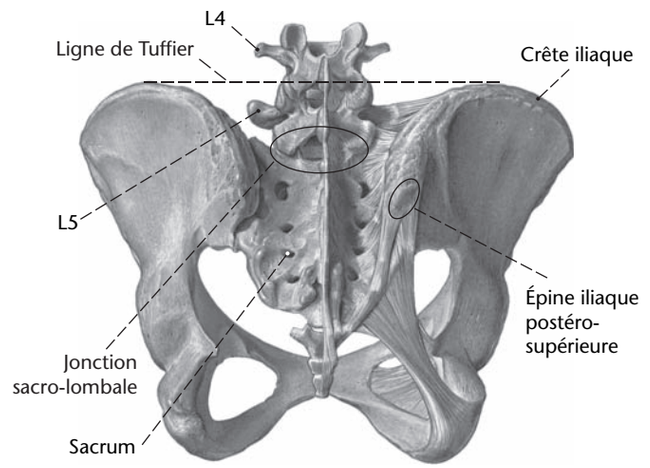
Localisation

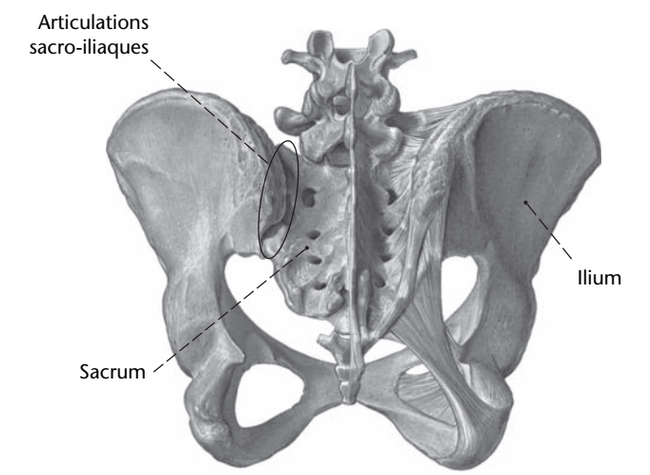
1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 3ème foramen sacral.

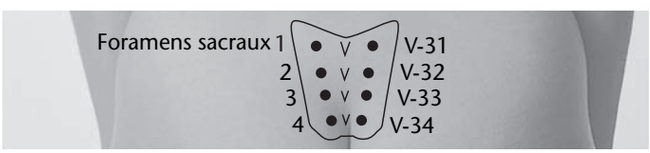
Comment le trouver

Pour plus de détails sur l'anatomie de la région lombale et de la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4. Tout d'abord, commencer par localiser L5. La structure palpable suivante qui est directement en dessous correspond au processus épineux sacral le plus haut. Palper alors vers le bas et compter 2 processus sacraux puis localiser le 3ème foramen sacral, dans une dépression à moins de 1 *cun* en dehors du 3ème processus sacraux. **V-29** se trouve au même niveau (3ème foramen sacral) et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure.

Au même niveau, on trouve → **V-33** (sur le 3ème foramen sacral).





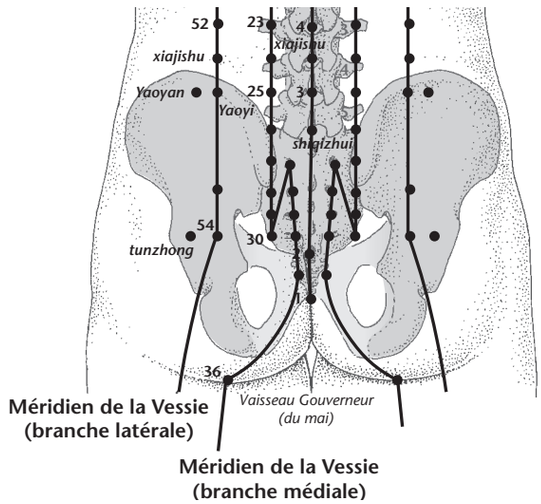


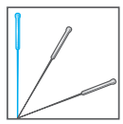
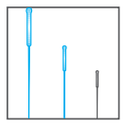
Insertion de l'aiguille

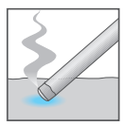
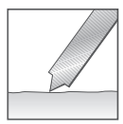
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/Indications

- Renforce les lombes et le Rein.
- Expulse le Froid.
- Régule le Réchauffeur Inférieur et arrête les diarrhées.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-30 *Shu de l'anneau blanc* BAIHUANSHU

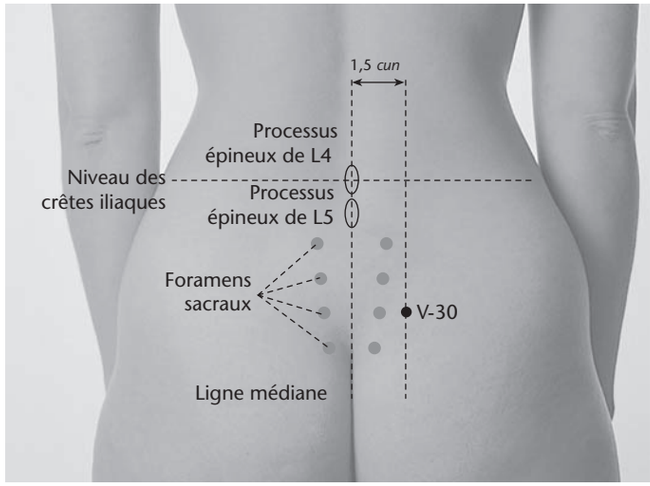
Localisation

1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 4ème foramen sacral.

Comment le trouver

Pour plus de détails sur l'anatomie de la région lombale et de la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4. Tout d'abord, commencer par localiser L5. La structure palpable suivante directement en dessous correspond au processus épineux sacral le plus haut. Compter alors 3 processus sacraux vers le bas puis localiser le 4ème foramen sacral, dans une dépression à moins de 1 *cun* en dehors du 4ème processus sacral. **V-30** se trouve au même niveau (4ème foramen sacral) et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure.

Au même niveau, on trouve → **V-34** (sur le 4ème foramen sacral) et → **V-54** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

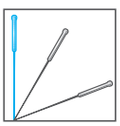
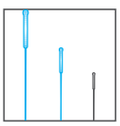


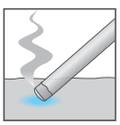
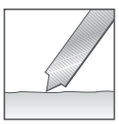
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

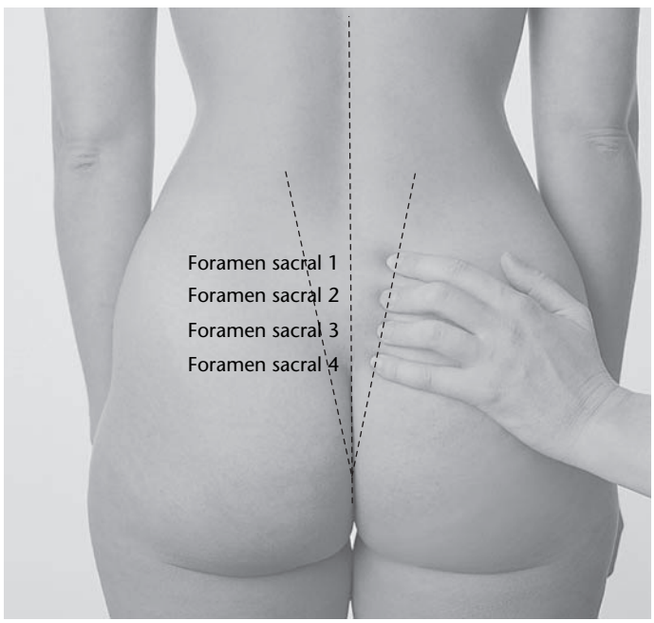
Actions/indications

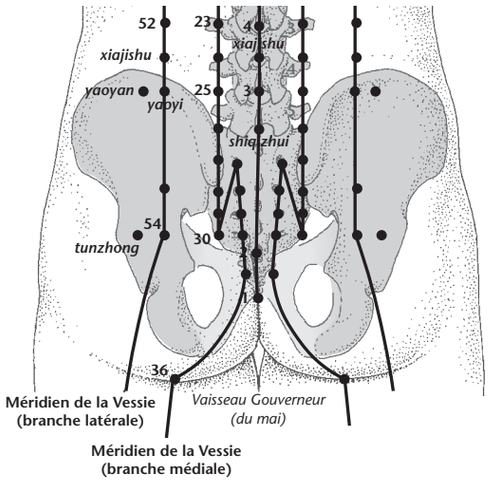
- Renforce les lombes et les genoux.
- Élimine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur.
- Régule les menstruations.

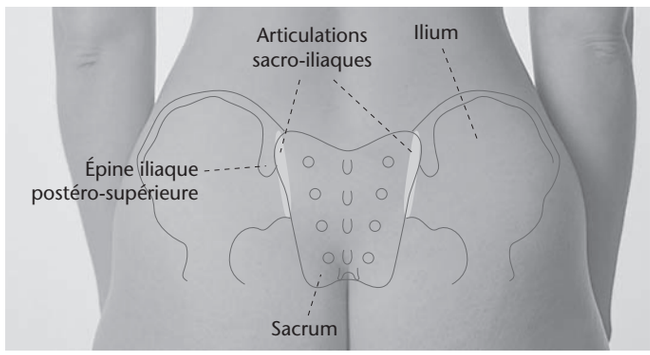



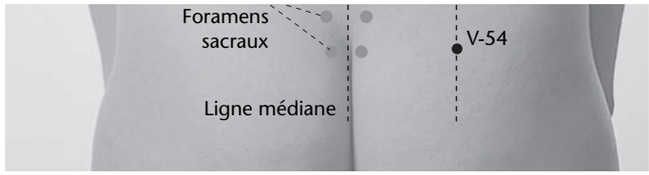





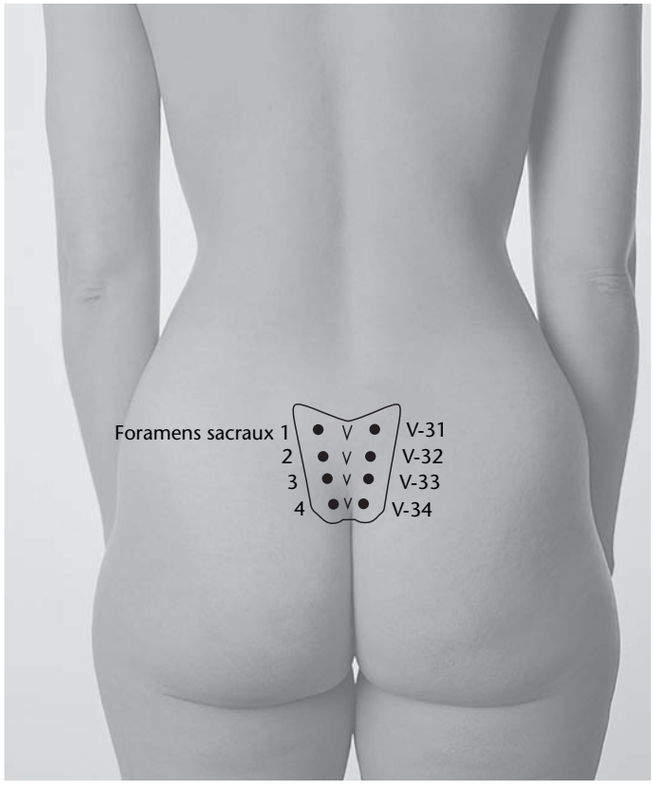








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Ces points sont décrits ensemble car leurs actions et leurs indications sont similaires.
V-31 (*shangliao*) « Crevasse supérieure », 1er foramen sacral
V-32 *(ciliao*) « Seconde crevasse », 2ème foramen sacral
V-33 (zhongliao) « Crevasse centrale », 3ème foramen sacral
V-34 (*xialiao*) « Crevasse inférieure », 4ème foramen sacral

Localisation

V-31 sur le 1er foramen sacral
V-32 sur le 2ème foramen sacral
V-33 sur le 3ème foramen sacral
V-34 sur le 4ème foramen sacral

Comment les trouver

Pour plus de détails sur l'anatomie de la région lombale et de la région du sacrum → 3.4.3, 3.4.4. Tout d'abord, commencer par localiser L5. La structure palpable suivante directement en dessous correspond au processus épineux sacral le plus haut. Palper alors sur le côté, au niveau des processus sacraux, pour trouver les dépressions correspondant aux foramens sacraux. **Ou** : localiser le 4ème foramen sacral, puis placer l'annulaire, le majeur et l'index en recherchant les dépressions des foramens sacraux, qui forment une sorte de « V » orienté vers le haut. Les doigts étant dans cette position, l'index repose sur le 1er foramen sacral (**V-31**), le majeur sur le 2ème foramen sacral (**V-32**), l'annulaire sur le 3ème foramen sacral (**V-33**) et l'auriculaire sur le 4ème foramen sacral (**V-34**).
Au même niveau que ces quatre points, on trouve les points de → **V-27** à **V-30**, situés sur la branche interne du méridien de la Vessie (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), de même que → **V-53** (au niveau de **V-32**) et → **V-54** (au niveau de **V-34**), tous deux 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. On trouve également, au niveau de **V-34**, le point hors méridien → ***tunzhong*** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

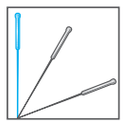
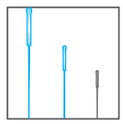
Insertion perpendiculaire de 0,7 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : ce point est contre-indiqué pendant la grossesse (surtout en technique de dispersion), sauf si l'on veut faciliter l'accouchement.

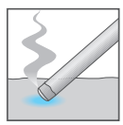
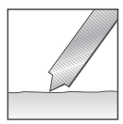
Actions/indications

- Régulent le Réchauffeur Inférieur, favorisent les mictions (les huit points) (**V-32** et **V-33** sont les plus efficaces en cas de troubles urinaires alors que **V-34** convient mieux en cas de troubles des organes génitaux).
- Renforcent le Rein et l'Essence.
- Ont des effets bénéfiques sur les Intestins (c'est **V-34** qui est le plus efficace pour traiter les troubles intestinaux).
- Facilitent l'accouchement (par exemple, en utilisant une stimulation électrique sur **V-32**).
- Ont des effets bénéfiques sur la région lombale (**V-32** et **V-33** sont les plus efficaces).

Caractéristiques particulières

Selon certains auteurs, points de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire. En pratique clinique, **V-32** est le point le plus couramment utilisé en raison de son vaste champ d'action. La stimulation électrique sur **V-32** est utile pour soulager la douleur pendant l'accouchement : après avoir piqué ce point, imprimer un angle de 90° à l'extrémité supérieure de l'aiguille vers le haut et le fixer à la peau avec du sparadrap. Fixer ensuite l'appareil de stimulation électrique. Cette technique permet à la patiente de rester couchée sur le dos si elle le souhaite.
La moxibustion sur ces points est conseillée chez les personnes âgées en cas de difficultés de mictions ou de défécation dues à un vide du Rein.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-35 *Réunion du Yang* HUIYANG

Localisation

0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau de l'extrémité du coccyx.

Comment le trouver

Localiser le coccyx, au-dessus de l'anus. Contrairement au sacrum, le coccyx est mobile. **V-35** se trouve 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau de l'extrémité du coccyx.

→ **DM-2** se trouve sur la ligne médiane, au niveau du hiatus du sacrum (→ 3.4.4), et au-dessus de **V-35** et de l'extrémité du coccyx.

Insertion de l'aiguille

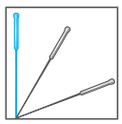
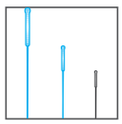
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

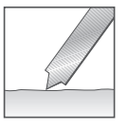
Actions/indications

- Élimine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur.
- Traite les hémorroïdes et le prolapsus rectal.
- A des effets bénéfiques sur le coccyx.

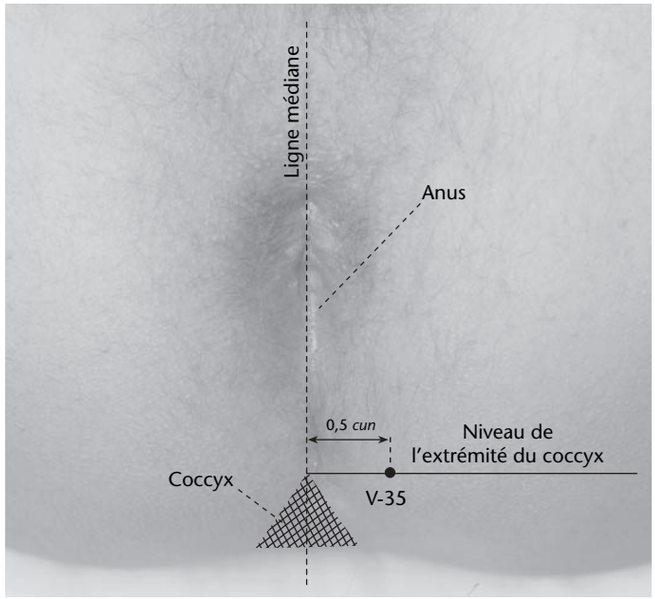
Caractéristiques particulières

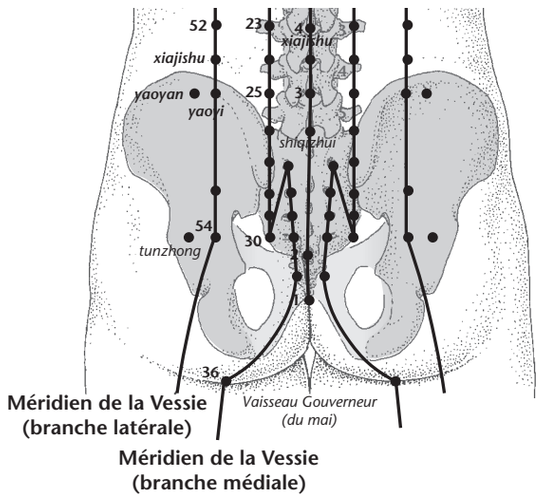
Ce point ne doit être piqué qu'en cas de nécessité impérieuse et après avoir désinfecté la zone trois fois, surtout chez les patients dont les défenses immunitaires sont faibles.

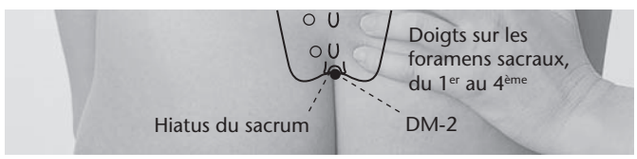





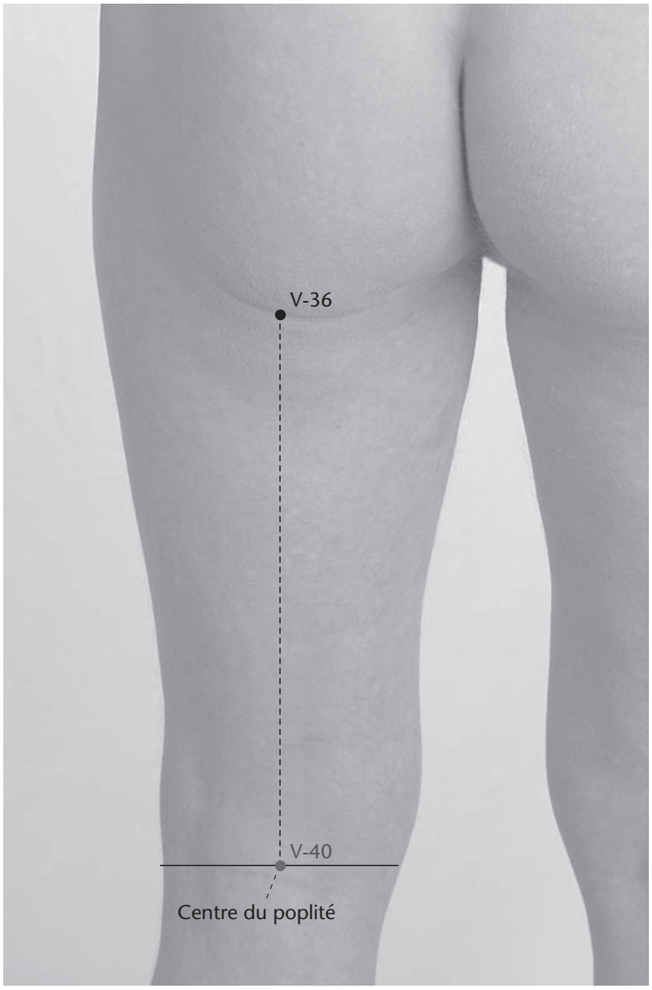






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Retient et soutient CHENGFU V-36



Localisation

Dans le pli glutéal, au-dessus du milieu du pli poplité (→ **V-40**).

Comment le trouver

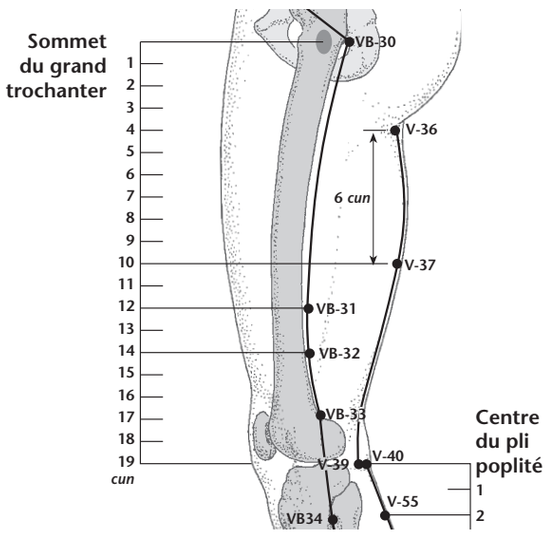
Localiser le milieu du pli poplité (chez les patients obèses, prendre les structures musculaires et osseuses comme points de repère pour trouver le milieu). **V-36** se trouve sur une ligne verticale, juste au-dessus du milieu du pli poplité, dans le pli glutéal qui marque la transition entre la fesse et la face postérieure de la cuisse (palper et rechercher une dépression).

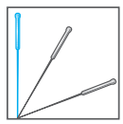
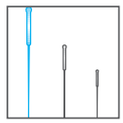
Insertion de l'aiguille

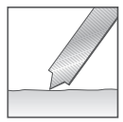
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien, soulage la douleur.
- Décontracte les tendons.
- Régule le Réchauffeur Inférieur et traite les hémorroïdes.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-37 *Porte de l'abondance* YINMEN

Localisation

6 *cun* en dessous de → **V-36** (pli glutéal), sur une ligne qui relie → **V-36** et → **V-40** (au pli poplité), dans un creux dans la musculature.

Comment le trouver

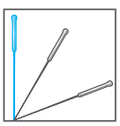
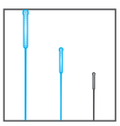
Commencer par localiser → **V-36** au centre du pli poplité et de là, faire descendre le doigt sur la face postérieure de la cuisse en direction du centre du pli poplité (→ **V-40**). C'est là que se trouve **V-37** qui, chez des patients minces, se trouve là où convergent le chef long du muscle biceps fémoral et le muscle semitendineux (généralement 8 *cun* au-dessus du centre du pli poplité). **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3 ou ruban élastique) : mettre les auriculaires respectivement au centre du pli poplité (→ **V-40**) et au centre du pli glutéal (→ **V-36**). Localiser **V-37** 1 à 2 *cun* en direction proximale par rapport au milieu de cette distance, dans une dépression située entre les ventres des deux muscles.

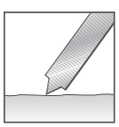
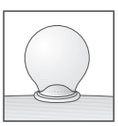
Insertion de l'aiguille

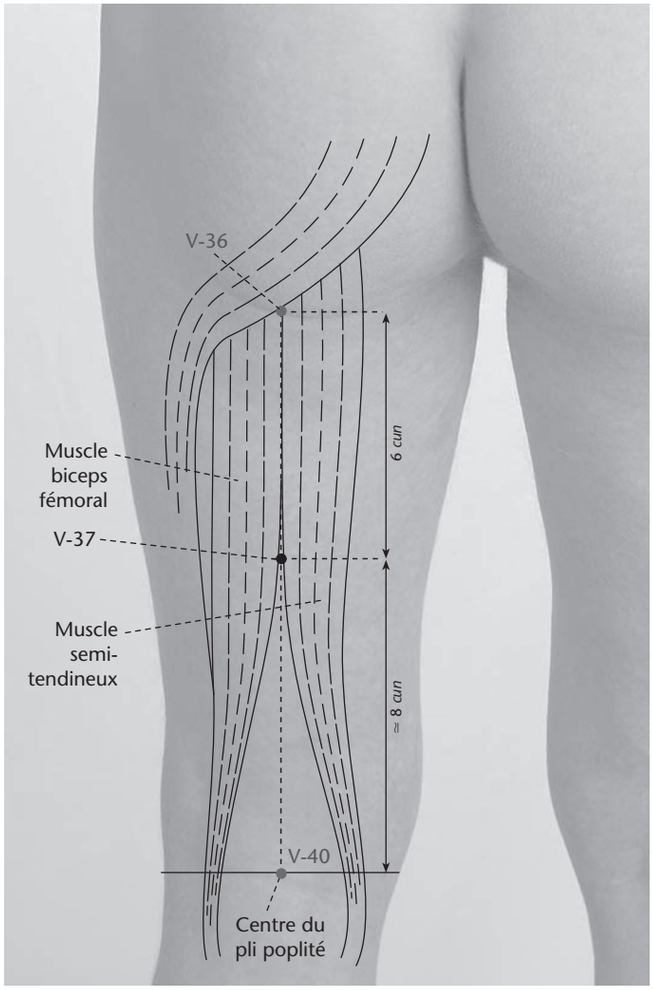
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 2 *cun* de profondeur.

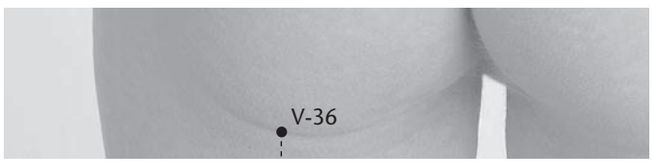
Actions/indications

- Décontracte les tendons.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- A des effets bénéfiques sur les lombes.

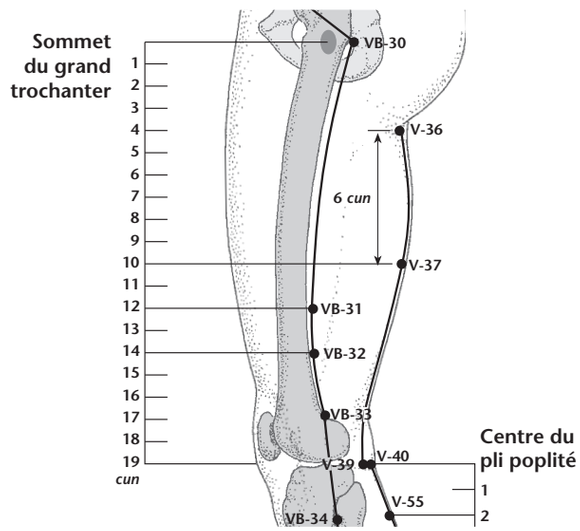



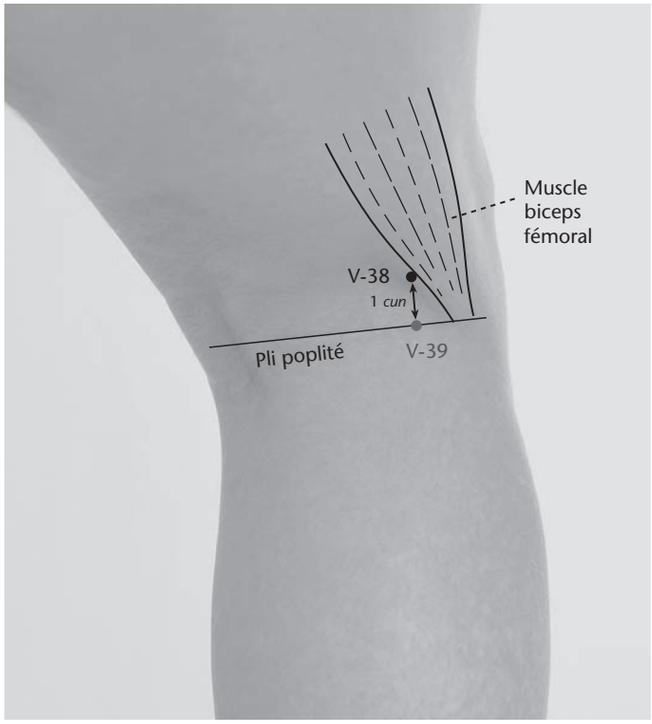


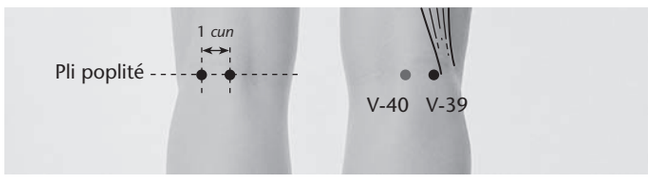




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fissure flottante FUXI V-38





Localisation

À l'arrière du genou, 1 *cun* au-dessus et sur le côté du centre du pli poplité (→ **V-40**), sur le bord médial du tendon du biceps fémoral, ou 1 *cun* au-dessus de → **V-39**.

Comment le trouver

Pour localiser le pli poplité, demander au patient de légèrement fléchir le genou et trouver l'espace de l'articulation du genou. Lorsque le patient plie le genou alors qu'on lui oppose une résistance, le tendon du muscle biceps fémoral devient plus facilement visible. Localiser **V-38** 1 *cun* au-dessus de l'articulation du genou, sur le bord médial du tendon.

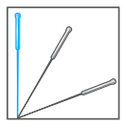
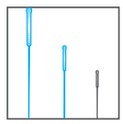
→ **V-39** se trouve 1 *cun* en dessous de **V-38**, au niveau du pli poplité.

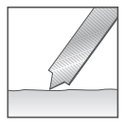
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Décontracte les muscles et les tendons.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Élimine la Chaleur (de l'Intestin Grêle).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-39 *Extérieur de la courbe* WEIYANG

Localisation

À l'extrémité latérale du pli poplité, sur le bord médial du tendon du chef long du biceps fémoral, ou 1 *cun* en dehors de → **V-40** (qui est au centre du pli poplité).

Comment le trouver

Il est plus facile de localiser ce point lorsque le genou est légèrement fléchi. Déterminer le centre du pli poplité (→ **V-40**) et localiser **V-39** environ 1 *cun* en dehors de celui-ci, dans une dépression médiale par rapport au tendon du chef long du biceps fémoral.

→ **V-40** se trouve au même niveau, au centre du pli poplité.

Insertion de l'aiguille

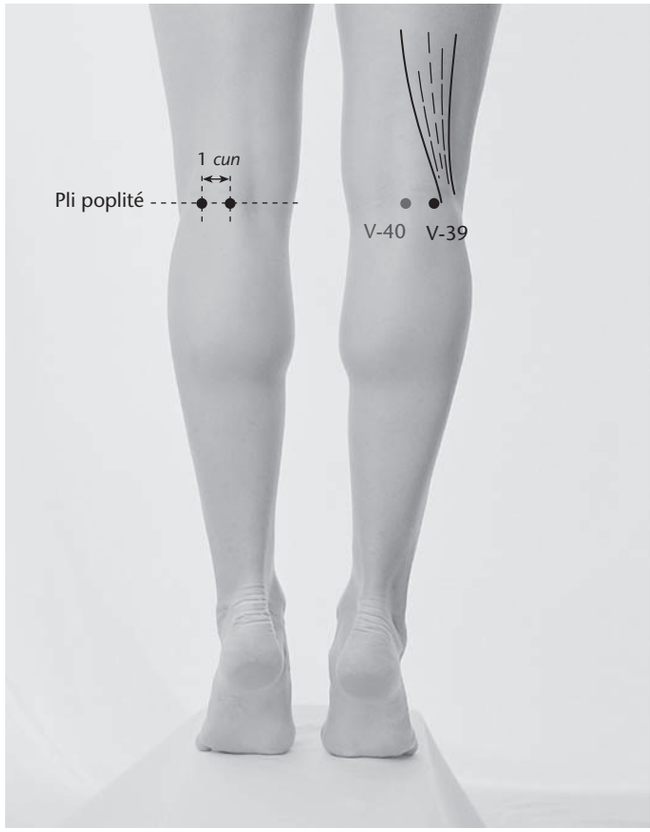
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence du nerf fibulaire commun.

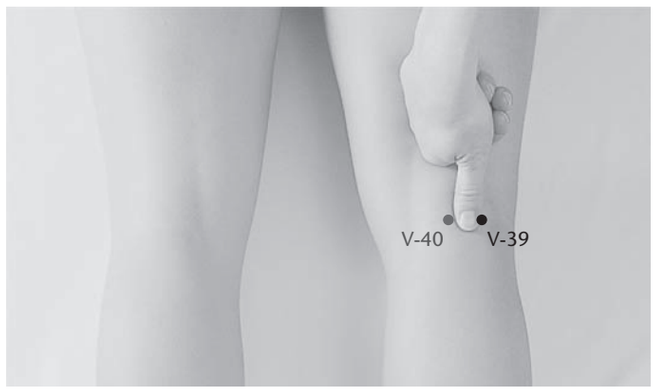
Actions/indications

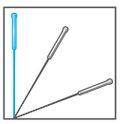
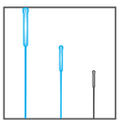
- Harmonise le Triple Réchauffeur et régule la voie des eaux.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

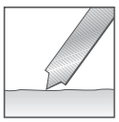
Caractéristiques particulières

Point mer (*he*) inférieur du Triple Réchauffeur.

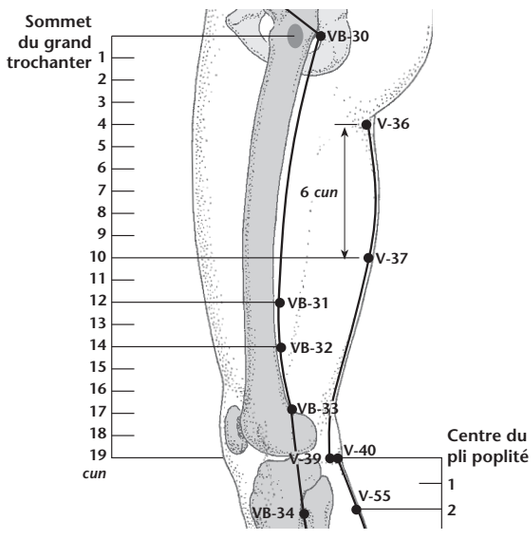




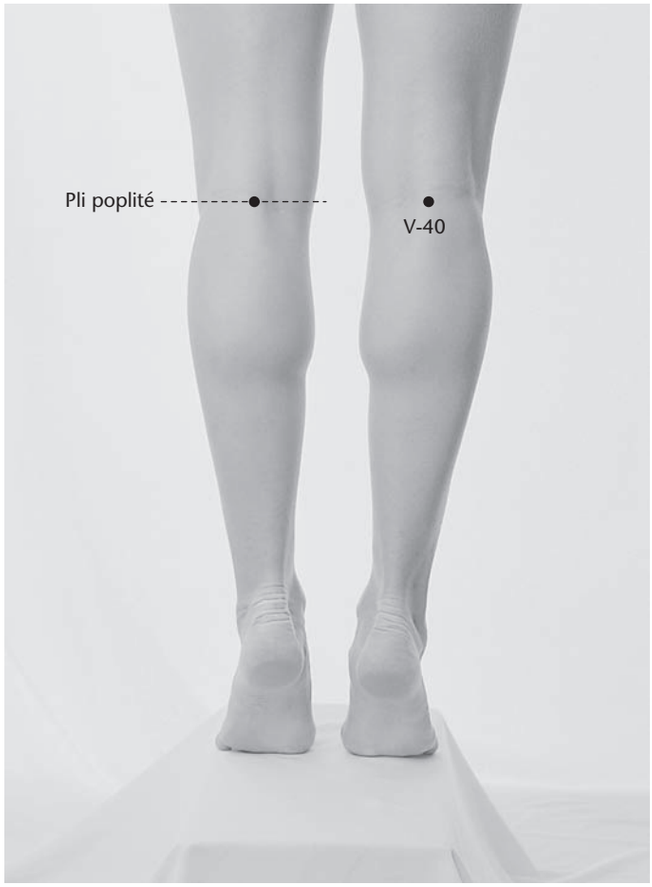



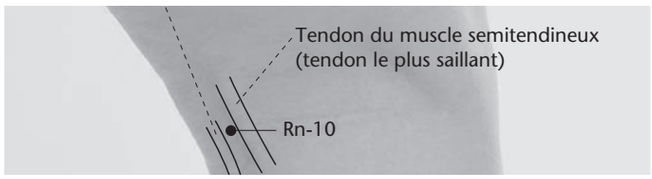


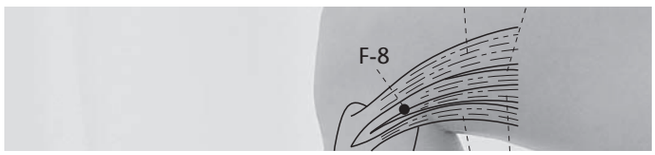


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Milieu de la courbe WEIZHONG V-40







Localisation

Au centre pli poplité, entre les tendons du muscle biceps fémoral et du muscle semitendineux.

Comment le trouver

Il est plus facile de localiser ce point lorsque le genou est légèrement fléchi. Déterminer le centre du pli poplité (on peut y sentir une pulsation) et localiser **V-40**.

Au même niveau, on trouve → **V-39** (1 *cun* sur le côté), → **Rn-10** (en position plus médiale, entre les tendons des muscles semimembraneux et semitendineux) et → **F-8** (en position plus médiale, à l'avant des tendons des muscles semimembraneux et semitendineux).

Insertion de l'aiguille

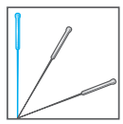
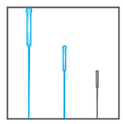
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : le nerf, l'artère et la veine poplités sont à cet endroit, en profondeur. Il faut utiliser la moxibustion avec prudence (elle est contre-indiquée selon certains auteurs). Pour éliminer la Chaleur et lever les stases : faire saigner les veines superficielles et éventuellement poser ensuite brièvement des ventouses. Attention : à utiliser exclusivement dans les pathologies de plénitude et chez des personnes de constitution robuste. **V-40** est aussi indiqué comme point distal pour traiter la région lombale : piquer ce point alors que le patient est debout (par sécurité et pour son équilibre, lui demander de poser les mains sur la table d'examen ou sur une chaise) et remue doucement les lombes pendant la manipulation de l'aiguille (à ne laisser en place que peu de temps). Lorsqu'on pique ce point alors que le patient est allongé sur le ventre, il faut mettre un rouleau ou un oreiller sous ses chevilles pour que le pli poplité soit relâché.

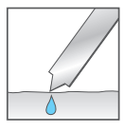
Actions/indications

- Élimine la Chaleur de l'été, arrête les vomissements et les diarrhées.
- Rafraîchit le Sang.
- A des effets bénéfiques sur les lombes et les genoux, ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point mer (*he*), point Terre, point mer (*he*) inférieur de la Vessie, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang, point de commande de Gao Wu pour la région lombale. Point distal important pour la région lombale, point qui a un vaste champ d'applications.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-41 *Branche jointe* FUFEN

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre thoracique (T2).

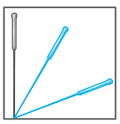
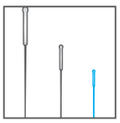
Comment le trouver

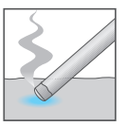
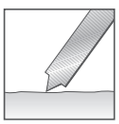
Après avoir localisé le processus épineux de C7 (→ 3.4.1), compter 2 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T2. Localiser **V-41** 3 *cun* en dehors de la ligne médiane (lorsque les épaules sont relâchées et que les bras pendent le long du corps, 3 *cun* correspondent, à ce niveau, à la distance qui sépare la ligne médiane du bord médial de la scapula. Remarque : à partir de **V-41** et jusqu'à → **V-54**, tous les points du méridien de la Vessie se situent sur sa branche externe.

Au même niveau, on trouve un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-12** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **IG-13** (plus sur le côté, sur la scapula).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

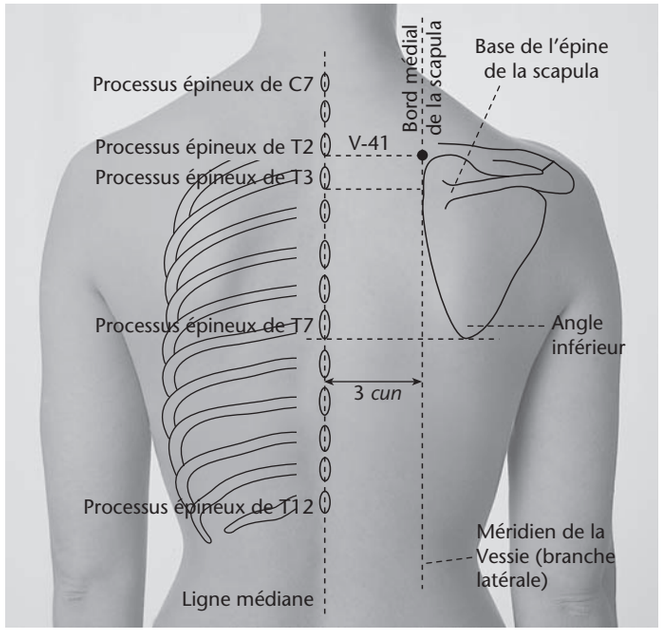


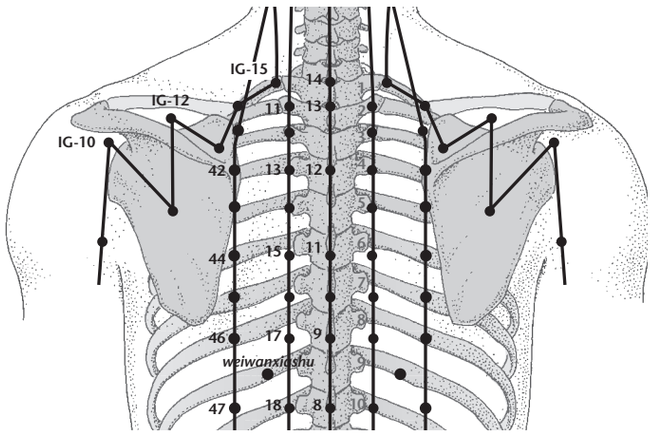
Actions/indications

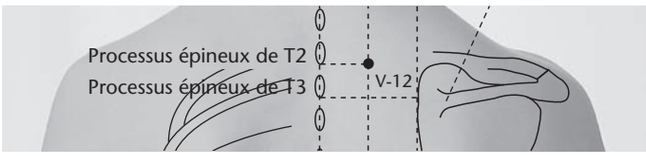
- Expulse les facteurs pathogènes comme le Vent et le Froid.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

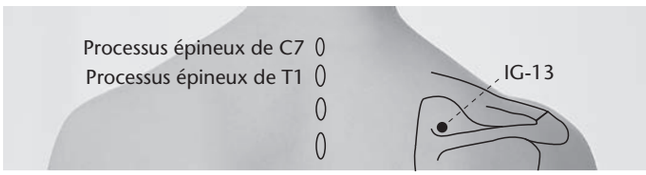
Caractéristiques particulières

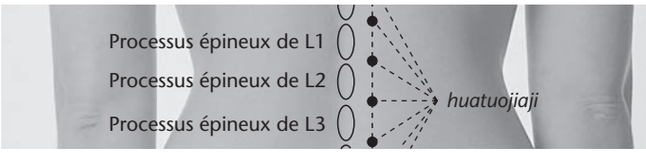
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de l'Intestin Grêle.





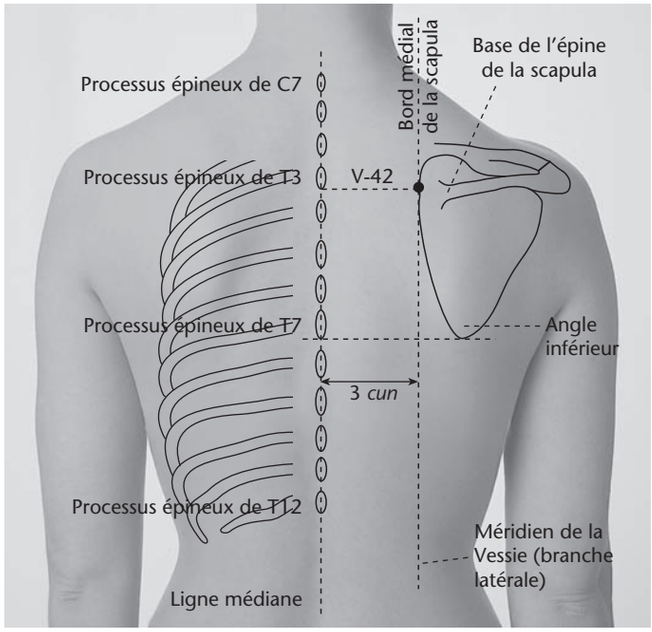


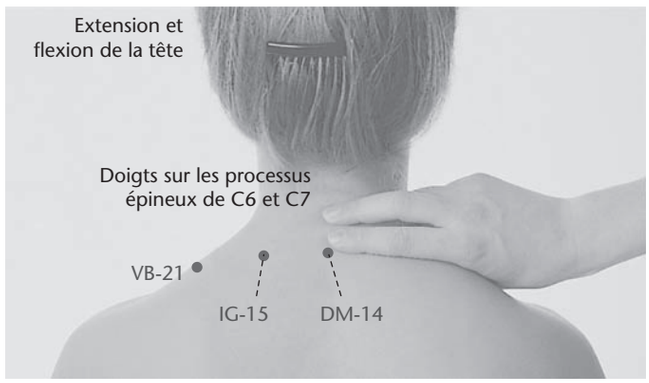


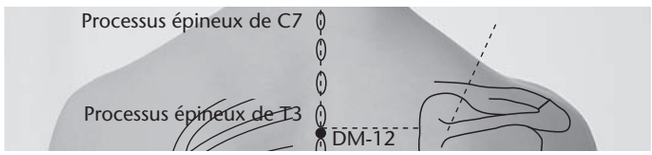


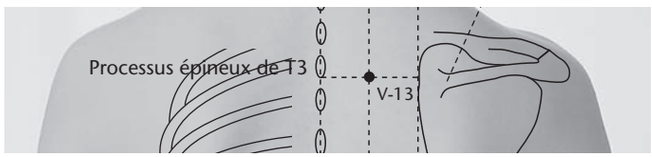
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de l'Âme Corporelle POHU V-42









Localisation

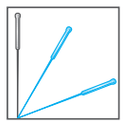
3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 3ème vertèbre thoracique (T3).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 3 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T3. **V-42** se trouve à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : lorsque le patient est assis, les épaules relâchées et les bras qui pendent le long du corps, le processus épineux de T3 est généralement au niveau de l'extrémité médiale de l'épine de la scapula, structure facilement palpable (→ 3.4.2). Localiser **V-42** au niveau du bord inférieur du processus épineux de T3, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. Lorsque les épaules sont relâchées et que les bras pendent le long du corps, 3 *cun* correspondent à la distance qui sépare la ligne médiane du bord médial de la scapula.
Au même niveau, on trouve → **DM-12** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-13** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

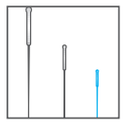
Insertion de l'aiguille

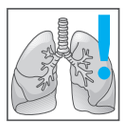
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

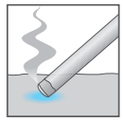


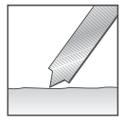
Actions/indications

- Tonifie et nourrit le Poumon.
- Calme la respiration sifflante et la toux, apaise l'âme corporelle (*po*).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.
- Élimine la Chaleur du Poumon.













Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-43 *Shu des centres vitaux* GAOHUANGSHU

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 4ème vertèbre thoracique (T4).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 4 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T4. **V-43** se trouve à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : localiser **V-43** en prenant comme point de repère le processus épineux de T3 (généralement au niveau de l'extrémité médiale facilement palpable de l'épine de la scapula).

Au même niveau, on trouve un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-14** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

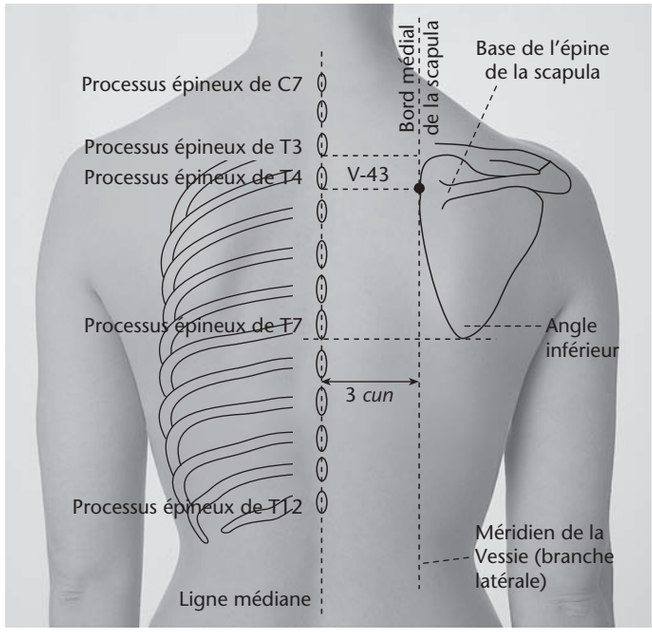
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. On utilise souvent la moxibustion sur ce point. Attention : risque de pneumothorax.

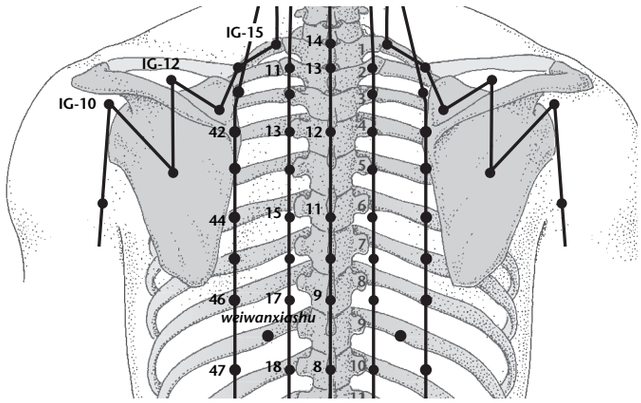
Actions/indications

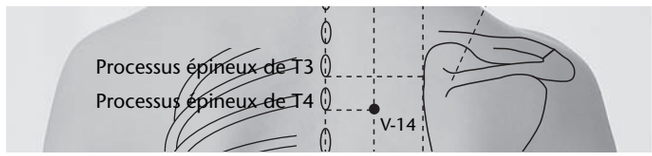
- Tonifie et nourrit les cinq Organes (*zang*) : le Poumon, le Cœur, le Rein, l'Estomac et la Rate.
- Nourrit le Yin et élimine la chaleur.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Renforce le Qi Originel (*yuan qi*).
- Élimine les Glaires.

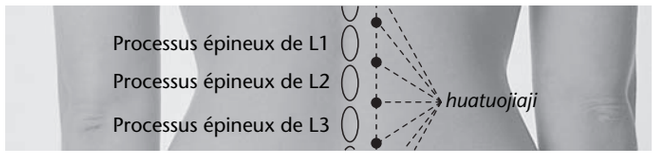
Caractéristiques particulières

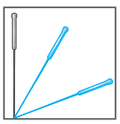
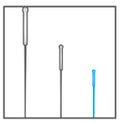
Point important pour traiter les syndromes de type vide (indication classique).

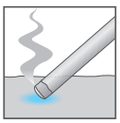
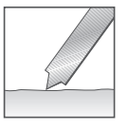








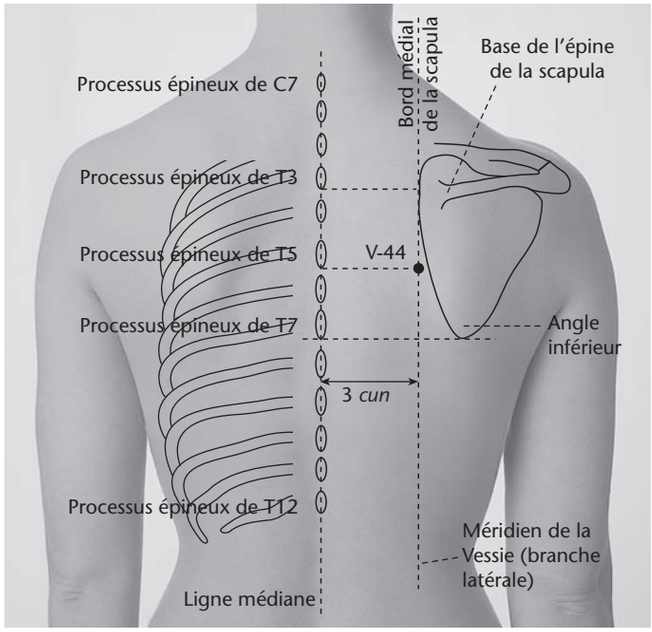



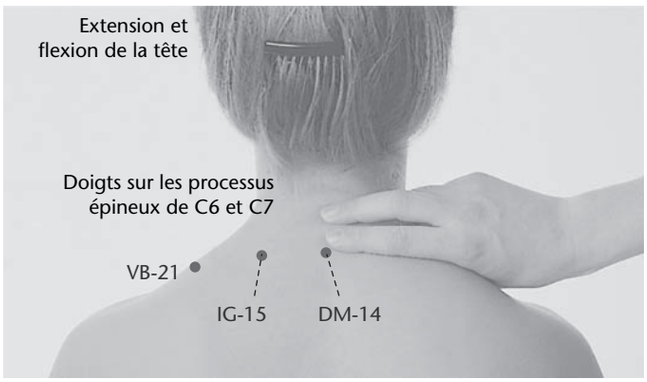



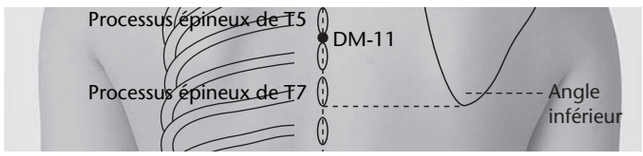


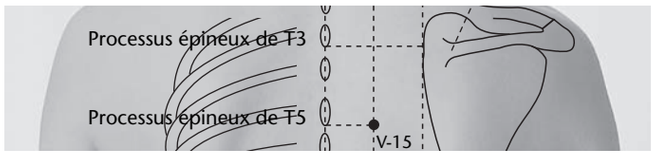
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Antichambre de l'Esprit SHENTANG V-44









Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 5ème vertèbre thoracique (T5).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 5 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T5. **V-44** se trouve à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : lorsque le patient est assis, les épaules relâchées et les bras qui pendent le long du corps, le processus épineux de T3 est généralement au niveau de l'extrémité médiale de l'épine de la scapula, structure facilement palpable (→ 3.4.2). Localiser **V-44** en dessous, au niveau du bord inférieur du processus épineux de T5, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.

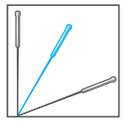
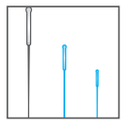
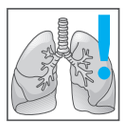
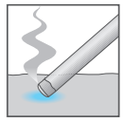
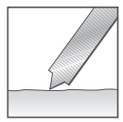
Au même niveau, on trouve → **DM-11** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-15** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le Réchauffeur Supérieur, dégage la poitrine.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-45 *Cri de douleur* YIXI

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 6ème vertèbre thoracique (T6).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). De là, compter 6 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T6. **V-45** se trouve à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : lorsque le patient est assis, les épaules relâchées, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). Localiser **V-45** au niveau du bord inférieur du processus épineux de T6, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.

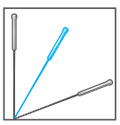
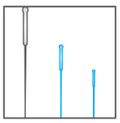
Au même niveau, on trouve → **DM-10** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-16** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

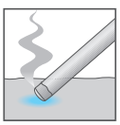
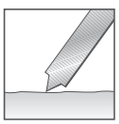
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

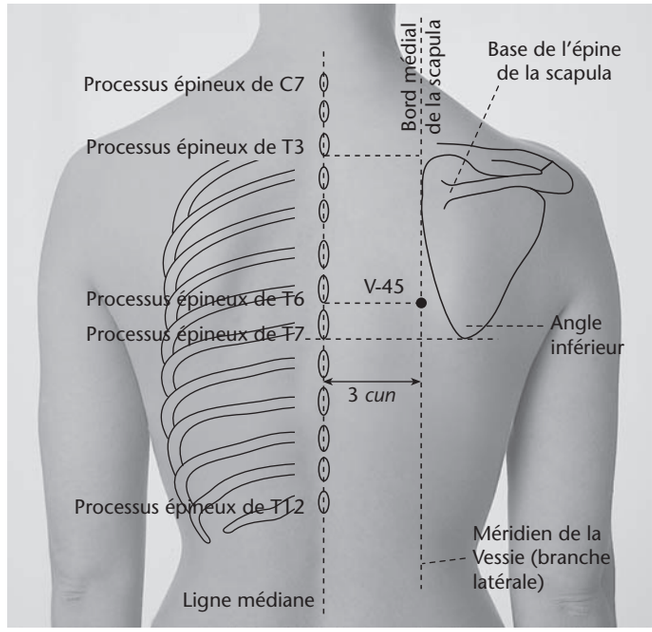
Actions/indications

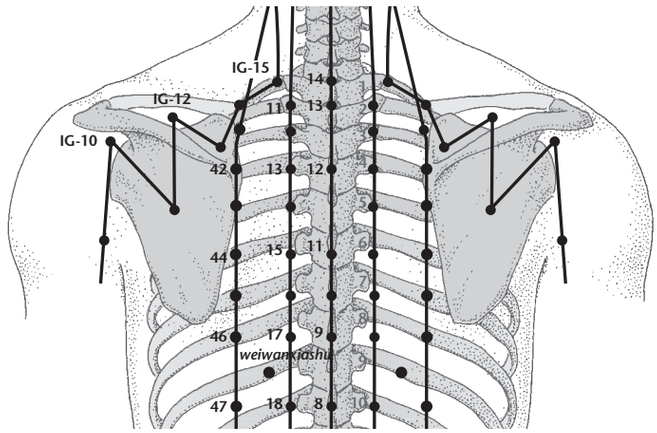
- Expulse les facteurs pathogènes, surtout le Vent et la Chaleur.
- Fait descendre le Qi du Poumon et dégage la poitrine.
- Renforce le Qi et le Sang, et calme la douleur.

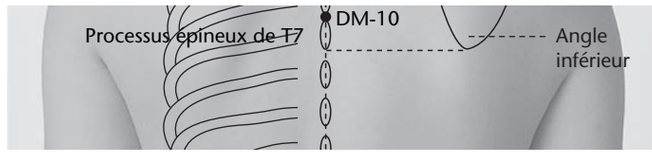



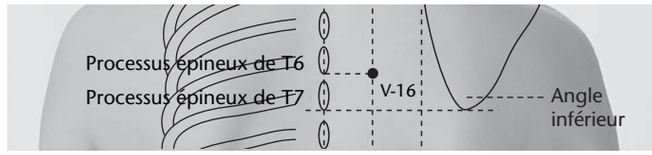



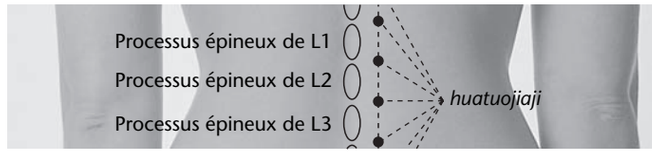






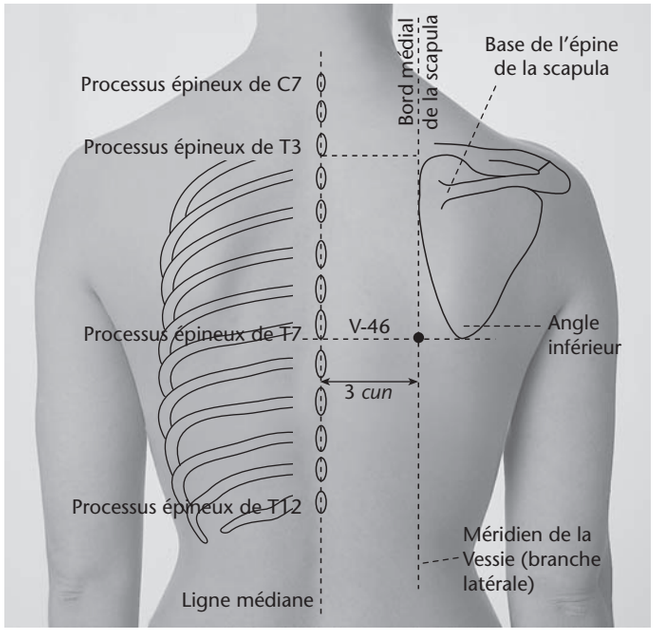


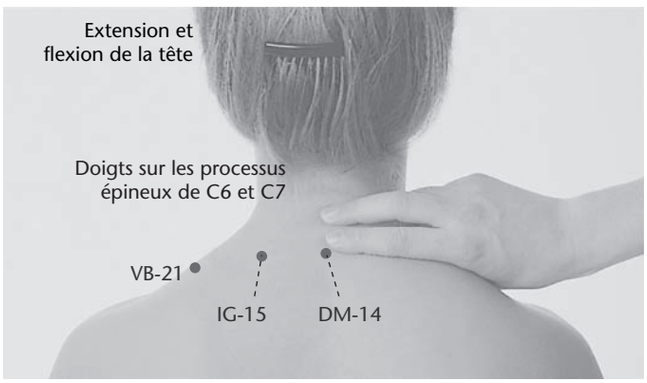


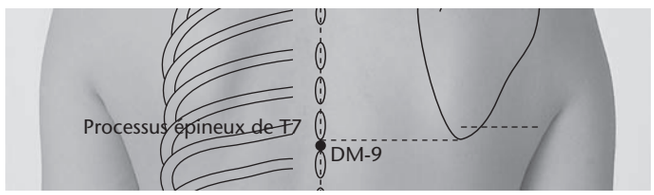


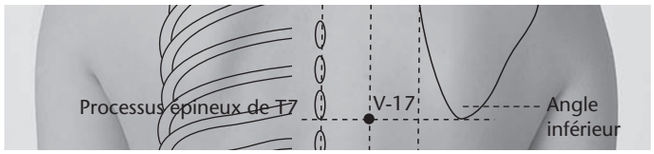
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du diaphragme GEGUAN V-46









Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 7ème vertèbre thoracique (T7).

Comment le trouver

Lorsque le patient est assis, les épaules relâchées, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). Localiser **V-46** au niveau du bord inférieur du processus épineux de T7, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : lorsque le patient est assis, le processus épineux de T3 est généralement au niveau de l'extrémité médiale de l'épine de la scapula, structure osseuse saillante et facilement palpable sur le bord médial de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 4 processus épineux vers le bas pour atteindre le processus épineux de T7. Localiser **V-46** à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : trouver le processus épineux de C7 (→ 3.4.1). De là, compter 7 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T7. **V-46** se trouve à ce niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.

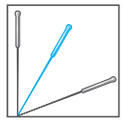
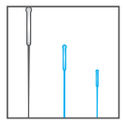
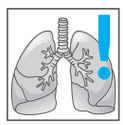
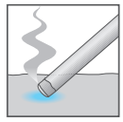
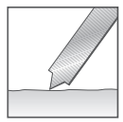
Au même niveau, on trouve → **DM-9** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-17** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le diaphragme et fait descendre le Qi qui va à contresens.
- Harmonise le Réchauffeur Moyen.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-47 *Porte de l'Âme Éthérée* HUNMEN

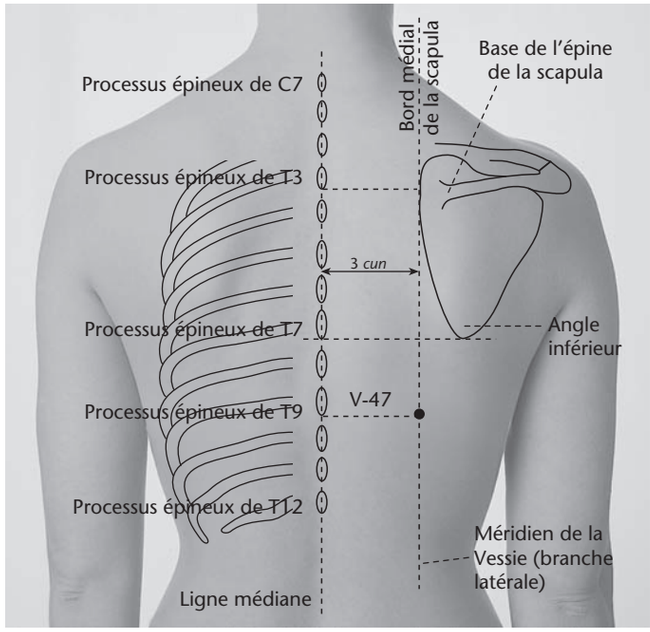
Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 9ème vertèbre thoracique (T9).

Comment le trouver

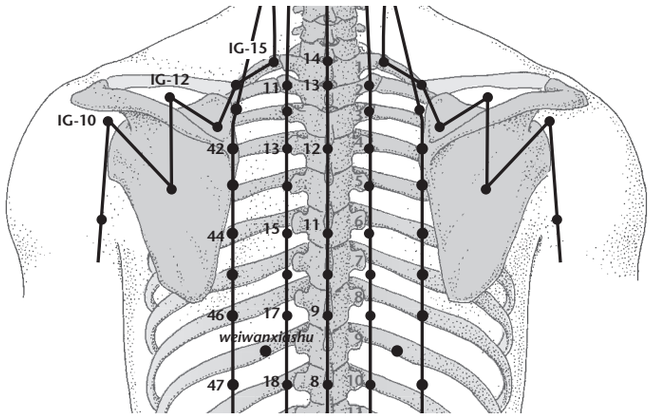
Lorsque le patient est assis avec les bras qui pendent, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 2 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T9. **V-47** se trouve 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. **Ou** : trouver le processus épineux de C7 (→ 3.4.1). De là, compter 9 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T9. **V-47** se trouve 3 *cun* en dehors de cet endroit.

Au même niveau, on trouve → **DM-8** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-18** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).



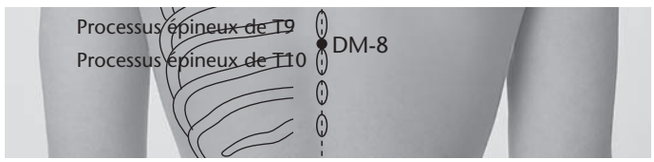
Insertion de l'aiguille

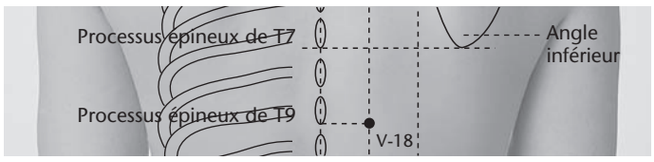
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

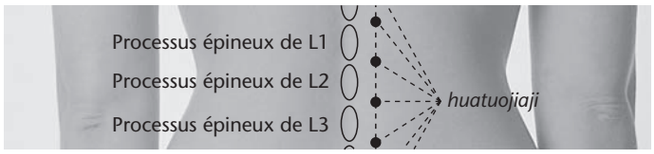


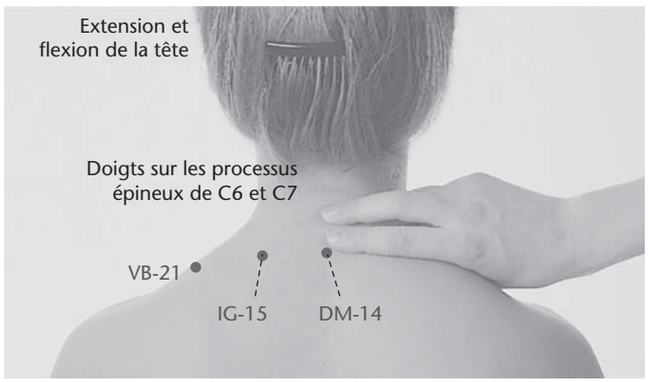
Actions/indications

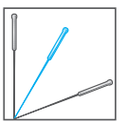
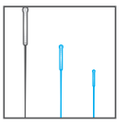
- Fait circuler le Qi du Foie.
- Harmonise la Rate et l'Estomac.
- Décontracte les tendons.

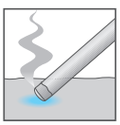
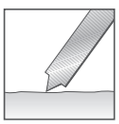








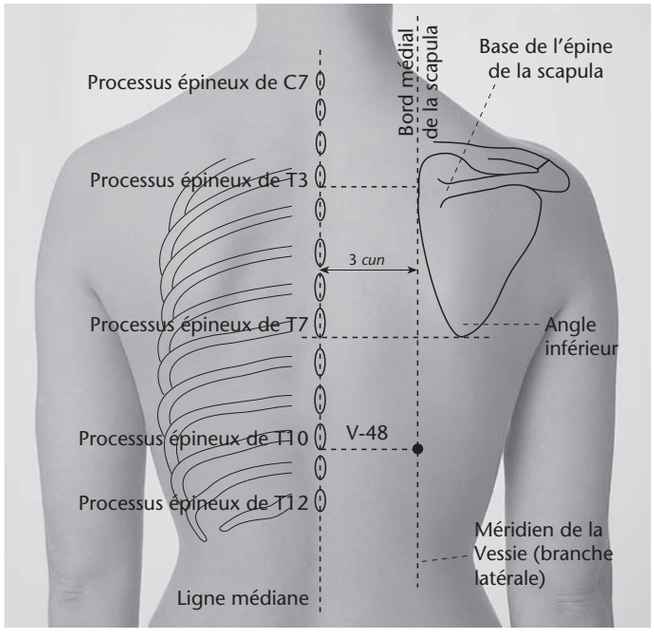



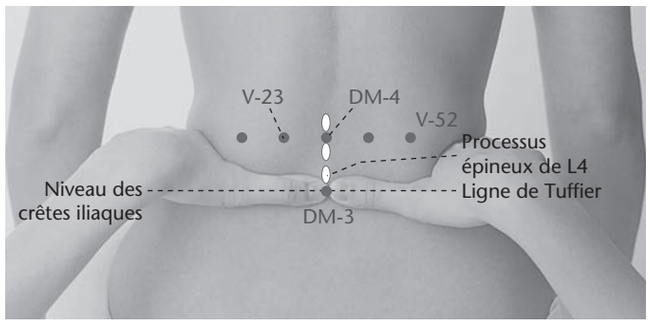



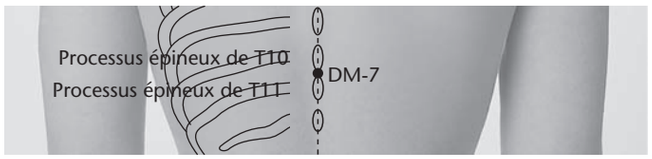


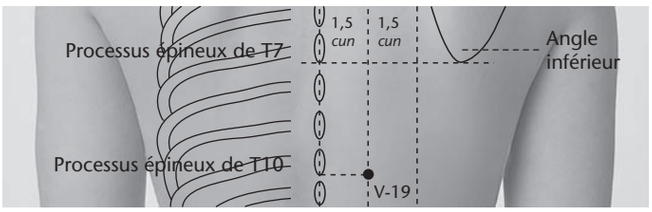
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fil directeur du Yang YANGGANG V-48









Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 10ème vertèbre thoracique (T10).

Comment le trouver

Lorsque le patient est assis avec les bras qui pendent, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 3 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T10. **V-48** se trouve 3 *cun* en dehors de cet endroit. **Ou** : trouver le processus épineux de C7 (→ 3.4.1). De là, compter 10 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T10. **V-48** se trouve 3 *cun* en dehors de cet endroit.

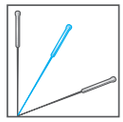
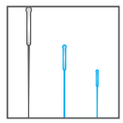
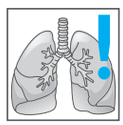
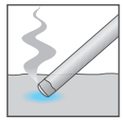
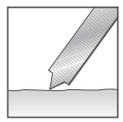
Au même niveau, on trouve → **DM-7** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-19** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule la Vésicule Biliaire.
- Élimine la Chaleur-Humidité.
- Harmonise le Réchauffeur Moyen.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-49 *Abri de la pensée* YISHE

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 11ème vertèbre thoracique (T11).

Comment le trouver

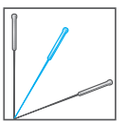
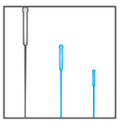
Lorsque le patient est assis avec les bras qui pendent, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 4 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T11. **V-49** se trouve 3 *cun* en dehors de cet endroit. **Ou** : à partir de l'articulation de la côte la plus inférieure, palper vers le haut pour trouver T11. **Ou** : prendre la colonne lombale comme point de repère (→ 3.4.3).
Au même niveau, on trouve → **DM-6** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-20** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

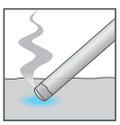
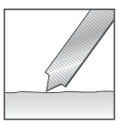
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

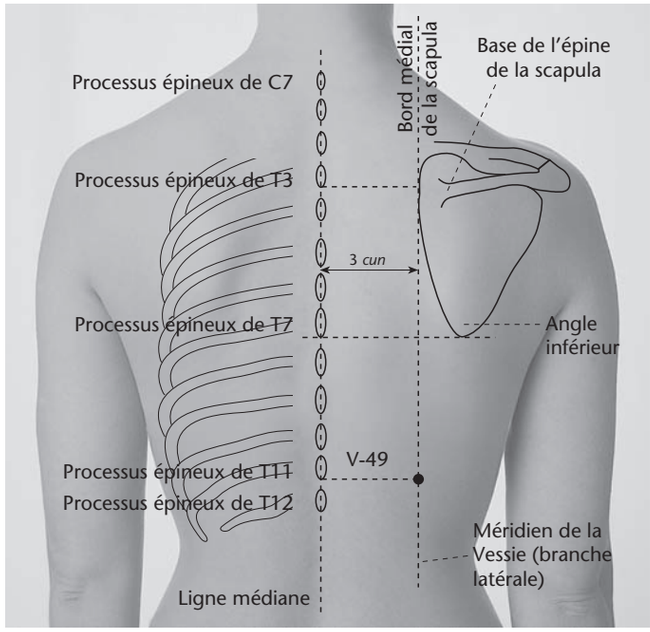
Actions/indications

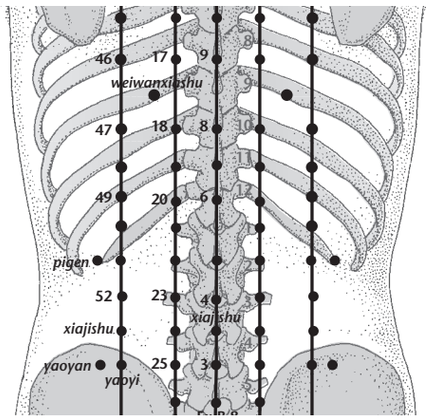
- Élimine la Chaleur-Humidité.
- Harmonise la Rate et l'Estomac.

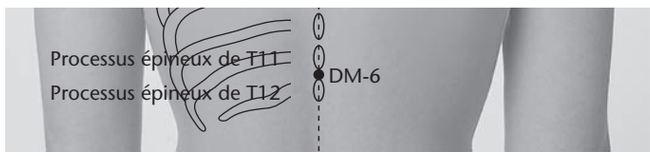



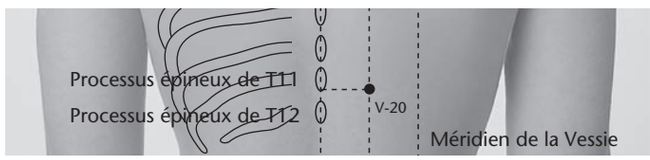



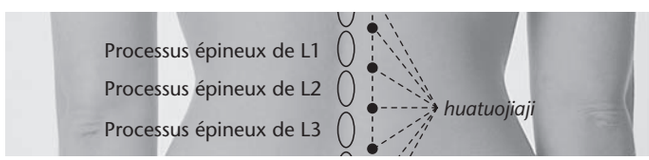






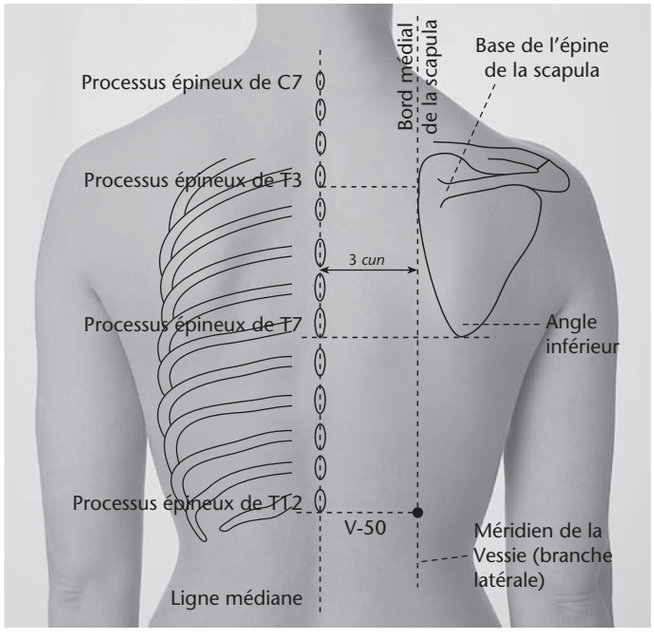






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grenier de l'Estomac WEICANG V-50



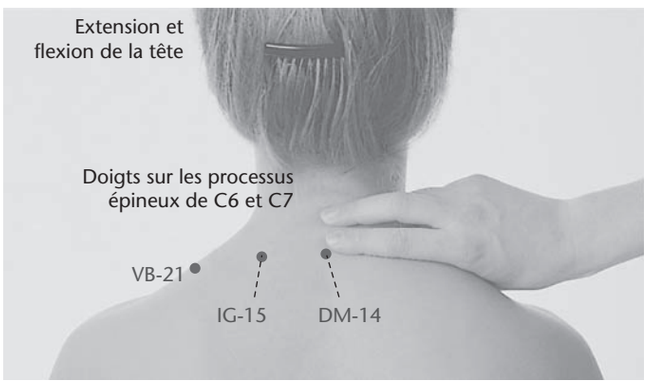
Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 12ème vertèbre thoracique (T12).

Comment le trouver

Lorsque le patient est assis avec les bras qui pendent, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là, compter 5 processus épineux en dessous pour atteindre le bord inférieur du processus épineux de T12. **V-50** se trouve 3 *cun* en dehors de cet endroit. **Ou** : localiser l'articulation de la côte la plus inférieure et T12, puis **V-50**, 3 *cun* sur le côté. **Ou** : prendre la colonne lombale comme point de repère (→ 3.4.3).

Au même niveau, on trouve un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-21** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

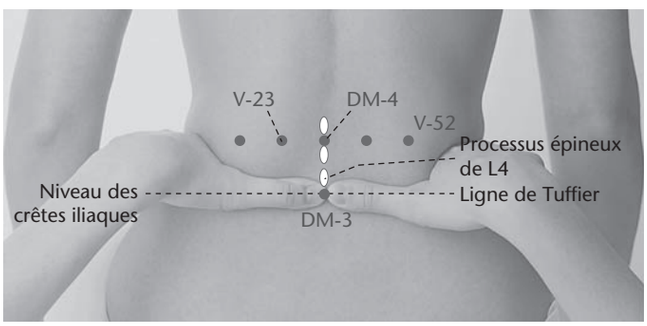


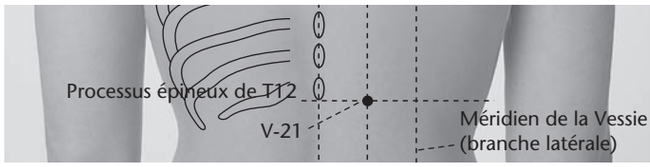
Insertion de l'aiguille

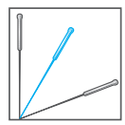
Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax, surtout chez les personnes asthéniques ou celles qui souffrent d'emphysème.

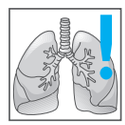
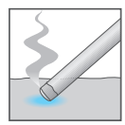
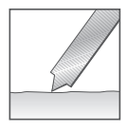
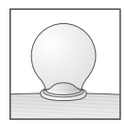
Actions/indications

- Harmonise le Réchauffeur Moyen.
- Ouvre le méridien.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-51 *Porte des centres vitaux* HUANGMEN

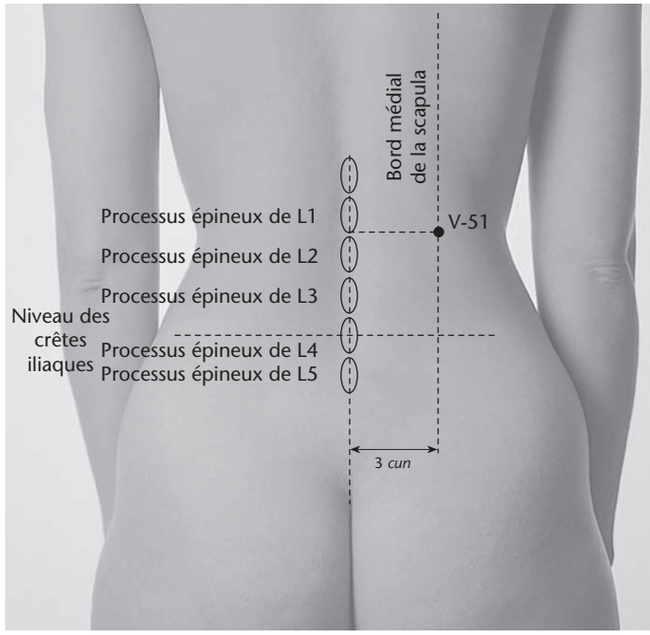
Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 1ère vertèbre lombale (L1).

Comment le trouver

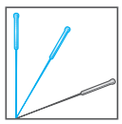
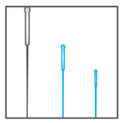
Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), il faut commencer par déterminer la ligne de Tuffier : poser les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du sommet des crêtes iliaques, les pouces se rejoignant sur la colonne lombale, au niveau de la ligne médiane. Dans la plupart des cas, la ligne de Tuffier coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). De là, remonter jusqu'au bord inférieur du processus épineux de L1 et, à ce niveau, localiser **V-51**, 3 *cun* en dehors de cet endroit. **Ou** : lorsque le patient est assis, les bras décontractés le long du corps, le processus épineux de T7 est généralement au niveau de l'angle inférieur de la scapula (→ 3.4.2). De là compter 6 processus épineux vers le bas et localiser **V-51** 3 *cun* en dehors du processus épineux de L1.

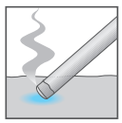
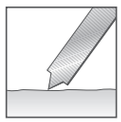
Au même niveau, on trouve → **DM-5** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-22** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et le point hors méridien ***pigen*** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).



Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence des reins.

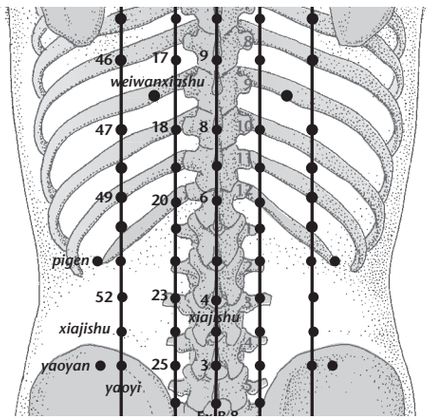


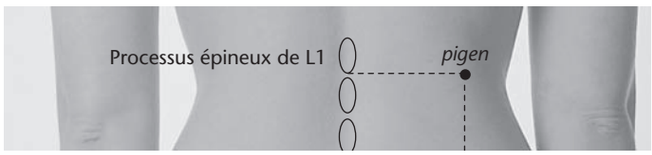
Actions/indications

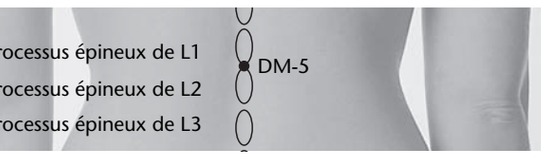
- Fait circuler le Qi et lève la stagnation.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

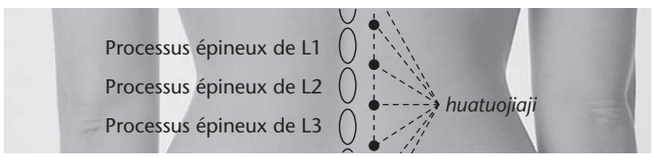
Caractéristiques particulières

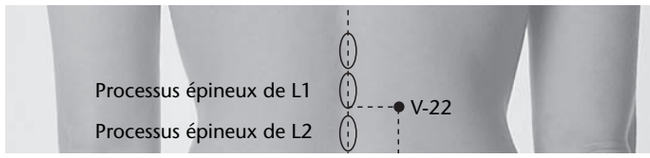
Point distal pour les pathologies du sein.





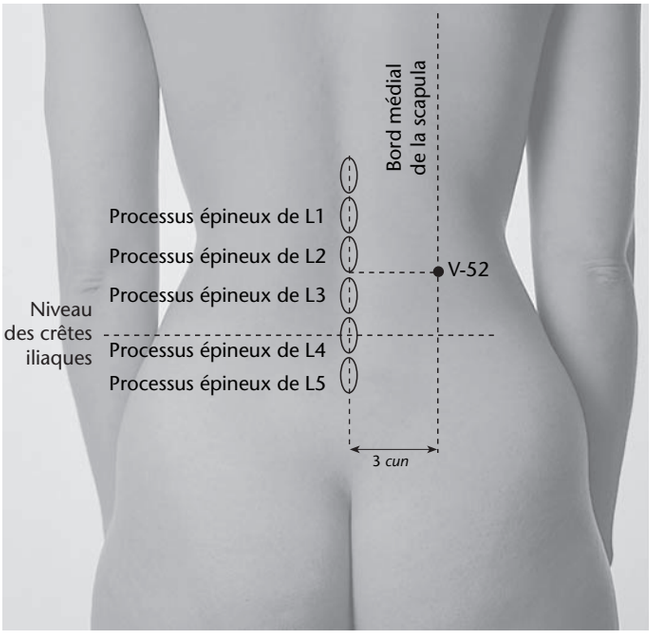


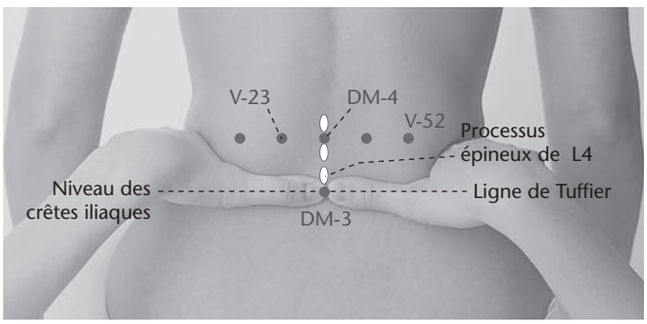


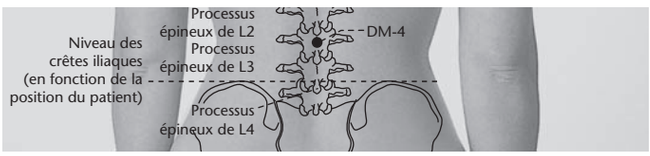


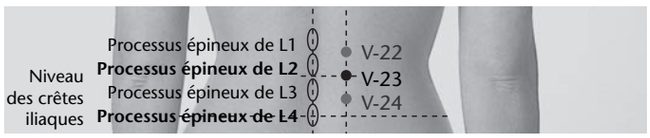
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Demeure de la volonté ZHISHI V-52









Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre lombale (L2).

Comment le trouver

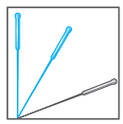
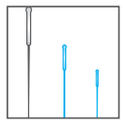
Pour s'orienter sur la colonne lombale (→ 3.4.3), il faut commencer par déterminer la ligne de Tuffier : poser les deux mains directement au-dessus ou sur le côté du sommet des crêtes iliaques, les pouces se rejoignant sur la colonne lombale, au niveau de la ligne médiane. Dans la plupart des cas, la ligne de Tuffier coupe le processus épineux de L4 (remarque : elle varie en fonction de la position du patient → 3.4.3). De là, remonter jusqu'au bord inférieur du processus épineux de L2 et, à ce niveau, localiser **V-52**, 3 *cun* en dehors de cet endroit.
Au même niveau, on trouve → **DM-4** (sur la ligne médiane), un des points ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-23** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

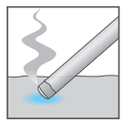
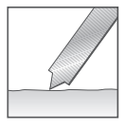
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.
Attention : présence des reins.

Actions/indications

- Tonifie le Rein et l'Essence (*jing*), régule les mictions.
- A des effets bénéfiques sur la région lombale.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-53 *Centre vitaux de la Vessie* BAOHUANG

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 2ème foramen sacral.

Comment le trouver

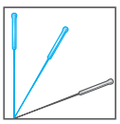
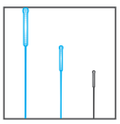
Pour plus de détails sur la façon se repérer sur la colonne lombale et la région du sacrum, → 3.4.3, 3.4.4. Commencer par localiser L5. La structure osseuse suivante que l'on peut palper en dessous de L5 est le sommet du processus de la crête sacrale médiale. Descendre jusqu'au 2ème processus et localiser le 2ème foramen sacral, un peu moins d'1 *cun* en dehors de ce processus. Ensuite, localiser **V-53** 3 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du 2ème foramen sacral. **Ou** : utiliser les foramens sacraux comme points de repère (→ 3.4.4). **V-53** se trouve au niveau du 2ème foramen sacral, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.
Au même niveau, on trouve → **V-32** (sur le 2ème foramen sacral) et → **V-28** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

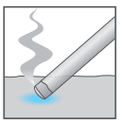
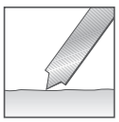
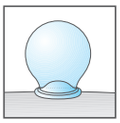
Insertion de l'aiguille

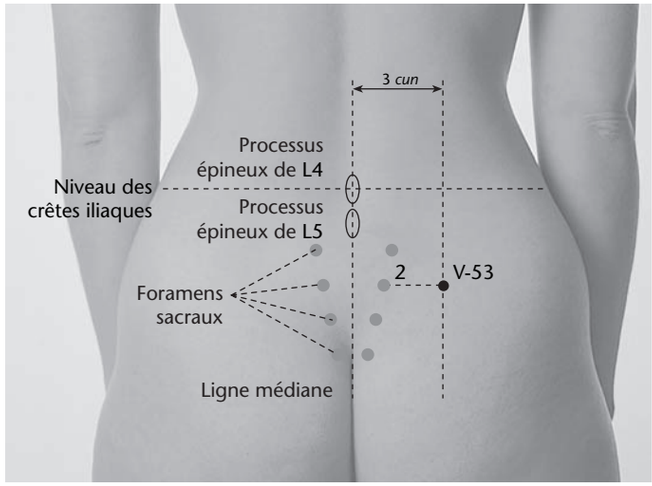
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

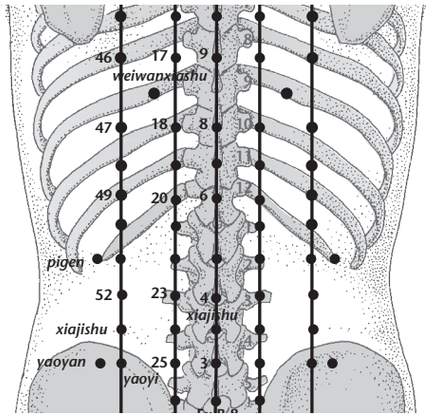
Actions/indications

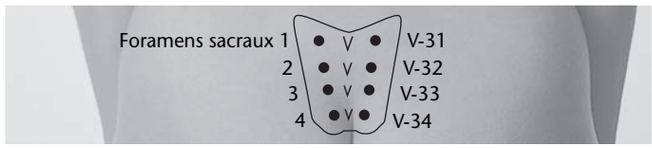
- A des effets bénéfiques sur la colonne lombale, ouvre le méridien et soulage la douleur.
- Régule le Réchauffeur Inférieur.

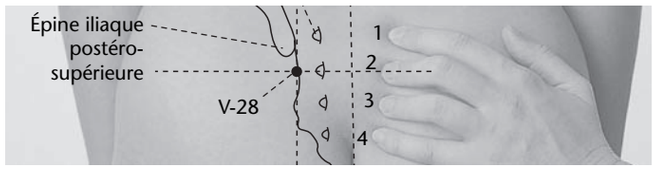



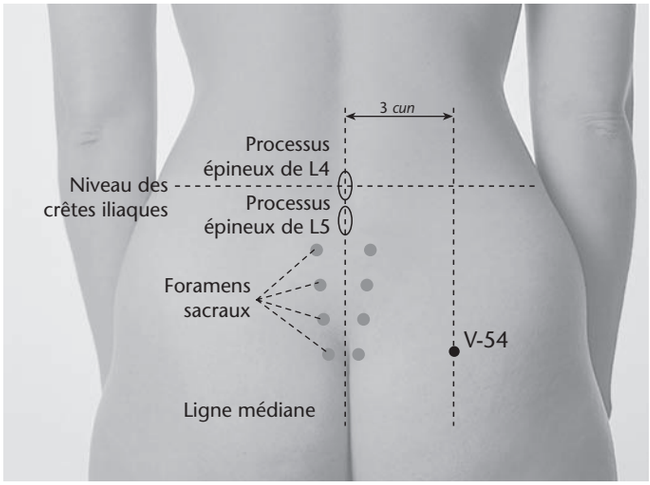


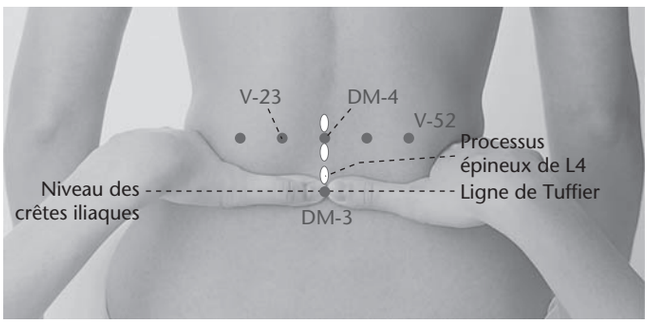


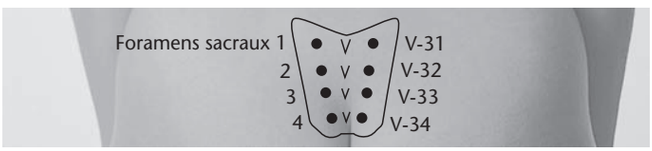


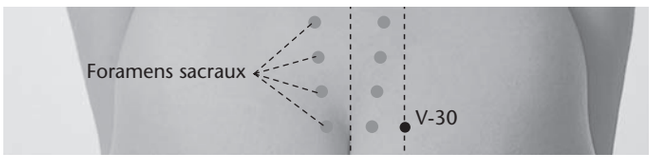
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Limite de l'ordre ZHIBIAN V-54









Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 4ème foramen sacral, approximativement au centre de la fesse.

Comment le trouver

Pour plus de détails sur la façon se repérer sur la colonne lombale et la région du sacrum, → 3.4.3, 3.4.4. Commencer par localiser L5. La structure osseuse suivante que l'on peut palper en dessous de L5 est le sommet du processus de la crête sacrale médiale (= processus épineux sacral). Descendre jusqu'au 3ème processus et localiser la dépression située au niveau du 4ème foramen sacral, moins d'1 *cun* en dehors de ce processus. C'est là que se trouve **V-54**, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane. Autre point de repère : le 4ème foramen sacral est pratiquement au niveau de l'extrémité supérieure du sillon glutéal.
Au même niveau, on trouve → **V-34** (sur le 4ème foramen sacral) et → **V-30** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

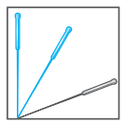
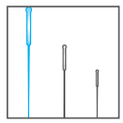
Insertion perpendiculaire de 1,5 à 2 *cun* de profondeur ou de 2 à 3 *cun* de profondeur en direction de l'anus ou de la région génitale, en fonction de la pathologie.

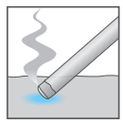
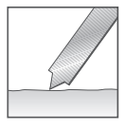
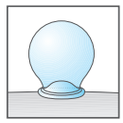
Actions/indications

- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, lève la stagnation.
- Régule les mictions.
- Traite les hémorroïdes.

Caractéristiques particulières

Point local important.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-55 *Confluence du Yang* HEYANG

Localisation

2 *cun* en dessous du centre du pli poplité, dans la dépression située entre les deux ventres du muscle gastrocnémien.

Comment le trouver

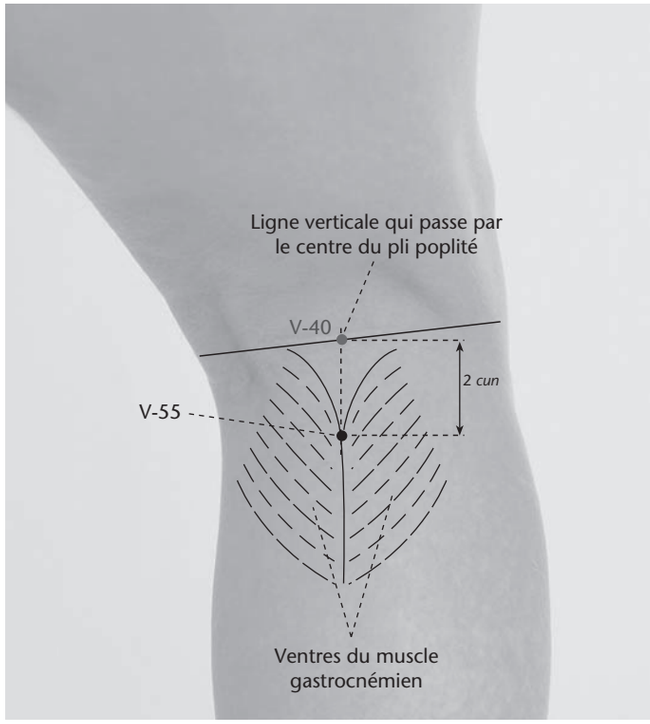
Localiser le pli poplité en demandant au patient de fléchir le genou. Chez les patients minces, trouver l'espace de l'articulation. À partir du centre du pli poplité, faire descendre le doigt 2 *cun* plus bas et localiser **V-55** dans une dépression située entre les deux ventres du muscle gastrocnémien.

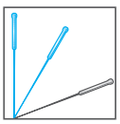
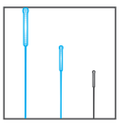
Insertion de l'aiguille

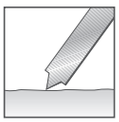
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

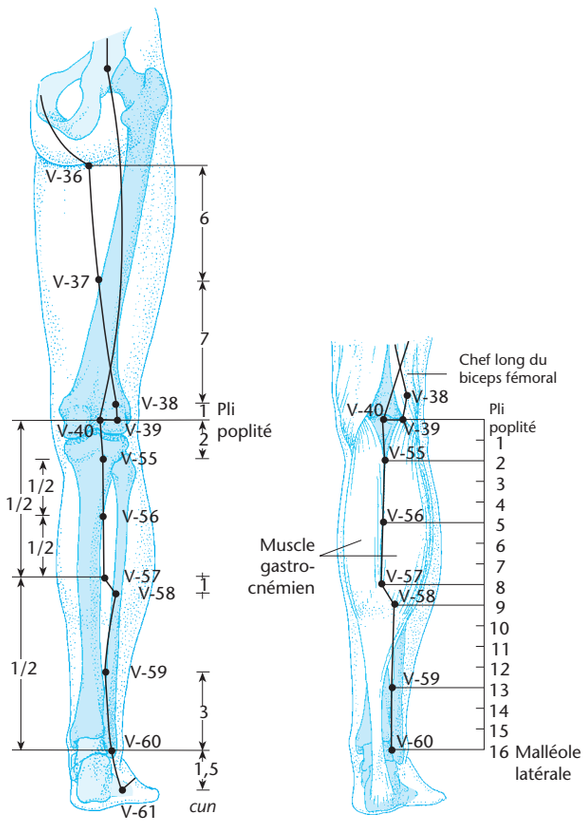
- Ouvre le méridien, soulage la douleur (de la région uro-génitale également).
- Arrête les saignements utérins intempestifs.

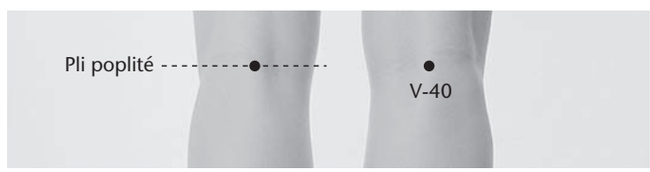


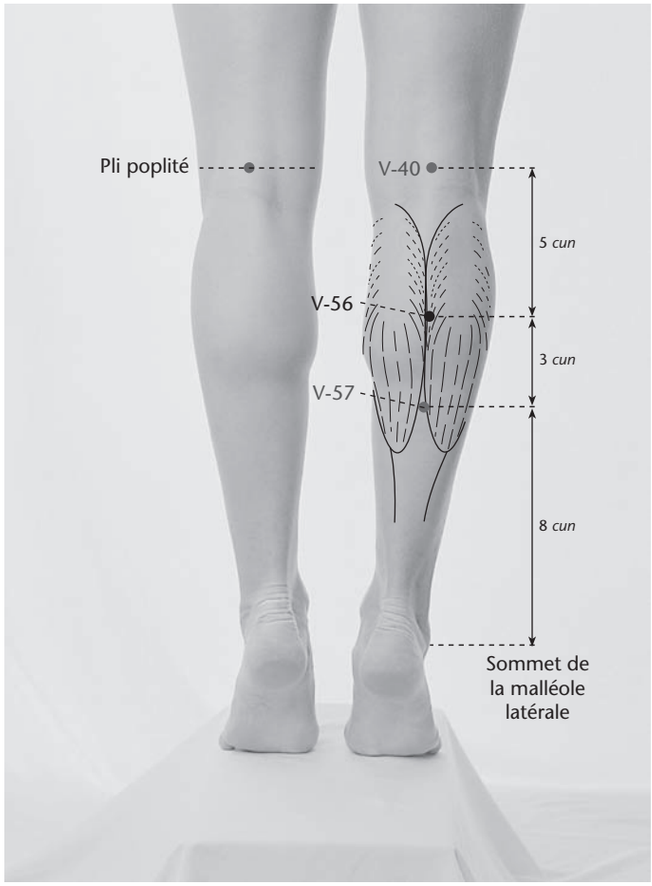


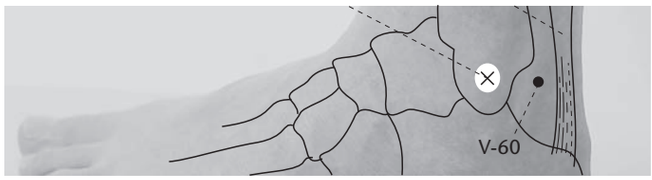




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Aide les tendons CHENGJIN V-56





Localisation

5 *cun* en dessous du centre du pli poplité, entre les deux ventres du muscle gastrocnémien.

Comment le trouver

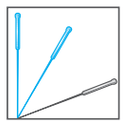
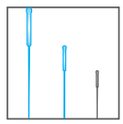
Localiser le pli poplité en demandant au patient de fléchir le genou. Chez les patients minces, trouver l'espace de l'articulation. **V-55** se trouve 5 *cun* en dessous du centre du pli poplité, dans une dépression située entre les deux ventres du muscle gastrocnémien.

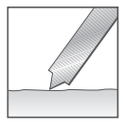
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Détend les muscles et les tendons.
- Ouvre le méridien.
- Traite les hémorroïdes.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-57 *Aide la montagne* CHENGSHAN

Localisation

Au centre du mollet, entre les deux chefs du muscle gastrocnémien, sur la ligne qui relie ➞ **V-40** et ➞ **V-60**, approximativement 8 *cun* en dessous de ➞ **V-40**.

Comment le trouver

Faire remonter le doigt sur la face dorsale du tendon d'Achille jusqu'à ce qu'il tombe dans la dépression située entre les deux ventres du muscle gastrocnémien. Il est parfois plus facile de sentir ce muscle lorsque le patient le contracte. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (➞ 2.3.3) : mettre les auriculaires respectivement sur ➞ **V-40** (au centre du pli poplité) et sur ➞ **V-60** (dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale). Le point médian de cette distance, là où les pouces se rejoignent, marque la localisation de **V-57**.

Au même niveau, sur la face antéro-latérale de la jambe, on trouve ➞ **E-38** (1 travers de doigt en dehors du tibia) et ➞ **E-40** (2 travers de doigt en dehors du tibia).

Insertion de l'aiguille

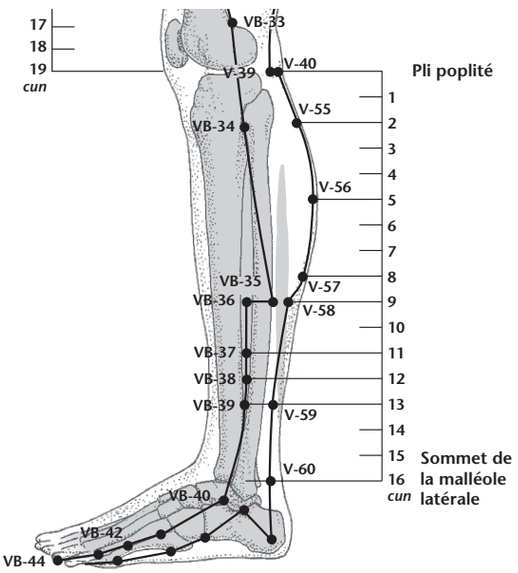
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

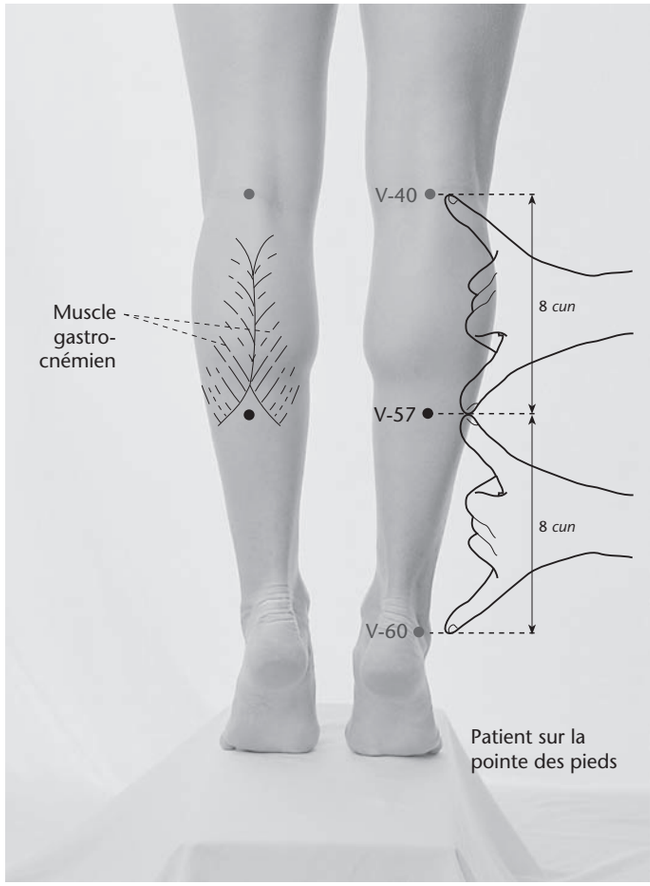
Actions/indications

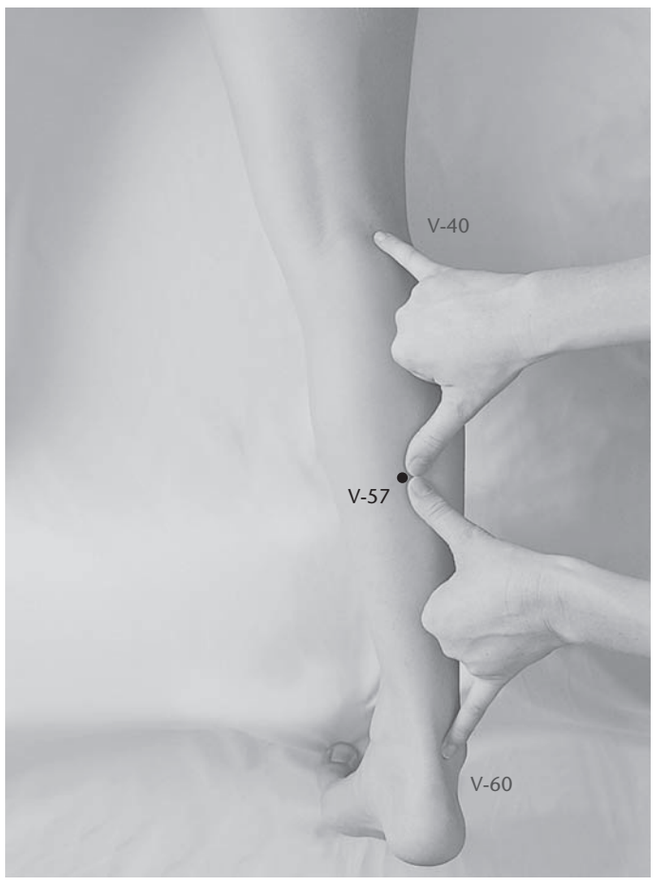
- Détend les muscles et les tendons, ouvre le méridien.
- Traite les hémorroïdes (trajet du méridien divergent de la Vessie).

Caractéristiques particulières

Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point local avec des effets distaux importants sur la région lombale et la région anale.

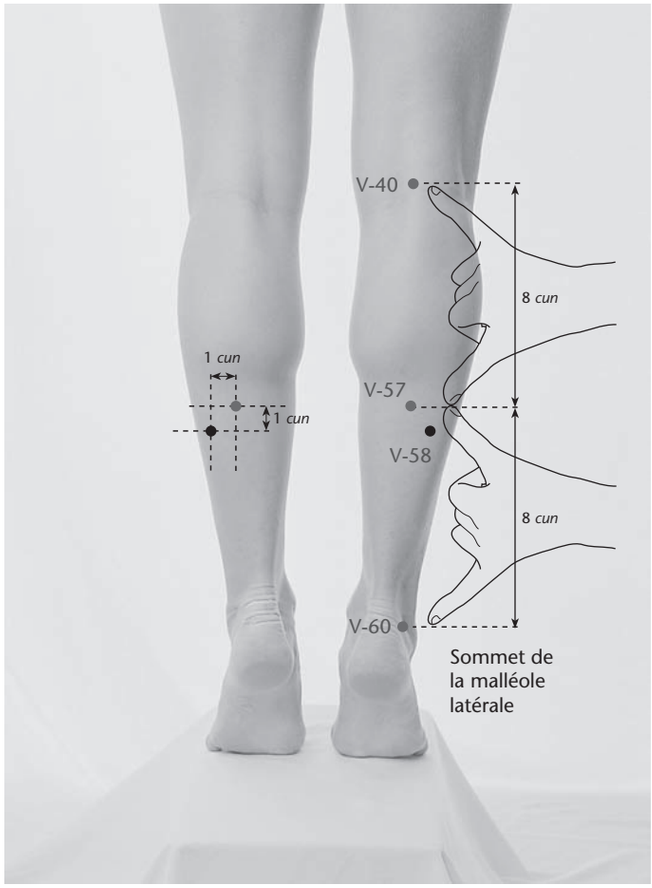






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

L'envolée FEIYANG V-58



Localisation

1 *cun* en dessous de → **V-57** et sur le côté par rapport à celui-ci, ou 7 *cun* en direction proximale par rapport à → **V-60**, au bord postérieur de la fibula et au bord inférieur du muscle gastrocnémien.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **V-57** (au centre du mollet, entre les deux ventres du muscle gastrocnémien). À partir de → **V-57**, mesurer 1 *cun* en direction distale et 1 *cun* en direction latérale. C'est là que se trouve **V-58**, au bord inférieur du muscle gastrocnémien.

Au même niveau (7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale), on trouve → **VB-35** (au bord postérieur de la fibula), → **VB-36** (au bord antérieur de la fibula) et → **E-39** (1 *cun* en dessous du point médian de la ligne qui relie → **E-35** et → **E-41**, et 1 travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

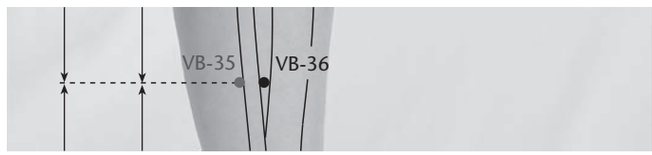
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Expulse les facteurs pathogènes des méridiens *tai yang* (Intestin Grêle et Vessie).
- Harmonise le haut et le bas.
- Traite les hémorroïdes.

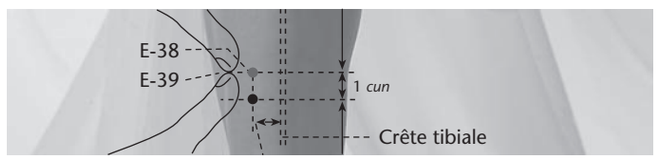
Caractéristiques particulières

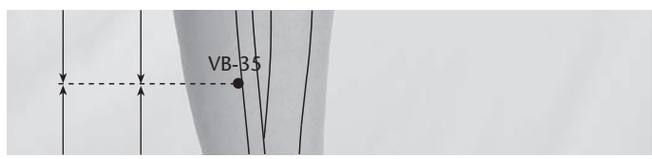
Point *luo* de communication.

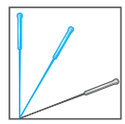


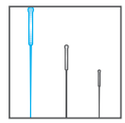






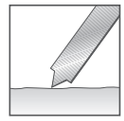


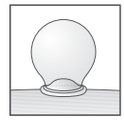














Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-59 *Cambrure du Yang* FUYANG

Localisation

Sur la face latérale de la jambe, 3 *cun* au-dessus de → **V-60** (dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale).

Comment le trouver

Commencer par localiser → **V-60** dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale. En cas d'œdème de la partie inférieure de la jambe, ce point n'est pas visible mais reste palpable. À partir de → **V-60**, mesurer 3 *cun* (1 travers de main) vers le haut. C'est là que se trouve **V-59**, dans une dépression entre le tendon d'Achille et les tendons des muscles long et court fibulaires.

Au même niveau, on trouve → **VB-39**, 3 *cun* directement au-dessus du sommet de la malléole latérale.

Insertion de l'aiguille

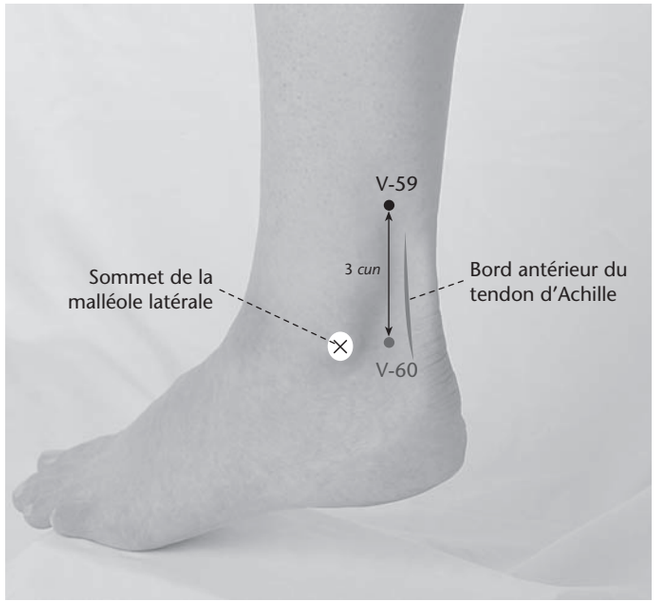
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

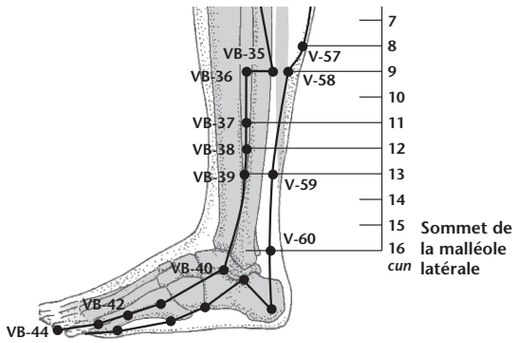
Actions/indications

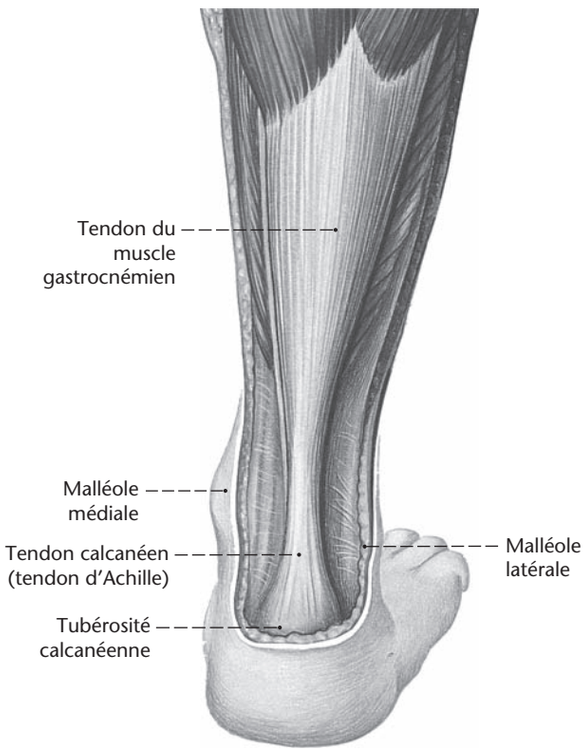
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- A des effets bénéfiques sur les lombes.
- A des effets bénéfiques sur la tête, stimule le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).

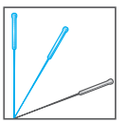
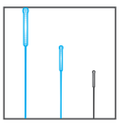
Caractéristiques particulières

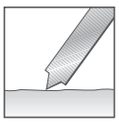
Point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) selon certains auteurs.







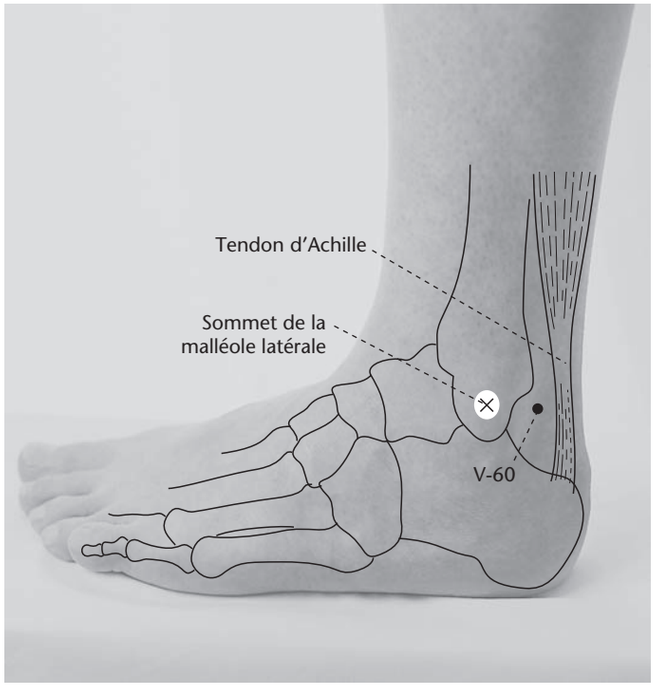





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Monts Kunlun KUNLUN V-60



Localisation

Dans la dépression située sur la ligne qui relie le sommet de la malléole latérale et le tendon d'Achille.

Comment le trouver

Commencer par localiser la malléole latérale (→ 3.6.2). De là, aller horizontalement vers le tendon d'Achille et localiser **V-60** dans la dépression qui est en avant du tendon.

Insertion de l'aiguille

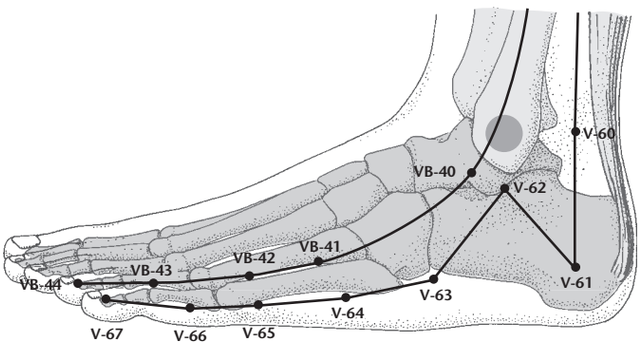
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : la technique de dispersion est contre-indiquée en cas de grossesse, sauf si on veut accélérer le travail lors de l'accouchement. Si le patient a les pieds froids, on peut augmenter l'effet de ce point en utilisant une lampe chauffante ou un mettant un sac de noyaux de cerises chaud sous la plante des pieds.

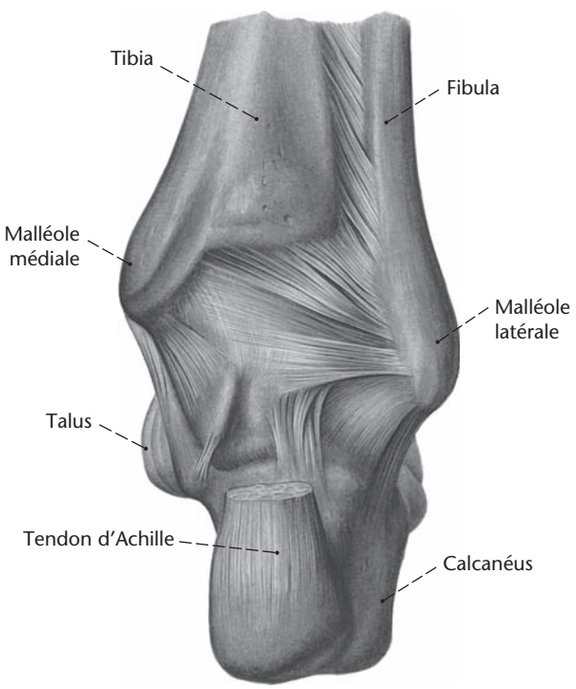
Actions/indications

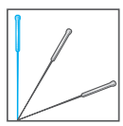
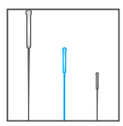
- Élimine la chaleur, soumet le Yang et le Vent, élimine la plénitude, surtout au niveau de la tête.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur, détend les tendons et fortifie la région lombale.
- Favorise le travail de l'accouchement.

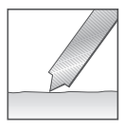
Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Feu, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point distal important pour les colonnes cervicale, thoracique et lombale, surtout dans les pathologies chroniques.





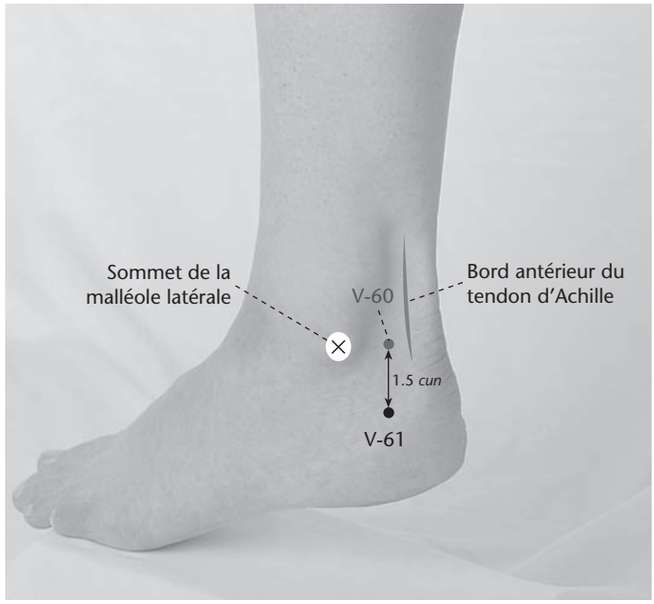


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-61 *Respect du serviteur* PUCAN

Localisation

Sur la face latérale du talon, 1,5 *cun* en dessous de → **V-60** (dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale), dans une dépression située sur le calcanéus.



Comment le trouver

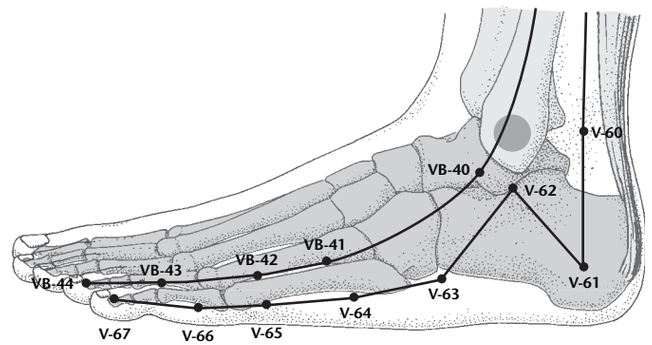
Commencer par localiser → **V-60** dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale. En cas d'œdème de la partie inférieure de la jambe, ce point n'est pas visible mais reste palpable. À partir de → **V-60**, mesurer 1,5 *cun* en direction distale. C'est là que se trouve **V-61**, dans une dépression située sur le calcanéus, approximativement au milieu d'une ligne qui relie la plante du pied et → **V-60**.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

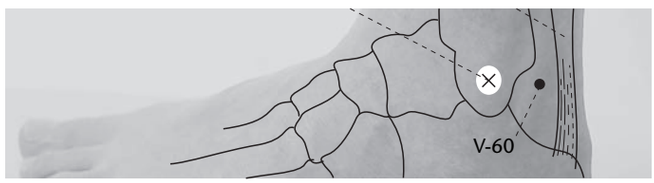
Actions/indications

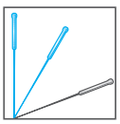
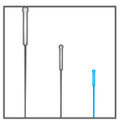
- Décontracte les tendons.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.

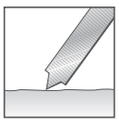


Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).



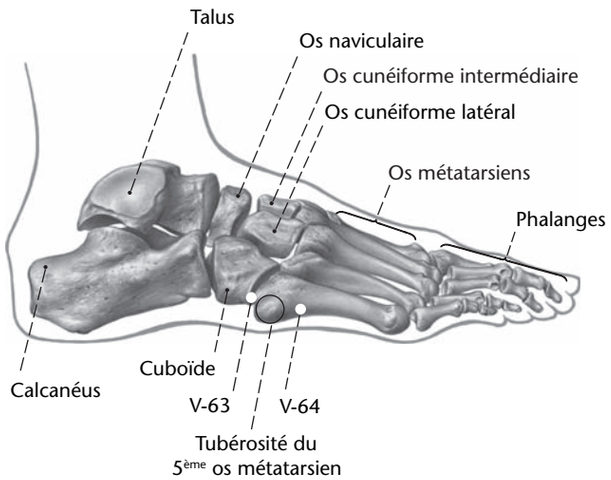





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Vaisseau étendu SHENMAI V-62





Localisation

Dans une dépression située directement en dessous du sommet de la malléole latérale, au-dessus de l'espace de l'articulation entre le talus et le calcanéus.

Comment le trouver

Commencer par localiser le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2). **V-62** se trouve directement en dessous, dans une dépression située en dessous du bord inférieur de la malléole latérale et au-dessus des tendons du muscle fibulaire, dans l'espace de l'articulation entre le talus et le calcanéus.

Insertion de l'aiguille

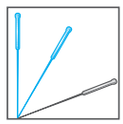
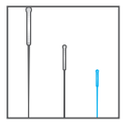
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. L'aiguille peut aller jusqu'aux ligaments calcanéo-fibulaires qui sont au-dessus des tendons des muscles long et court fibulaires, parfois aussi jusque dans l'espace de l'articulation.

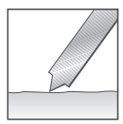
Actions/indications

- Fait tomber le Vent (interne), élimine la Chaleur de la tête, calme l'Esprit (*shen*), a des effets bénéfiques sur la tête et les yeux.
- Chasse le Vent externe.
- Ouvre et régule le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.
- Fait circuler le Qi dans le méridien musculaire de la Vessie.

Caractéristiques particulières

Point d'ouverture du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), point des fantômes de Sun Si Miao.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-63 *Porte d'or* JINMEN

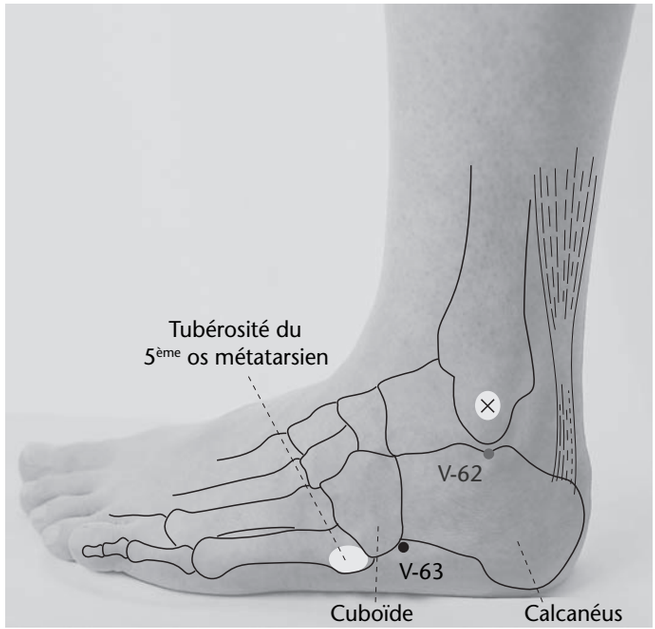
Localisation

Sur la face latérale du pied, en direction proximale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien, dans une dépression qui est en avant et en dessous de → **V-62**, entre le calcanéus et l'os cuboïde. Remarque : certains auteurs situent **V-63** entre l'os cuboïde et la tubérosité du 5ème os métatarsien (voir figure p. 311) ; il faut choisir le point qui est le plus sensible.

Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la face latérale du pied au niveau de la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche », on rencontre une structure osseuse qui se trouve approximativement au milieu du pied. C'est la tubérosité du 5ème os métatarsien (→ 3.6.2). En direction légèrement proximale par rapport à celle-ci (en direction du talon), on peut sentir une dépression entre le calcanéus et l'os cuboïde. C'est là que se trouve **V-63**.

→ **V-64** est en direction distale (en direction des orteils) par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien.

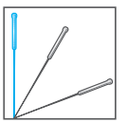
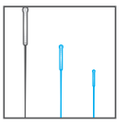


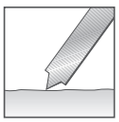
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien, soulage la douleur et lève la stagnation (point d'accumulation (*xi*)).
- Soumet le Vent interne et calme l'Esprit (*shen*).

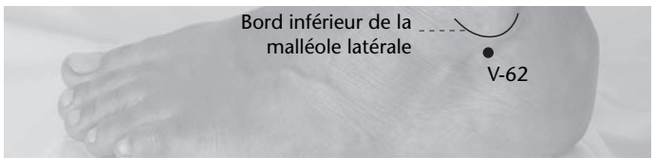



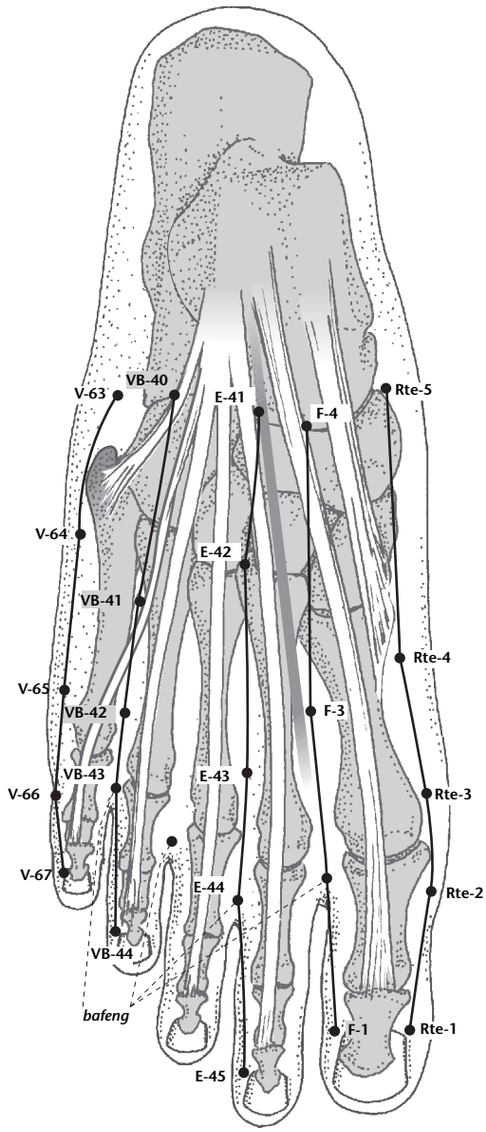





Caractéristiques particulières

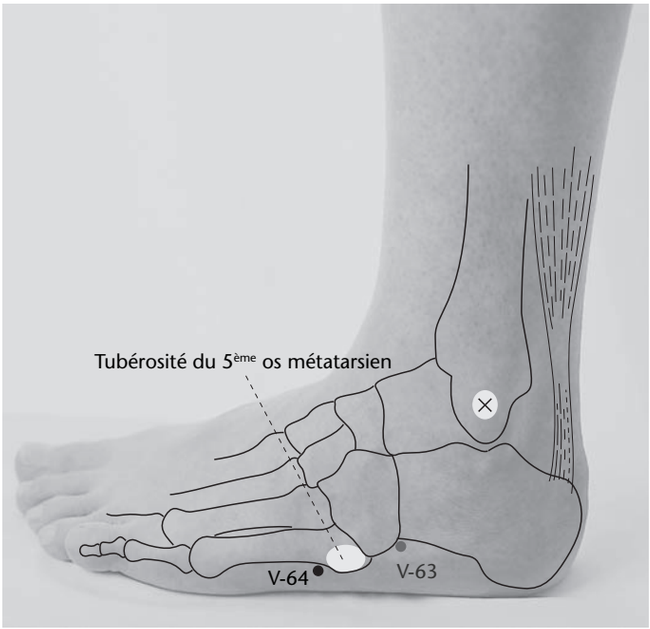
Point d'accumulation (*xi*), point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Os principal JINGGU V-64



Localisation

Sur le bord latéral du pied, en direction distale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien.

Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la face latérale du pied au niveau de la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche », on rencontre une structure osseuse qui se trouve approximativement au milieu du pied. C'est la tubérosité du 5ème os métatarsien (→ 3.6.2). **V-64** se trouve en direction distale (en direction des orteils) par rapport à celui-ci, à la jonction entre la base et le corps du 5ème os métatarsien.

→ **V-63** est situé en direction proximale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien, dans une dépression située entre le calcanéus et l'os cuboïde (ou entre l'os cuboïde et la tubérosité du 5ème os métatarsien). → **Rte-4** se trouve à un endroit comparable sur la face médiale du pied, dans une dépression distale par rapport à la base du 1er os métatarsien.

Insertion de l'aiguille

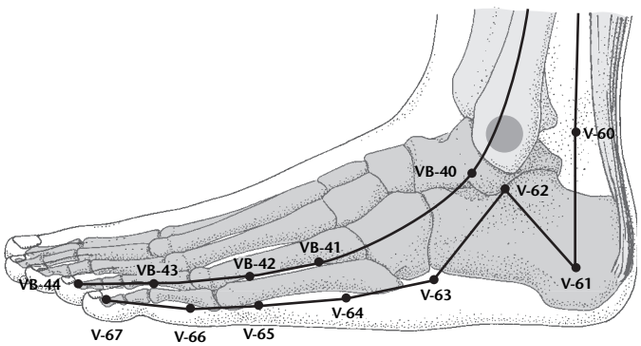
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

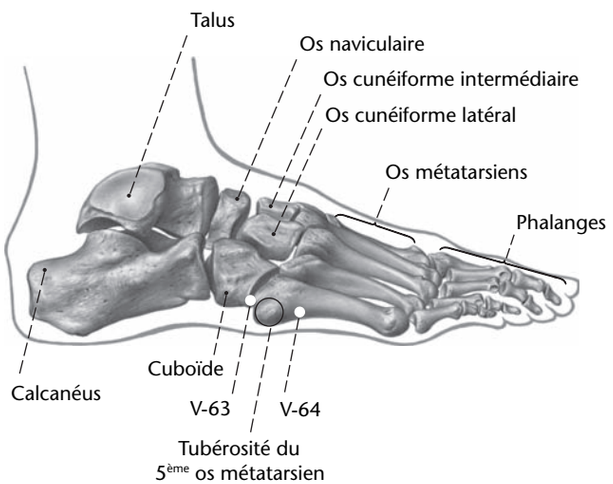
Actions/indications

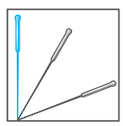
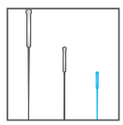
- Élimine le Vent et la Chaleur de la tête et des yeux.
- Calme l'Esprit.
- Ouvre le méridien.

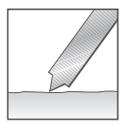
Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*).







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-65 *Os lié* SHUGU

Localisation

Sur la face latérale du pied, dans une dépression proximale par rapport à la tête du 5ème os métatarsien.

Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la structure osseuse de la face latérale du pied, on tombe sur un repère osseux qui se trouve approximativement au milieu du pied. C'est la tubérosité du 5ème os métatarsien. En direction distale (en direction des orteils), on sent une autre petite structure osseuse qui est la tête du 5ème os métatarsien. **V-65** se trouve dans une dépression directement proximale par rapport à celle-ci, à la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche » (frontière entre la plante et le dessus du pied).

→ **V-66** est situé dans une dépression distale par rapport à la tête du 5ème os métatarsien (elle-même distale par rapport à l'articulation métatarso-phalangienne), à la jonction de la base et du corps de la phalange proximale du petit orteil.

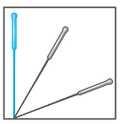
→ **Rte-3** se trouve à un endroit comparable sur la face médiale du pied (proximal par rapport à la base du 1er os métatarsien).

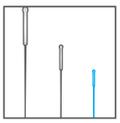
→ **IG-3** et → **GI-3** ont une localisation comparable sur les bords ulnaire ou latéral de la main.



Insertion de l'aiguille

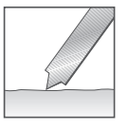
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : point douloureux.









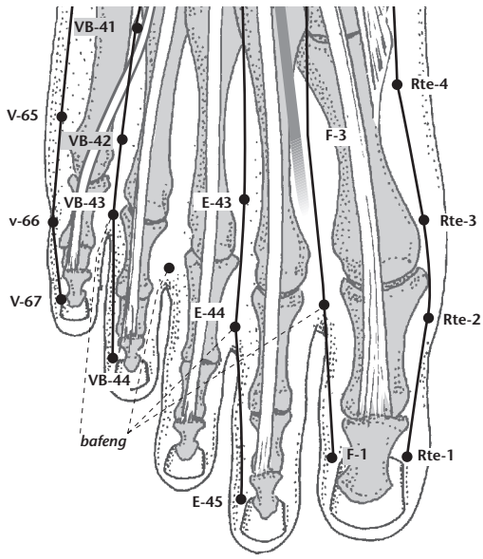






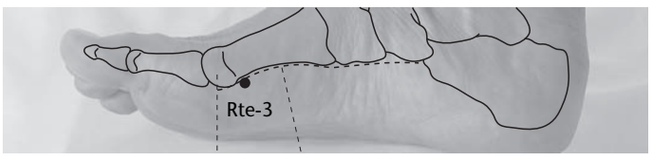
Actions/indications

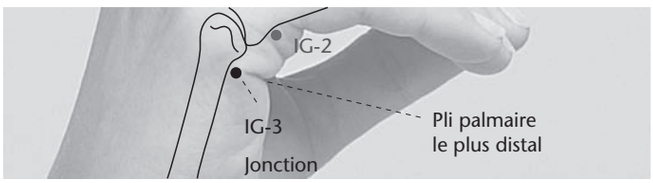
- Expulse les facteurs pathogènes (surtout de la tête).
- Élimine la Chaleur.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Calme l'Esprit (*shen*).

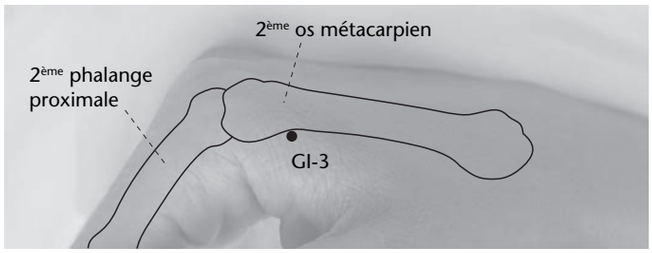


Caractéristiques particulières

Point rivière (*shu*), point Bois, point de sédation.

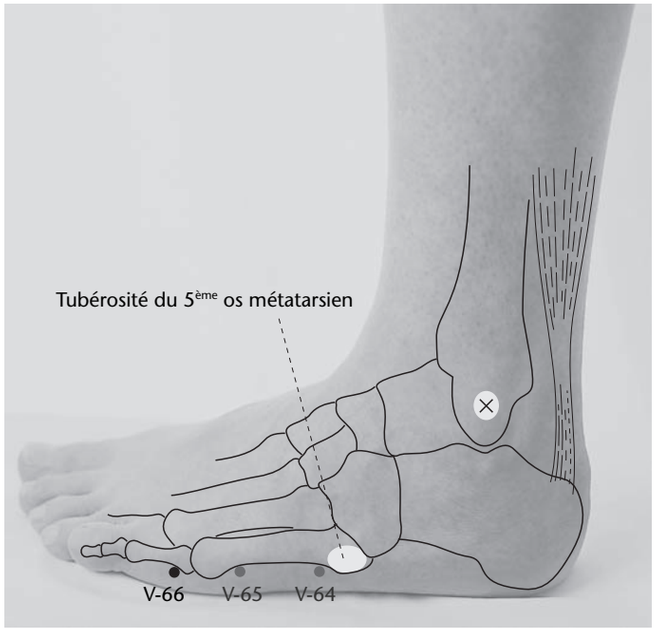


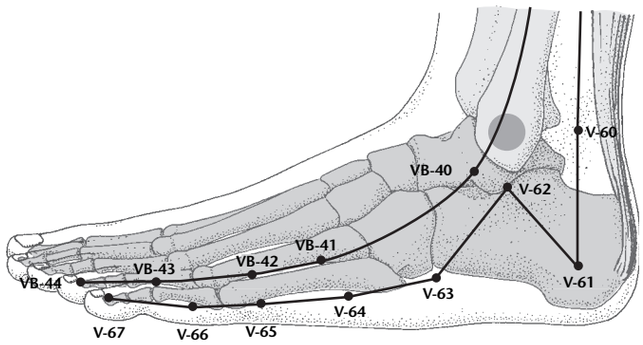


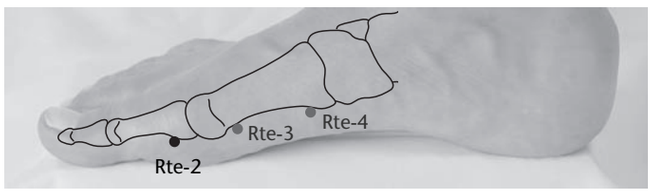


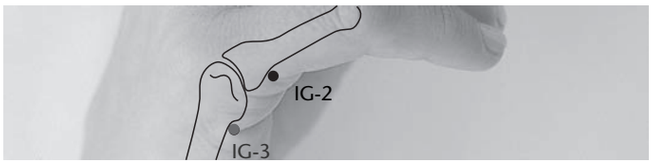
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

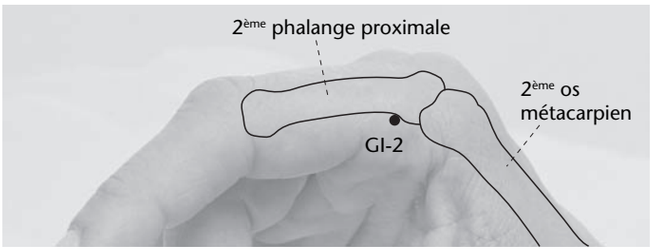
Vallée communicante du pied ZUTONGGU V-66











Localisation

Sur la face latérale du pied, dans une dépression distale par rapport à l'articulation métatarso-phalangienne du petit orteil.

Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la face latérale du pied au niveau de la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche », on rencontre une structure osseuse qui se trouve approximativement au milieu du pied. C'est la tubérosité du 5ème os métatarsien. En direction distale (en direction des orteils) par rapport à celui-ci, on peut sentir une autre petite structure osseuse qui est la tête du 5ème os métatarsien (ou la 5ème articulation métatarso-phalangienne. **V-66** est directement distal par rapport à celle-ci, dans une dépression située à la jonction de la base et du corps de la phalange proximale du petit orteil.

→ **V-65** est situé en direction proximale par rapport à la tête du 5ème os métatarsien. → **Rte-2** se trouve à un endroit comparable sur la face médiale du pied. Sur la main, → **IG-2** (sur la face ulnaire) et → **GI-2** (sur la face radiale) ont une localisation comparable.

Insertion de l'aiguille

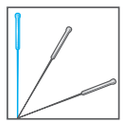
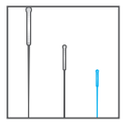
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : point douloureux.

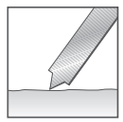
Actions/indications

- Dégage la tête.
- Fait descendre le Qi du Poumon et de l'Estomac.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point jaillissement (*ying*), point Eau, point *ben* (point Cinq Éléments).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-67 *Atteint le Yin* ZHIYIN

Localisation

Sur la face dorsale du petit orteil, à 0,1 *cun* du coin latéral de l'ongle.

Comment le trouver

Ce point est situé à la jonction de deux lignes tracées le long du bord latéral de l'ongle et de la base de l'ongle, à environ 0,1 *cun* du coin effectif de l'ongle.

Insertion de l'aiguille

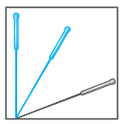
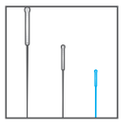
Insertion perpendiculaire de 0,1 *cun* ou oblique de 0,2 *cun* de profondeur, en direction du pied. Piquer et faire saigner. Attention : point douloureux.

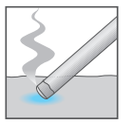
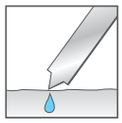
Actions/indications

- Action établie scientifiquement : avant la naissance, fait se retourner le bébé en cas de présentation par le siège ; la moxibustion et l'électro-acupuncture sur ce point semblent des plus efficaces (environ 70 à 80% de réussite).
- Facilite l'accouchement.
- Expulse les facteurs pathogènes de l'extrémité opposée du méridien.
- Régule le Yin et le Yang de l'élément Eau.

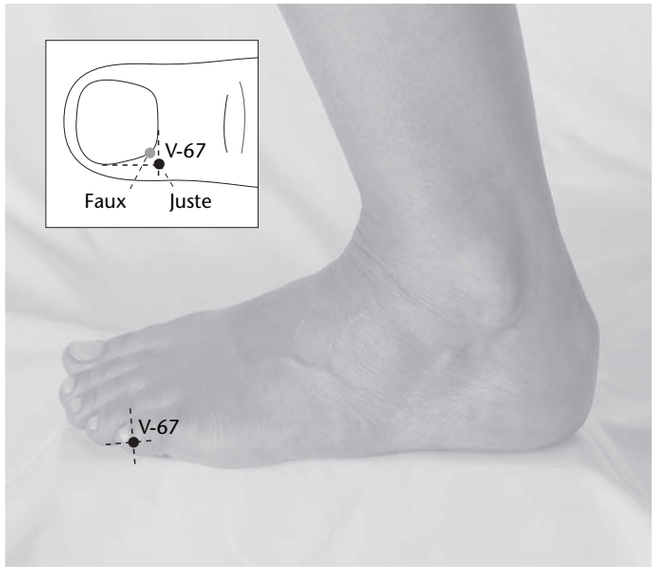
Caractéristiques particulières

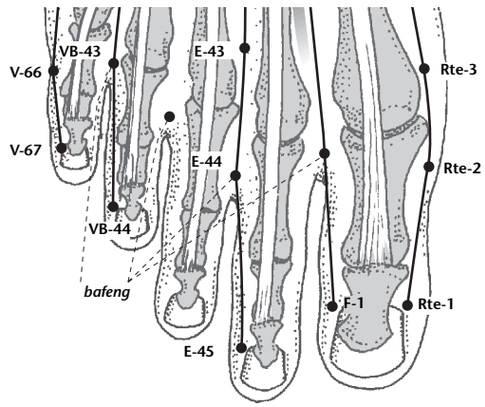
Point puits (*jing*), point Métal, point de tonification, point de sortie. On a signalé un cas isolé de femme enceinte qui avait été traitée par des moxas sur **V-67**, ce qui avait entraîné une transfusion fœto-maternelle de 300 ml de sang, mettant en danger la vie du fœtus. C'est pour cela qu'il faut toujours associer ce traitement à un contrôle cardiotocographique.

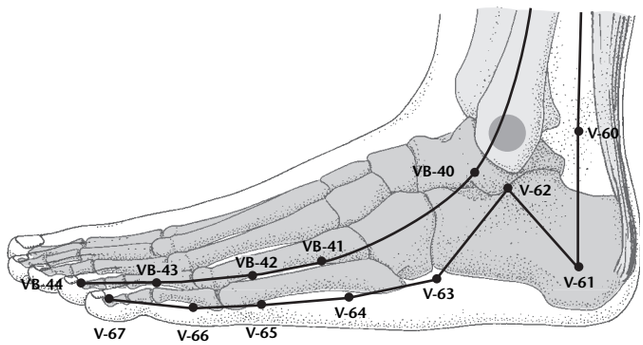







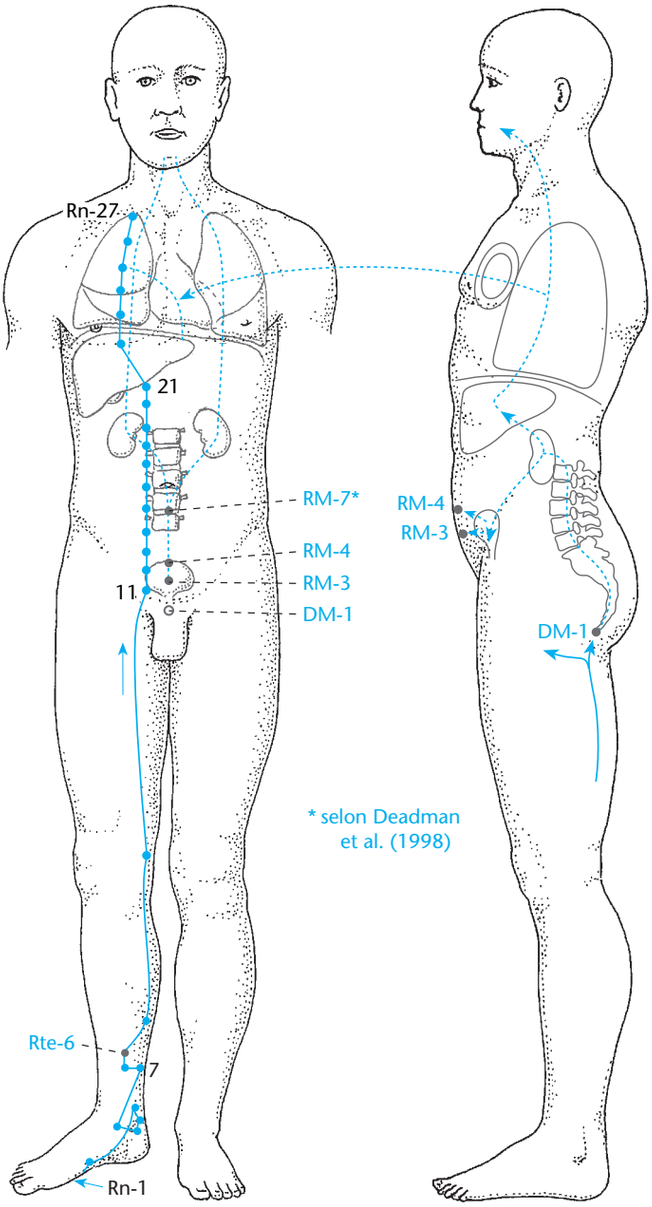


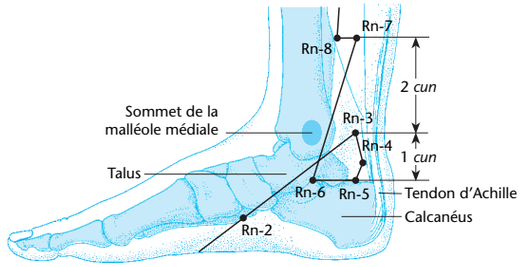


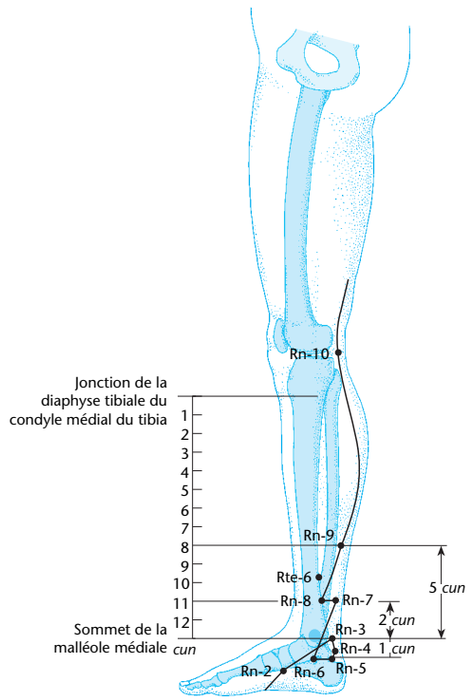
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.8 Méridiens du Rein – méridiens *shao yin* du pied (*zu shao yin jing luo*)

4.8.1 Méridien principal du Rein (*zu shao yin jing*)







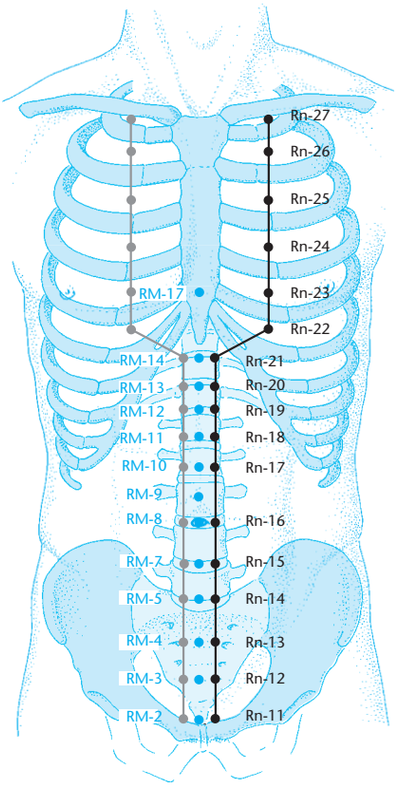
Trajet

Le méridien principal du Rein prend naissance sous le petit orteil, là où **une branche** qui se sépare du méridien principal de la Vessie le rejoint au point terminal de celui-ci, → **V-67** (*zhiyin*) (connexion Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit). Le méridien principal du Rein traverse en diagonale la plante du pied jusqu'à **Rn-1** (*yongquan*) et **Rn-2** (*rangu*), en avant de la tubérosité naviculaire, il parcourt la face postérieure de la malléole médiale et descend pénétrer dans le talon. De là, il monte le long de la face médiale de la jambe, passe par le point → **Rte-6** (*sanyinjiao*) et continue son ascension sur la face postéro-médiale de la cuisse en direction du périnée.

Dans la région périnéale, le méridien principal se divise en **deux branches** :

- une branche **interne, profonde**, va à → **DM-1** (*chengqiang*), monte le long de la colonne vertébrale et se relie au Rein (*shen*), Organe (*zang*) auquel il se rattache, et à la Vessie (*pangguang*), Entraille (*fu*) avec laquelle le méridien principal est couplé. Là, elle se subdivise en branches plus petites qui se relient à → **RM-4** (*guanyuan*) et → **RM-3** (*zhongji*), de même que, selon certains auteurs, à → **RM-7** (*yinjiao*). À partir du Rein (*shen*), une branche monte au Foie (*gan*), se déploie dans le Poumon (*fei*), continue vers la trachée et se termine à la base de la langue. À partir du Poumon (*fei*), une **branche interne** va au Cœur (*xin*), où elle rencontre le méridien du Maître du Cœur (connexion profonde Yin-Yin). Elle se déploie dans la poitrine et atteint le point → **RM-17** (*shangzhong*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



➡ La branche **externe** se sépare au niveau de la région périnéale et parcourt le bas abdomen jusqu'à **Rn-11** (*henggu*). De l'os pubien, elle monte sur une ligne située 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, puis 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure à partir du 5ème espace intercostal (**Rn-22**), avant d'atteindre la fosse infra-claviculaire.

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : douleur de la région lombale, Froid dans la jambe ou faiblesse de la jambe, bouche sèche, mal de gorge, douleur de la région glutéale latérale et de l'arrière de la cuisse, douleur de la plante des pieds.
Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur, œdème facial, cernes sous les yeux, essoufflement, somnolence, nervosité, diarrhée, selles minces ou sèches, distension abdominale, nausées et vomissements, impuissance.

Connexions du méridien principal du Rein

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal de la Vessie (*zu tai yang jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du deuxième grand circuit.
Lieux de connexion : V-67 → Rn-1 (sur le pied).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal du Cœur (*shou shao yin jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) *shao yin* (axes Yin du deuxième grand circuit).
Lieux de connexion : Rn → C (sur le thorax). Une branche du trajet interne du méridien principal du Rein va du Rein au Foie, pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon (*fei*). Du Poumon, une branche va au Cœur (*xin*), où elle se relie au méridien principal du Cœur.
Circulation : non circadienne (**pas** selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

Méridien principal du Maître du Cœur (*shou jue yin jing*)

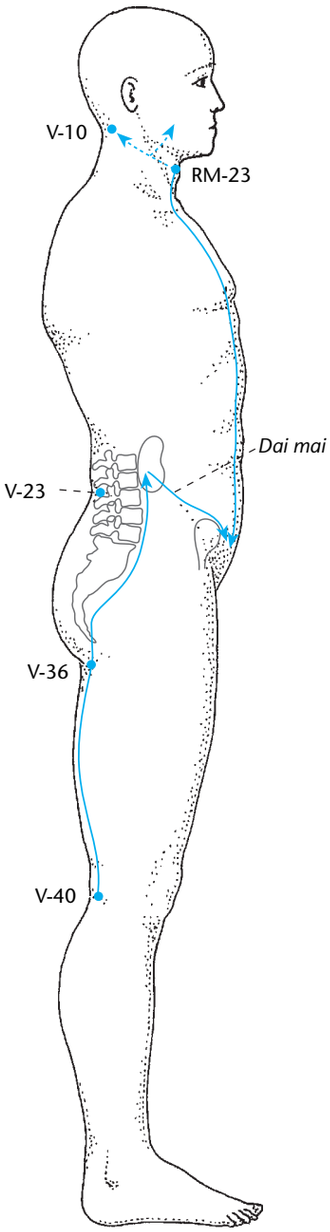
Connexion : connexion profonde Yin-Yin.
Lieux de connexion : Rn → MC. Une branche du trajet interne du méridien principal va du Rein au Foie, pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon (*fei*). Du Poumon, une branche interne va au Cœur (*xin*), où elle se relie au méridien principal du Maître du Cœur (connexion profonde Yin-Yin) et atteint également → **RM-17** (*shangzhong*).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : le méridien principal du Maître du Cœur reçoit le Qi Nourricier (*ying qi*) du méridien principal du Rein (première circulation du *ying qi* → 1.1.4).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Rein (*shen*), Vessie (*pangguang*), Foie (*gan*), Poumon (*fei*), Maître du Cœur (*xin bao*), Cœur (*xin*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.8.2 Méridien divergent du Rein (*zu shao yin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Rein se sépare du méridien principal du Rein au creux poplité, au point ➞ **Rn-10** (*yingu*). Il

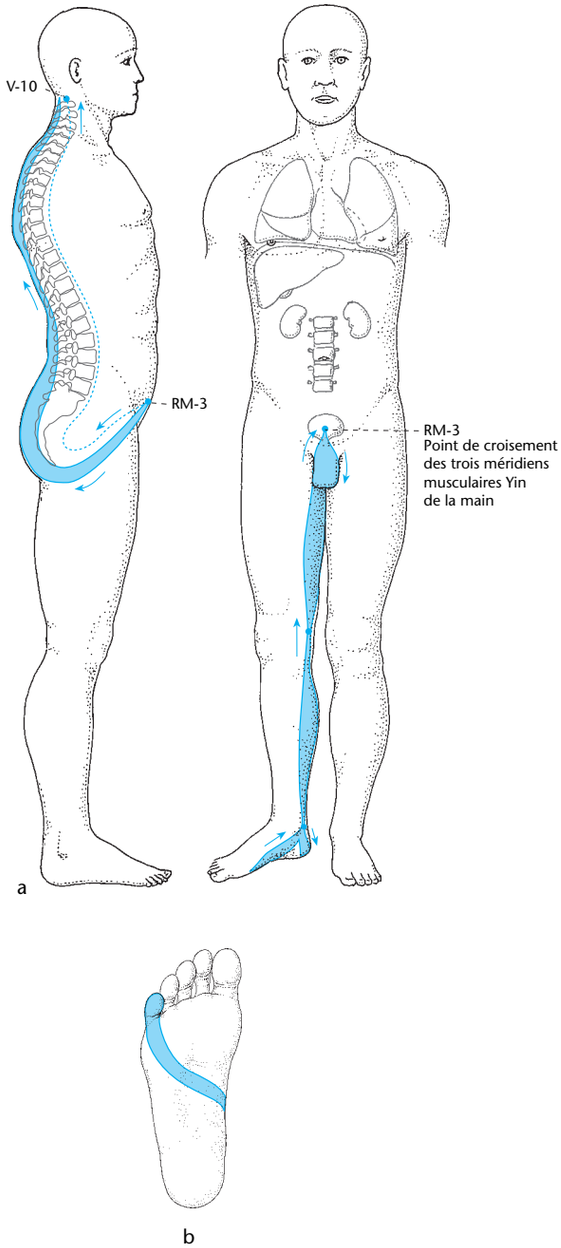
- passe par ➞ **V-40** (*weizhong*), au creux poplité,
- monte à ➞ **V-36** (*chengfu*) au centre du pli glutéal,
- pénètre dans l'anus et atteint le Rein (*shen*) et la Vessie (*pangguang*),
- monte à ➞ **V-23** (*shenshu*) au niveau du bord inférieur du processus épineux de L2, où il rencontre aussi le vaisseau Ceinture (*dai mai*), suivant son trajet autour de la taille jusqu'à l'abdomen.
- Il monte ensuite parallèlement à la ligne médiane jusqu'à la fosse infra-claviculaire,
- atteint le cou au point ➞ **RM-23** (*lianquan*),
- émerge à la nuque au point ➞ **V-10** (*tianzhu*) et converge avec le méridien principal et le méridien divergent de la Vessie pour former la 6ème confluence (*he*) (ici : V/Rn en tant que 6ème confluence ➞ 1.3).

Importance clinique

- Renforce la relation entre le Rein et la Vessie (système des organes-(*zangfu*)). Les points du méridien principal du Rein peuvent donc servir à traiter les troubles de la Vessie et, inversement, les points du méridien principal de la Vessie peuvent servir à traiter les troubles du Rein.
- Grâce à sa connexion avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*), les points du méridien du Rein peuvent traiter les pathologies du vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- Le Qi et l'Essence (*jing*) du Rein sont envoyés au Cerveau grâce au méridien divergent du Rein, par l'intermédiaire du canal spinal, renforçant ainsi la connexion entre le Rein, la Moelle et le Cerveau.
- Il conforte la connexion avec la langue.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.8.3 Le méridien musculaire du Rein (*zu shao yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire du Rein prend naissance en dessous du petit orteil.

➡ Il traverse la plante du pied en diagonale, croise le méridien musculaire de la Rate et atteint la malléole médiale, où il se fixe (*bie*). De là, une **branche mineure** va sur la face médiale du calcanéus. La **branche principale** monte sur la face postéro-médiale de la jambe, se fixe (*bie*) sur le condyle médial du fémur, croise le méridien musculaire de la Rate, suit la face postéro-médiale de la cuisse, va aux organes génitaux et atteint les points → **RM-3** (*zhongji*) et → **RM-2** (→ 1.3), où il rencontre les autres méridiens musculaires Yin. Il pénètre ensuite dans l'abdomen, monte le long de la colonne vertébrale jusqu'à la nuque et converge alors avec le méridien musculaire de la Vessie.

À partir de la région génitale, une **branche interne** traverse la région glutéale et suit la musculature profonde le long de la colonne vertébrale jusqu'à l'occiput, où elle rencontre le méridien musculaire de la Vessie.

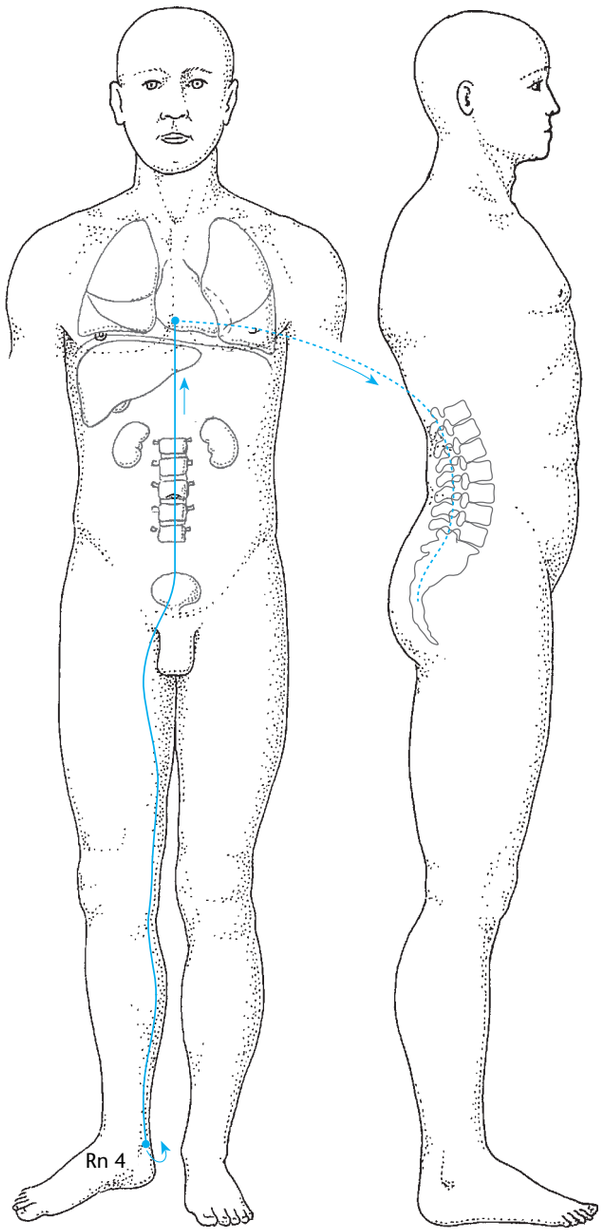
Importance clinique

Pathologie : spasmes de la plante du pied, douleur ou spasmes de la face postéro-médiale de la jambe, du dos et de l'occiput. Syndromes d'Obstruction Douloureuse (syndromes *Bi*). Crises d'épilepsie, restriction de mouvement au niveau du fléchissement et de l'extension de la colonne vertébrale. Troubles dégénératifs des os et des articulations, spondylarthrose, arthrose.

Indications : essentiellement pour les douleurs chroniques, les spasmes et les sensations de Froid des lombes et de la colonne lombale qui s'accompagnent d'une restriction de mouvement.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.8.4 Méridien *luo* de communication du Rein (*zu shao yin luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication du Rein se sépare du méridien principal du Rein au point **Rn-4** (*dazhong*). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal de la Vessie avec lequel le méridien principal du Rein est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → Annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Rein qui va vers le point Source (*yuan*) → **V-64** (*jinggu*).

➡ Une partie **longitudinale** suit le méridien principal du Rein jusqu'à → **RM-17** (*shanzhong*), pénètre dans le thorax et atteint la colonne vertébrale dans la région lombale.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie
Plénitude (*shi*) : rétention d'urines.
Vide (*xu*) : douleur de la région lombale.
Contresens du Qi : agitation, anxiété, peur, dépression, plénitude dans la poitrine et l'épigastre.

4.8.5 Région cutanée (*shao yin pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.8.6 Points du méridien du Rein (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*)(→ 8.1.1) : Rn-3** (*taixi*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : Rn-4** (*dazhong*).
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : Rn-5** (*shuiquan*).
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-23** (*shenshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : VB-25** (*jingmen*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Bois), point de sédation **: Rn-1** (*yongquan*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Feu) : **Rn-2** (*rangu*),
  - point rivière (*shu*) (Terre) : **Rn-3** (*taixi*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Métal), point de tonification : **Rn-7** (*fuliu*) ■■,
  - point mer (*he*) (Eau), point *ben* (point Cinq Éléments) : **Rn-10** (*yingu*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) (→ 8.1.8) : Rn-6** (*zhaohai*)* ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) : **Rn-2** (*rangu*)*, **Rn-6** (*zhaohai*)*, **Rn-8** (*jiaoxin*)*,
  - avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rn-9** (*zhubin*),
  - avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) : **Rn-11 – Rn-21**,
  - d'autres méridiens avec le méridien du Rein : **Rte-6, DM-1, RM-4, RM-3, RM-7***, **RM-17**.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : –**

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) :–**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**
- **Autres points fonctionnels :**
  – point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) : **Rn-8** (*jiaoxin*),
  – point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rn-9** (*zhubin*).

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** pied – **Rn-6** (*zhaohai*) ■■ ; genou – **Rn-10** (*yingu*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** pied – **Rn-7** (*fuliu*) ■■ ; orteils – **Rn-6** (*zhaohai*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** pour la gorge – **Rn-6** (*zhaohai*) ■■ ; pour la langue – **Rn-6** (*zhaohai*) ■■ ; pour le Rein et la Vessie – **Rn-3** (*taixi*) ■■, **Rn-7** (*fuliu*) ■■ ; pour la région uro-génitale – **Rn-3** (*taixi*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **Rn-1** (*yongquan*) ■■ : point puits (*jing*) (Bois), point de sédation.
- **Rn-2** (*rangu*) : point jaillissement (*ying*) (Feu) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) (→ 8.1.10).
- **Rn-3** (*taixi*) ■■ : point rivière (*shu*) (Terre) ; point distal pour le Rein, la Vessie, la région uro-génitale (→ 8.2.1) ; point source (*yuan*) (→ 8.1.1).
- **Rn-4** (*dazhong*) : point *luo* de communication (→ 8.1.2).
- **Rn-5** (*shuiquan*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **Rn-6** (*zhaohai*) ■■ : point d'ouverture du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) (→ 8.1.8) ; point distal pour la langue et la gorge (→ 8.2.1) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)* (→ 8.1.10) ; point local pour le pied (→ 8.2.1).
- **Rn-7** (*fuliu*) ■■ : point distal pour le Rein et la Vessie (→ 8.2.1) ; point fleuve (*jing*) (Métal), point de tonification ; point adjacent pour le pied (→ 8.2.1).
- **Rn-8** (*jiaoxin*) : point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)* (→ 8.1.10).
- **Rn-9** (*zhubin*) : point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)* (→ 8.1.10).
- **Rn-10** (*yingu*) ■■ : point mer (*he*) (Eau), point *ben* (point Cinq Éléments) ; point local pour le genou (→ 8.2.1).
- **Rn-11** à **Rn-21** : points de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

Conseils pour la localisation

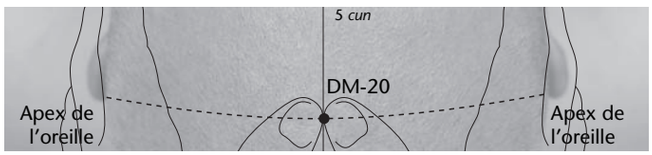
- Les points de **Rn-11** à **Rn-21** sont tous situés 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane :
  – les points de **Rn-11** à **Rn-15** se répartissent sur la distance de 5 *cun* (→ 1.2) qui sépare le bord supérieur de la symphyse pubienne et l'ombilic (ils sont répartis à des intervalles de 1 *cun* entre le bord supérieur de la symphyse pubienne et le point situé 4 *cun* au-dessus de celle-ci) ;
  – les points de **Rn-16** à **Rn-21** se répartissent sur la distance de 8 *cun* (→ 1.2) qui sépare l'ombilic et l'angle sterno-costal (ils sont répartis à des intervalles de 1 *cun* entre niveau de l'ombilic et le point situé 6 *cun* au-dessus de celui-ci).
- Les points de **Rn-22** à **Rn-27** sont tous situés 2 *cun* en dehors de la ligne médiane :
  – les points de **Rn-22** à **Rn-26** sont situés dans les espaces intercostaux, du 5ème au 1er ;
  – **Rn-27** se trouve au bord inférieur de l'articulation sterno-claviculaire.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source bouillonnante YONGQUAN Rn-1





Localisation

Sur la plante du pied, entre le 2ème et le 3ème os métatarsien, à la jonction du tiers antérieur et des deux tiers postérieurs de la plante du pied.

Comment le trouver

Mesurer un tiers à partir du bord antérieur de la plante du pied. Chercher un point sensible à la pression en direction dorsale par rapportà l'avant de la plante du pied, au milieu de sa largeur.

Insertion de l'aiguille

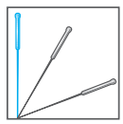
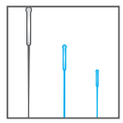
Piquer ce point est extrêmement douloureux et doit être réservé à des cas graves et à des cas d'urgence. On préfère généralement pratiquer l'acupressure sur ce point ; la moxibustion est possible. En cas de collapsus, de perte de connaissance, de choc ou de plénitude grave, il faut tonifier ce point de façon vigoureuse ; en cas de vide prononcé, il faut faire très attention lorsqu'on tonifie ce point.

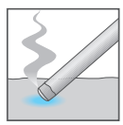
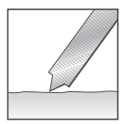
Actions/indications

- Ranime le Yang qui s'effondre.
- Élimine la plénitude, la Chaleur et le Vent de la tête, fait descendre le Yang.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Bois, point de sédation, point d'entrée. **Rn-1** est le point d'acupuncture le plus bas du corps et le seul point d'entrée situé sur la plante des pieds. C'est pourquoi il joue un rôle important dans la pratique du Qi Gong, car il constitue un point d'ancrage au centre du pied, là où se rejoignent les énergies de la Terre et de l'Homme. Dans le cadre de cette pratique, il faut placer le centre de gravité au-dessus de ce point.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

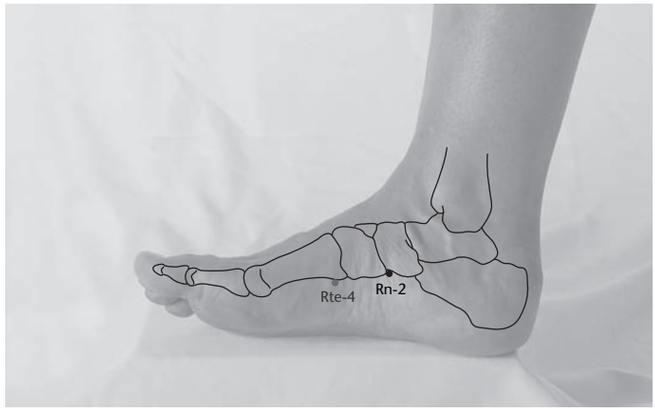
Rn-2 *Vallée en feu* RANGU

Localisation

Sur le bord médial du pied, dans la dépression qui se trouve à l'avant de la tubérosité de l'os naviculaire, à la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche ».

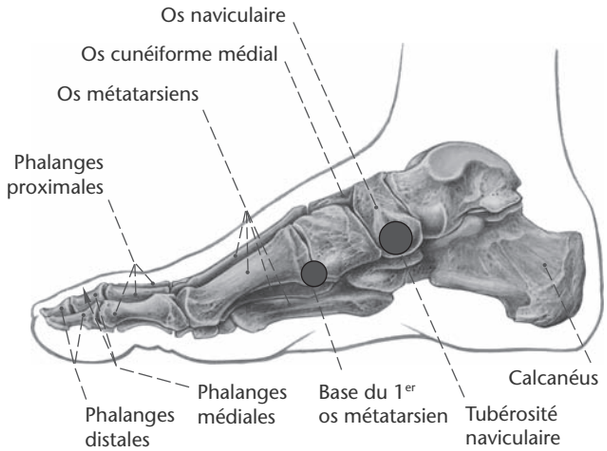
Comment le trouver

Faire glisser le doigt de la partie distale à la partie proximale du tarse de la face médiale du pied, en allant du corps à la tête du 1er os métatarsien (➞ **Rte-4**) et à l'os cunéiforme, pour finalement atteindre l'os naviculaire, à l'angle inférieur de l'articulation située entre l'os cunéiforme et l'os naviculaire. **Rn-2** se trouve à l'avant de l'os naviculaire, au bord inférieur de l'articulation entre l'os cunéiforme médial et l'os naviculaire.



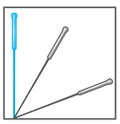
Insertion de l'aiguille

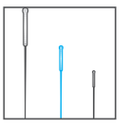
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur à partir de la partie médiale du pied, en dessous du bord de l'os. Utiliser la technique de dispersion en cas de Chaleur-Vide. Utiliser la technique de tonification en cas de vide de Yang ou de vide de Qi du Rein.



Actions/indications

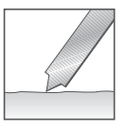
- Élimine la Chaleur-Vide.
- Régule le Réchauffeur Inférieur et le Rein.
- Point local.









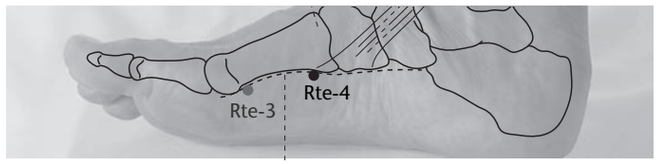






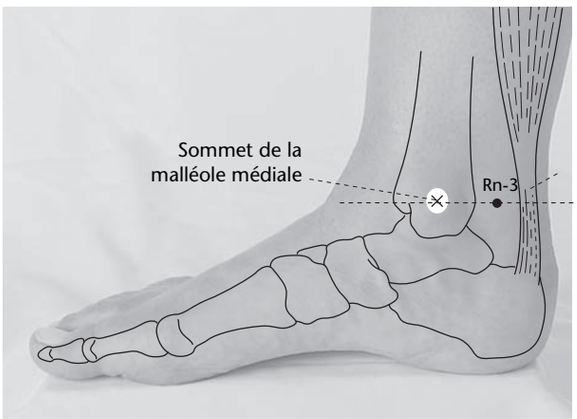
Caractéristiques particulières

Point jaillissement (*ying*), point Feu, point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grande rivière TAIXI Rn-3



Localisation

Dans la dépression située entre le sommet de la malléole médiale et le tendon d'Achille.

Comment le trouver

Commencer par localiser la malléole médiale (→ 3.6.2). De là, déplacer le doigt à l'horizontale en direction du tendon d'Achille. **Rn-3** se trouve dans la dépression que l'on sent en avant du tendon.

Insertion de l'aiguille

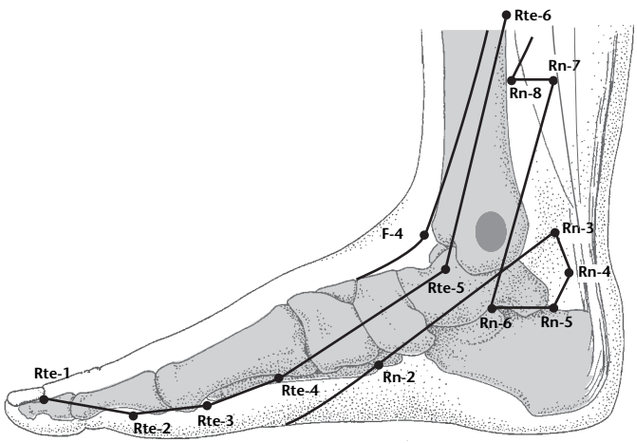
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 1*cun* de profondeur.

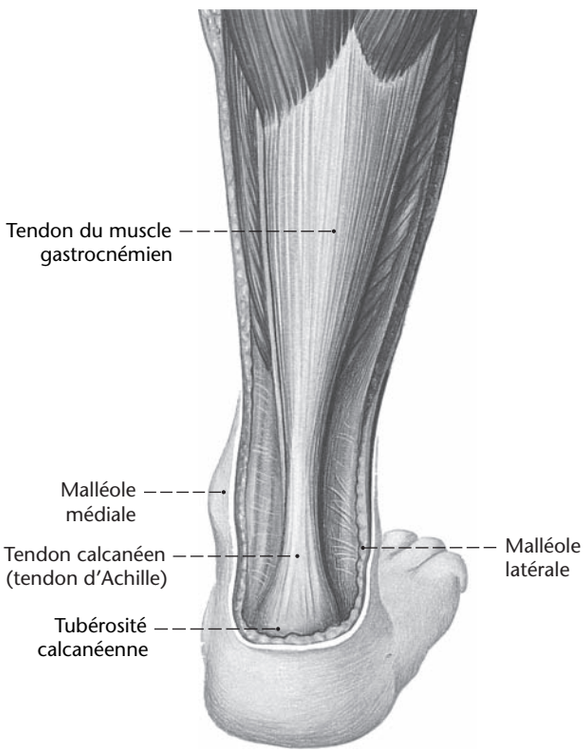
Actions/indications

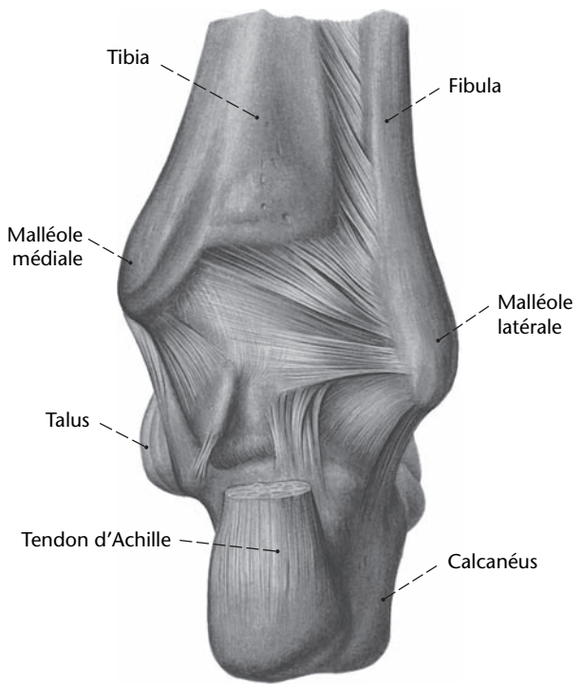
- Nourrit le Yin du Rein et élimine la Chaleur-Vide, tonifie le Yang du Rein, stabilise le Qi du Rein et du Poumon (il aide le Rein à recevoir le Qi), régule les menstruations.
- Fortifie la colonne lombale, point local.

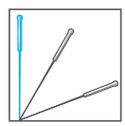
Caractéristiques particulières

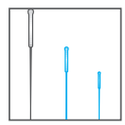
Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre. Point distal important pour tonifier le Rein (surtout le Yin du Rein).





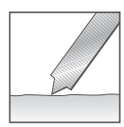


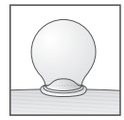














Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-4 *Grosse cloche* DAZHONG

Localisation

En avant du bord médial du tendon d'Achille, au-dessus de l'insertion de celui-ci sur le calcanéus.

Comment le trouver

À partir du sommet de la malléole médiale, tracer une ligne horizontale jusqu'au bord médial du tendon d'Achille. De là, mesurer 0,5 *cun* en direction distale. **Rn-4** se trouve dans une dépression juste devant le tendon d'Achille, légèrement au-dessus de son insertion sur le calcanéus. **Ou** : **Rn-4** se trouve directement en arrière du point médian de la ligne qui relie → **Rn-3** et → **Rn-5**, à l'avant du tendon d'Achille.

Insertion de l'aiguille

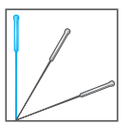
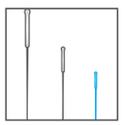
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Éviter de piquer le tendon.

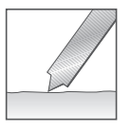
Actions/indications

- Raffermit le Qi du Rein (aide le Rein à recevoir le Qi) et soutient le Poumon.
- Fortifie le Rein et rafraîchit la Chaleur-Vide.
- Fortifie la volonté et chasse la peur.
- Point local.

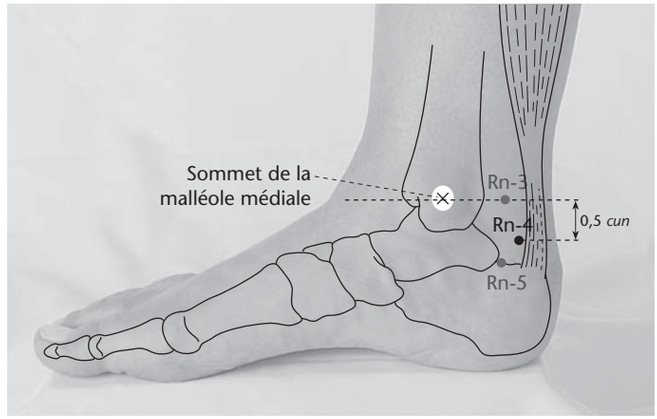
Caractéristiques particulières

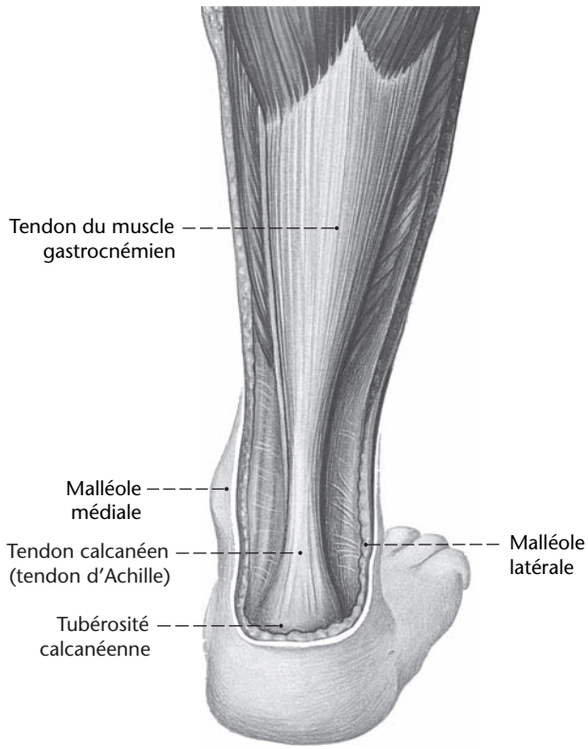
Point *luo* de communication.

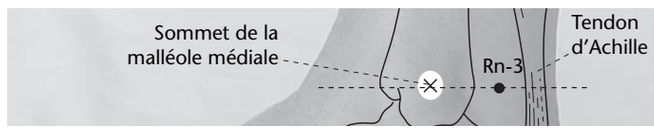





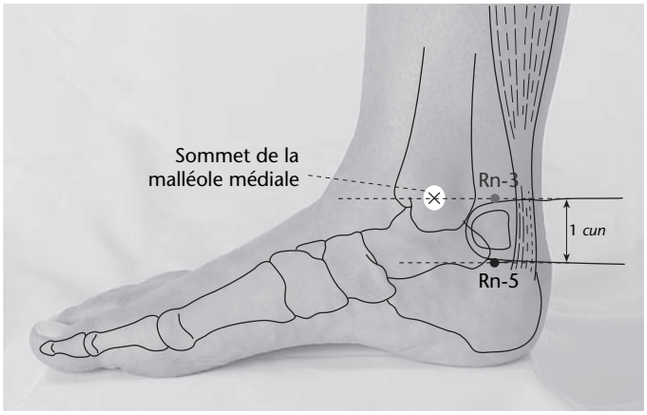


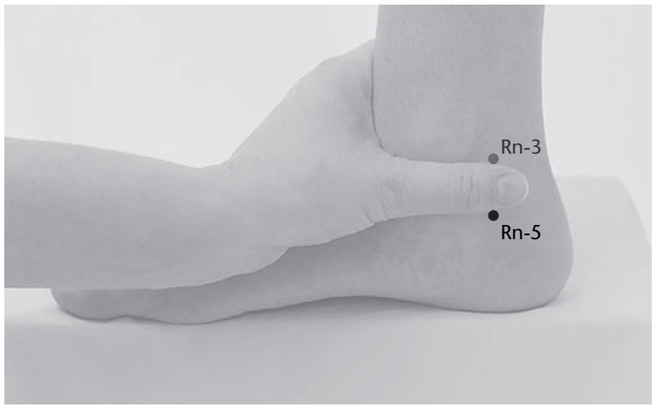


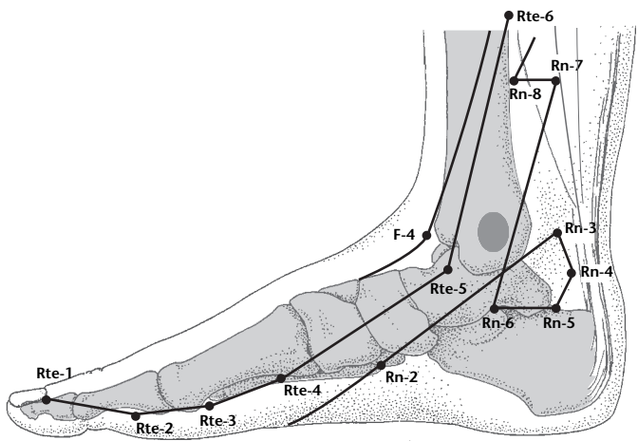


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source d'eau SHUIQUAN Rn-5







Localisation

1 *cun* en dessous de → **Rn-3**, dans une dépression située au niveau de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **Rn-3**, au niveau du sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2), dans une dépression située entre la malléole et le tendon d'Achille. À partir de **Rn-3**, descendre le doigt d'1 *cun* et rechercher la dépression palpable qui se trouve au niveau de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus. C'est là que se trouve **Rn-5**.

Insertion de l'aiguille

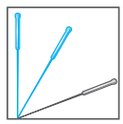
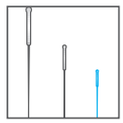
Insertion oblique ou perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction supérieure par rapport au bord de l'os.

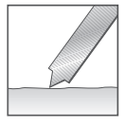
Actions/indications

- Régule le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*), a des effets bénéfiques sur les menstruations et les mictions.

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*). Il est particulièrement indiqué pour traiter les troubles aigus et douloureux.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-6 *Mer brillante* ZHAOHAI

Localisation

Environ 1 *cun* en dessous du sommet de la malléole médiale, au niveau de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus.

Comment le trouver

À partir du sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2), laisser courir le doigt en direction distale jusqu'à ce qu'il trouve la dépression de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus. (**Rn-6** est souvent localisé entre les tendons du muscle tibial et du muscle long fléchisseur des orteils). Juste en avant de ce point, on peut sentir une petite proéminence osseuse, le sustentaculum tali. Lorsque le pied du patient est en position de supination, on voit un pli se former dans la peau au niveau de ce point. Remarque : la localisation exacte de ce point est sujette à de nombreuses variantes. Toutefois, ce qui est déterminant pour sa localisation n'est pas tant la mesure en *cun* que l'espace articulaire en dessous du sommet de la malléole.

Insertion de l'aiguille

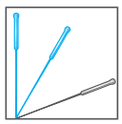
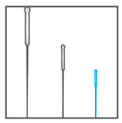
Insertion oblique ou perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction proximale. L'aiguille peut atteindre le ligament deltoïde.

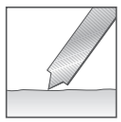
Actions/indications

- Nourrit le Yin du Rein, élimine la Chaleur-Vide, a des effets bénéfiques sur la gorge, régule le réchauffeur inférieur.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Fait circuler le Qi localement.

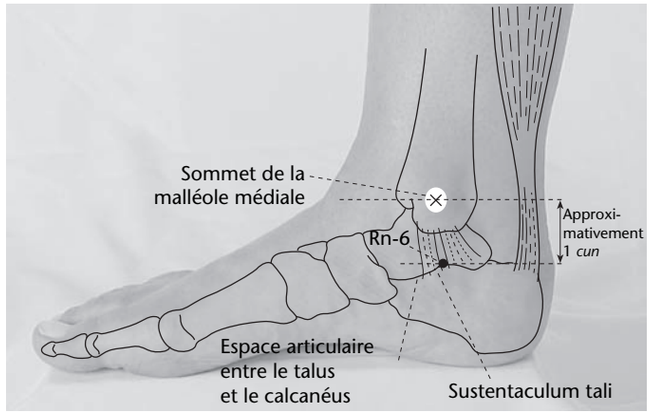
Caractéristiques particulières

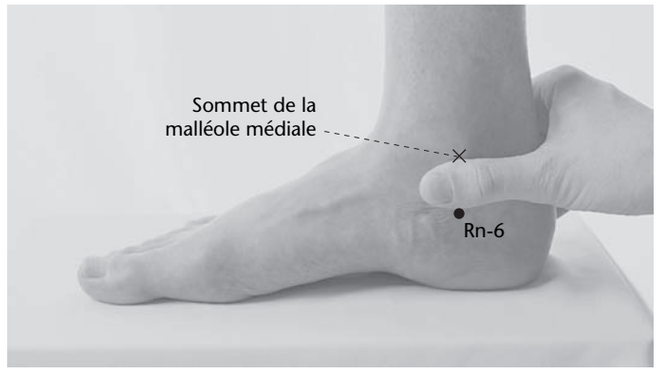
Point d'ouverture du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*). Point important, surtout pour renforcer le Yin du Rein.

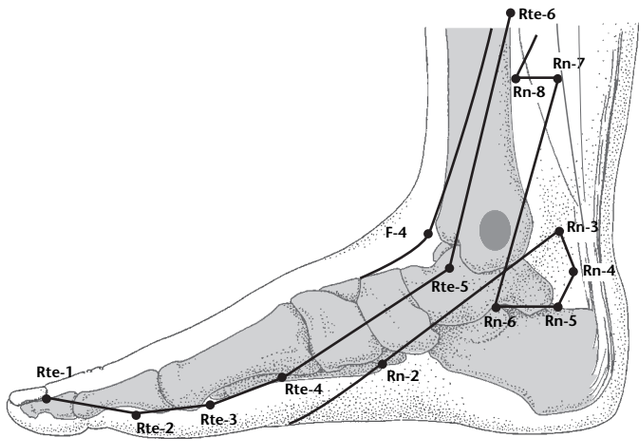



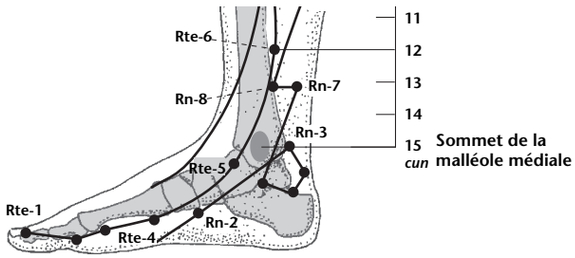



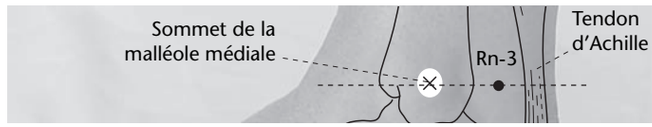






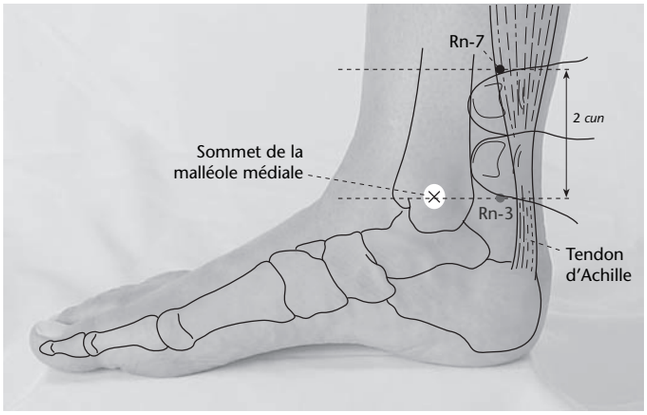






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Retour du courant FULIU Rn-7



Localisation

2 *cun* au-dessus de → **Rn-3**, au bord antérieur du tendon d'Achille.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **Rn-3**, au niveau du sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2), dans une dépression située entre la malléole et le tendon d'Achille. À partir de → **Rn-3**, mesurer 2 *cun* en direction proximale (en direction de l'articulation du genou) et localiser **Rn-7** dans une dépression au bord antérieur du tendon d'Achille.

Au même niveau, on trouve → **Rn-8**, en direction plus médiale (2 *cun* en direction proximale par rapport à la malléole médiale).



Insertion de l'aiguille

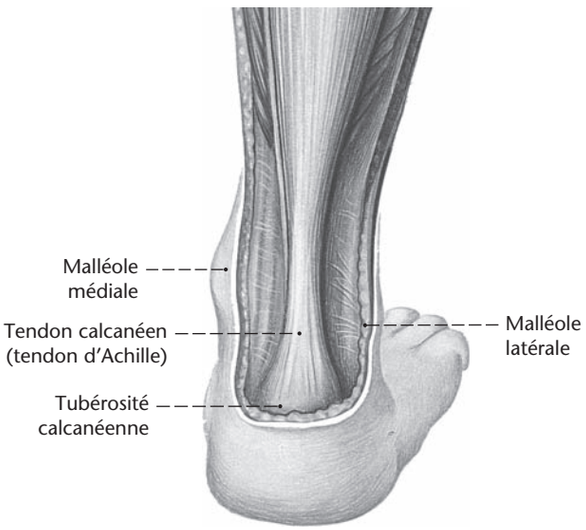
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

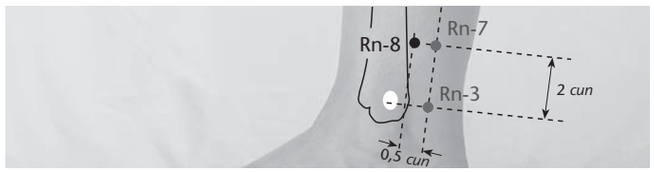
Actions/indications

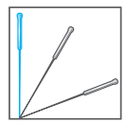
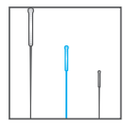
- Régule la voie des eaux et traite les œdèmes, renforce le Rein (surtout le Yang du Rein), draine l'Humidité et élimine la Chaleur-Humidité.
- Traite les pathologies des Intestins dues à la Chaleur-Humidité.
- Fortifie la région lombale.

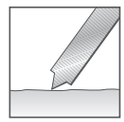
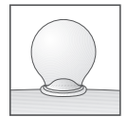
Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Métal, point de tonification.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-8 *Confiance partagée* JIAOXIN

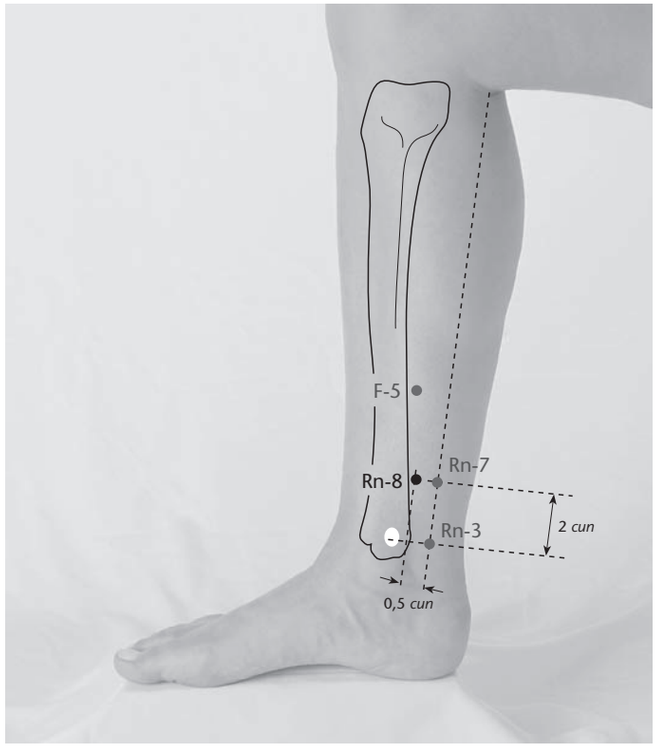
Localisation
2 *cun* en direction proximale du sommet de la malléole médiale, en arrière du bord médial du tibia.

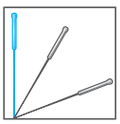
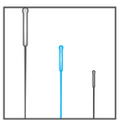
Comment le trouver
Rn-8 est au même niveau que → **Rn-7**, légèrement plus près du bord du tibia (environ 0,5 *cun*).

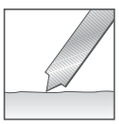
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications
- Régule les menstruations, régule le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).
- Élimine la chaleur et draine l'Humidité du réchauffeur inférieur.
- Traite les blocages du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*).

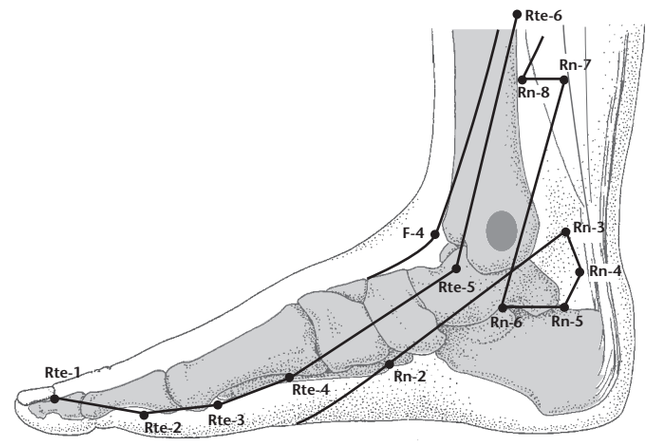
Caractéristiques particulières
Point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*).

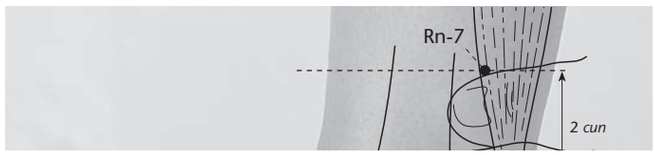


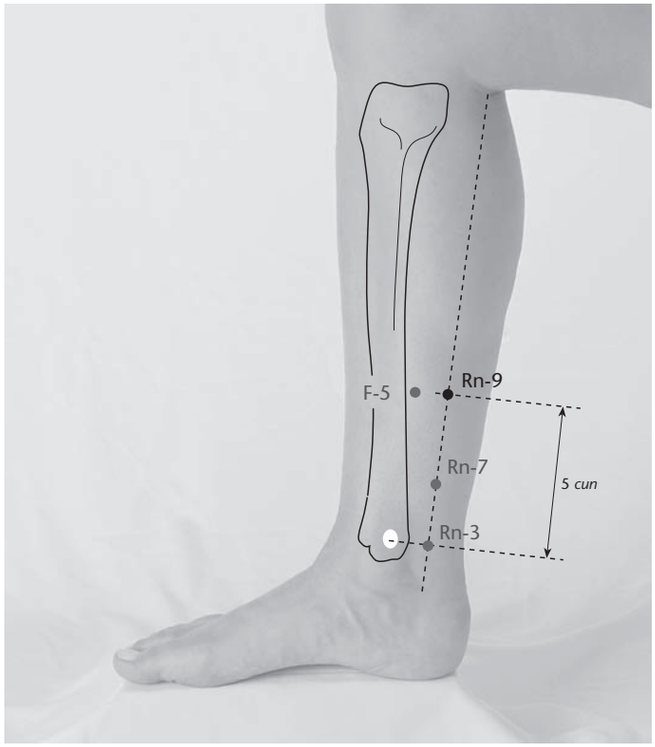






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Maison des invités ZHUBIN Rn-9



Localisation

5 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, environ 2 *cun* en arrière du bord médial du tibia.

Comment le trouver

Sur une ligne qui relie → **Rn-3** (en arrière de la malléole médiale) et → **Rn-10** (partie médiale du pli poplité), mesurer 5 *cun* à partir du sommet de la malléole médiale. C'est là que se trouve **Rn-9**, 2 *cun* en arrière du bord médial du tibia.

→ **F-5** se trouve au même niveau, juste en arrière du bord médial du tibia.

Insertion de l'aiguille

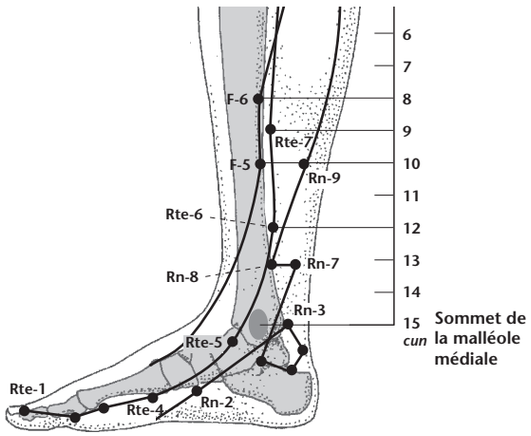
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

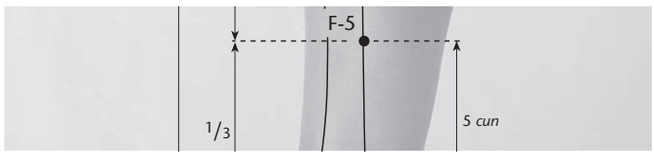
Actions/indications

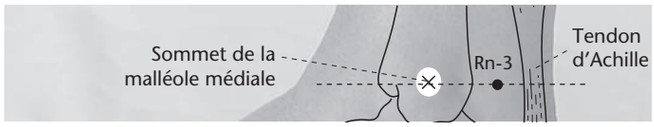
- Dégage le Cœur et transforme les Glaires.
- Régule le Qi et soulage la douleur.

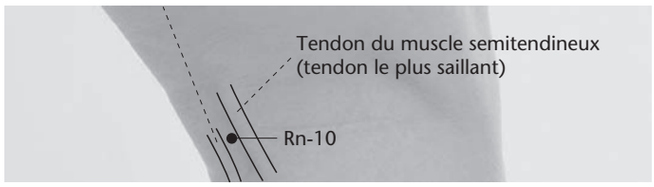
Caractéristiques particulières

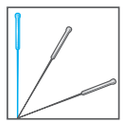
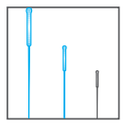
Point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*).

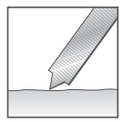










Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-10 *Vallée du Yin* YINGU

Localisation

À l'extrémité médiale du pli poplité, entre les tendons du muscle semitendineux et du muscle semimembraneux, au niveau de l'espace articulaire du genou.

Comment le trouver

Lorsque le genou est fléchi à 90°, demander au patient d'appuyer le talon contre la table d'examen de façon à ce que les tendons ressortent mieux au niveau du pli poplité. **Rn-10** est en direction médiale, dans une dépression située à l'avant du tendon le plus saillant du muscle semitendineux et en arrière du tendon moins marqué du muscle semimembraneux.

→ **V-40** est au même niveau, au centre du pli poplité.

Insertion de l'aiguille

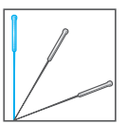
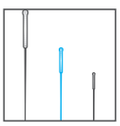
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur en allant de la face dorso-médiale vers la tubérosité tibiale. Éviter de piquer le tendon.

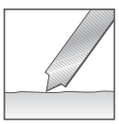
Actions/indications

- Draine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur et a des effets bénéfiques sur le Rein.
- Ouvre le méridien.

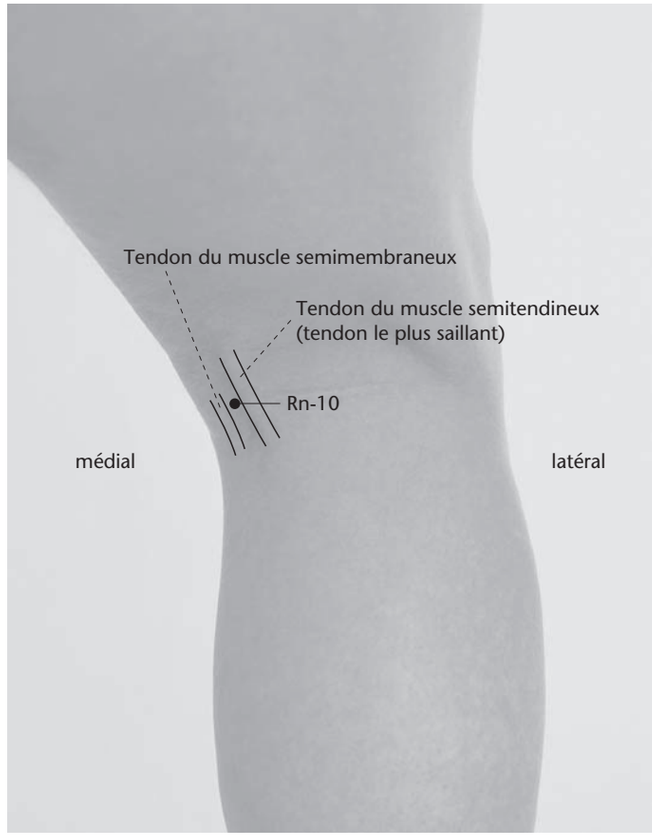
Caractéristiques particulières

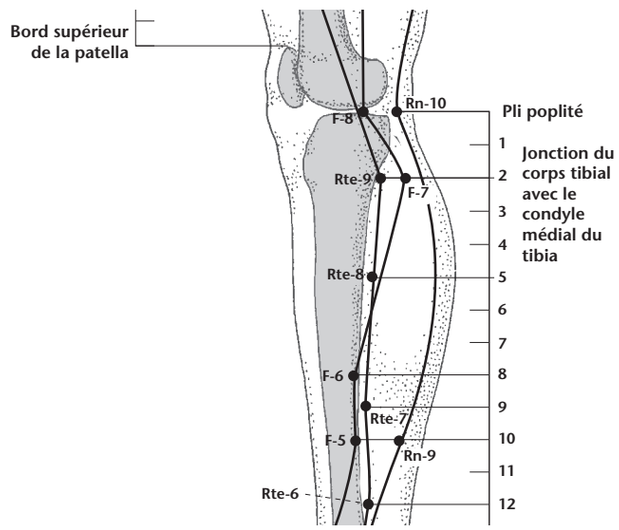
Point mer (*he*), point Eau, point *ben* (point Cinq Éléments) ; traite les troubles urinaires récurrents avec vide de Yin du Rein.

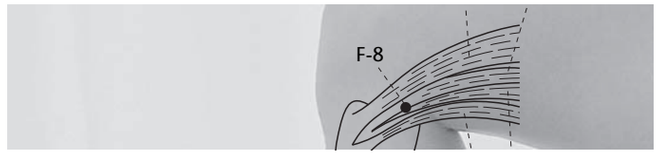



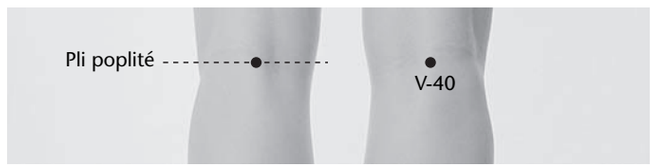







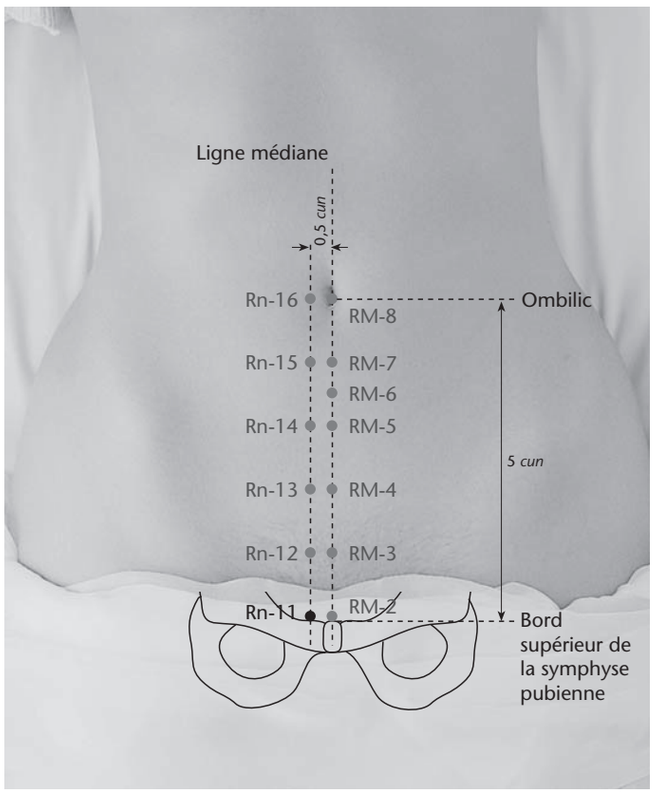






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Os du pubis HENGGU Rn-11



Localisation

Au bord supérieur de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Près de la ligne médiane, le bord supérieur de la symphyse pubienne est généralement facilement palpable. **Rn-11** est situé directement au-dessus de son bord osseux, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **RM-2** (sur la ligne médiane), → **E-30** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **Rte-12** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

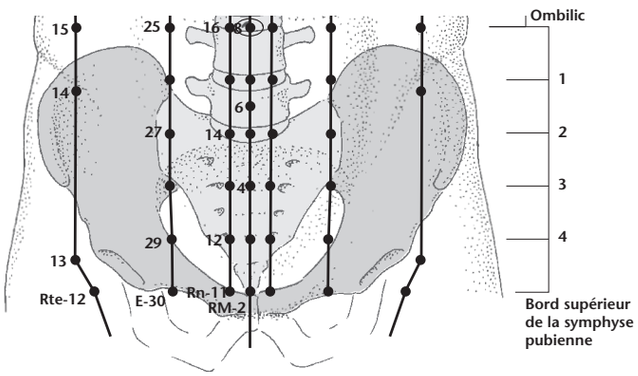
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine, de la vessie (surtout si elle est pleine). Prudence en cas de grossesse.

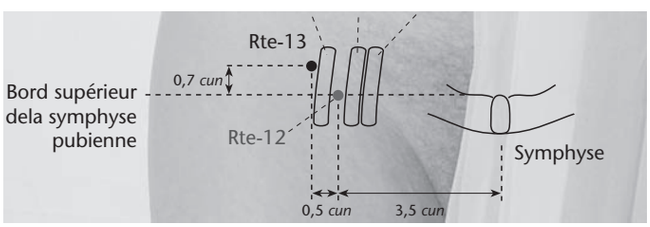
Actions/indications

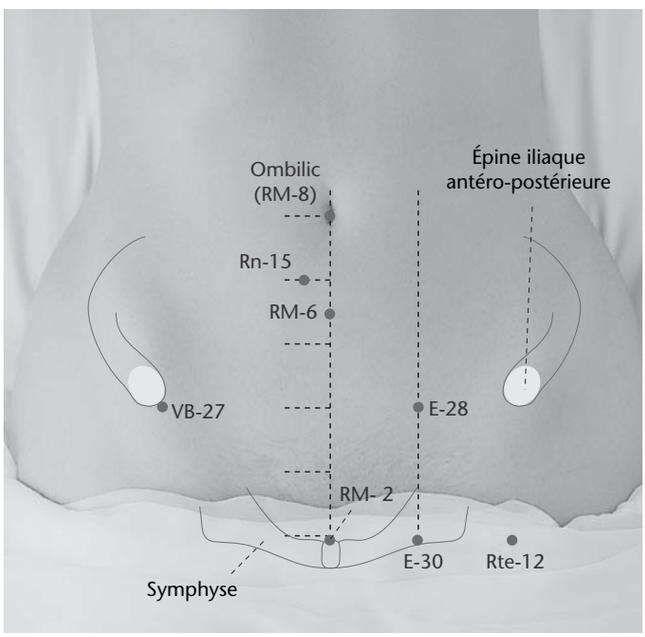
- Régule le Réchauffeur Inférieur et la voie des eaux, renforce le Rein.

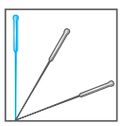
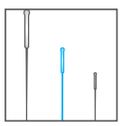
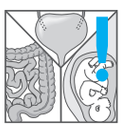
Caractéristiques particulières

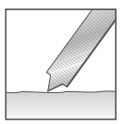
Points de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-12 *Grande luminosité* DAHE

Localisation

1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* proportionnels la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du bord supérieur de la symphyse pubienne, mesurer 1 *cun* vers le haut et localiser **Rn-12** à ce niveau, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.
Au même niveau, on trouve → **RM-3** (sur la ligne médiane), → **E-29** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et le point hors méridien ***zigong*** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

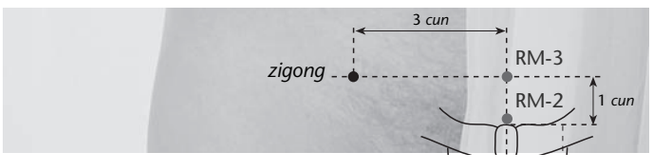
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine, de la vessie (surtout si elle est pleine). Prudence en cas de grossesse.

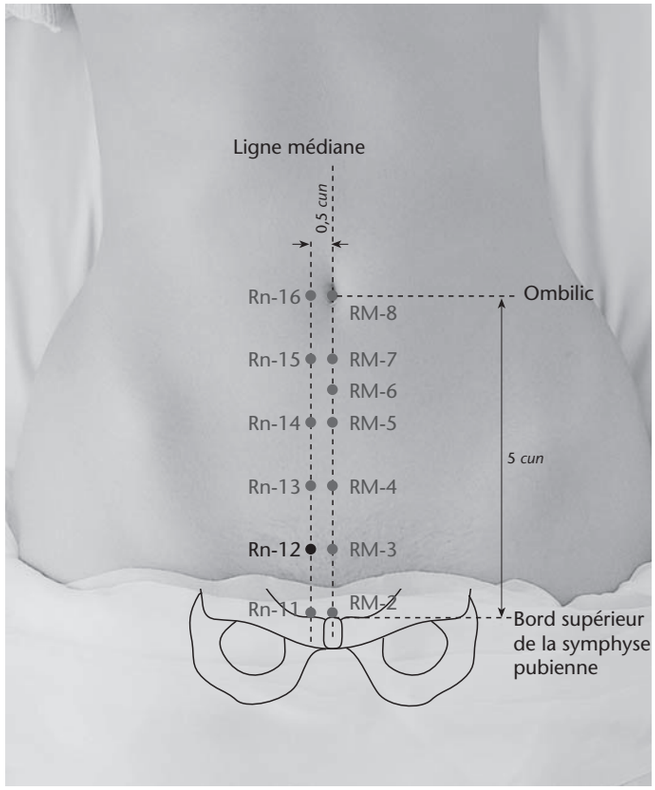
Actions/indications

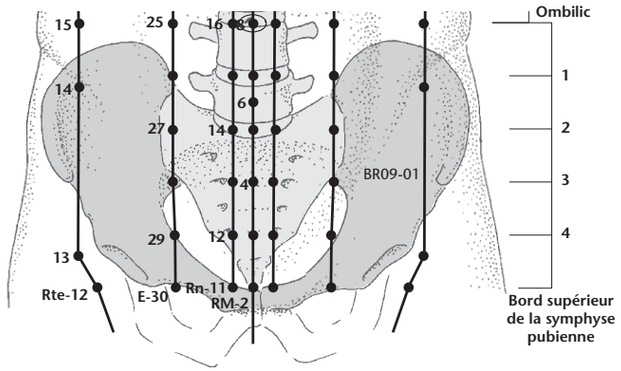
- Régule le Réchauffeur Inférieur, renforce le Rein et l'Essence (*jing*).

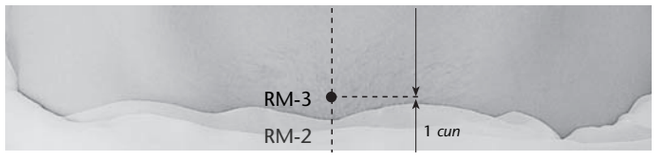
Caractéristiques particulières

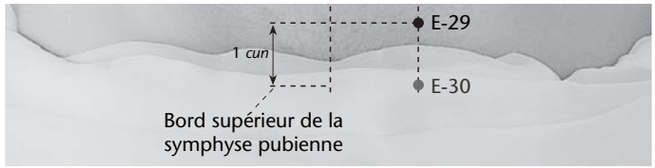
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

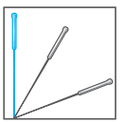
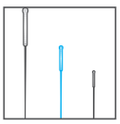
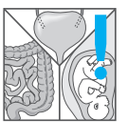


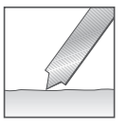








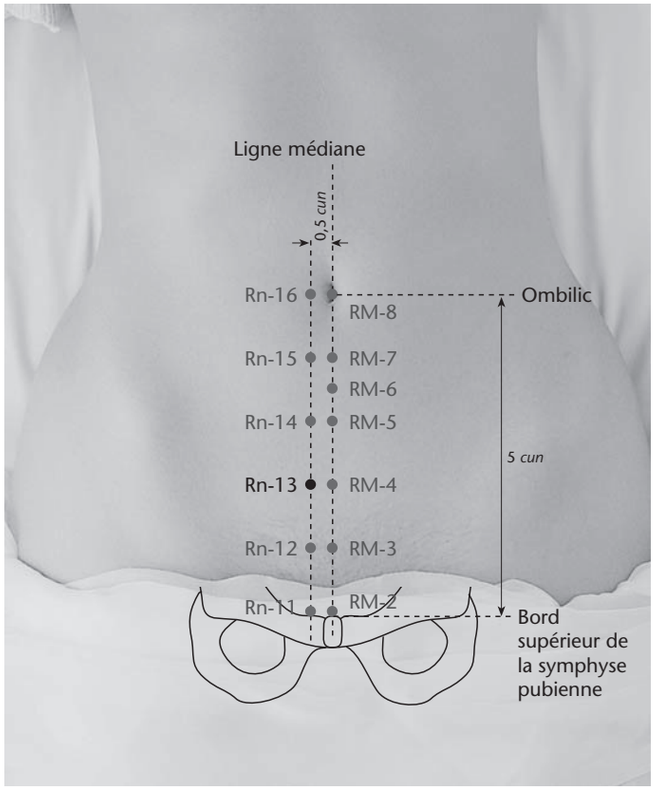








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trou du Qi QIXUE Rn-13



Localisation

2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* proportionnels la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du bord supérieur de la symphyse pubienne, mesurer 2 *cun* vers le haut et localiser **Rn-13** à ce niveau, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **RM-4** (sur la ligne médiane), → **E-28** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), les points hors méridien ***tituo***, ***qimen***, ***yijing*** (respectivement 4, 3 et 1 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **VB-27** (antérieur et médial par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure).

Insertion de l'aiguille

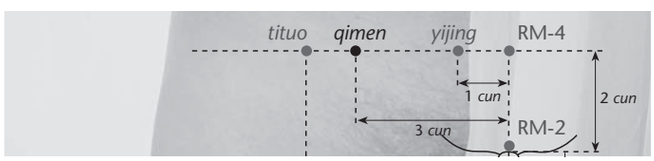
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine, de la vessie (surtout si elle est pleine). Prudence en cas de grossesse.

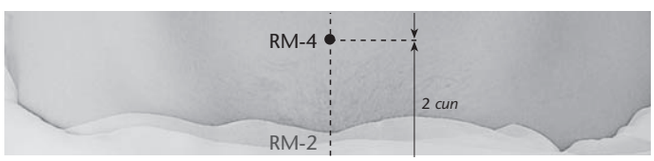
Actions/indications

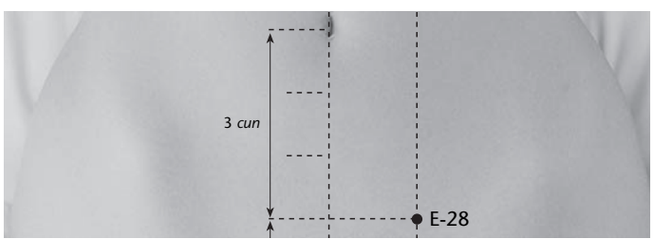
- Régule le Réchauffeur Inférieur, régule le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*), renforce le Rein et l'Essence (*jing*).

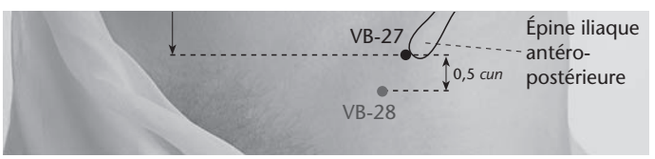
Caractéristiques particulières

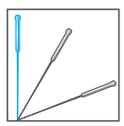
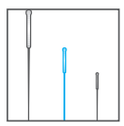
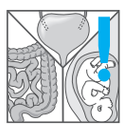
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

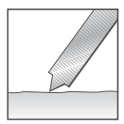












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-14 *Les quatre plénitudes* SIMAN

Localisation

2 *cun* en dessous de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* proportionnels la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personneà l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 2 *cun* vers le bas et localiser **Rn-14** à ce niveau, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **RM-5** (sur la ligne médiane), → **E-27** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

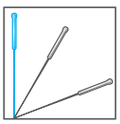
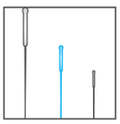
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

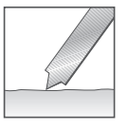
Actions/indications

- Régule le Réchauffeur Inférieur et a des effets bénéfiques sur le Rein.
- Régule la voie des eaux.
- Régule le Qi et fait circuler les stases de Sang.

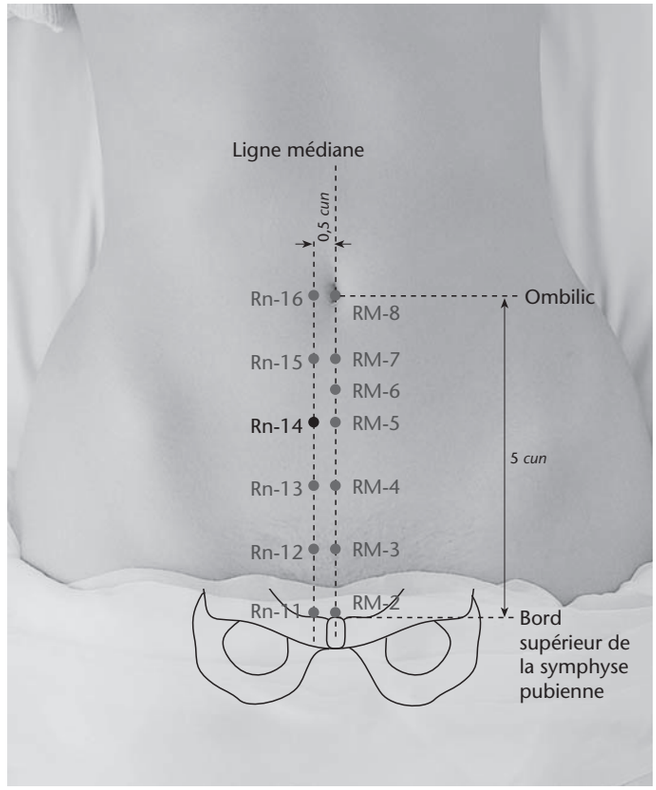
Caractéristiques particulières

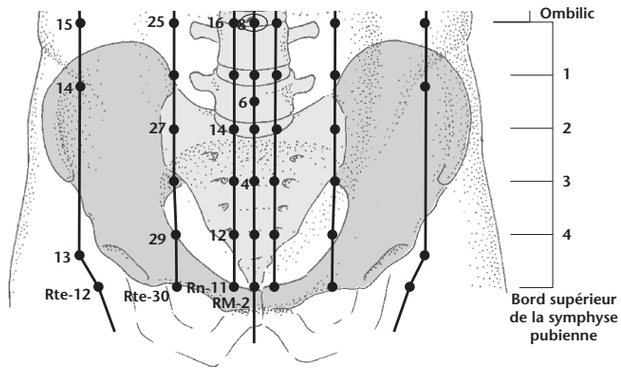
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

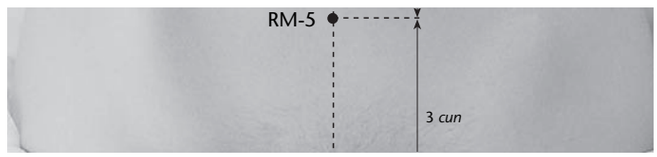



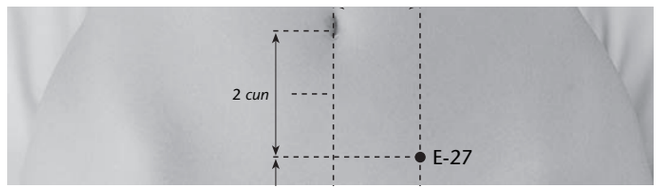







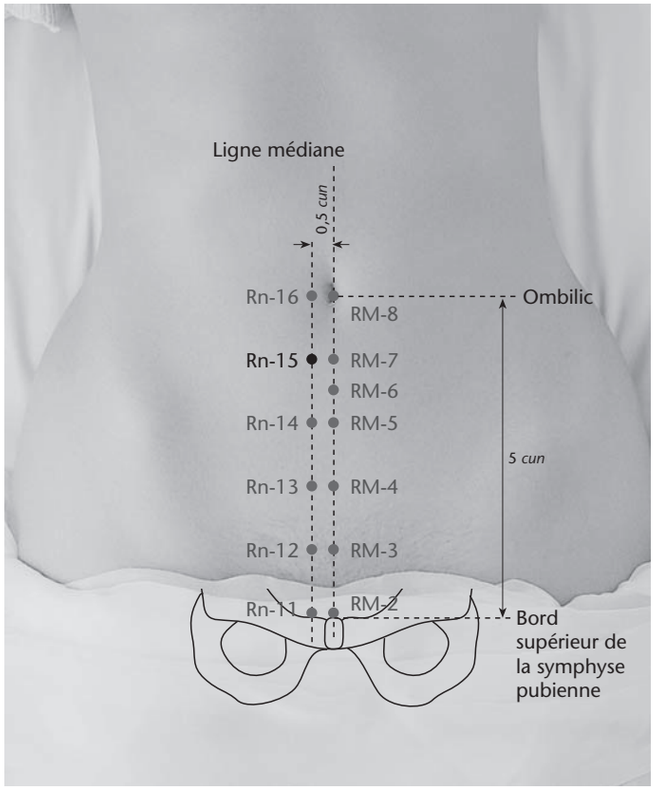


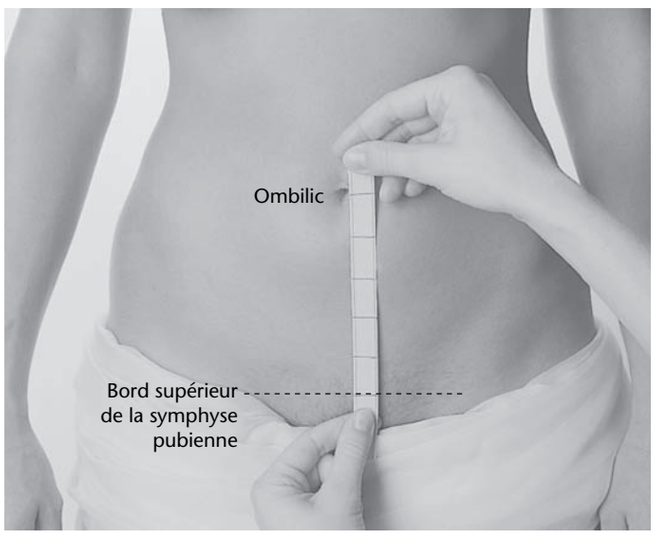


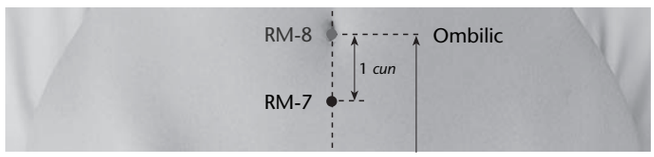


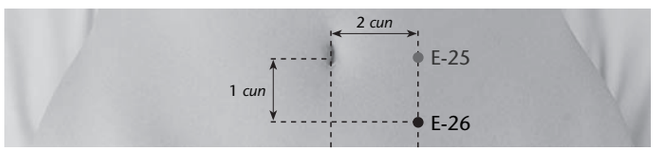
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Flux du centre ZHONGZHU Rn-15









Localisation

1 *cun* en dessous de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

On divise en 5 *cun* proportionnels la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 1 *cun* vers le bas et localiser **Rn-15** à ce niveau, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **RM-7** (sur la ligne médiane), → **E-26** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

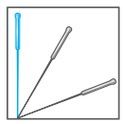
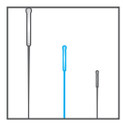
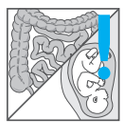
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

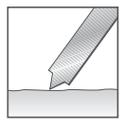
Actions/indications

- Régule les Intestins.
- Régule le Réchauffeur Inférieur.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-16 *Point shu des centres vitaux* HUANGSHU

Localisation
0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

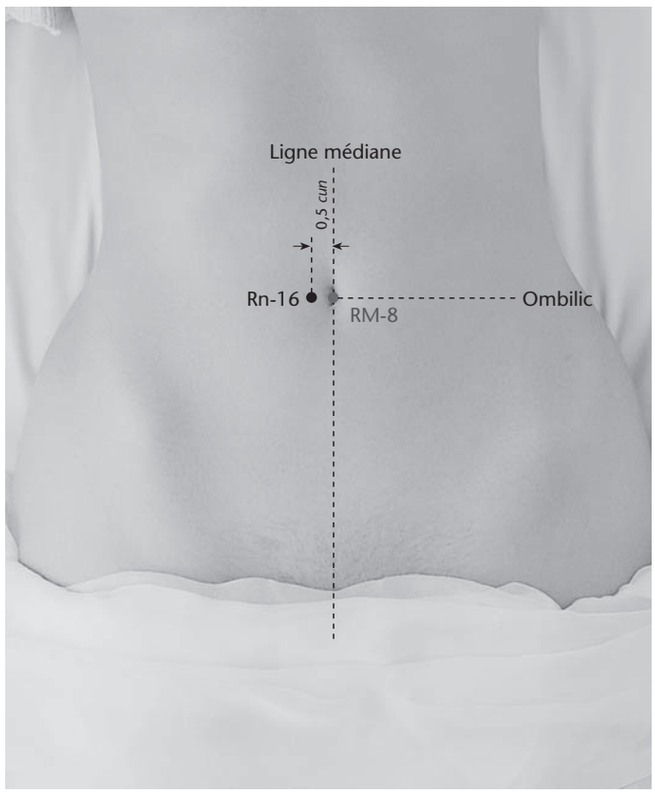
Comment le trouver
À partir du centre de l'ombilic, mesurer 0,5 *cun* en direction latérale.

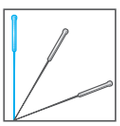
Au même niveau, on trouve → **RM-8** (au centre de l'ombilic), → **E-25** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **Rte-15** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **VB-26** (au niveau de l'ombilic, sur une ligne verticale qui passe par l'extrémité libre de la 11ème côte).

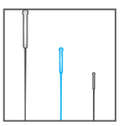
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse. Éviter de piquer l'ombilic.

Actions/indications
- Régule le Qi, régule et réchauffe l'Estomac et les Intestins.

Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

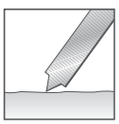






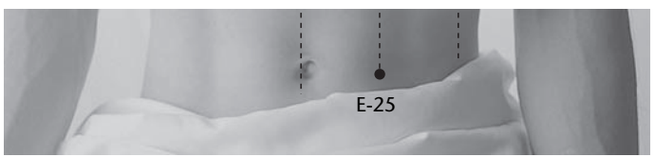


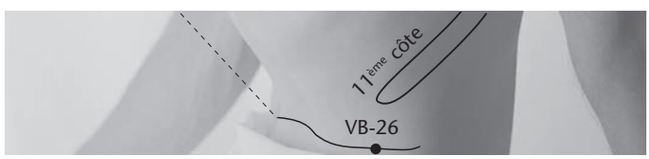


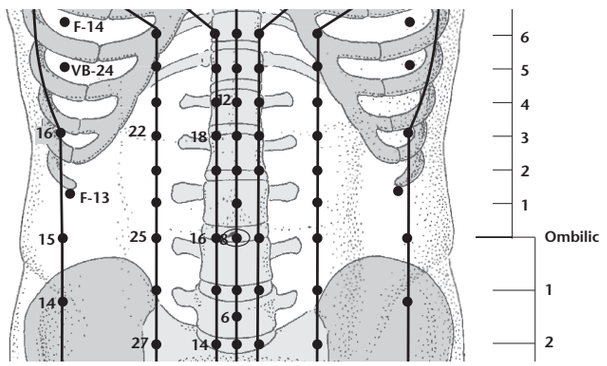


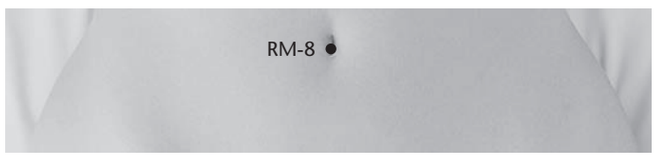


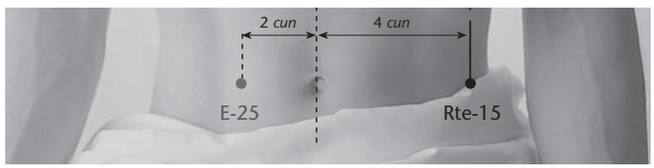






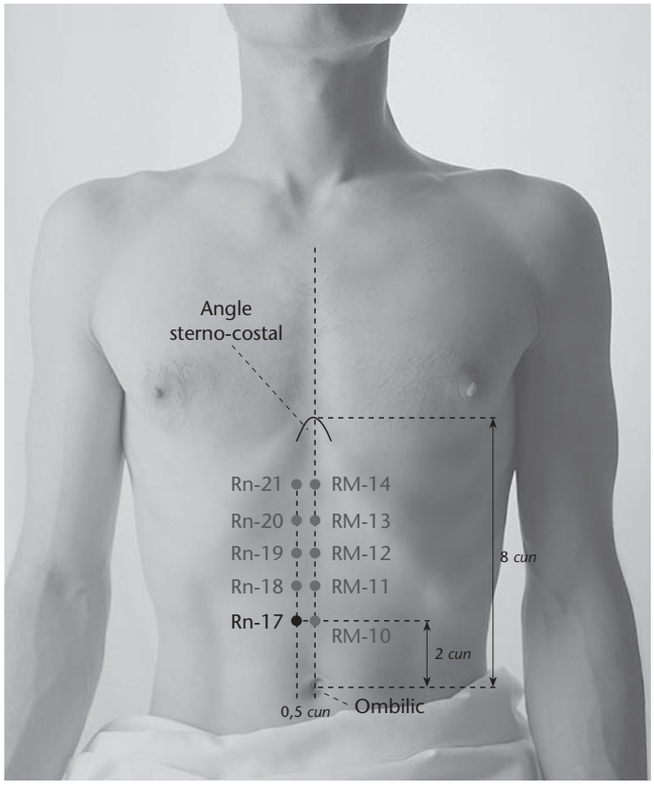






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Métal courbé SHANGQU Rn-17



Localisation

2 *cun* au-dessus de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 2 *cun* vers le haut et localiser **Rn-17** 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.
Au même niveau, on trouve → **RM-10** (sur la ligne médiane), → **E-23** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et le point hors méridien ***weishang*** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

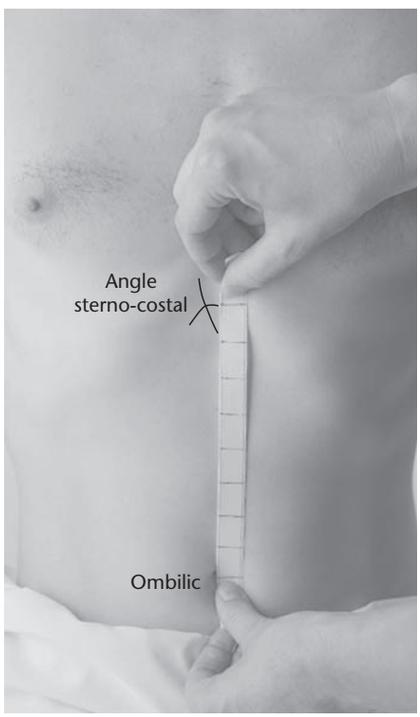
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

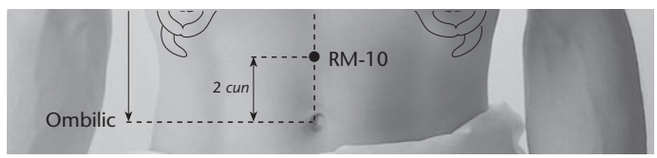
Actions/indications

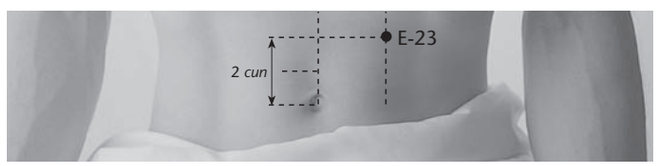
- Régule l'Estomac et les Intestins, lève la stagnation.

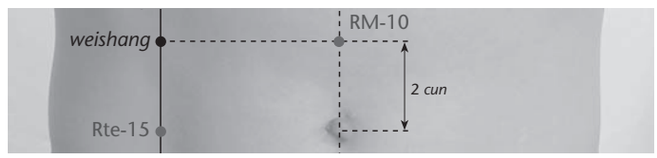
Caractéristiques particulières

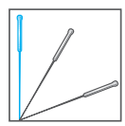
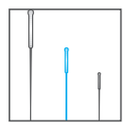
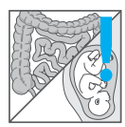
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

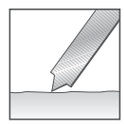
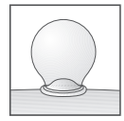









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-18 *Barrière de pierres* SHIGUAN

Localisation

3 *cun* au-dessus de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1).
À partir du centre de l'ombilic, mesurer 3 *cun* vers le haut et localiser **Rn-18** 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.
Au même niveau, on trouve → **RM-11** (sur la ligne médiane), → **E-22** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), et → **Rte-16** (sur la ligne mamelonnaire).

Insertion de l'aiguille

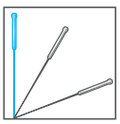
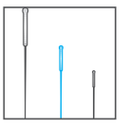
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

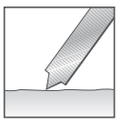
Actions/indications

- Renforce le Centre, régule l'Estomac et les Intestins, lève la stagnation de Sang.

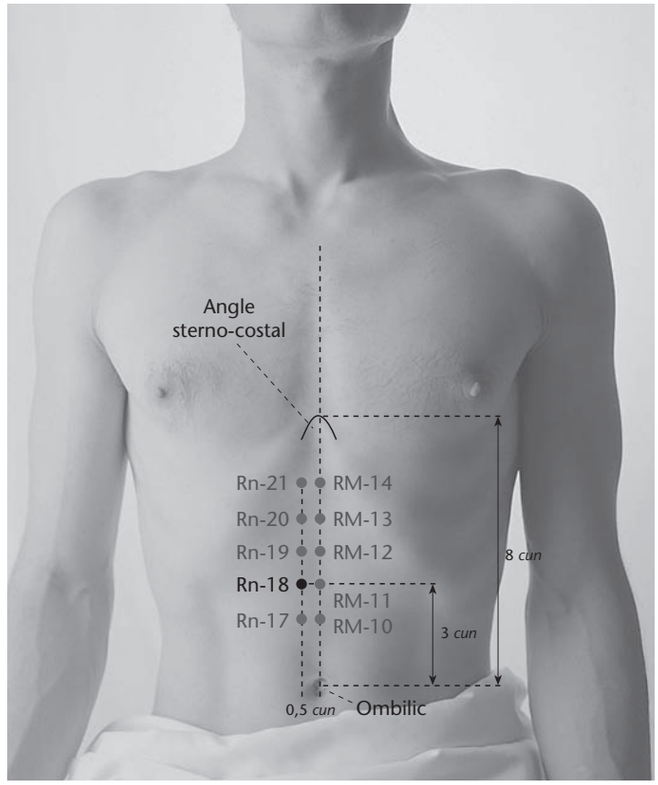
Caractéristiques particulières

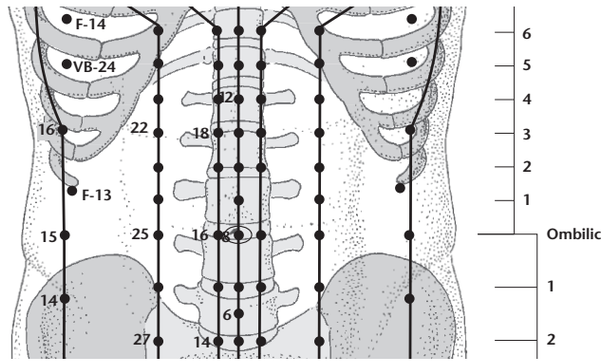
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

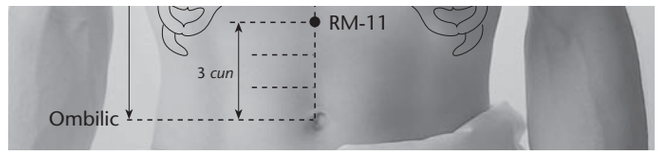



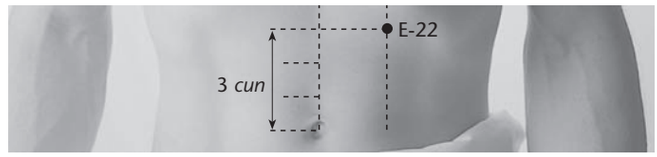



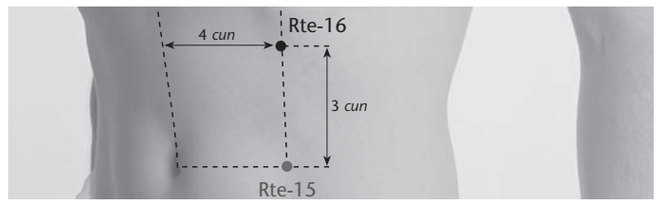






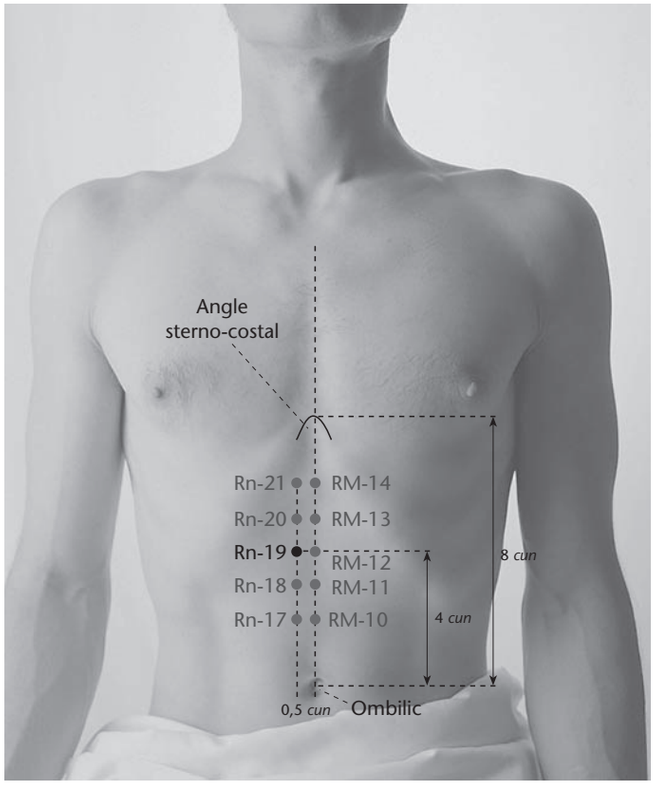






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Métropole du Yin YINDU — Rn-19



Localisation

À mi-chemin entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Technique de l'amplitude de la main : mettre les auriculaires respectivement sur le centre de l'ombilic et sur l'angle sterno-costal ; les pouces/index se rejoignent au centre de la distance comprise entre les deux auriculaires. **Rn-19** est situé à ce niveau, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Au même niveau, on trouve → **RM-12** (sur la ligne médiane), → **E-21** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

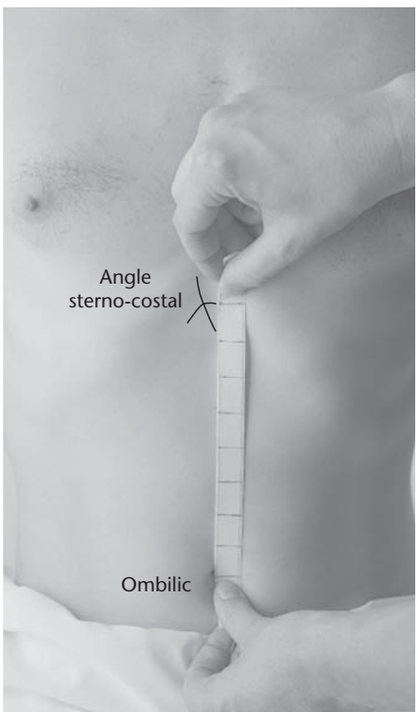
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1*cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

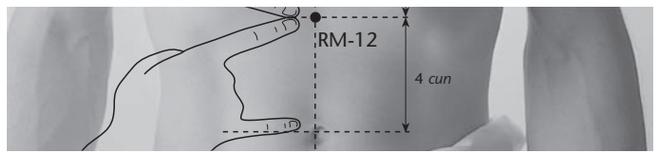
Actions/indications

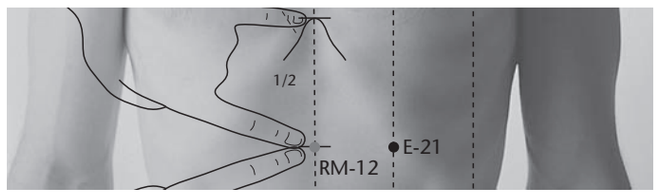
- Régule le Qi, régule l'Estomac et les Intestins.
- Régule le Qi qui va à contresens.

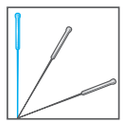
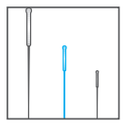
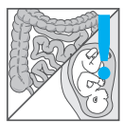
Caractéristiques particulières

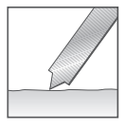
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-20 *Vallée communicante de l'abdomen* FUTONGGU

Localisation

5 *cun* au-dessus de l'ombilic ou 3 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1).
À partir de l'angle sterno-costal, mesurer 3 *cun* vers le bas et localiser **Rn-20** 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.
Au même niveau, on trouve → **RM-13** (sur la ligne médiane), → **E-20** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), et → **VB-24** (sur la ligne mamelonnaire, dans le 7ème espace intercostal).

Insertion de l'aiguille

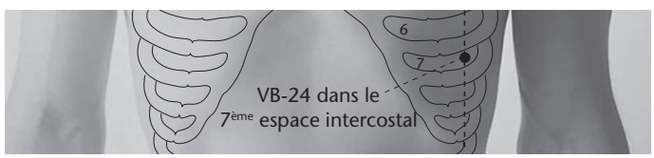
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

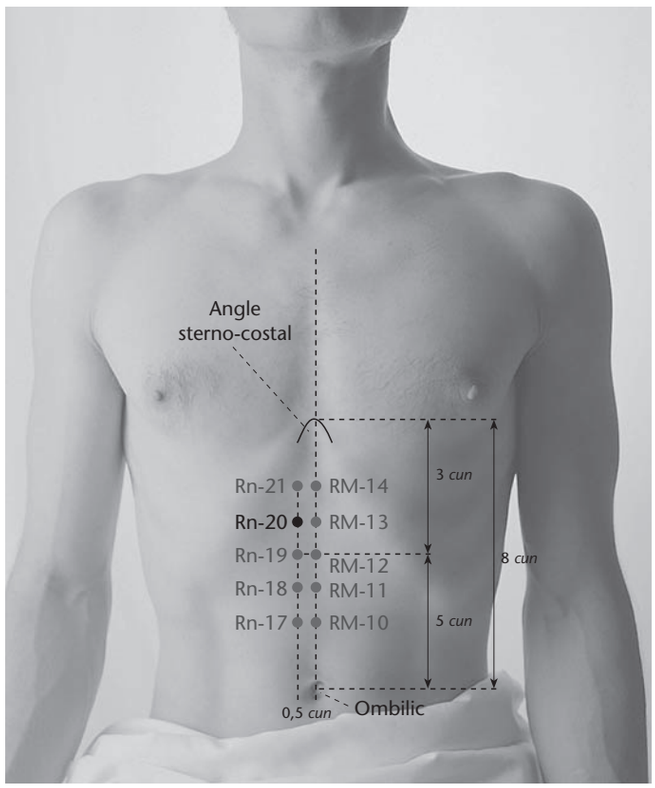
Actions/indications

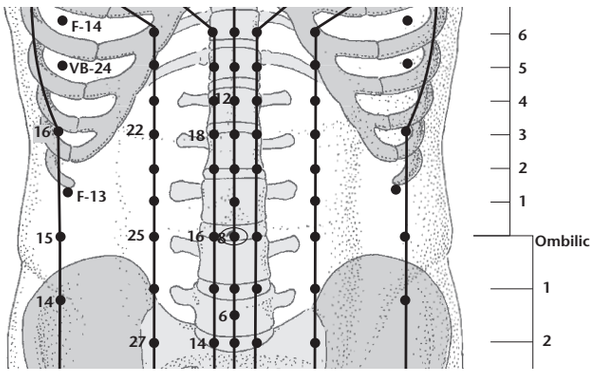
- Renforce la Rate, harmonise l'Estomac et les Intestins, régule le Qi qui va à contresens.

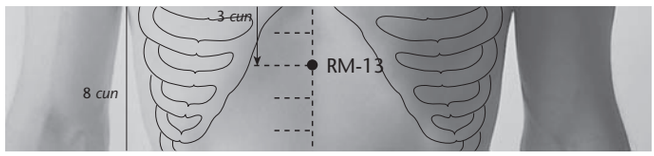
Caractéristiques particulières

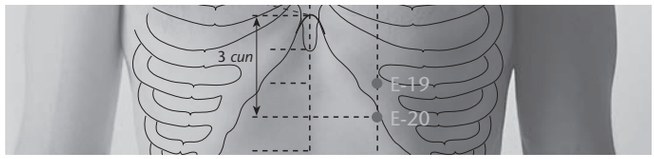
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*).

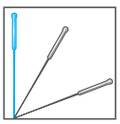
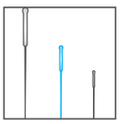


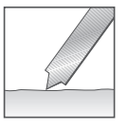








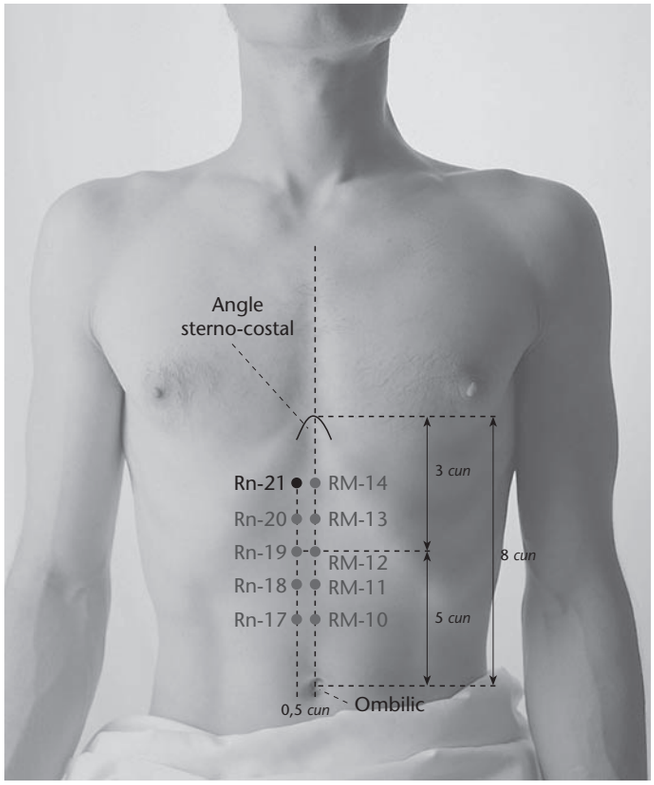





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte cachée YOUMEN Rn-21



Localisation

2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

On divise en 8 *cun* la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir de l'angle sterno-costal, mesurer 2 *cun* vers le bas et localiser **Rn-21** 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.
Au même niveau, on trouve → **RM-14** (sur la ligne médiane), → **E-19** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), et → **F-14** (sur la ligne mamelonnaire, dans le 6ème espace intercostal).

Insertion de l'aiguille

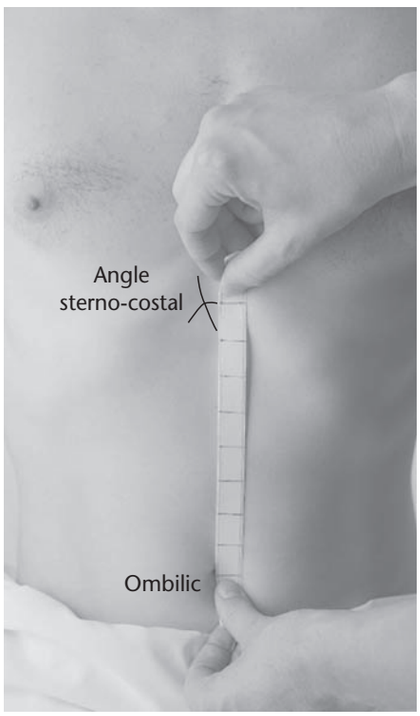
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du foie à droite et du péritoine à gauche. Prudence en cas de grossesse.

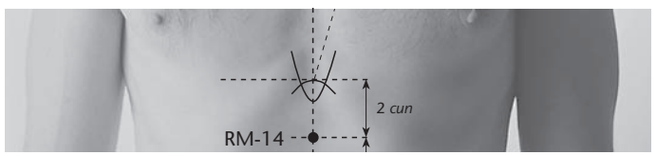
Actions/indications

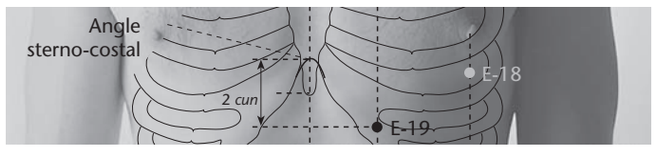
- Harmonise l'Estomac, régule le Qi qui va à contresens.

Caractéristiques particulières

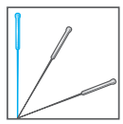
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*). C'est le dernier point du vaisseau Pénétrant (*chong mai*) qui est sur le méridien du Rein.

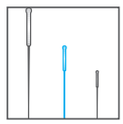


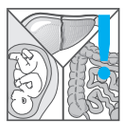




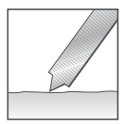
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-22 *Passage pour la marche* BULANG

Localisation

Dans le 5ème espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Commencer par localiser le 5ème espace intercostal en comptant ces espaces vers le bas à partir de la clavicule ou à partir de la synchondrose manubrio-sternale (→ 2ème côte) (→ 3.5), puis localiser **Rn-22** 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure. Au même niveau (5ème espace intercostal), on trouve → **RM-16** (sur la ligne médiane), → **E-18** (sur la ligne mamelonnaire), et → **Rte-17** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

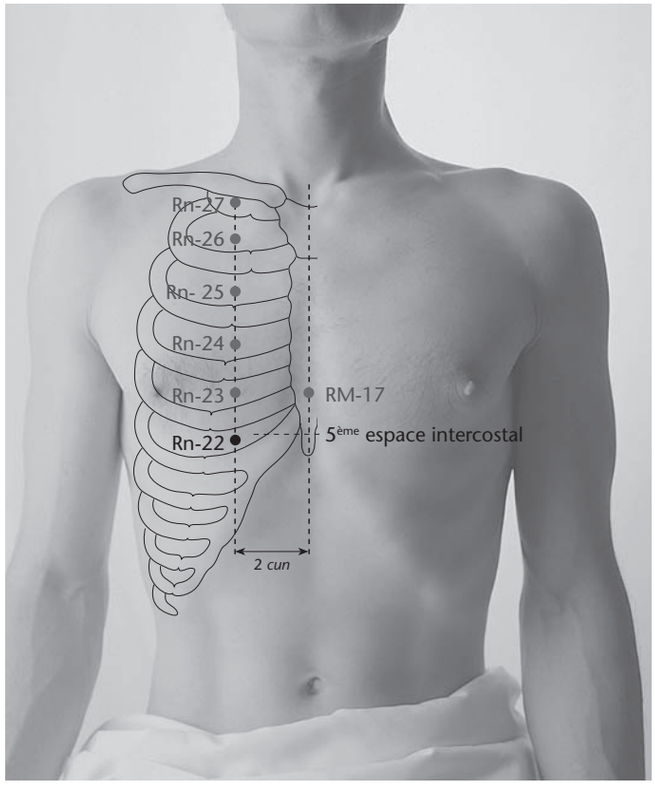
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : éviter de léser le foie (à droite), le cœur (à gauche) et la plèvre.

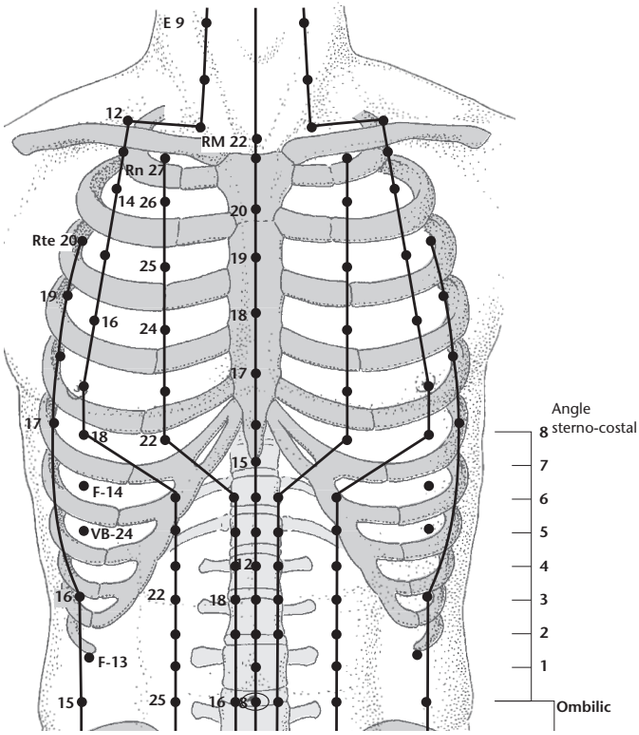
Actions/indications

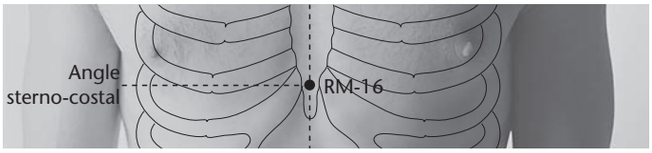
- Régule le Qi du Poumon et le Qi qui va à contresens, dégage la poitrine.

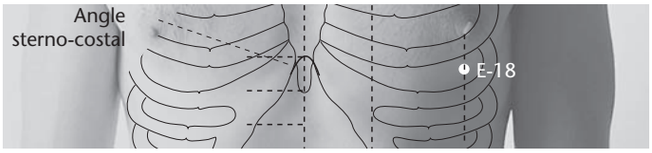
Caractéristiques particulières

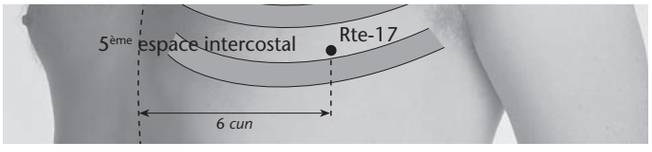
Point de sortie. Le *Su Wen* décrit les points de **Rn-22** à **Rn-27** comme les points *shu* de la poitrine, capables de traiter les difficultés respiratoires et les troubles du thorax. Ils sont particulièrement indiqués en cas de respiration difficile due à « une plénitude en haut et un vide en bas », ce qui renvoie à l'incapacité du Rein de recevoir le Qi qui descend du Poumon.





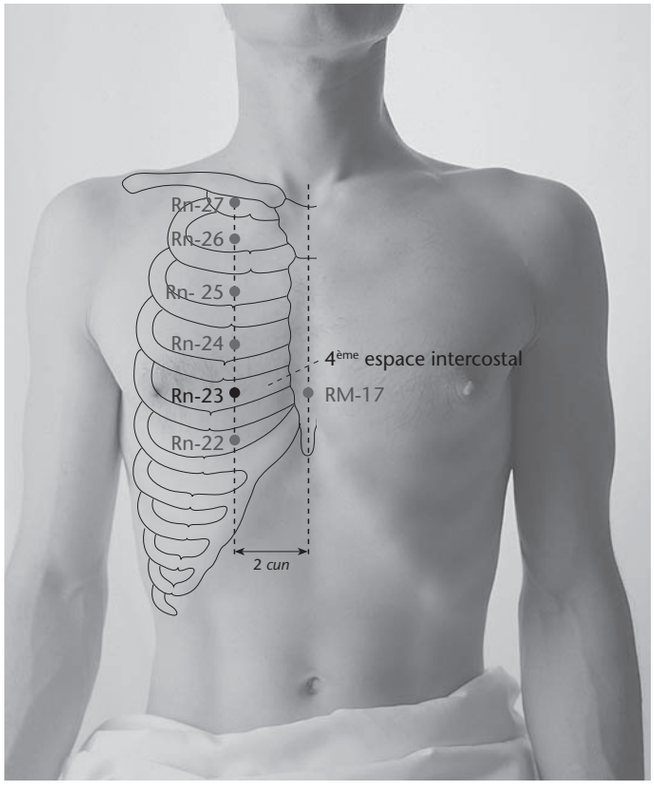


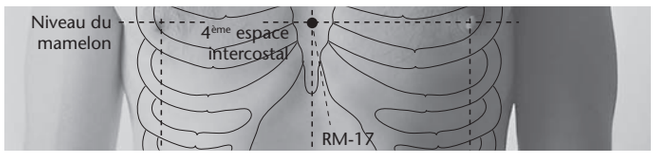


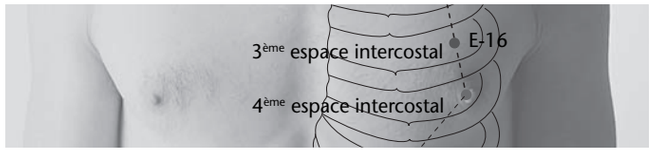


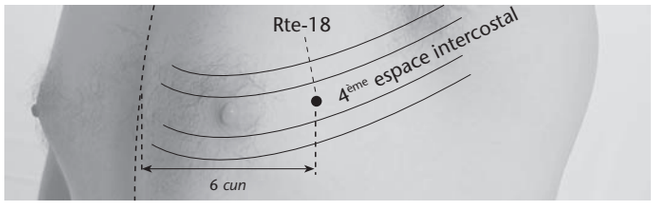
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

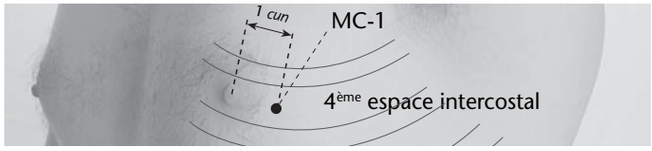
Sceau de l'Esprit SHENFENG Rn-23

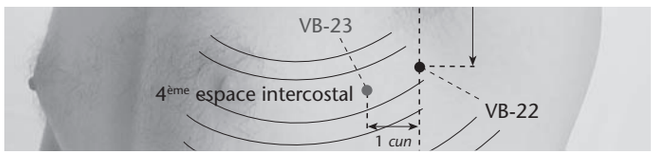












Localisation

Dans le 4ème espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Commencer par localiser le 4ème espace intercostal en comptant ces espaces vers le bas à partir de la clavicule ou à partir de la synchondrose manubrio-sternale (→ 2ème côte) (→ 3.5), puis localiser **Rn-23** 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure. Au même niveau (4ème espace intercostal), on trouve → **RM-17** (sur la ligne médiane), → **E-17** (sur le mamelon), → **Rte-18** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **MC-1** (1*cun* en dehors du mamelon), → **VB-22** (2 *cun* en dessous de l'aisselle) et → **VB-23** (2 *cun* en avant de → **VB-22**).

Insertion de l'aiguille

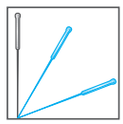
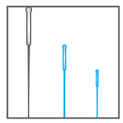
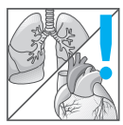
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dirigée latéralement le long de l'espace intercostal, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : présence du cœur ; risque de pneumothorax.

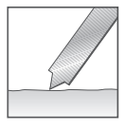
Actions/indications

- Régule le Qi du Poumon et le Qi qui va à contresens, dégage la poitrine.
- Harmonise l'Estomac.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

Caractéristiques particulières

Le *Su Wen* décrit les points de **Rn-22** à **Rn-27** comme les points *shu* de la poitrine, capables de traiter les difficultés respiratoires et les troubles du thorax. Ils sont particulièrement indiqués en cas de respiration difficile due à « une plénitude en haut et un vide en bas », ce qui renvoie à l'incapacité du Rein de recevoir le Qi qui descend du Poumon.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-24 *Ruine de l'Esprit* LINGXU

Localisation

Dans le 3ème espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Commencer par localiser le 3ème espace intercostal en comptant ces espaces vers le bas à partir de la clavicule ou à partir de la synchondrose manubrio-sternale (→ 2ème côte) (→ 3.5), puis localiser **Rn-24** 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure. Au même niveau (→ 3ème espace intercostal), on trouve → **RM-18** (sur la ligne médiane), → **E-16** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **Rte-19** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

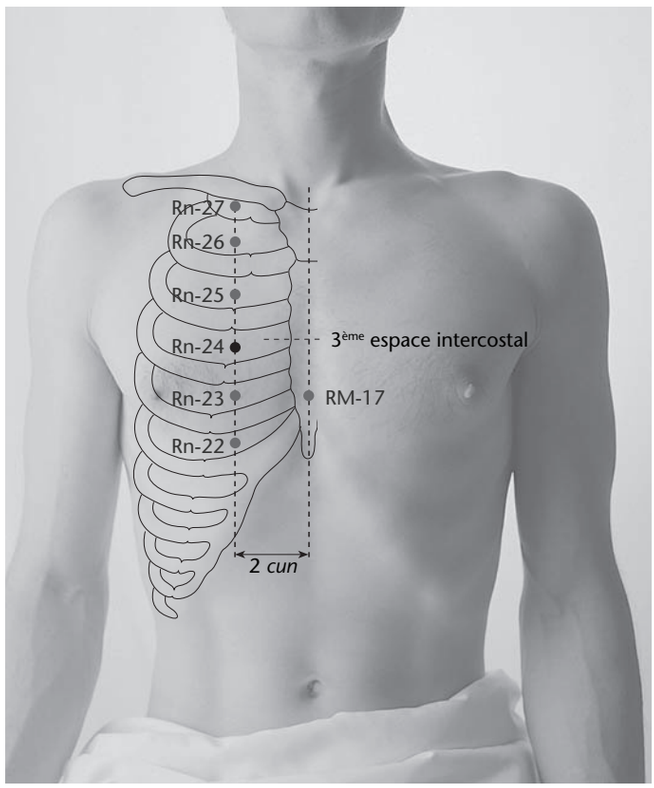
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dirigée latéralement le long de l'espace intercostal, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : risque de pneumothorax.

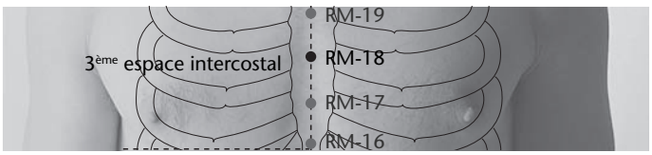
Actions/indications

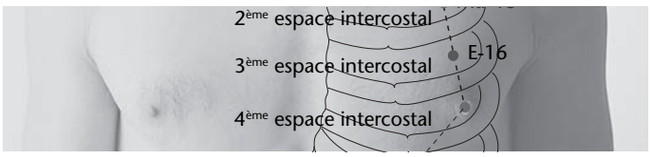
- Régule le Qi du Poumon et de l'Estomac.
- Dégage la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

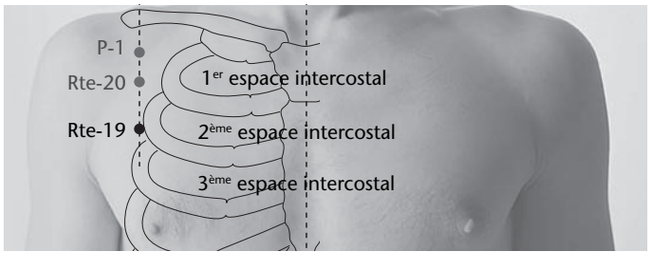
Caractéristiques particulières

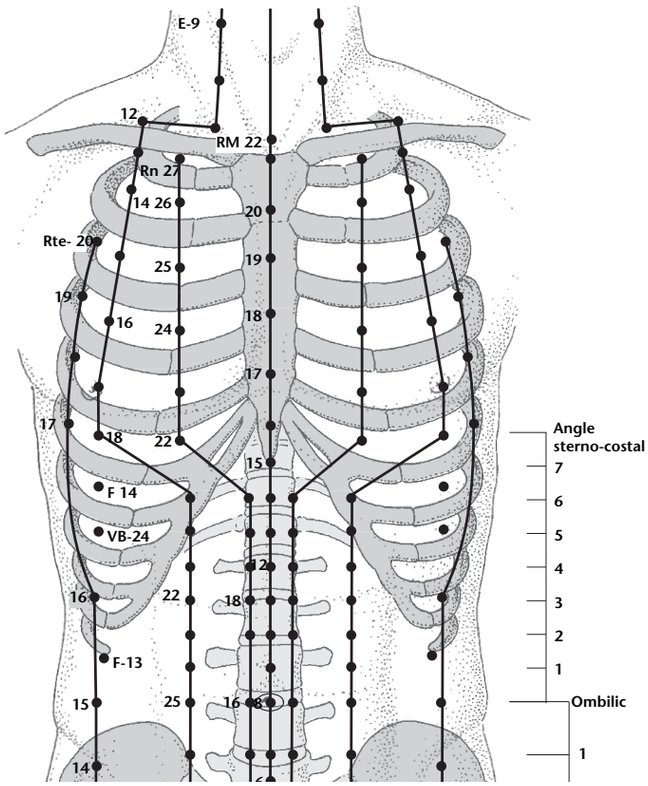
Le *Su Wen* décrit les points de **Rn-22** à **Rn-27** comme les points *shu* de la poitrine, capables de traiter les difficultés respiratoires et les troubles du thorax. Ils sont particulièrement indiqués en cas de respiration difficile due à « une plénitude en haut et un vide en bas », ce qui renvoie à l'incapacité du Rein de recevoir le Qi qui descend du Poumon.

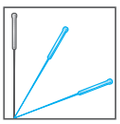
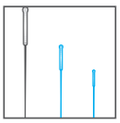


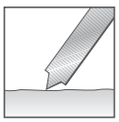








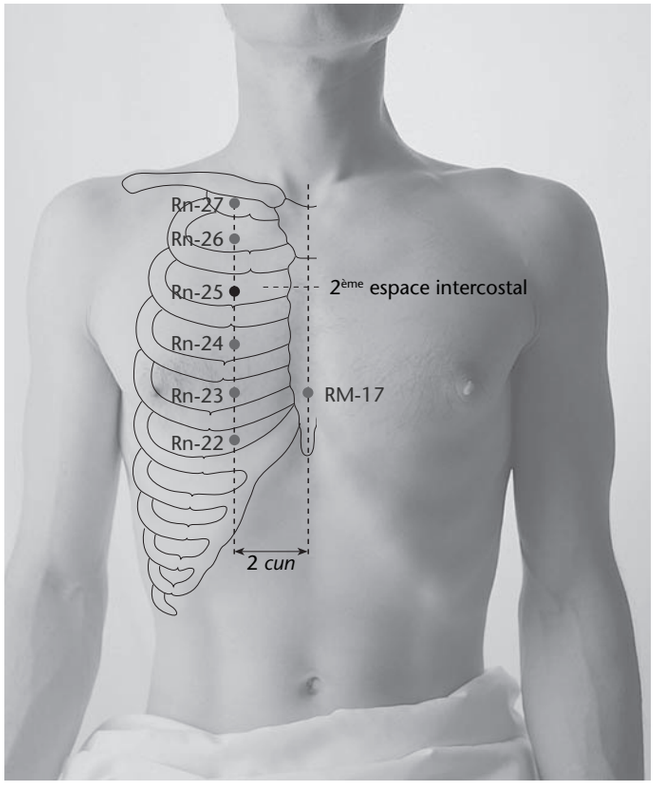



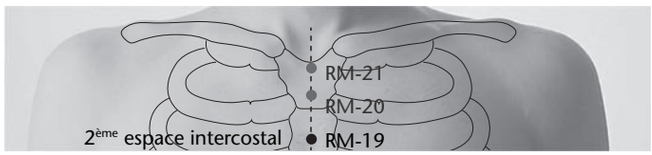



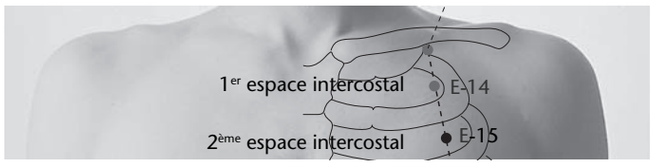


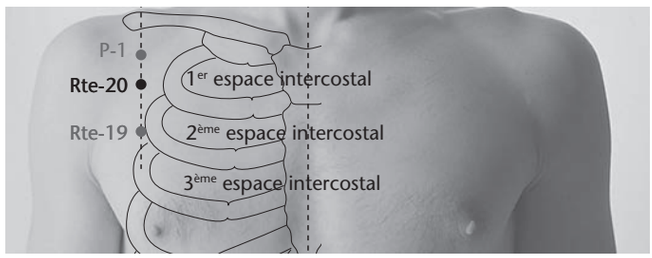
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grenier de l'Esprit SHENCANG Rn-25









Localisation

Dans le 2ème espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Commencer par localiser le 2ème espace intercostal en comptant ces espaces vers le bas à partir de la clavicule ou à partir de la synchondrose manubrio-sternale (→ 2ème côte) (→ 3.5), puis localiser **Rn-25** 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure. Au même niveau (2ème espace intercostal), on trouve → **RM-19** (sur la ligne médiane), → **E-15** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **Rte-20** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

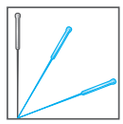
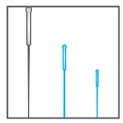
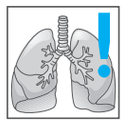
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dirigée latéralement le long de l'espace intercostal, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : risque de pneumothorax.

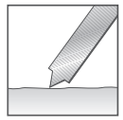
Actions/indications

- Régule le Qi du Poumon.
- Dégage la poitrine.

Caractéristiques particulières

Le *Su Wen* décrit les points de **Rn-22** à **Rn-27** comme les points *shu* de la poitrine, capables de traiter les difficultés respiratoires et les troubles du thorax. Ils sont particulièrement indiqués en cas de respiration difficile due à « une plénitude en haut et un vide en bas », ce qui renvoie à l'incapacité du Rein de recevoir le Qi qui descend du Poumon.



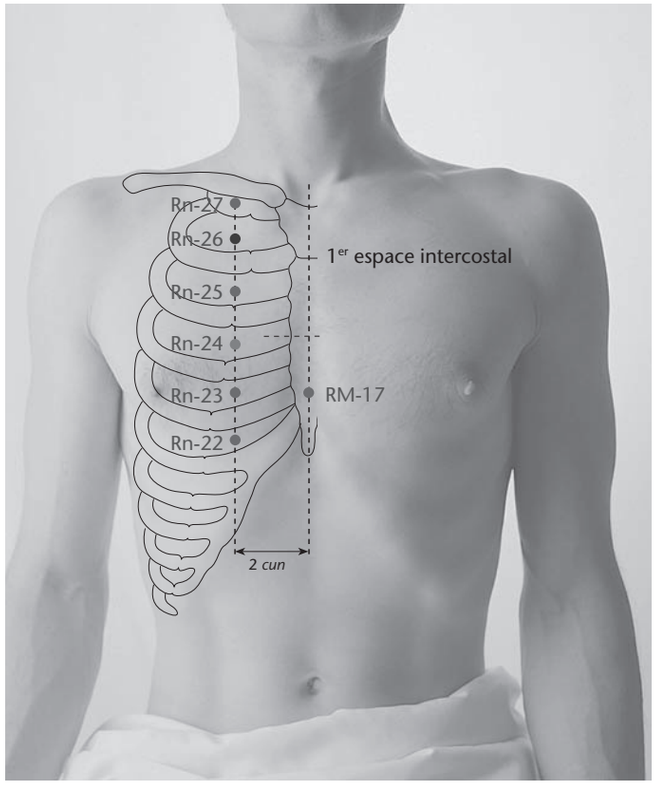


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rn-26 *Poitrine confortable* YUZHONG

Localisation

Dans le 1er espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la région parasternale du haut vers le bas, on peut sentir la 1ère côte directement en dessous de la clavicule ; dans certains cas, cette côte peut être complètement cachée par la clavicule. Localiser **Rn-26** en dessous de la 1ère côte, dans le 1er espace intercostal, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

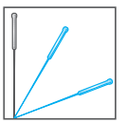
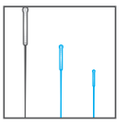
Au même niveau (1er espace intercostal), on trouve → **RM-20** (sur la ligne médiane), → **E-14** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **P-1** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

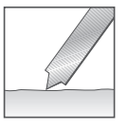
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dirigée latéralement le long de l'espace intercostal, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le Qi du Poumon et transforme les Glaires.
- Dégage la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

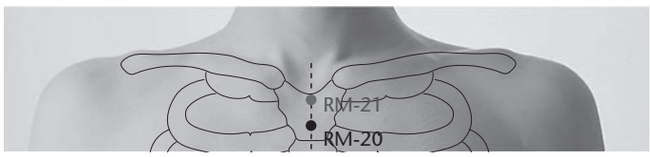



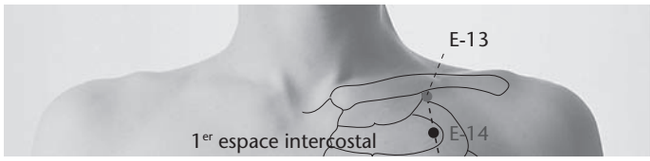



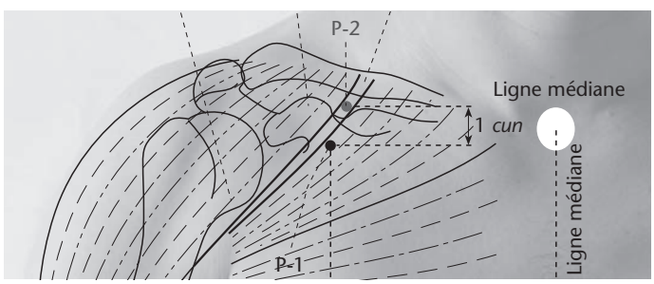


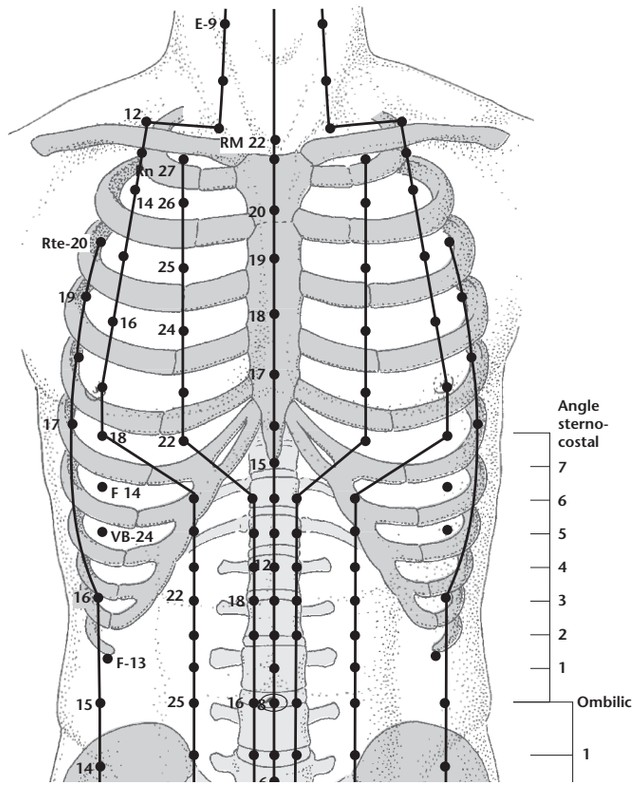
Caractéristiques particulières

Le *Su Wen* décrit les points de **Rn-22** à **Rn-27** comme les points *shu* de la poitrine, capables de traiter les difficultés respiratoires et les troubles du thorax. Ils sont particulièrement indiqués en cas de respiration difficile due à « une plénitude en haut et un vide en bas », ce qui renvoie à l'incapacité du Rein de recevoir le Qi qui descend du Poumon.



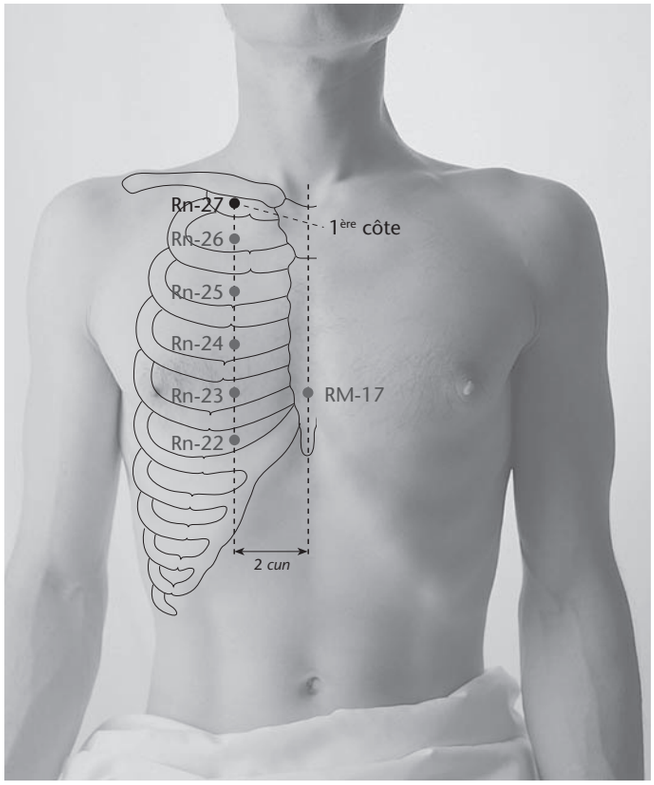






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Résidence des points Shu SHUFU Rn-27



Localisation

Au bord inférieur de la clavicule, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Comment le trouver

Lorsqu'on palpe la région parasternale du haut vers le bas, on peut sentir la 1ère côte directement en dessous de la clavicule ; dans certains cas, cette côte peut être complètement cachée par la clavicule. C'est pourquoi **Rn-27** est parfois localisé sur la 1ère côte ou dans certains cas à son bord inférieur.

→ **E-13** se trouve en dehors de la courte courbure de la côte, en dessous du point médian de la clavicule.

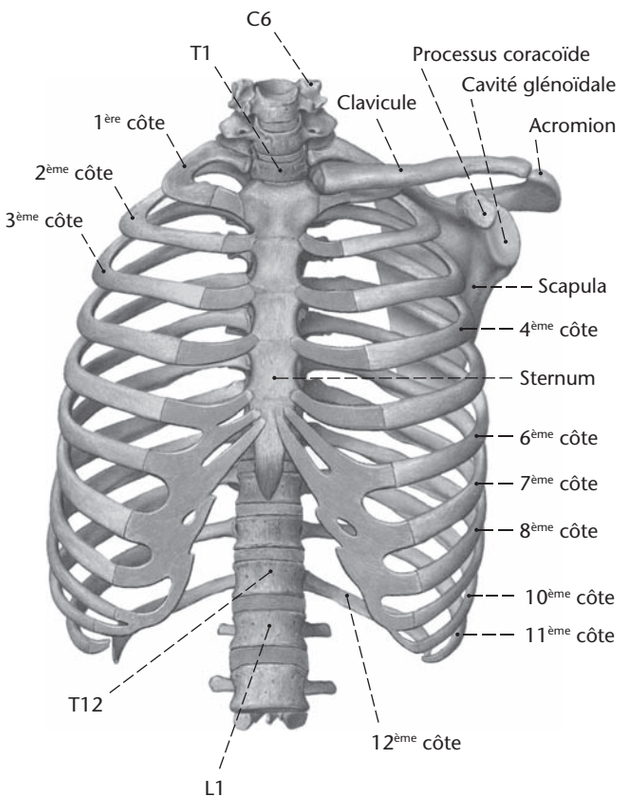
À peu près au même niveau, on trouve → **RM-21** (sur la ligne médiane) et → **P-2** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

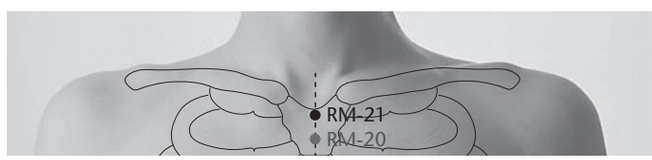
Insertion de l'aiguille

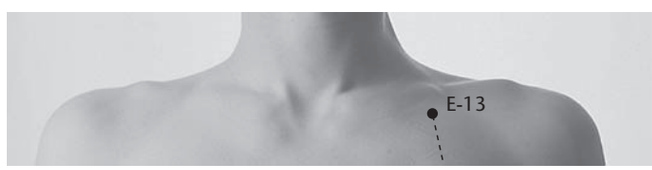
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur, dirigée latéralement le long de l'espace intercostal, dans le sens ou en sens inverse du trajet du méridien. Attention : risque de pneumothorax.

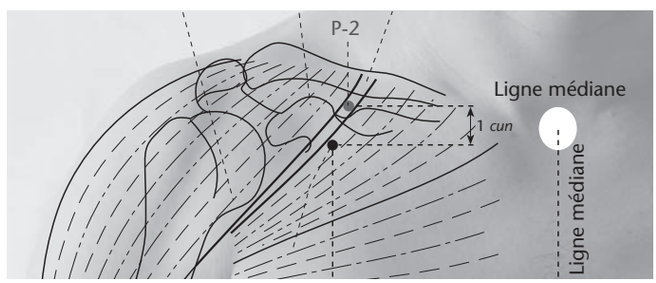
Actions/indications

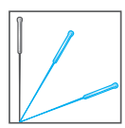
- Régule le Qi du Poumon et transforme les Glaires.
- Dégage la poitrine.

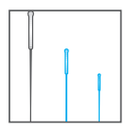


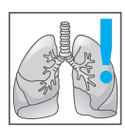




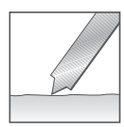


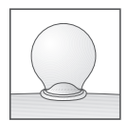










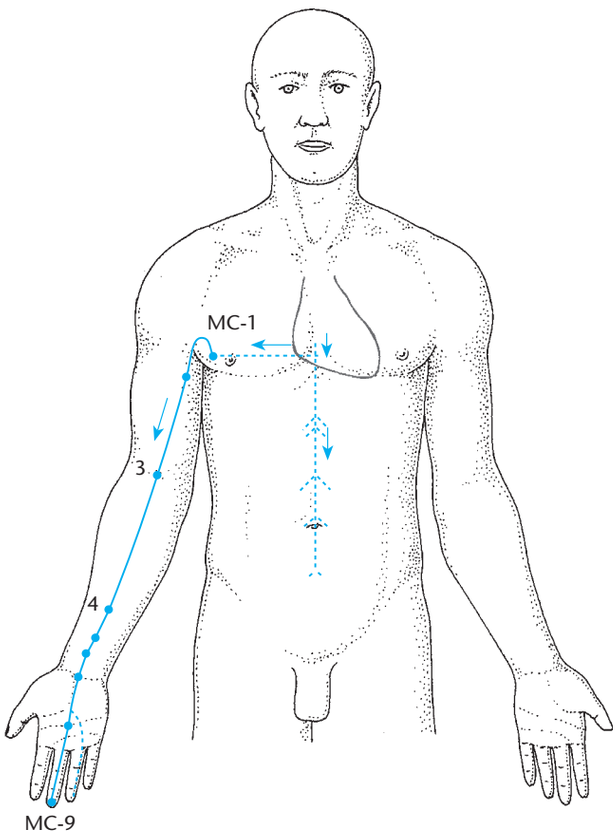


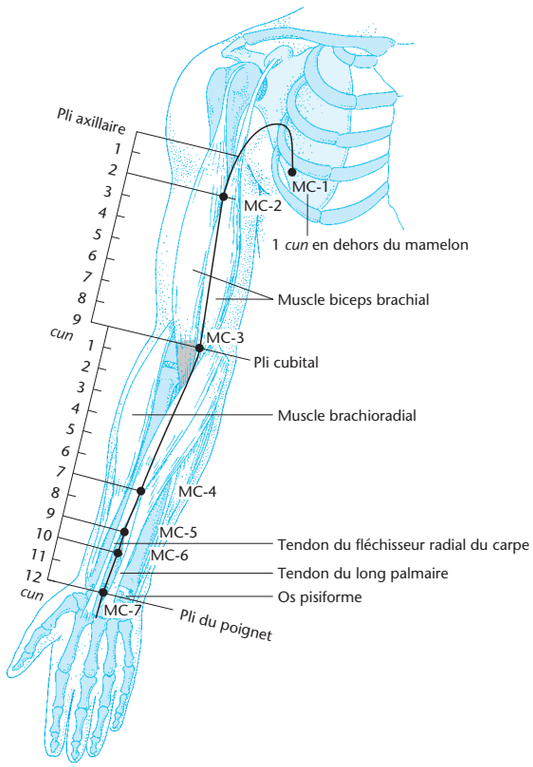


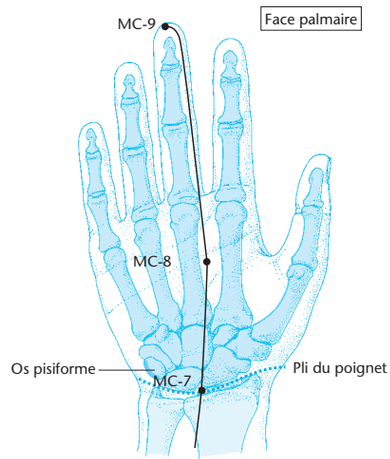
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.9 Méridiens du Maître du Cœur – méridiens *jue yin* de la main (*shou jue yin jing luo*)

4.9.1 Méridien principal du Maître du Cœur (*shou jue yin jing*)







Trajet

Le méridien principal du Maître du Cœur prend naissance au centre de la poitrine, au niveau de ➞ **RM-17** (*shanzhong*), là où se termine une branche interne du méridien principal du Rein, après s'être connecté au Foie, au Poumon et au Cœur (connexion profonde Yin-Yin).

Le méridien principal du Maître du Cœur se divise alors en deux branches :

- la **première branche** pénètre dans le diaphragme, descend à l'abdomen et se relie aux Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur ;
- une **autre branche interne** prend aussi naissance dans la région thoracique, va au sein et émerge approximativement 1 *cun* en dehors du mamelon, dans le 4ème espace intercostal, au point **MC-1** (*tianchi*). En dessous de **MC-1**, une branche interne du méridien principal du Foie émerge du Foie et rejoint le méridien principal du Maître du Cœur (axes Yin du troisième grand circuit : *jue yin*).

Le trajet **externe** monte à l'aisselle, suit la face antéro-médiale du bras, entre les méridiens principaux du Poumon et du Cœur, passe par le coude et continue sur l'avant-bras, entre les tendons des muscles long palmaire et fléchisseur ulnaire du carpe, pour se terminer à l'extrémité du majeur.

Une autre branche **interne** part du centre de la paume de la main, au point **MC-8** (*laogong*), suit le bord de l'annulaire et se relie, à l'extrémité de celui-ci, au méridien principal du Triple Réchauffeur (connexion Yin-Yang de la main du troisième grand circuit).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : raideur occipitale, crampes de la jambe, teint rouge, douleur oculaire,

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

gonflement de la région située sous l'aisselle, hypertonicité musculaire avec restriction de mouvement du bras et du coude, sensation de chaleur des paumes de la main.
Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : discours délirant, confusion, irritabilité, plénitude et distension du thorax et de la région latérale des côtes, aphasie, palpitations.

Connexions du méridien principal du Maître du Cœur (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Triple Réchauffeur (*shou shao yang jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du troisième grand circuit.
Lieux de connexion : MC-8 → TR-1 (sur la main).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal du Foie (*zu jue yin jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (axes Yin) **:** *jue yin*.
Lieux de connexion : F → MC. Une branche interne du méridien principal du Foie émerge au Foie, pénètre dans le diaphragme et se relie au méridien principal du Maître du Cœur en dessous de **MC-1** (*tianchi*).
Circulation : non circadienne (**pas** selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

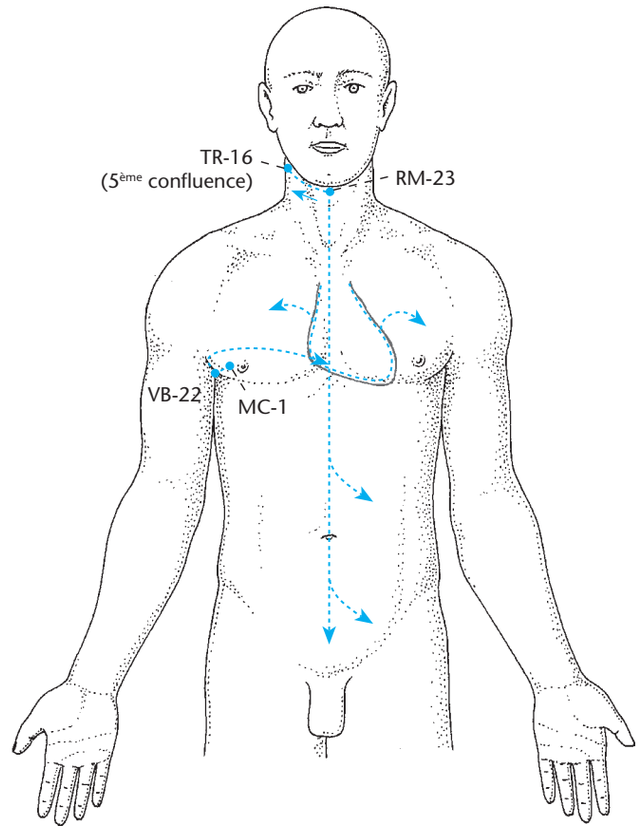
Méridien principal du Rein (*zu shao yin jing*)

Connexion : connexion profonde Yin-Yin.
Lieux de connexion : Rn → MC (sur le thorax). Une branche du trajet interne du méridien principal du Rein va du Rein au Foie, pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon (*fei*). Du Poumon, une branche interne va au Cœur (*xin*), où elle rejoint le méridien principal du Maître du Cœur (connexion profonde Yin-Yin) et va jusqu'à → **RM-17** (*shanzhong*).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : le méridien principal du Maître du Cœur reçoit le Qi Nourricier (*ying qi*) du méridien principal du Rein (première circulation du *ying qi*, → 1.1.4).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Maître du Cœur (*xin bao*), Triple Réchauffeur (*san jiao*).

4.9.2 Méridien divergent du Maître du Cœur (*shou jue jin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Maître du Cœur se sépare du méridien principal du Maître du Cœur près de **MC-1** (*tianchi*), 1 *cun* en dehors du mamelon, au niveau du 4ème espace intercostal. Il

- ➡ court à l'horizontale jusqu'à → **VB-22** (*yuanye*),
- ➡ pénètre dans la poitrine, va jusqu'au Cœur (*xin*) et se divise en **deux branches** :
  - **une branche** se connecte avec les Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur,
  - l'**autre branche** monte au cou jusqu'à → **RM-23** (*lianquan*), continue sur la face latérale du cou et émerge au point → **TR-16** (*tianyou*), sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, au niveau de l'angle de la mandibule, pour se relier au méridien principal du Triple Réchauffeur et au méridien divergent du Triple Réchauffeur, avec lequel il forme l'une des six confluences (*he*) (ici : MC/TR en tant que 5ème confluence → 1.3).

Importance clinique

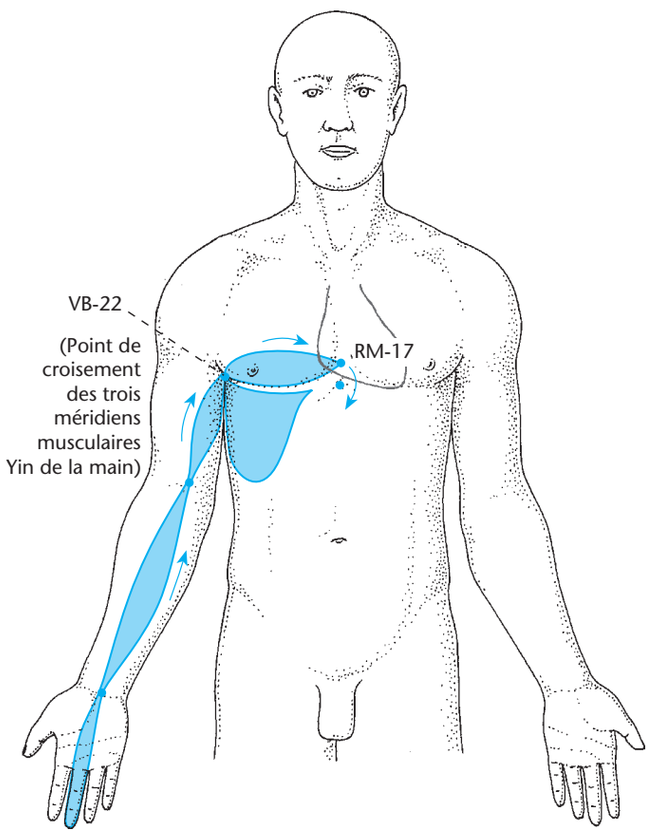
- Renforce la relation entre le Maître du Cœur et le Triple Réchauffeur (système des Organes-(*zangfu*)). Les points du méridien principal du Maître du Cœur peuvent donc servir à traiter les troubles du Triple Réchauffeur et, inversement, les

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

points du méridien principal du Triple Réchauffeur peuvent servir à traiter les troubles du Maître du Cœur.

- Contrairement au méridien principal du Maître du Cœur, le méridien divergent du Maître du Cœur atteint l'occiput et le cou. C'est ce qui explique que plusieurs points du méridien du Maître du Cœur peuvent servir à traiter des troubles du cou et des oreilles, un mal de gorge chronique, etc.
- En allant au thorax, aux seins et aux hypochondres, le méridien divergent du Maître du Cœur conforte la relation entre le méridien principal du Cœur et ces zones.

4.9.3 Le méridien musculaire du Maître du Cœur (*shou jue yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire du Maître du Cœur prend naissance à l'extrémité du majeur,

- ➡ il suit la face antérieure du majeur et le 3ème os métacarpien,
- ➡ se déploie au centre de la paume de la main et rencontre le méridien musculaire du Poumon,
- ➡ se fixe (*bie*) au centre du poignet,
- ➡ puis il monte sur la face antérieure de l'avant-bras, de même que sur la face antéro-médiale du bras jusqu'en dessous de l'aisselle ; il se fixe (*bie*) aux points **MC-3** (*quze*), au coude, et ➞ **VB-22** (*yuanye*), où il rencontre les autres méridiens divergents Yin de la main.

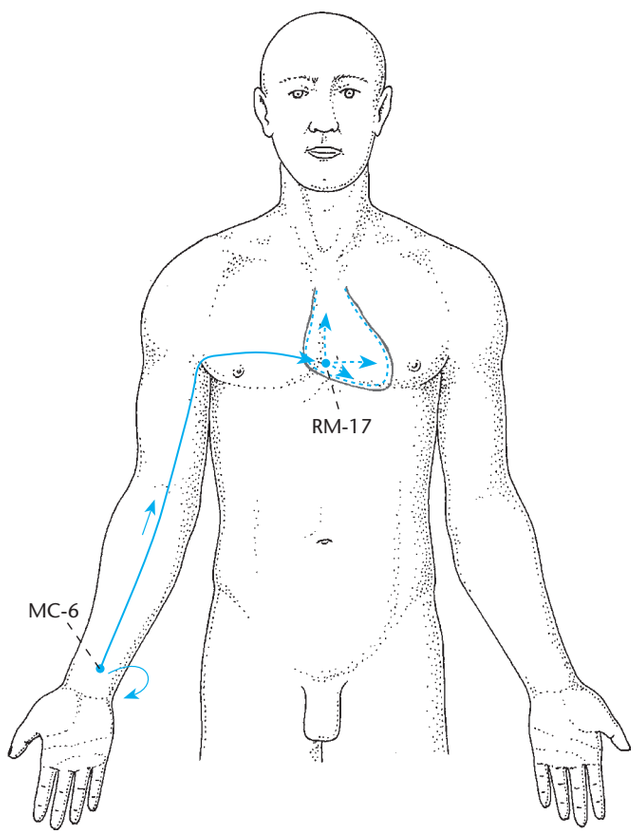
Au point ➞ **VB-22**, le méridien se divise en deux branches :

- **une branche** se distribue dans les zones antérieure, latérale et postérieure des côtes,
- **l'autre branche** pénètre dans la poitrine en dessous de l'aisselle et atteint le centre de la poitrine au niveau de ➞ **RM-17** (*shanzhong*), où elle se déploie dans la cavité thoracique avant de se fixer (*bie*) sur le diaphragme.

Importance clinique

Pathologie : raideur, douleur, spasmes et sensation de distension sur le trajet du méridien musculaire du Maître du Cœur. Douleur et serrement dans la poitrine, syndrome *xi fen* (l'un des cinq syndromes *ji*, « syndromes d'accumulation ») dû à une stagnation du Qi du Poumon avec accumulation de Glaires et de Chaleur qui se traduit par des symptômes comme des masses dans la région droite des hypochondres, parfois accompagnées de douleur thoracique ou dorsale, de l'hémoptysie, des frissons et de la fièvre, de l'essoufflement et de la dyspnée, etc.
Indications : essentiellement pour la douleur, les spasmes et la sensation de distension sur le trajet du méridien musculaire, restriction de mouvement au niveau de la face médiale du bras et du coude, gonflement et douleur de l'aisselle et du sein.

4.9.4 Méridien *luo* de communication du Maître du Cœur (*shou jue yin luo mai*)



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trajet

Le méridien *luo* de communication du Maître du Cœur se sépare du méridien principal du Maître du Cœur au point *luo* de communication qui lui est associé, **MC-6** (*neiguan*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Triple Réchauffeur avec lequel le méridien principal du Maître du Cœur est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → Annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Maître du Cœur qui va vers le point source (*yuan*) → **TR-4** (*yangchi*).
- Une partie **longitudinale** suit le méridien principal du Maître du Cœur jusqu'à → **RM-17** (*shanzhong*), sur la ligne médiane, au niveau du 4ème espace intercostal, pénètre dans le thorax et se termine au Maître du Cœur (*xin bao*) et au Cœur (*xin*).

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

Plénitude (*shi*) : douleur du Cœur, angine de poitrine, douleur thoracique.

Vide (*xu*) : agitation, irritabilité.

4.9.5 Région cutanée (*jue yin pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.9.6 Points du méridien du Maître du Cœur (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : MC-7** (*daling*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : MC-6** (*neiguan*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : MC-4** (*ximen*) ■■.
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-14** (*jueyinshu*).
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) :** → **RM-17** (*shanzhong*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Bois), point de tonification : **MC-9** (*zhongchong*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments) : **MC-8** (*laogong*) ■■,
  - point rivière (*shu*) (Terre), point de sédation : **MC-7** (*daling*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Métal) : **MC-5** (*jianshi*) ■■,
  - point mer (*he*) (Eau), point : **MC-3** (*quze*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.8) : MC-6** (*neiguan*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec les méridiens du Foie, du Triple Réchauffeur, de la Vésicule Biliaire* : **MC-1** (*tianchi*) ■■,
  - d'autres méridiens avec le méridien du Maître du Cœur : –
- **Point de commande de Gao Wu pour la région thoracique (→ 8.1.11) : MC-6** (*neiguan*) ■■.
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : MC-1** (*tianchi*) ■■.
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : MC-7** (*daling*) ■■, **MC-8** (*laogong*) ■■.
- **Autres points fonctionnels :**
  - point important pour éliminer les Glaires qui voilent les orifices : **MC-5** (*jianshi*) ■■.
  - point important pour calmer l'Esprit (*shen*) : **MC-6** (*neiguan*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** main – **MC-7** (*daling*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) : –**
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** langue – **MC-8** (*laogong*) ■■ ; Poumon – **MC-6** (*neiguan*) ■■ ; Cœur – **MC-4** (*ximen*) ■■ , **MC-6** (*neiguan*) ■■ ; Rate – **MC-6** (*neiguan*) ■■ ; thorax et épigastre – **MC-6** (*neiguan*) ■■ ; pied – **MC-7** (*daling*) ■■.

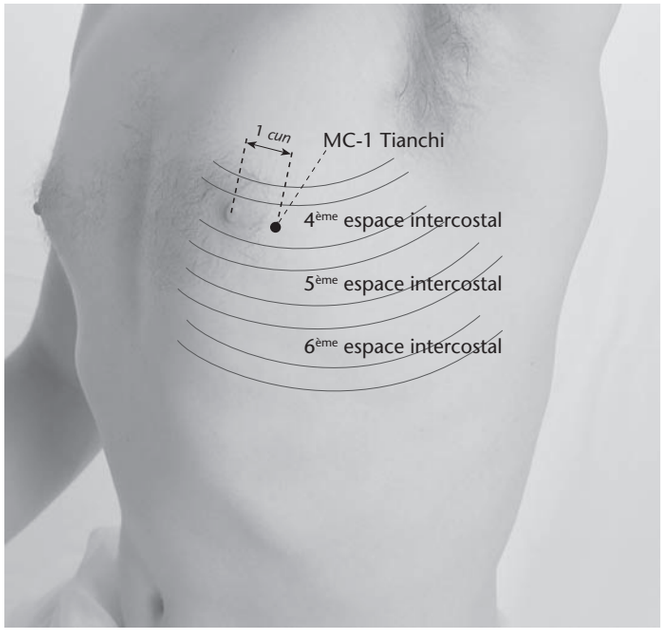
Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **MC-1** (*tianchi*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Foie, du Triple Réchauffeur, de la Vésicule Biliaire* (→ 8.1.10) ; point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **MC-3** (*quze*) ■■ : point mer (*he*) (Eau) (→ 8.1.6).
- **MC-4** (*ximen*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) ; point distal pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **MC-5** (*jianshi*) ■■ : point fleuve (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6) ; point important pour éliminer les Glaires qui voilent les orifices.
- **MC-6** (*neiguan*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point de commande de Gao Wu pour la région thoracique (→ 8.1.11) ; point d'ouverture du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.8) ; point distal pour le Cœur, la Rate, le thorax et l'épigastre (→ 8.2.1) ; point important pour calmer l'Esprit (*shen*).
- **MC-7** (*daling*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point rivière (*shu*) (Terre) (→ 8.1.6) ; point de sédation ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point local pour la main (→ 8.2.1) ; point distal pour le pied (→ 8.2.1).
- **MC-8** (*laogong*) ■■ : point jaillissement (*ying*) (Feu) (→ 8.1.6) ; point *ben* (point Cinq Éléments) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point distal pour la langue (→ 8.2.1).
- **MC-9** (*zhongchong*) ■■ : point puits (*jing*) (Bois) (→ 8.1.6) ; point de tonification.

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Mare céleste TIANCHI MC-1



Localisation

Dans le 4ème espace intercostal, 1 *cun* en dehors du mamelon.

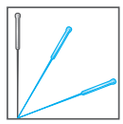
Comment le trouver

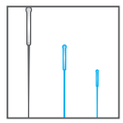
Méthode rapide, surtout chez les hommes : le 4ème espace intercostal est au même niveau que le mamelon. Localiser **MC-1** 1 *cun* en dehors du mamelon, dans le 4ème espace intercostal (remarque : l'espace intercostal décrit une légère courbe sur le côté). **Ou :** pour mieux se repérer dans la région intercostale, commencer par localiser la synchondrose manubriosternale (→ 3.4.2), qui est au niveau du cartilage de la 2ème côte, suivi en dessous par le 2ème espace intercostal. Descendre jusqu'au 4ème espace intercostal puis mesurer 5 *cun* sur le côté. C'est là que se trouve **MC-1**.

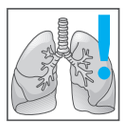
Au même niveau (4ème espace intercostal), on trouve → **RM-17** (sur la ligne médiane), → **Rn-23/E-17/Rte-18** (respectivement à 2/4/6 *cun* en dehors de la ligne médiane), de même que → **VB-22** et → **VB-23**.

Insertion de l'aiguille

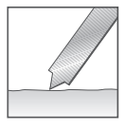
Insertion transversale (sous-cutanée) le long de l'espace intercostal, de 0,5 *cun* de profondeur. Surtout chez les femmes, il est indispensable de se limiter à une insertion transversale pour éviter le piquer le tissu mamelonnaire. Attention : risque de pneumothorax.













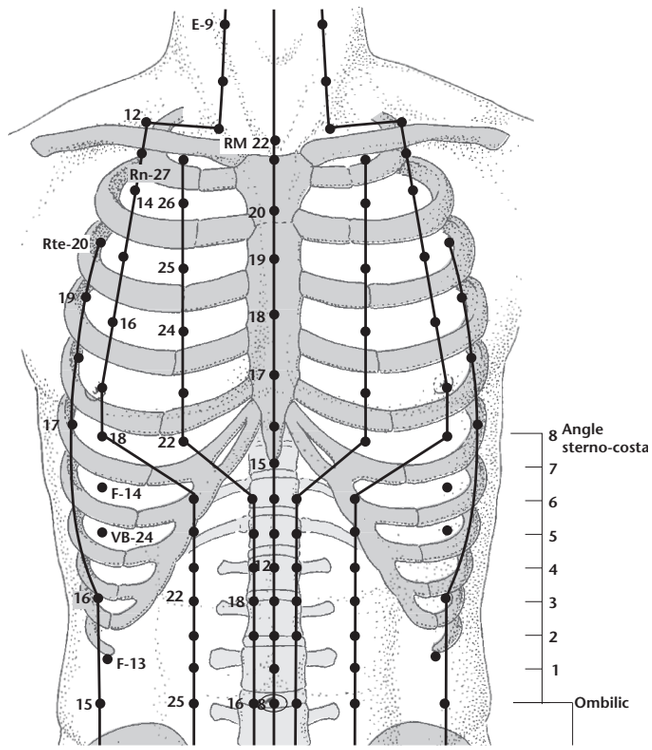


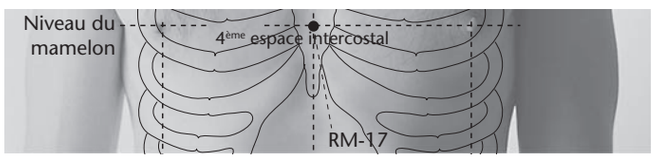
Actions/indications

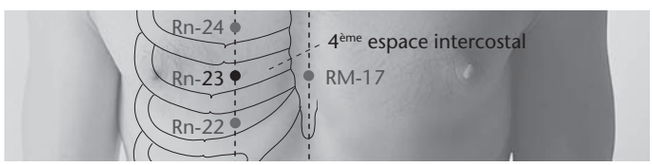
- Fait descendre le qi rebelle.
- Élimine la plénitude dans le thorax (surtout la Chaleur et les Glaires).
- Favorise la lactation et élimine la stagnation locale du Qi.

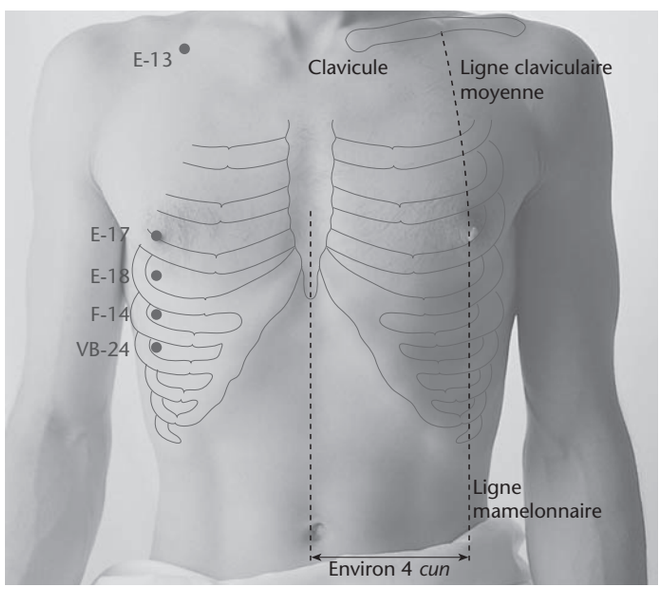
Caractéristiques particulières

Point de croisement avec les méridiens du Foie et du Triple Réchauffeur, de même que de la Vésicule Biliaire selon certains auteurs. Point Fenêtre du ciel, point d'entrée.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

MC-2 *Source céleste* TIANQUAN

Localisation

Entre les deux chefs du biceps brachial, 2 *cun* en dessous du pli axillaire antérieur.

Comment le trouver

Localiser le biceps brachial en faisant légèrement tourner le bras vers l'extérieur chez les patients dont les muscles sont mal définis, demander ensuite au patient de plier le coude tout en opposant une résistance au mouvement. **MC-2** se trouve entre les deux chefs du biceps brachial, 2 *cun* en dessous de l'extrémité supérieure du pli axillaire antérieur (→ 2.2).

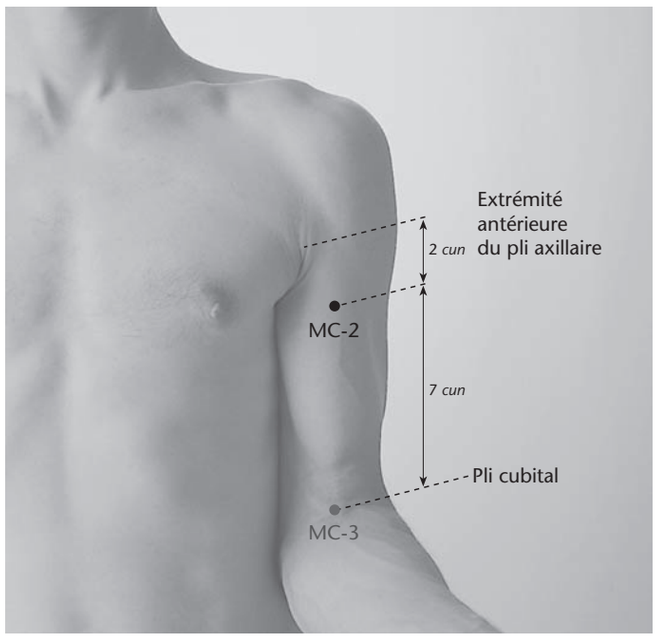
→ **P-3** est en position radiale par rapport à **MC-2,** sur la face latérale du biceps brachial, à 1 *cun* en direction distale.

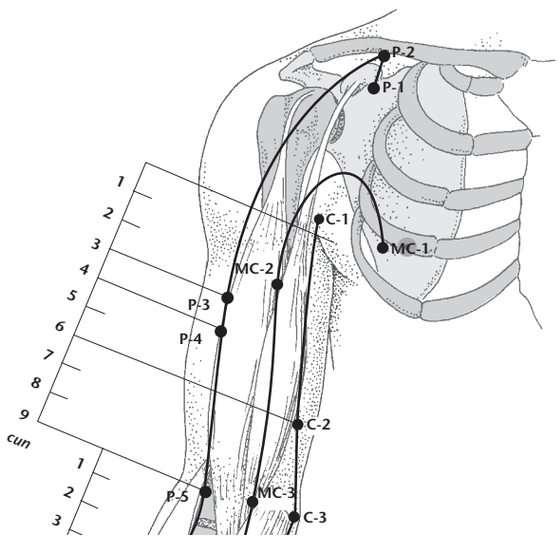
Insertion de l'aiguille

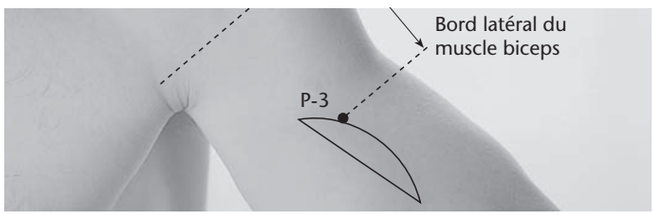
Insertion oblique en direction distale ou proximale le long du méridien, de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

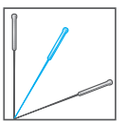
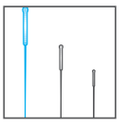
Actions/indications

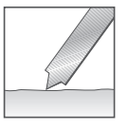
- Libère la poitrine.
- Redonne de la vigueur au Sang.
- Calme l'Esprit (*shen*).







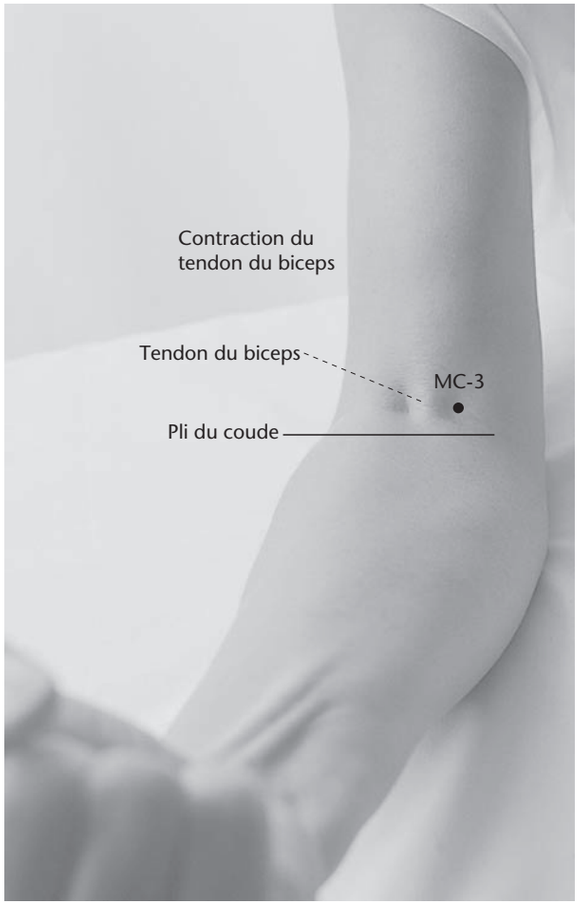



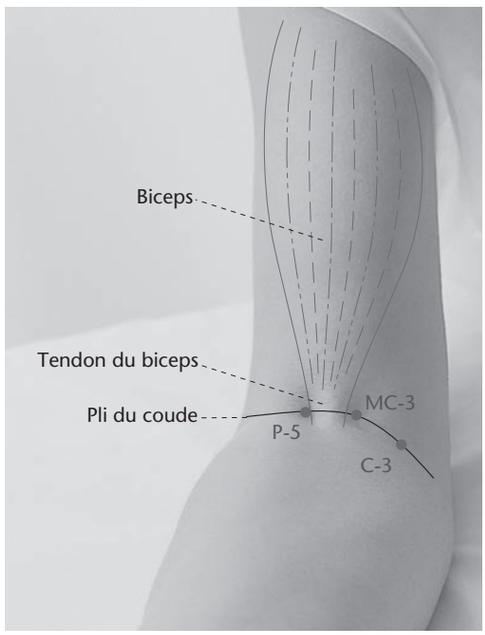



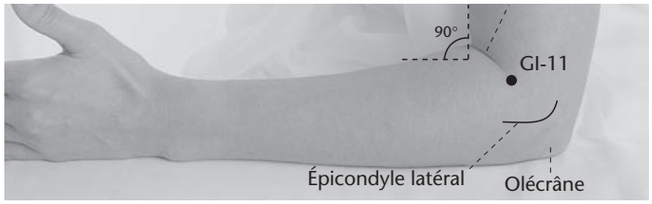


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Marécage dans une courbe QUZE MC-3







Localisation

Au milieu du pli du coude, au bord ulnaire du tendon du biceps, entre le tendon et l'artère brachiale.

Comment le trouver

Le bras du patient doit être en supination, mais détendu. Il est plus facile de localiser ce point le coude plié et le biceps contracté de façon à ce que le tendon et le pli du coude soient mieux visibles et plus facilement palpables. **MC-3** se trouve dans le pli du coude, au bord ulnaire du tendon.

Dans la région du pli du coude, on trouve aussi → **P-5** (au bord radial du tendon), → **GI-11** (entre l'extrémité radiale du pli et l'épicondyle latéral de l'humérus) et → **C-3** (à l'extrémité ulnaire de pli du coude lorsque le coude est complètement contracté).

Insertion de l'aiguille

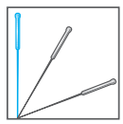
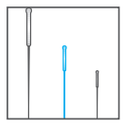
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner. Attention : présence de l'artère et de la veine brachiales. Chercher le pouls avant de piquer.

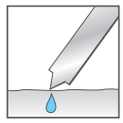
Actions/indications

- Élimine la Chaleur, draine le Feu.
- Harmonise l'Estomac et les Intestins, arrête les vomissements.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point mer (*He*), point Eau. Point local important et point important pour drainer la Chaleur. Dans les pathologies de type Chaleur, faire saigner.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

MC-4 *Porte de l'accumulation (Xi)* XIMEN

Localisation

5 *cun* au-dessus de l'espace antérieur de l'articulation du poignet (pli du poignet le plus distal), entre les tendons du long palmaire et du fléchisseur radial du carpe.

Comment le trouver

Technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : poser les auriculaires respectivement au centre de l'espace antérieur de l'articulation du poignet (→ 3.3.3, → **MC-7**) et sur le pli cubital (→ **MC-3**). À partir du milieu de cette distance, mesurer 1 *cun* en direction distale. Localiser **MC-4** à ce niveau, entre les deux tendons qui sont plus proéminents lorsque les extrémités des doigts sont rassemblées. Si un seul tendon est visible, c'est celui du fléchisseur radial. **MC-4** se trouve sur la face ulnaire de celui-ci.

Insertion de l'aiguille

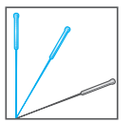
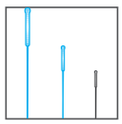
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur ou insertion oblique de 1 à 1,5 *cun* en direction proximale.

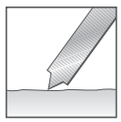
Actions/indications

- Tonifie le Sang et disperse les stases de Sang.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Rafraîchit le Sang.
- Ouvre le méridien.

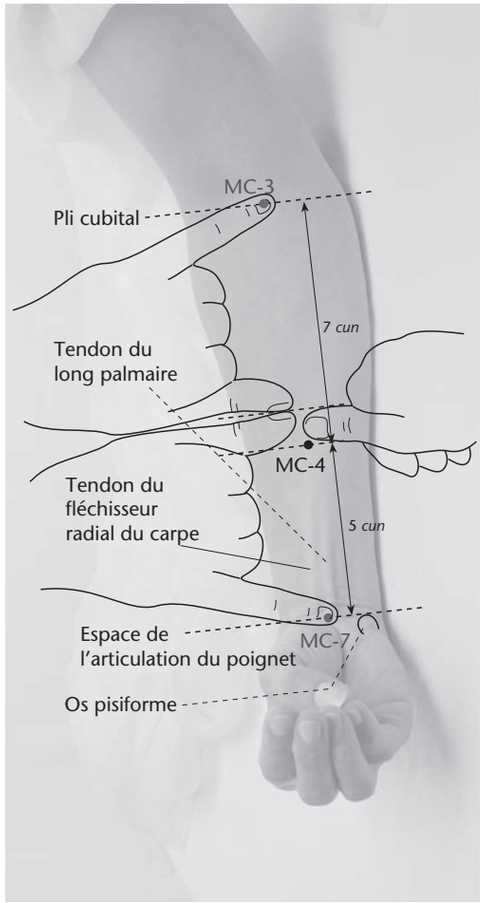
Caractéristiques particulières

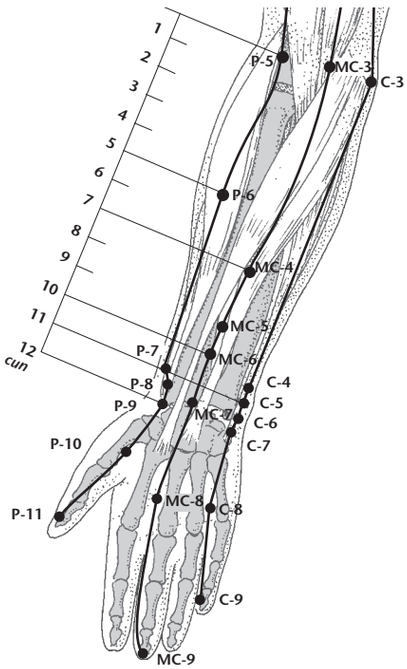
Il s'agit d'un point *xi* (point d'Accumulation). Il est essentiel en cas de stases de Sang aiguës et douloureuses dans la région du thorax et du Cœur.

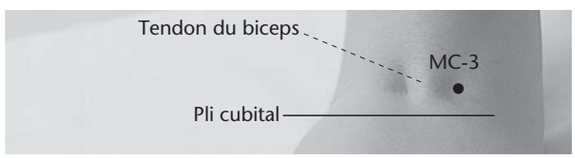





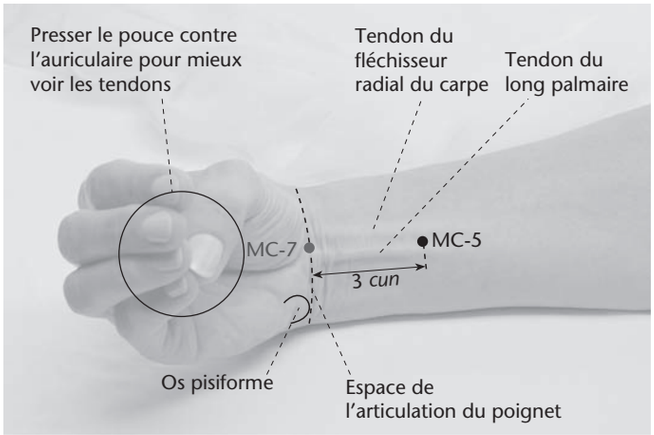


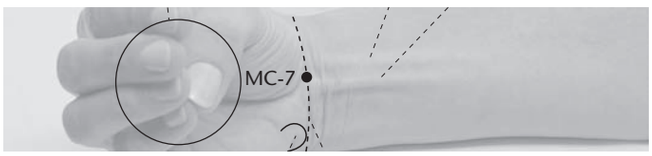


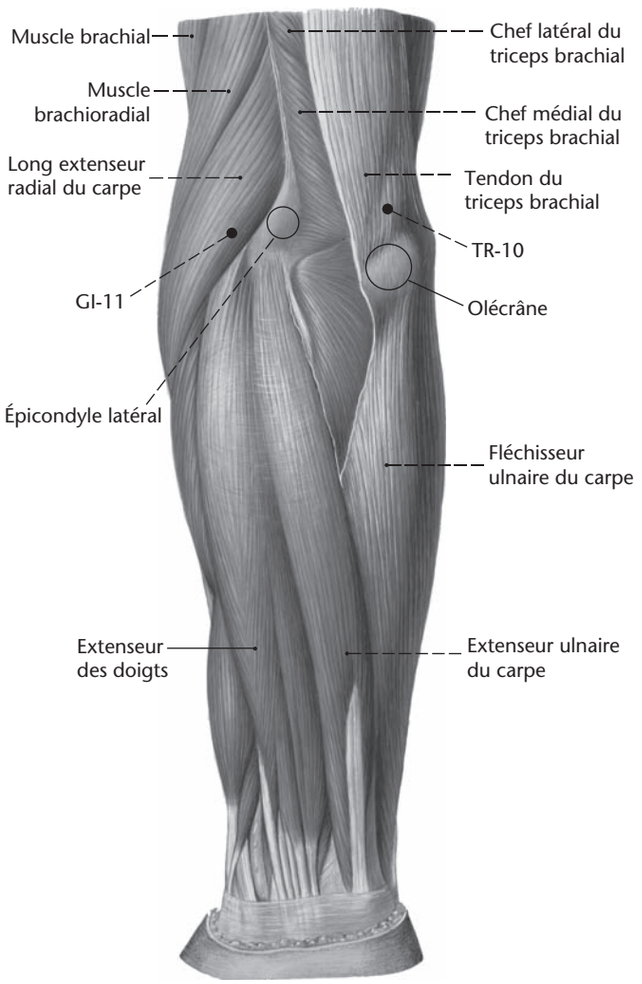


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

L'intermédiaire JIANSHI MC-5







Localisation

3 *cun* au-dessus de l'espace antérieur de l'articulation du poignet (« pli du poignet le plus distal »), entre les tendons des muscles long palmaire et fléchisseur radial du carpe.

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation du poignet est un point de repère plus fiable (→ 3.3.3). On peut le trouver facilement en faisant bouger la main du patient lorsque celle-ci est détendue. À partir du centre de cet espace (→ **MC-7**), mesurer 3 *cun* en direction proximale et localiser **MC-5** entre les deux tendons, qui sont plus proéminents lorsque les extrémités des doigts sont rassemblées. Si un seul tendon est visible, c'est celui du fléchisseur radial. **MC-5** se trouve sur la face ulnaire de celui-ci.

Insertion de l'aiguille

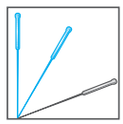
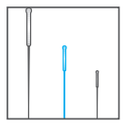
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction proximale. Attention : à cet endroit, le nerf médian n'est recouvert que par le chef radial du fléchisseur superficiel des doigts. L'insertion perpendiculaire ne doit pas excéder 0.5 *cun* ; forte stimulation de l'aiguille interdite.

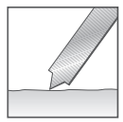
Actions/indications

- Calme l'Esprit (*shen*) et le Cœur.
- Harmonise le Réchauffeur Moyen.
- Élimine le Feu du Cœur.
- Libère la poitrine.
- Transforme les glaires immatérielles.

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Métal. Point important pour transformer les Glaires qui obstruent les orifices.

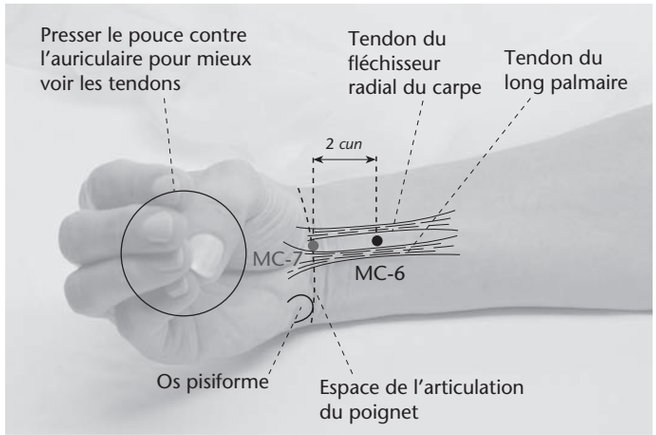


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

MC-6 *Porte interne* NEIGUAN

Localisation

2 *cun* au-dessus de l'espace de l'articulation du pli antérieur du poignet (« pli du poignet le plus distal »), entre les tendons du muscle long palmaire et du muscle fléchisseur radial du carpe.

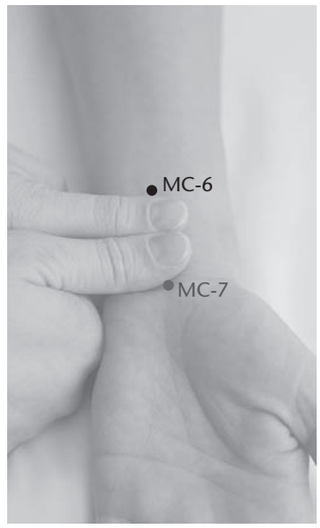


Comment le trouver

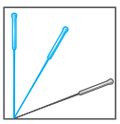
Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation est un point de repère plus fiable (→ 3.3.3). On peut le trouver facilement en faisant bouger la main du patient lorsque celle-ci est détendue. À partir du centre de cet espace (→ **MC-7**), mesurer 2 *cun* en direction proximale et localiser **MC-6** entre les deux tendons, qui sont plus proéminents lorsqu'on appuie fortement les extrémités des doigts les unes contre les autres. Si un seul tendon est visible, c'est celui du fléchisseur radial. **MC-6** se trouve sur la face ulnaire de celui-ci.

Ou méthode rapide : à partir du centre de l'espace de l'articulation du poignet, faire glisser le doigt en direction proximale entre les deux tendons. La peau va se mettre à former un renflement à l'avant du doigt et arrêter celui-ci sur le point **MC-6**.

→ **TR-5**, 2 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace de l'articulation du pli dorsal du poignet, se trouve à l'opposé de **MC-6**.

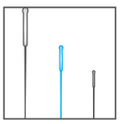






Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction proximale ou latérale. Attention : le nerf médian se trouve juste sous ce point.





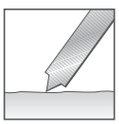
Actions/indications

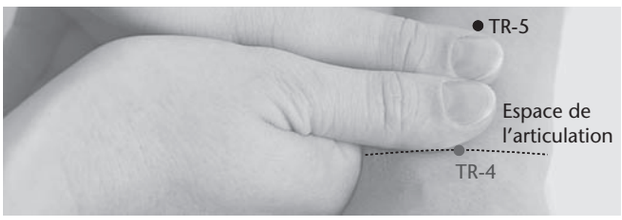
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Libère la poitrine.
- Harmonise l'Estomac.
- Ouvre le méridien.



Caractéristiques particulières

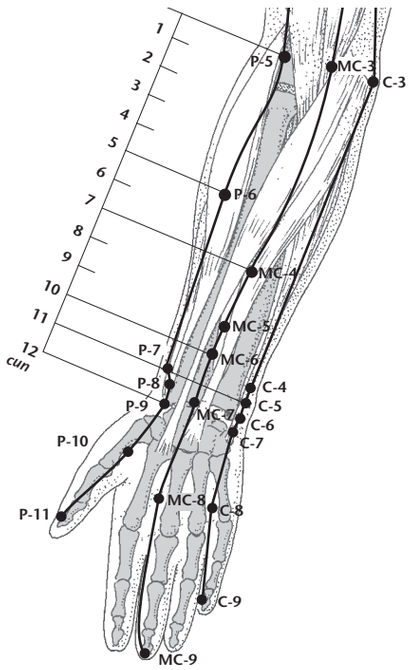
Point *luo* de communication, point d'ouverture du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*), point de commande de Gao Wu pour la région thoracique. Point essentiel pour traiter les nausées et les vomissements. Point très important.





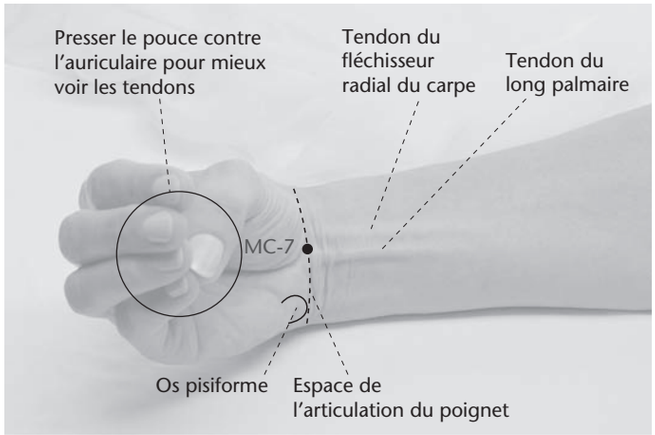


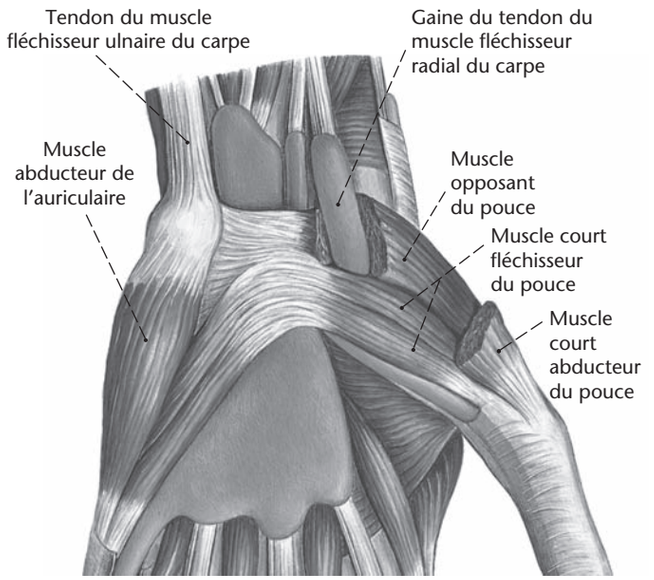


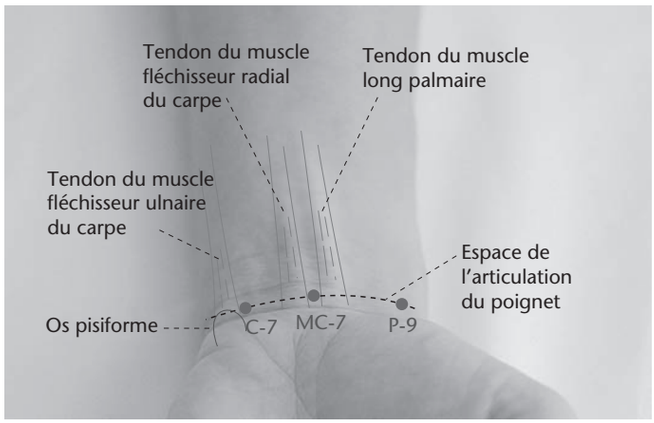


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grande colline DALING MC-7







Localisation

Sur la face antérieure de l'espace de l'articulation du pli antérieur du poignet (« pli du poignet le plus distal »), entre les tendons du muscle long palmaire et du muscle fléchisseur radial du carpe.

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation est un point de repère plus fiable (→ 3.3.3). On peut le trouver facilement en faisant bouger la main du patient lorsque celle-ci est détendue. **MC-7** est situé entre les deux tendons, qui sont plus proéminents lorsque les extrémités des doigts sont rassemblées. Si un seul tendon est visible, c'est celui du fléchisseur radial. 3ème os métacarpien se trouve sur la face ulnaire de celui-ci.

Au même niveau, on trouve → **C-7** (sur la face ulnaire de l'articulation du poignet, en position radiale par rapport au tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe) et → **P-9** (sur la face radiale de l'articulation du poignet, sur le côté de l'artère radiale).

Insertion de l'aiguille

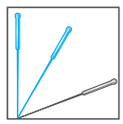
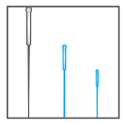
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur le long du canal carpien pour les troubles du canal carpien. Attention : le nerf médian se trouve directement sous ce point et le piquer provoque généralement une sensation électrique importante. Dans ce cas, il ne faut plus manipuler l'aiguille sous peine d'endommager le nerf.

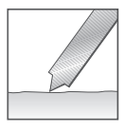
Actions/indications

- Élimine la Chaleur du Cœur et calme l'Esprit (*shen*).
- Harmonise l'Estomac et les Intestins.
- Rafraîchit le Feu du Cœur qui affecte la Vessie.
- Libère la poitrine.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre, point de sédation, point des fantômes de Sun Si Miao. Point important pour calmer l'Esprit (*shen*), point essentiel pour traiter le syndrome du canal carpien.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

MC-8 *Palais du travail* LAOGONG

Localisation

Au centre de la paume de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens, légèrement plus près du 3ème os métacarpien.

Comment le trouver

Lorsque le poing est fermé, l'extrémité du majeur se trouve sur **MC-8** entre les 2ème et 3ème os métacarpiens, légèrement plus près du 3ème os métacarpien.

→ **C-8** se trouve en position plus radiale, entre les 4ème et 5ème os métacarpiens.

Insertion de l'aiguille

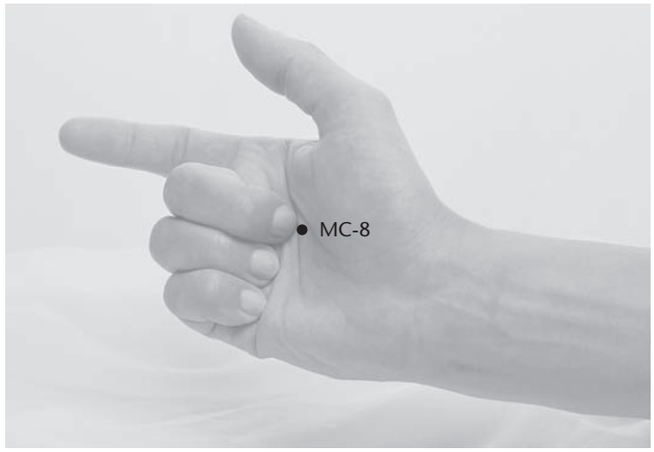
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Il faut choisir des aiguilles très fines pour piquer ce point car il peut être particulièrement douloureux.

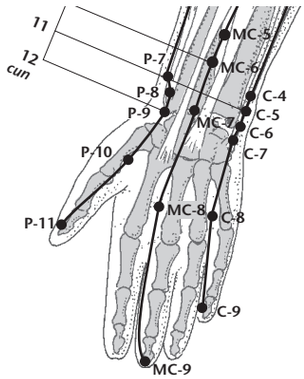
Actions/indications

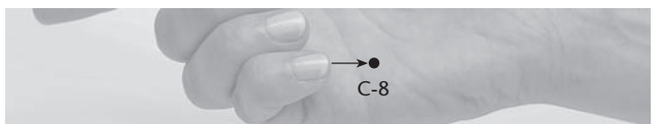
- Élimine le Feu du Cœur et calme l'Esprit (*shen*).
- Harmonise le Réchauffeur Moyen.
- Libère la couche du Qi Nourricier et rafraîchit le Sang.

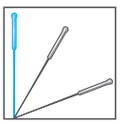
Caractéristiques particulières

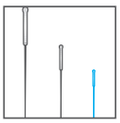
Point jaillissement (*ying*), point Feu, point *ben* (point Cinq Éléments), point des fantômes de Sun Si Miao, point de sortie.





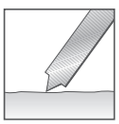
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Centre de la ruée ZHONGCHONG MC-9



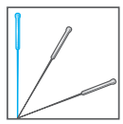
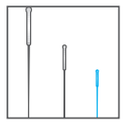
Localisation
Au point le plus distal du majeur.

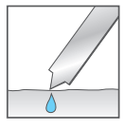
Comment le trouver
Déterminer le point le plus distal de l'extrémité du majeur. C'est là que se trouve **MC-9**.

Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner. Attention : point douloureux.

Actions/indications
- Élimine la Chaleur, surtout du Cœur et du Maître du Cœur.
- Restaure le Yang qui s'effondre.
- Expulse le Vent interne.

Caractéristiques particulières
Point puits (*jing*), point Bois, point de tonification.

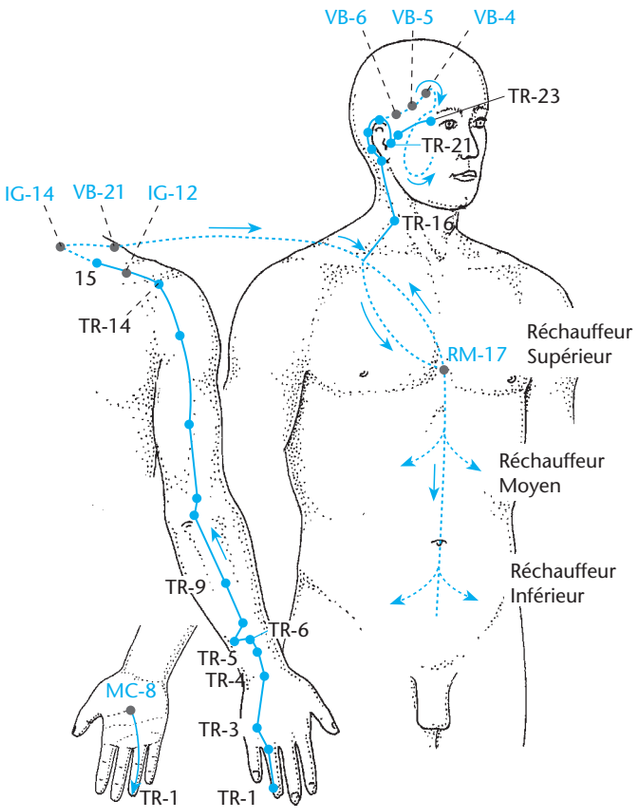





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.10 Méridiens du Triple Réchauffeur – méridiens *shao yang* de la main (*shou shao yang jing luo*)

4.10.1 Méridien principal du Triple Réchauffeur (*shou shao yang jing*)



Trajet

Le **trajet externe** du méridien principal du Triple Réchauffeur commence à l'annulaire, au coin ulnaire de l'ongle, au point **TR-1** (*guanchong*). Une branche du méridien principal du Maître du Cœur qui part de la paume de la main au point ➞ **MC-8** (*laogong*) passe par **TR-1** (connexion Yin-Yang de la main du troisième grand circuit). Le méridien suit la face ulnaire de l'annulaire,

- ➡ continue entre les 4ème et 5ème os métacarpiens,
- ➡ parcourt la face postérieure de l'avant-bras entre le radius et l'ulna en direction de la face latérale du bras,
- ➡ croise l'olécrâne et remonte la face postéro-latérale du bras jusqu'à l'épaule,
- ➡ traverse l'épaule, passe par ➞ **IG-12** (*bingfeng*) et rencontre les autres méridiens principaux Yang au point ➞ **DM-14** (*dazhui*),
- ➡ monte sur la face antérieure du corps, et croise ➞ **VB-21** (*jianjing*) et ➞ **E-12** (*quepen*), dans la fosse sus-claviculaire.

Au point ➞ **E-12**, le méridien pénètre dans le corps et entame la portion **interne** de son trajet. Il rencontre le Maître du Cœur (*xin bao*) au point ➞ **RM-17** (*shanzhong*), pénètre dans le diaphragme pour atteindre l'abdomen, se reliant en chemin aux Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur.

Du Réchauffeur Inférieur, une **branche interne** (selon certains auteurs le méridien principal du Triple Réchauffeur) descend au creux poplité, passe par le point ➞ **V-39** (*weiyang*), point mer (*he*) inférieur du Triple Réchauffeur. Une autre branche interne prend naissance dans le thorax, au point ➞ **RM-17** (*shanzhong*), émerge à la fosse sus-claviculaire et monte au bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, au point **TR-16**, puis passe par les points **TR-17, TR-18, TR-19**, suivant ainsi le bord de l'os temporal à l'arrière de l'oreille, pour atteindre **TR-20** (*jiasun*) au-dessus de l'apex de l'oreille. Elle croise le méridien principal de la Vésicule Biliaire aux points **VB-6** (*xuanli*), **VB-5** (*xuanlu*) et **VB-4** (*hanyan*) (selon Deadman et al., 1998), de même qu'aux points **VB-11** (*touqiaoyin*) et **VB-14** (*yangbai*), puis elle descend sur la joue jusqu'à la mâchoire inférieure et remonte se relier à ➞ **IG-18** (*quanliao*), au bord inférieur de l'arcade zygomatique avant de continuer jusqu'à la région infra-orbitaire.

À partir de **TR-17** (*yifeng*), une branche pénètre dans l'oreille, émerge à l'Extérieur à l'avant du tragus, croise ➞ **IG-19** (*tinggong*), passe par **TR-21** (*ermen*) et **TR-22** (*erheliao*), rencontre ➞ **VB-3** (*shangguan*), traverse sa propre branche de la joue et se termine au point **TR-23** (*sizhukong*), à la suture fronto-zygomatique. À partir de **TR-23** ou, selon certains auteurs, de **TR-22**, une petite branche va à ➞ **VB-1** (*tongziliao*), au canthus interne de l'œil (axes Yang du troisième grand circuit : *shao yang*).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : douleur du cou, douleur de la joue, rougeur et douleur de l'œil, surdité, douleur à l'arrière de l'oreille, douleur de la face postérieure de l'épaule et du bras.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : plénitude et distension abdominales, mictions difficiles, œdème et gonflement de la peau, énurésie.

Connexions du méridien principal du Triple Réchauffeur (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal du Maître du Cœur (*shou jue yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang de la main du troisième grand circuit.

Lieux de connexion : MC-8 ➞ TR-1 (sur la main).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

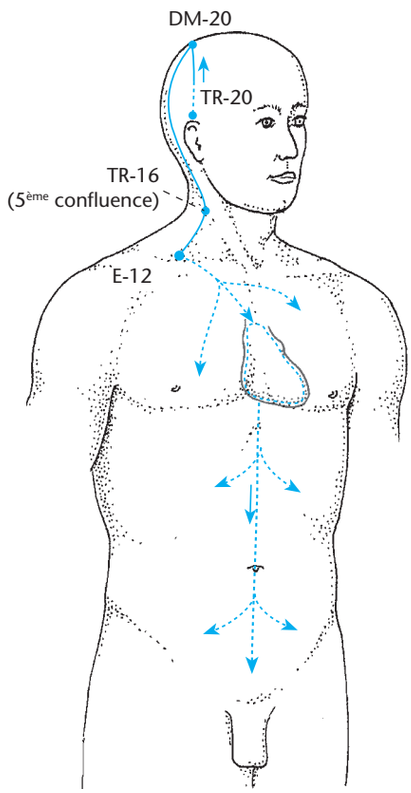
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Méridien principal de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couples main-pied) : *shao yang* (axes Yang du troisième grand circuit).
Lieux de connexion : TR-23 (ou **TR-22**) ➞ **VB-1** (sur la tête).
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).
Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Maître du Cœur (*xin bao*), Triple Réchauffeur (*san jiao*)



4.10.2 Méridien divergent du Triple Réchauffeur (*shou shao yang jing bie*)

Trajet

Le méridien divergent du Triple Réchauffeur se sépare du méridien principal du Triple Réchauffeur près du point **TR-20** (*jiaosun*).

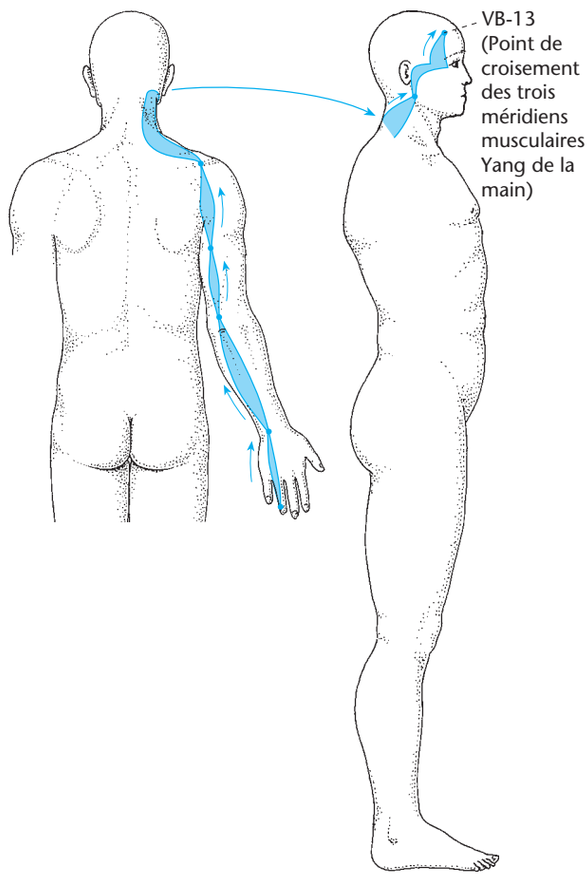
➡ Il monte jusqu'au point ➞ **DM-20** (*baihui*),

➡ descend sur la face postérieure de l'oreille pour atteindre le cou au point **TR-16** (*tianyou*), au bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, où il se relie au méridien principal du Maître du Cœur pour former l'une des six confluences (*he*) (ici : MC/TR en tant que 5ème confluence ➞ 1.3).

➡ Le méridien divergent du Triple Réchauffeur continue à descendre jusqu'au point ➞ **E-12** (*quepen*), dans la fosse sus-claviculaire, pénètre dans le thorax, se déploie dans le Maître du Cœur (*xin bao*) et atteint les Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur.

Importance clinique

- Renforce la relation entre les Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur. Les points du Triple Réchauffeur peuvent servir à traiter les troubles qui affectent ces zones et Organes.
- Le méridien divergent du Triple Réchauffeur atteint le vertex au point ➞ **DM-20** (*baihui*). C'est pourquoi les points du Triple Réchauffeur peuvent servir à traiter les céphalées, les sensations vertigineuses, etc., mais aussi à faire monter le Yang Qi en cas de prolapsus, etc.
- Le méridien divergent du Triple Réchauffeur se déploie dans le thorax, de sorte que les points du Triple Réchauffeur peuvent aider à traiter les troubles de la poitrine comme la douleur, la toux, etc.



4.10.3 Le méridien musculaire du Triple Réchauffeur (*shou shao yang jing jin*)

Trajet

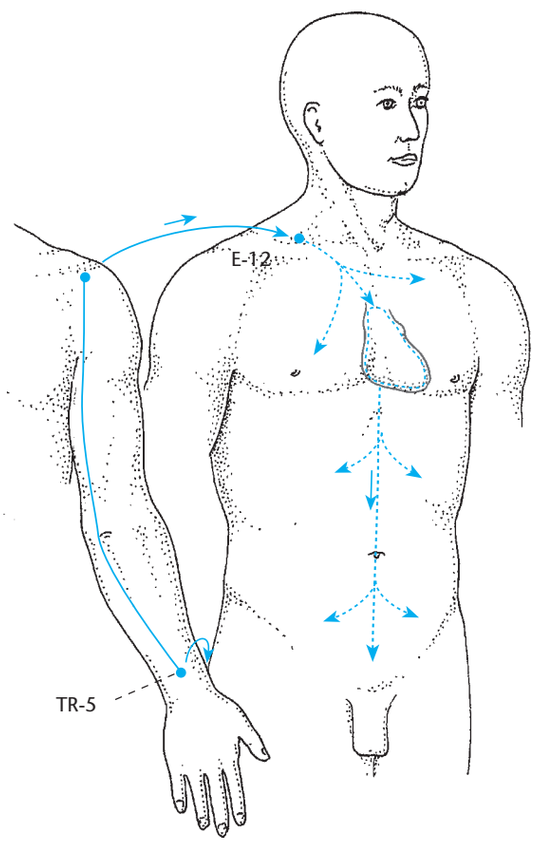
Le méridien musculaire du Triple Réchauffeur commence à l'annulaire, au coin ulnaire de l'ongle, au point **TR-1** (*guanchong*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

➡ Il passe entre les 4ème et 5ème os métacarpiens pour atteindre le poignet,
➡ se fixe (*bie*) au point **TR-4** (*yangchi*),
➡ suit la face postérieure de l'avant-bras, entre les méridiens musculaires de l'Intestin Grêle et du Gros Intestin, se fixe (*bie*) à l'olécrâne, monte sur la face postérieure du bras pour aller se fixer (*bie*) au coin postérieur de l'acromion, traverse la face postérieure de l'épaule et la face latérale de l'occiput, et y rencontre le méridien musculaire de l'Intestin Grêle. Il atteint alors l'angle de la mandibule, où il se divise en **deux branches** :
➡ **une branche** pénètre à l'intérieur pour se relier à la base de la langue,
➡ **l'autre branche** monte devant l'oreille, se fixe (*bie*) au canthus interne de l'œil, traverse la tempe et se termine au point ➞ **VB-13** (*benshen*), dans la région fronto-pariétale. Là, elle rencontre aussi les autres méridiens musculaires Yang de la main.

Importance clinique

Pathologie : raideur, sensation de gonflement et de distension sur le trajet du méridien musculaire. Langue enroulée ou contractée.
Indications : traite essentiellement la douleur, la raideur, les spasmes, les sensations de gonflement et de distension sur le trajet du méridien, y compris sur les faces latérales de la tête et du corps, et les parties latérales des extrémités. Les points du Triple Réchauffeur peuvent aussi servir lorsque la tension musculaire est provoquée par des troubles émotionnels. En raison de la connexion du méridien musculaire avec la langue, certains points du Triple Réchauffeur sont également indiqués en cas de troubles moteurs de la langue.



4.10.4 Méridien *luo* de communication du Triple Réchauffeur (*shou shao yang luo mai*)

Trajet

Le méridien *luo* de communication du Triple Réchauffeur se sépare du méridien principal du Triple Réchauffeur au point *luo* qui lui est associé, **TR-5** (*waiguan*) (➞ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* ➞ 1.5) dans les tissus environnants.
➡ Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Maître du Cœur avec lequel le méridien principal du Triple Réchauffeur est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, ➞ Annexe) ; celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Triple Réchauffeur qui va vers le point source (*yuan*) ➞ **MC-7** (*daling*).
➡ Une partie **longitudinale** suit la face postérieure du bras, traverse la région postérieure de l'épaule, continue vers l'avant du corps et, selon certains auteurs (par exemple, Solinas et al., 1998), va au point ➞ **E-12** (*quepen*), dans la fosse susclaviculaire, pénètre dans le thorax et rejoint le méridien principal du Maître du Cœur, tous les deux se déployant dans les Réchauffeurs Supérieur, Moyen et Inférieur.

Importance clinique (➞ 8.1.2)

Pathologie

Plénitude (*shi*) : tension dans l'articulation du coude.
Vide (*xu*) : faiblesse des muscles du bras, difficulté à fléchir le coude.

4.10.5 Région cutanée (*shao yang pi bu*)

Voir figures et descriptions ➞ 1.6.

4.10.6 Points du méridien du Triple Réchauffeur (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (➞ 8.1.1) : TR-4** (*yangchi*).
- **Point *luo* de communication (➞ 8.1.2) : TR-5** (*waiguan*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (➞ 8.1.3) : TR-7** (*huizong*).
- **Point *shu* du dos associé (➞ 8.1.4) : V-22** (*sanjiaoshu*).
- **Point *mu* antérieur associé (➞ 8.1.5) : RM-5** (*shimen*).
- **Cinq points *shu* (➞ 8.1.6) :**
  – point puits (*jing*) (Métal): **TR-1** (*guanchong*).
  – point jaillissement (*ying*) (Eau) : **TR-2** (*yemen*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

– point rivière (*shu*) (Bois), point de tonification : **TR-3** (*zhongzhu*) ■■.
– point fleuve (*jing*) (Feu), point *ben* (point Cinq Éléments) : **TR-6** (*zhigou*).
– point mer (*he*) (Terre), point de sédation : **TR-10** (*tianjing*).

- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.8) : TR-5** (*waiguan*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  – avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire : **TR-13** (*naohui*)*.
  – avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire : **TR-15** (*tianliao*) ■■.
  – avec le méridien de la Vésicule Biliaire : **TR-17** (*yifeng*) ■■.
  – avec les méridiens de l'Intestin Grêle* et de la Vésicule Biliaire : **TR-20** (*jiasun*).
  – avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire : **TR-22** (*erheliao*).
  – d'autres méridiens avec le méridien du Triple Réchauffeur : **IG-12, V-11, (IG-18, IG-19*), DM-14, RM-12, RM-17, E-12, VB-21, VB-14, VB-11, VB-6, VB-5, VB-4, VB-3, VB-1, (IG-9*)**.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : TR-16** (*tianyou*).
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**
- **Autres points fonctionnels : –**

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** oreilles – **TR-21** (*ermen*) ■■ ; épaule – **TR-14** (*jianliao*) ■■, **TR-15** (*tianliao*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** région de la tempe – **TR-17** (*yifeng*) ■■ ; yeux – **TR-23** (*sizhukong*) ■■ ; oreilles **TR-17** (*yifeng*) ■■ ; mâchoire – **TR-17** (*yifeng*) ■■ ; épaule – **TR-13** (*naohui*), **TR-15** (*tianliao*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** région de la tempe – **TR-3** (*zhongzhu*) ■■, **TR-5** (*waiguan*) ■■ ; oreilles – surtout **TR-3** (*zhongzhu*) ■■ ; **TR-5** (*waiguan*) ■■, hypochondres – **TR-5** (*waiguan*) ■■, **TR-6** (*zhigou*) ; colonne cervicale – **TR-8** (*sanyangluo*) ; colonne cervicale et épaule – **TR-5** (*waiguan*) ■■ ; épaule – **TR-1** (*guanchong*).

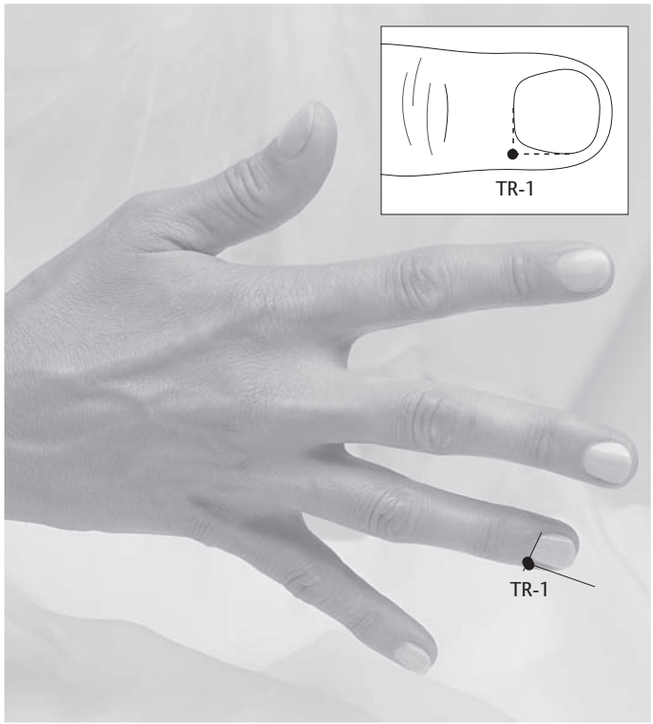
Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **TR-1** (*guanchong*) : point puits (*jing*), point Métal (→ 8.1.6) ; point distal pour l'épaule (→ 8.2.1).
- **TR-2** (*yemen*) : point jaillissement (*ying*), point Eau (→ 8.1.6).
- **TR-3** (*zhongzhu*) ■■ : point rivière (*shu*), point Bois, point de tonification (→ 8.1.6) ; point distal pour la région de la tempe et les oreilles (→ 8.2.1) ; point local pour les doigts (engourdissement et douleur) (→ 8.2.1).
- **TR-4** (*yangchi*) : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point local pour la main (→ 8.2.1).
- **TR-5** (*waiguan*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point d'ouverture du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) ; point distal pour la région de la tempe, les oreilles, la colonne cervicale, l'épaule, le coude et les hypochondres (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la main et les doigts (→ 8.2.1).
- **TR-6** (*zhigou*) : point fleuve (*jing*), point Feu, point *ben* (point Cinq Éléments) (→ 8.1.6) ; point distal pour les hypochondres (→ 8.2.1).
- **TR-7** (*huizong*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **TR-8** (*sanyangluo*) : point distal pour la colonne cervicale (→ 8.2.1).
- **TR-10** (*tianjing*) : point mer (*he*), point Terre, point de sédation (→ 8.1.6) ; point local pour le coude (→ 8.2.1).
- **TR-13** (*naohui*) : point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)* et le méridien de la Vésicule Biliaire* ; point adjacent pour l'épaule (→ 8.2.1).
- **TR-14** (*jianliao*) ■■ : point local pour l'épaule (→ 8.2.1).
- **TR-15** (*tianliao*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire; point local pour l'épaule (→ 8.2.1).
- **TR-16** (*tianyou*) : point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12).
- **TR-17** (*yifeng*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) avec le méridien de la Vésicule Biliaire ; point adjacent pour la région de la tempe, les oreilles et la mâchoire (→ 8.2.1).
- **TR-20** (*jiasun*) : point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) avec les méridiens de l'Intestin Grêle* et de la Vésicule Biliaire.
- **TR-21** (*ermen*) ■■ : point local pour les oreilles (→ 8.2.1).
- **TR-22** (*erheliao*) : point de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire.
- **TR-23** (sizhukong) ■■ : point adjacent pour les yeux (→ 8.2.1).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Passage de la ruée GUANCHONG TR-1



Localisation

Sur l'annulaire, à environ 0,1 *cun* de l'angle ulnaire de l'ongle.

Comment le trouver

Ce point est situé à l'intersection de deux lignes tracées le long du bord ulnaire de l'ongle et de la base de l'ongle, à environ 0,1 *cun* de l'angle effectif de l'ongle.

Insertion de l'aiguille

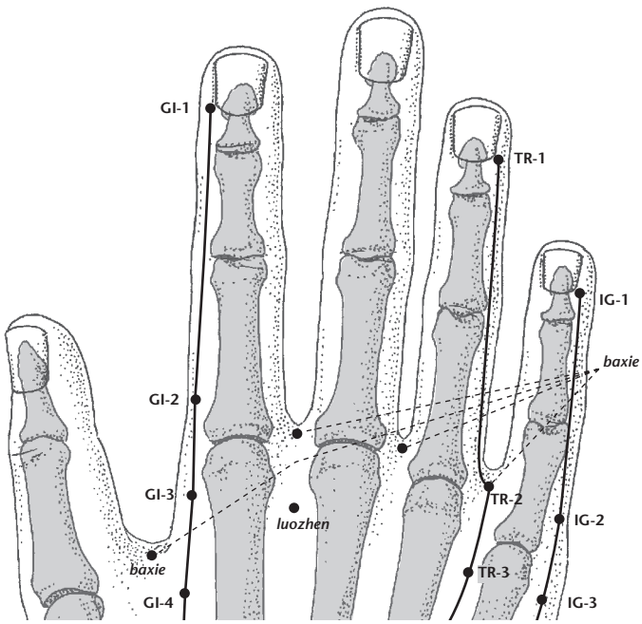
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale d'environ 0,2 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner. Éviter de piquer trop près de l'ongle ; point douloureux.

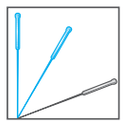
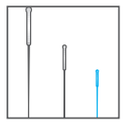
Actions/indications

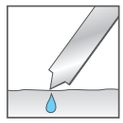
- Élimine la Chaleur du Réchauffeur Supérieur.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles et la langue.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Métal, point d'entrée. Surtout indiqué pour les troubles aigus.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-2 *Porte des liquides* YEMEN

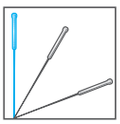
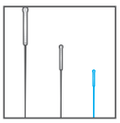
Localisation
Entre l'annulaire et l'auriculaire, 0,5 *cun* au-dessus du bord de la palmure interdigitale.

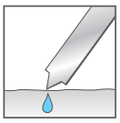
Comment le trouver
On localise plus facilement ce point lorsque le poing est légèrement serré. Localiser la palmure interdigitale entre l'annulaire et l'auriculaire (4ème et 5ème doigts), puis **TR-2**, à l'extrémité proximale du bord de la palmure. **TR-2** fait partie des points ***baxie*** (points situés au-dessus des palmures interdigitales).
→ **VB-43** a une position comparable sur le pied (à la palmure interdigitale entre les (4ème et 5ème orteils) et il fait partie des points ***bafeng***.

Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire jusqu'à 0,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications
- Disperse la chaleur du Réchauffeur Supérieur.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles et calme l'Esprit (*shen*).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

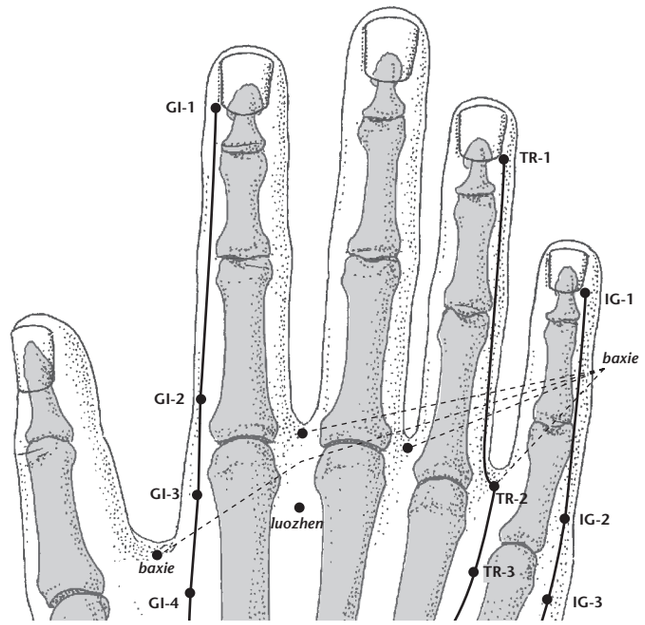
Caractéristiques particulières
Point jaillissement (*ying*), point Eau. Il est particulièrement indiqué dans les troubles psychiques et neurologiques engendrés par la Chaleur ou dans les troubles locaux du méridien.

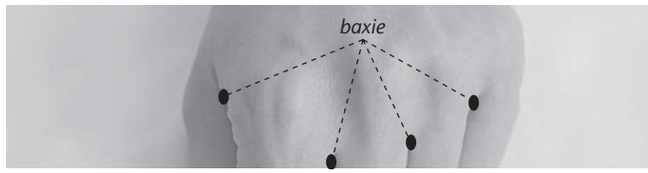



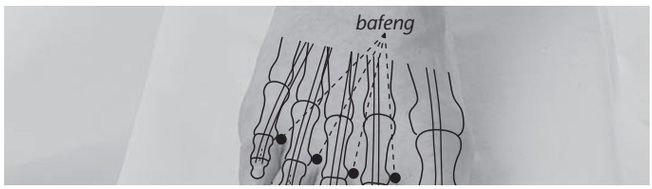









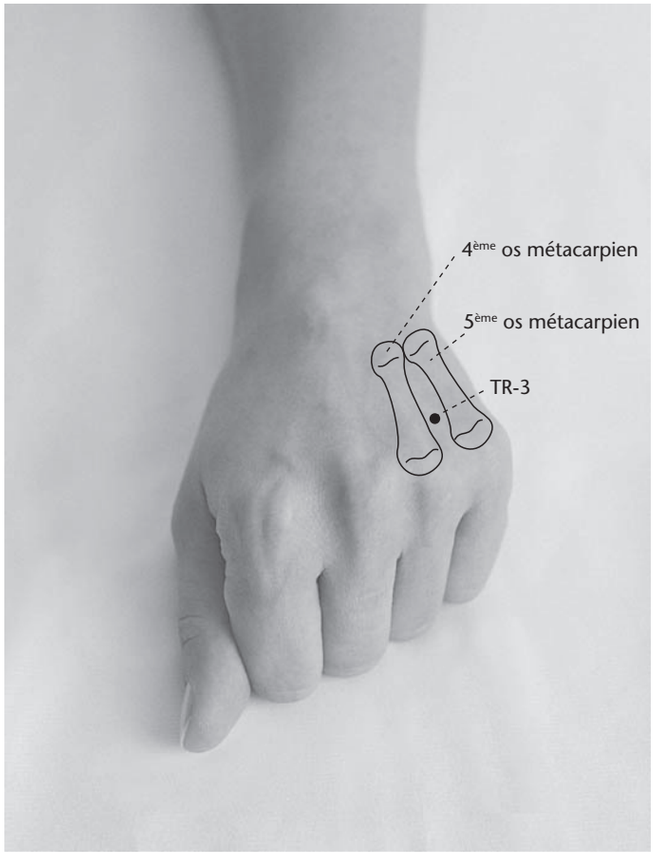


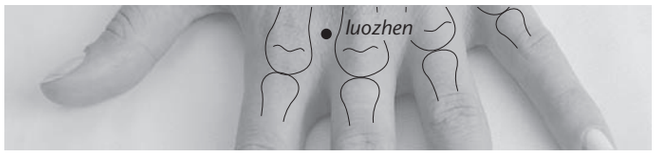


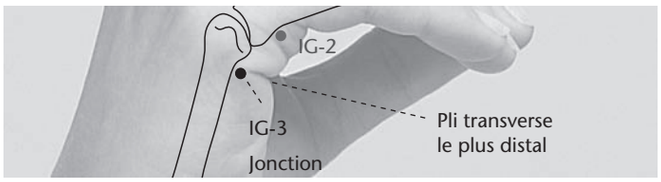


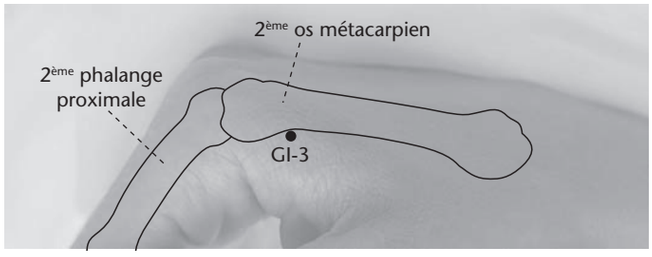
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Ilot central ZHONGZHU TR-3









Localisation

Sur le dos de la main, dans un creux situé juste entre les 4ème et 5ème articulations métacarpo-phalangiennes. **TR-3** se trouve à la jonction des têtes et des corps des deux os métacarpiens.

Comment le trouver

Il faut que le poing soit relâché ou légèrement serré. À partir des articulations carpo-métacarpiennes, faire courir le doigt en direction proximale le long du sillon formé par les 4ème et 5ème os métacarpiens. **TR-3** se trouve au point le plus profond du sillon, légèrement distal par rapport aux articulations carpo-métacarpiennes.

À une position comparable, on trouve le point hors méridien **→ *luozhen*** (entre les 2ème et 3ème os métacarpiens), **→ IG-3** (sur la face ulnaire du 5ème os métacarpien) et **→ GI-3** ((sur la face radiale du 2ème os métacarpien).

Insertion de l'aiguille

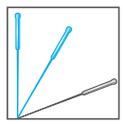
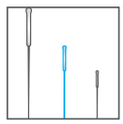
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

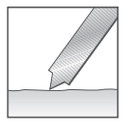
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les oreilles, élimine la Chaleur (et draine le Feu), dégage la tête et les yeux.
- Ouvre le méridien et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point rivière (*shu*), point Bois, point de tonification. C'est un des points distaux les plus importants pour traiter n'importe quel trouble des oreilles.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-4 *Mare du Yang* YANGCHI

Localisation

Sur le dos du poignet (au-dessus de l'espace de l'articulation du poignet (« pli dorsal le plus distal »), dans le creux situé entre les tendons du muscle extenseur des doigts (sur la face ulnaire) et du muscle extenseur propre de l'auriculaire (sur la face radiale).

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3). Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. **TR-4** se trouve légèrement en dehors du milieu de celui-ci, dans une dépression située entre les tendons du muscle extenseur propre de l'auriculaire (qui prolonge l'auriculaire), sur sa face radiale, et les tendons du muscle extenseur des doigts, sur sa face ulnaire. Les tendons du muscle extenseur des doigts sont plus visibles lorsqu'on bouge les trois doigts du milieu.
Au même niveau, mais sur le côté radial des tendons du muscle extenseur des doigts, on trouve le point hors méridien ***zhongquan***.

Insertion de l'aiguille

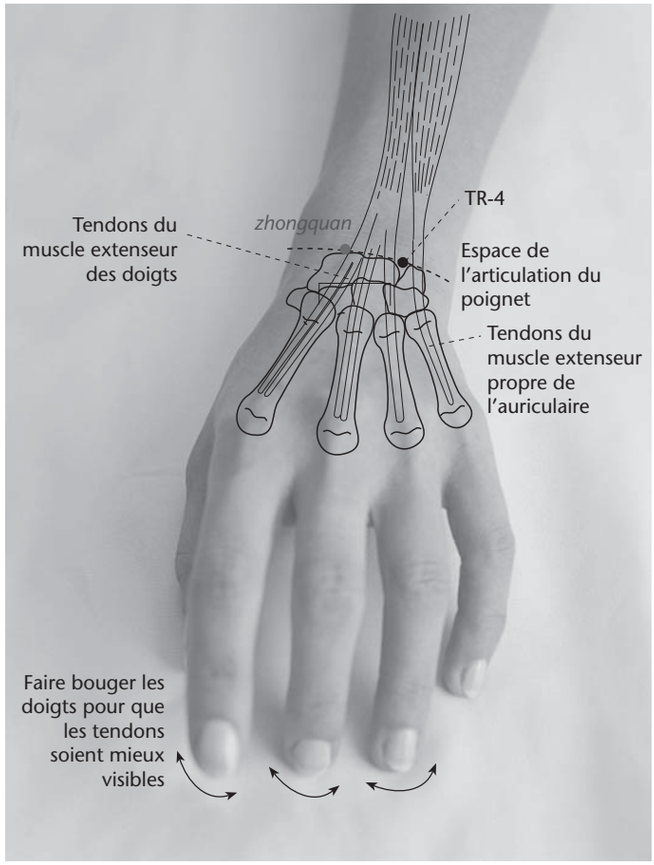
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique en direction proximale de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction du bord radial du poignet, en dessous des tendons.

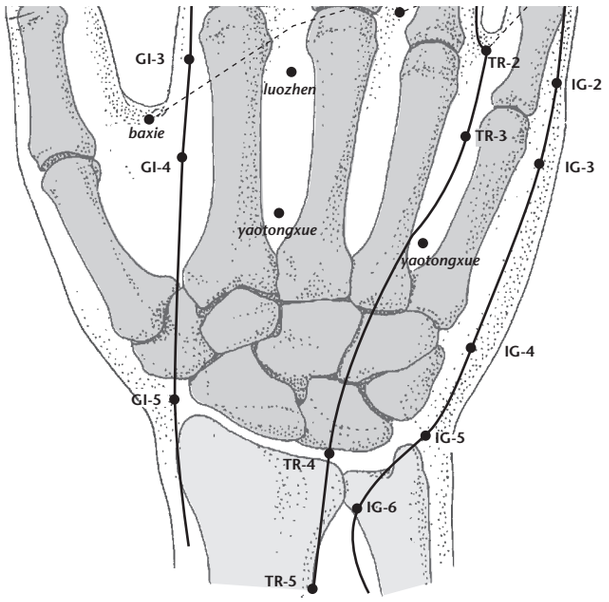
Actions/indications

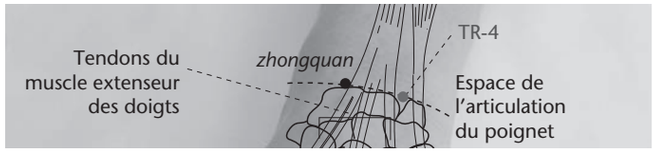
- Élimine la chaleur, ouvre le méridien, détend les tendons. En acupuncture traditionnelle japonaise, **TR-4**, en sa qualité de point source (*yuan*), sert à traiter les syndromes de vide.

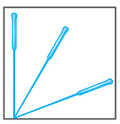
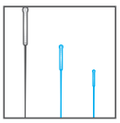
Caractéristiques particulières

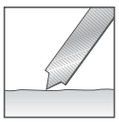
Point source (*yuan*).







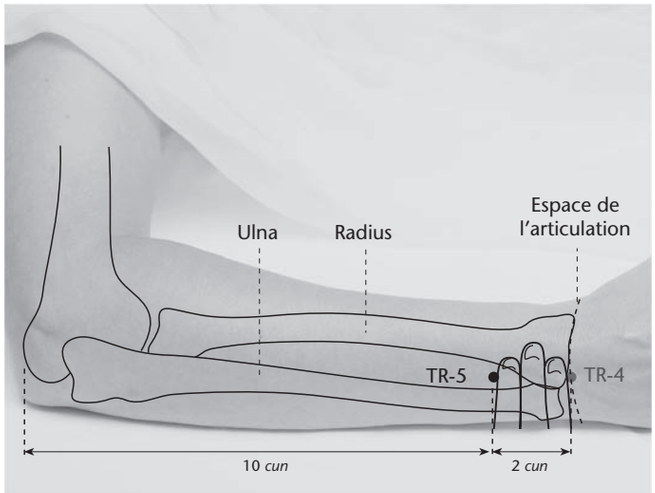



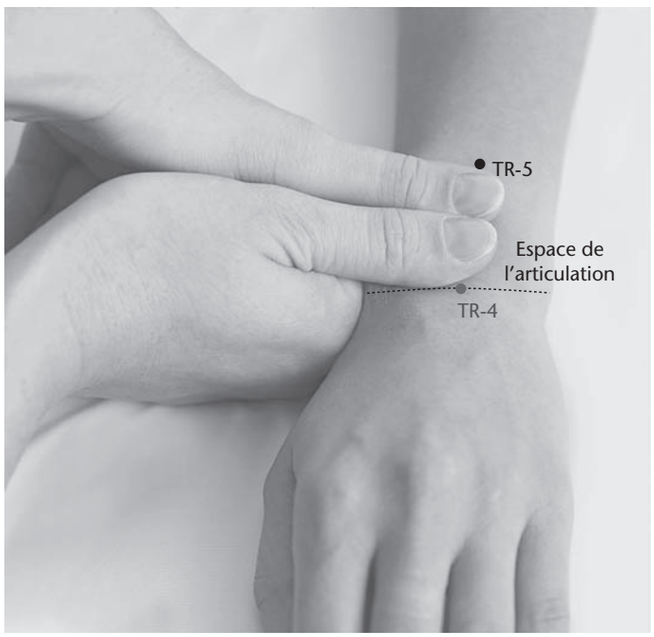





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte extérieure WAIGUAN TR-5







Localisation

2 *cun* proximal par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal »), entre le radius et l'ulna.

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3). Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. **TR-5** se trouve 2 *cun* en direction proximale par rapport au milieu de l'espace de l'articulation du poignet, dans une dépression située à mi-chemin entre le radius et l'ulna. **Ou méthode rapide** : Faire glisser le doigt en exerçant une légère pression sur la face dorsale de l'articulation du poignet en direction proximale, entre le radius et l'ulna, jusqu'à ce que le doigt soit arrêté par un renflement de la peau se formant devant lui, au point **TR-5**.

→ **MC-6** se trouve à l'opposé de **TR-5**, sur la face antérieure de l'avant-bras.

Insertion de l'aiguille

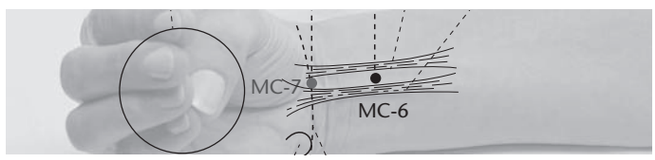
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : si le patient bouge le bras ou la main une fois l'aiguille en place, celle-ci peut se plier.

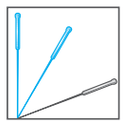
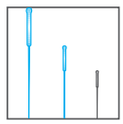
Actions/indications

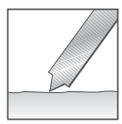
- Expulse le Vent et a des effets bénéfiques sur la tête et les oreilles, élimine la Chaleur, ouvre et régule le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, point d'ouverture du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*). Point majeur pour chasser le Vent-Chaleur, point analgésique pour les membres supérieurs.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

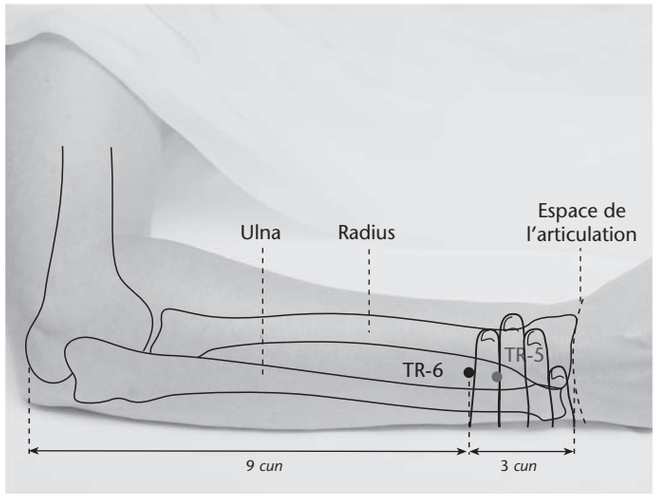
TR-6 *Fossé ramifié* ZHIGOU

Localisation

3 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal »), dans une dépression située entre le radius et l'ulna, sur le bord radial du tendon de l'extenseur commun des doigts.

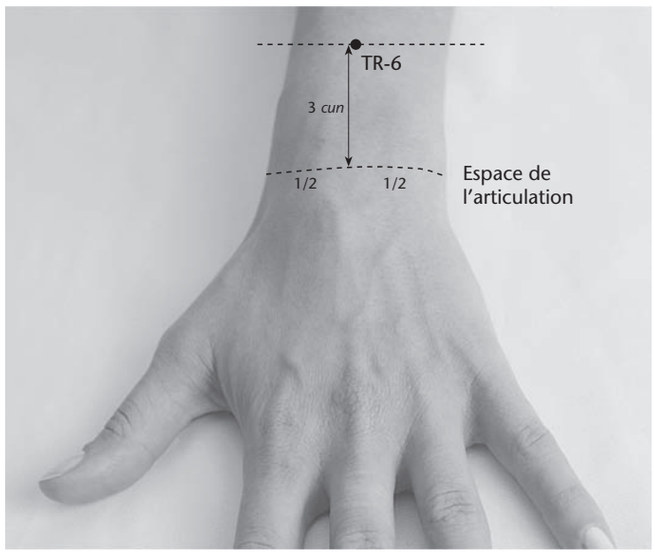
Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3). Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. À partir de là, mesurer 3 *cun* en direction proximale. À cet endroit, le muscle extenseur commun des doigts se trouve souvent à mi-chemin entre l'ulna et le radius. **TR-6** se trouve dans une dépression proche du bord du radius, sur la face radiale du muscle.
Au même niveau, on trouve → **TR-7**, dans une dépression située entre l'ulna et le muscle extenseur commun des doigts. → **MC-5** est également situé à ce niveau, mais sur la face antérieure du bras.



Insertion de l'aiguille

Insertion légèrement oblique en direction de l'ulna ou insertion oblique proximale (coude) ou distale (poignet) de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Ou piquer de façon à rejoindre → **MC-5** (*jianshi*). Attention: si le patient bouge le bras ou la main une fois l'aiguille en place, celle-ci peut se plier

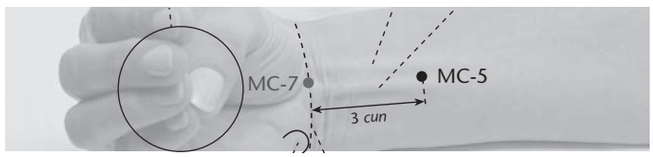


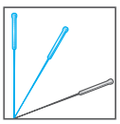
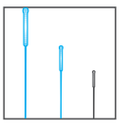
Actions/indications

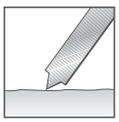
- Régule le Qi, élimine la Chaleur le Triple Réchauffeur, a des effets bénéfiques sur la zone latérale des côtes, favorise le transit intestinal.
- A des effets bénéfiques sur la voix.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Feu, point *ben* (point Cinq Éléments).



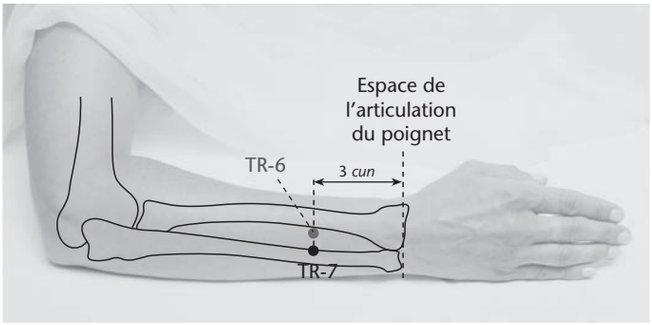



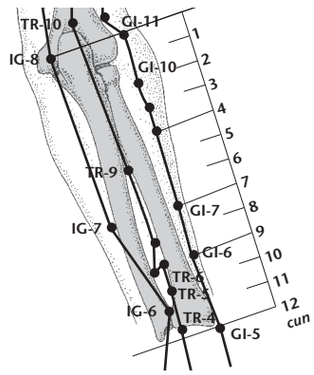





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rencontre ancestrale HUIZONG TR-7





Localisation

3 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal ») et 0,5 *cun* du côté ulnaire par rapport au centre de l'avant-bras.

Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3). Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. À partir de là, mesurer 3 *cun* en direction proximale et localiser **TR-7** dans une dépression entre l'ulna et le muscle extenseur commun des doigts. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : poser les auriculaires respectivement sur le pli du coude et sur l'espace de l'articulation du poignet (cette distance correspond à 12 *cun*). Diviser cette distance en quatre et localiser **TR-7** à un quart de cette distance à partir du poignet et à 0,5 *cun* du côté ulnaire par rapport au centre de l'avant-bras (là où → **TR-6** se trouve), au bord de l'ulna.

Insertion de l'aiguille

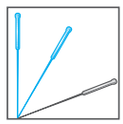
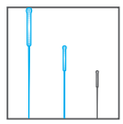
Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur.

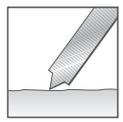
Actions/indications

- Ouvre le méridien et soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur l'oreille.

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*).

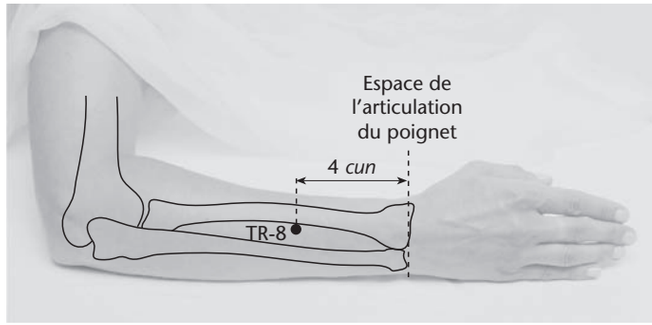


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-8 *Communication des trois Yang* SANYANGLUO

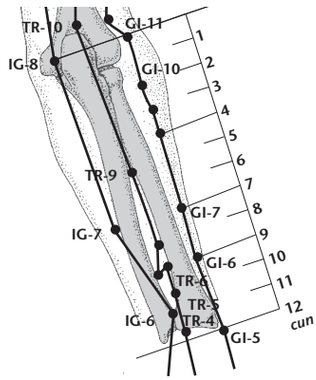
Localisation

4 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal ») entre le radius et l'ulna, sur le côté radial du muscle extenseur commun des doigts.



Comment le trouver

Comme la localisation du pli du poignet varie, il faut s'orienter grâce à l'espace de l'articulation (→ 3.3.3). Lorsqu'on fait bouger la main, on peut palper plus facilement l'espace articulaire. À partir de là, mesurer 4 *cun* en direction proximale et localiser **TR-8** dans une dépression située entre le radius et l'ulna, sur le côté radial du muscle extenseur commun des doigts. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : diviser en trois la distance entre le pli du coude et l'espace de l'articulation du poignet (= 12 *cun*) et localiser **TR-8** au tiers de cette distance à partir du pli du poignet, entre le radius et l'ulna.

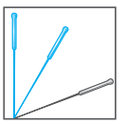
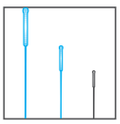


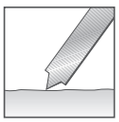
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les oreilles et la voix.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

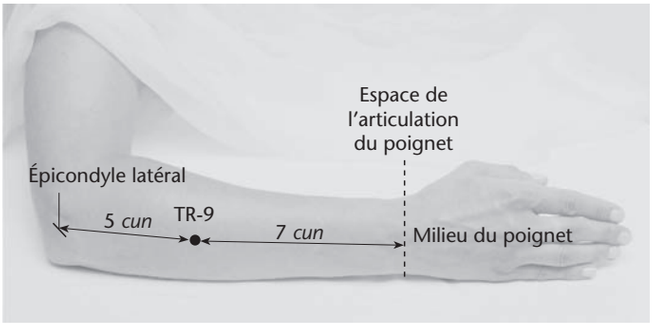





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Quatre rivières SIDU TR-9



Localisation

7 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal ») entre le radius et l'ulna.

Comment le trouver

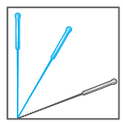
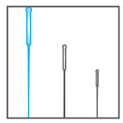
À partir de l'espace de l'articulation du poignet (repère plus fiable que le pli dorsal du poignet), mesurer 7 *cun* en direction proximale et localiser **TR-9** dans une dépression située entre le muscle extenseur commun des doigts et le muscle extenseur ulnaire du coude. Sinon, mesurer 5 *cun* en direction distale à partir de l'épicondyle latéral de l'humérus. **TR-9** se trouve sur la ligne qui relie le milieu du pli dorsal de l'espace articulaire du poignet et l'épicondyle latéral de l'humérus. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : poser les auriculaires respectivement sur le pli du coude et sur l'espace de l'articulation du poignet (→ 2.2). Les pouces se rejoignent au milieu de cette distance (= 12 *cun*). À partir du milieu de cette ligne, mesurer 1 *cun* en direction proximale et localiser **TR-9** entre le radius et l'ulna.

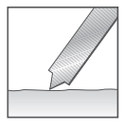
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles et la gorge.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-10 *Puits céleste* TIANJING

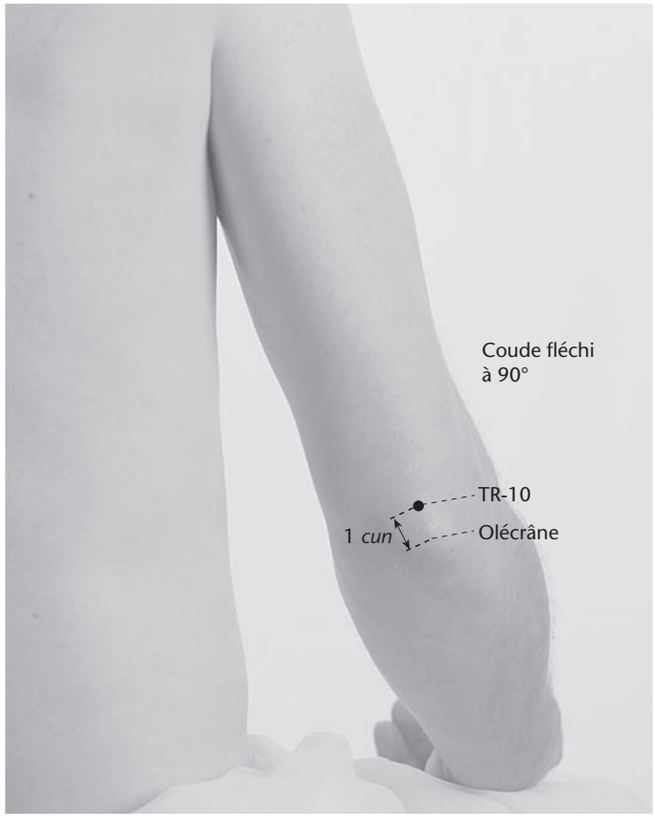
Localisation
Sur la face latérale du bras, dans le creux qui se forme lorsqu'on fléchit le coude, environ 1 *cun* au-dessus de l'olécrâne.

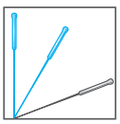
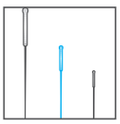
Comment le trouver
Il est plus facile de localiser ce point lorsque le coude forme un angle de 90° et laisse apparaître une dépression facilement palpable 1 *cun* au-dessus de l'olécrâne. **TR-10** se trouve dans cette dépression, sur le tendon du muscle triceps brachial.

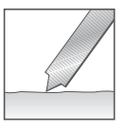
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique en direction proximale jusqu'à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications
- Transforme les Glaires et disperse les accumulations.
- Régule et fait descendre le Qi.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Élimine la chaleur du méridien.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

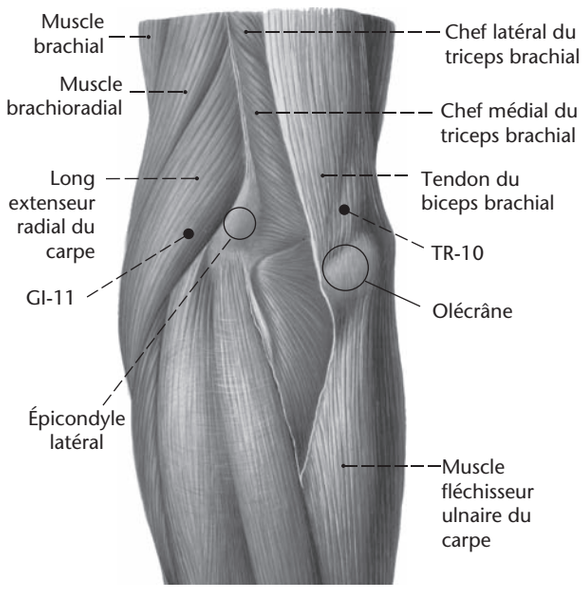
Caractéristiques particulières
Point mer (*he*), point Terre, point de sédation.

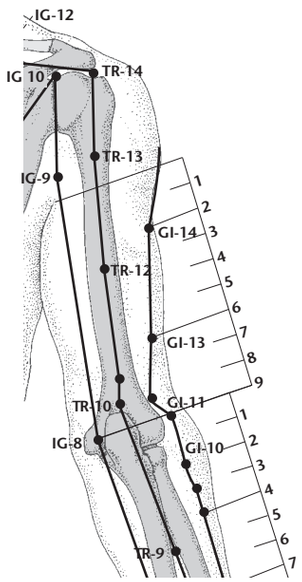


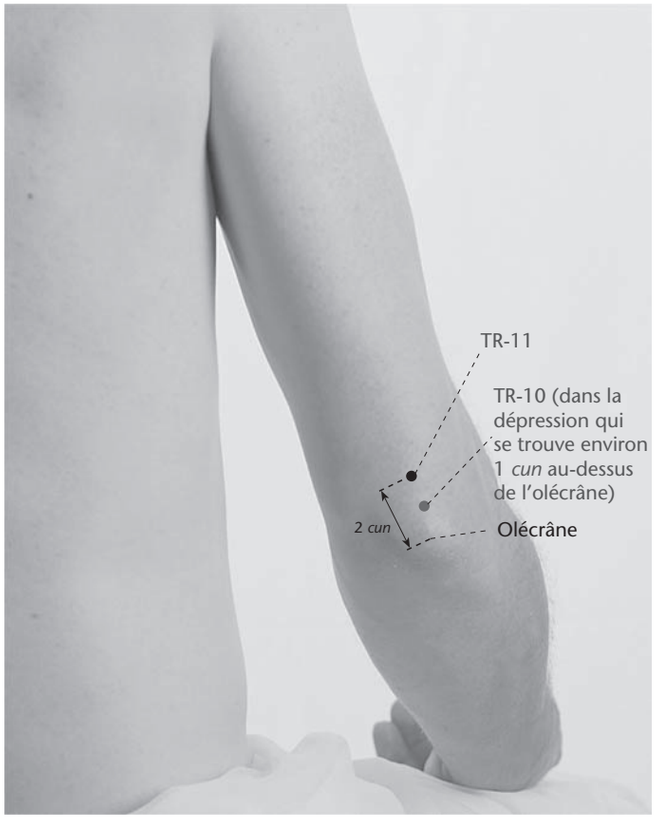






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Abîme clair et froid QINGLENGYUAN TR-11



Localisation

Sur la face latérale du bras, le coude fléchi, 1 *cun* au-dessus de → **TR-10** ou 2 *cun* au-dessus de l'olécrâne, sur le muscle triceps brachial.

Comment le trouver

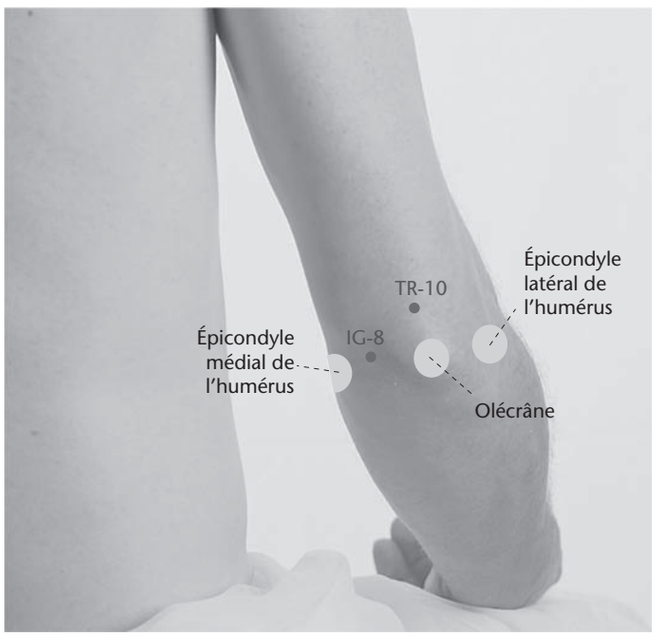
Il est plus facile de localiser ce point lorsque le coude forme un angle de 90°. On peut aussi se servir de → **TR-10** comme point de repère. → **TR-10** se trouve dans une dépression facilement palpable située 1 *cun* au-dessus de l'olécrâne. À partir de là, mesurer 1 *cun* en direction proximale et localiser **TR-11** dans une dépression située sur le muscle triceps brachial.

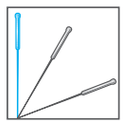
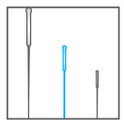
Insertion de l'aiguille

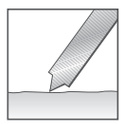
Insertion perpendiculaire jusqu'à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Chasse le Vent-Humidité.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Élimine la Chaleur-Humidité.



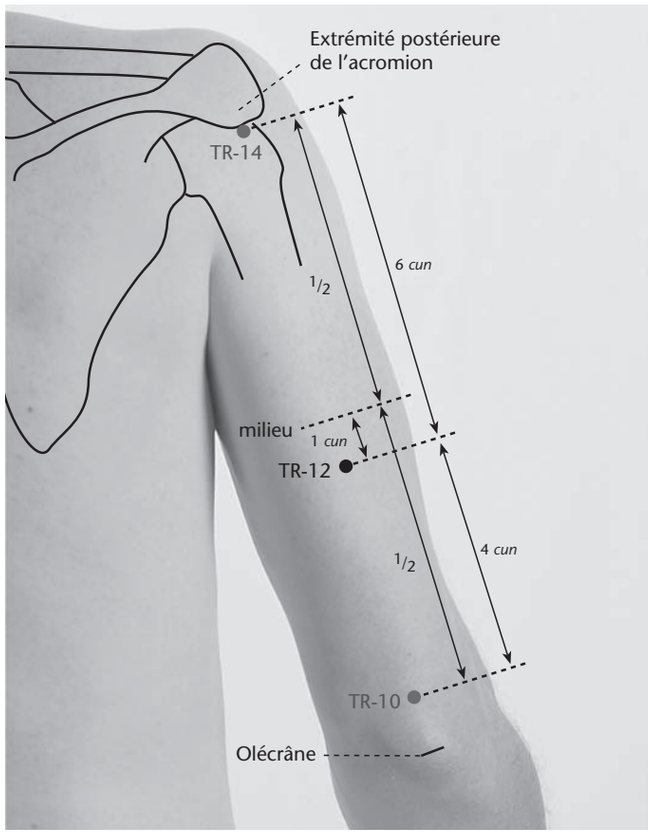


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-12 *Dispersion de la rivière luo* XIAOLUO

Localisation

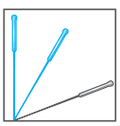
4 *cun* au-dessus de → **TR-10** (situé dans une dépression au-dessus de l'olécrâne lorsque le coude est fléchi) ou 5 *cun* au-dessus de l'olécrâne, sur la ligne qui relie celui-ci et l'extrémité latérale de l'acromion (où se trouve → **TR-14**).



Comment le trouver

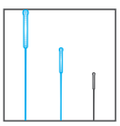
Commencer par localiser l'acromion (→ 3.3.1). Lorsque le bras du patient est en abduction, il se forme deux dépressions en dessous de l'acromion, dans la région d'où part le muscle deltoïde. → **TR-14** se trouve dans la dépression postérieure, en dessous de la face postérieure de l'extrémité latérale de l'acromion. Ensuite, sur une ligne qui relie → **TR-14** et l'olécrâne, mesurer 4 *cun* à partir de → **TR-10** (1 *cun* au-dessus de l'olécrâne, dans le creux qui se forme lorsqu'on fléchit le coude) en direction proximale et localiser **TR-12**.

Ou méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : poser les auriculaires respectivement sur → **TR-14** et → **TR-10** et déterminer le milieu de cette distance avec les pouces. À partir de ce point, mesurer 1 *cun* en direction distale et localiser **TR-12**. **Repères utiles** : **TR-12** est à mi-distance entre → **TR-11** (1 *cun* au-dessus de → **TR-10** ou 2 *cun* au-dessus de l'olécrâne) et → **TR-13** (3 *cun* en dessous de → **TR-14**, au bord du muscle deltoïde).



Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 2 *cun* de profondeur.



Actions/indications

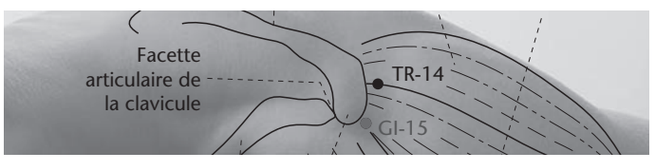
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

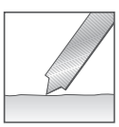


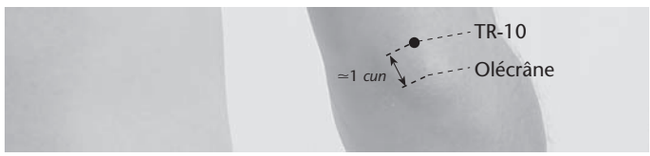
Caractéristiques particulières

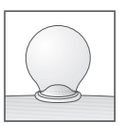
TR-12 représente une zone qui s'étend de 5 à 7 *cun* en direction proximale par rapport à l'extrémité du coude plutôt qu'un point d'acupuncture précis. La localisation exacte de ce point se détermine grâce à la sensibilité à la pression.

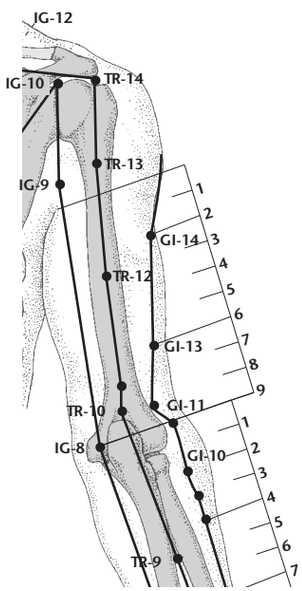








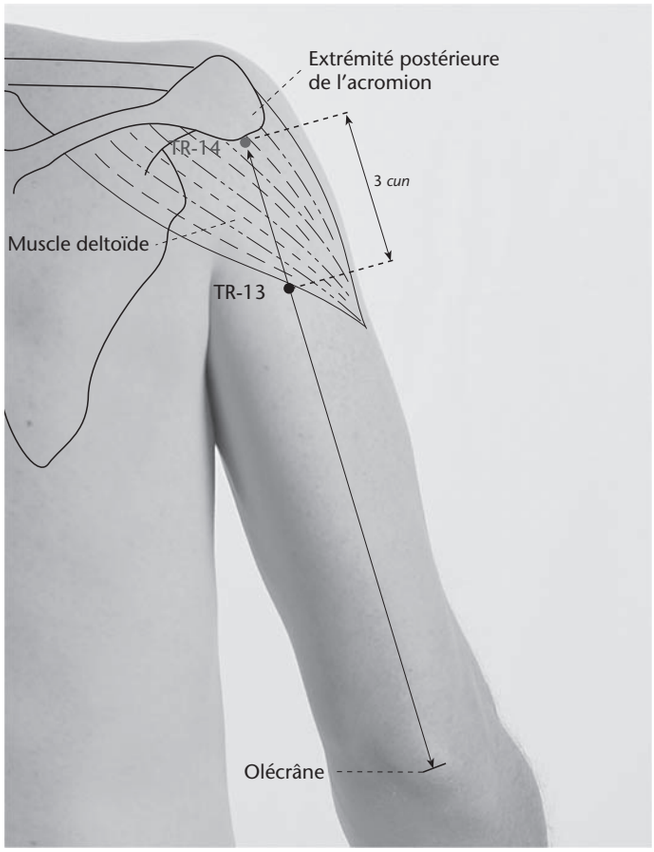


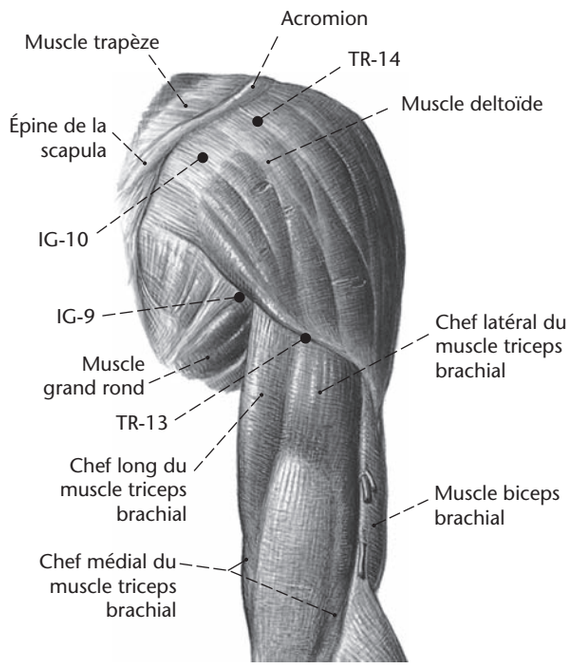


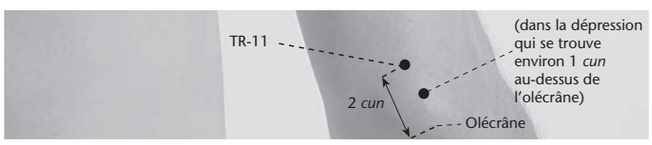


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rencontre du haut du bras NAOHUI TR-13







Localisation

3 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité latérale de l'acromion (où se trouve → **TR-14**), sur une ligne qui relie → **TR-14** et l'olécrâne, à l'intersection de cette ligne et du bord du muscle deltoïde.

Comment le trouver

Commencer par localiser l'acromion (→ 3.3.1). Lorsque le bras du patient est en abduction, il se forme deux dépressions en dessous de l'acromion, dans la région d'où part le muscle deltoïde. → **TR-14** se trouve dans la dépression postérieure, en dessous de la face postérieure de l'extrémité latérale de l'acromion. Ensuite, localiser **TR-13** 3 *cun* en direction distale par rapport à → **TR-14**, sur une ligne qui relie → **TR-14** et l'olécrâne. **TR-13** se trouve à l'intersection de cette ligne et du bord du muscle deltoïde, approximativement au niveau de l'extrémité du pli axillaire postérieur.

Insertion de l'aiguille

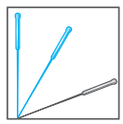
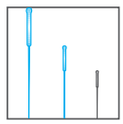
Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 2 *cun* de profondeur.

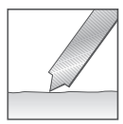
Actions/indications

- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.
- Régule la circulation du Qi et transforme les Glaires.

Caractéristiques particulières

Selon certains auteurs, point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-14 *Crevasse de l'épaule* JIANLIAO

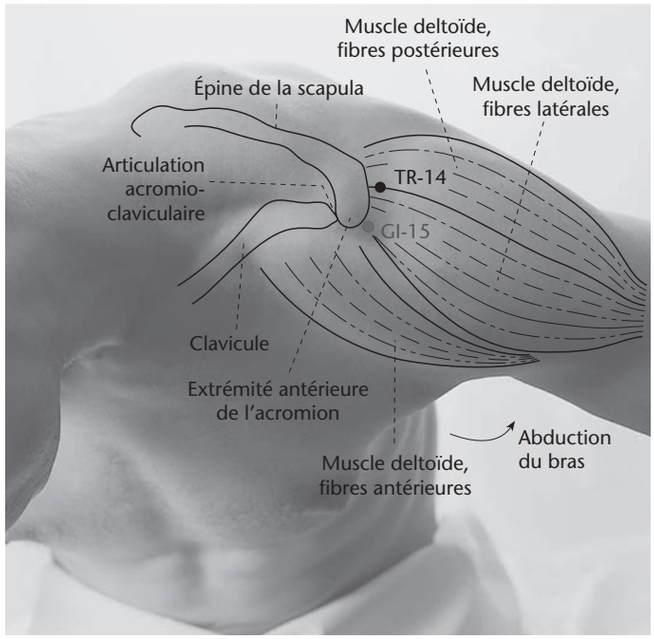
Localisation

En dessous de l'extrémité latérale de l'acromion, entre les parties acromiale et spinale du muscle deltoïde ou, lorsque le bras est en abduction, dans la dépression postérieure de l'articulation de l'épaule.

Comment le trouver

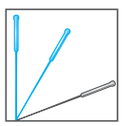
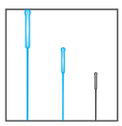
Demander au patient de mettre le bras en abduction de façon à former un angle de 90°. On va alors voir apparaître deux dépressions, respectivement en avant et en arrière de l'acromion. **TR-14** se trouve dans la dépression postérieure, juste en dessous de la face dorsale de l'extrémité latérale de l'acromion, entre les fibres acromiales et spinales du muscle deltoïde. La face dorsale de l'extrémité latérale de l'acromion est plus facilement palpable lorsque le bras est en légère extension, permettant ainsi à la tête de l'humérus de glisser vers avant.

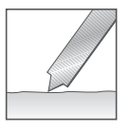
→ **GI-15** se trouve dans la dépression qui est en avant de **TR-14**.



Insertion de l'aiguille

Lorsque le bras est en abduction, insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le centre de l'aisselle, ou insertion transversale à oblique de 1 à 2 *cun* de profondeur en direction du coude.

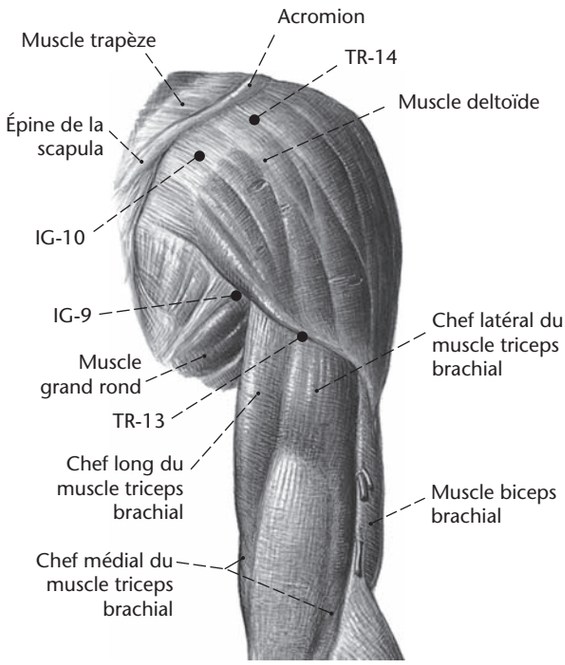


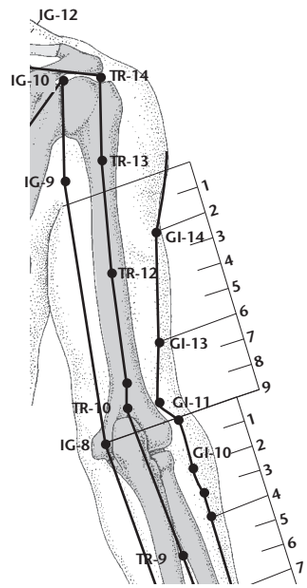
Actions/indications

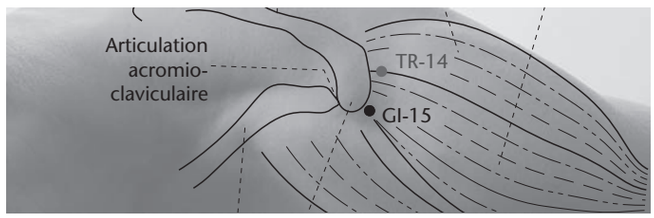
- Disperse le Vent et l'Humidité, a des effets bénéfiques sur l'articulation de l'épaule, ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point local important pour la douleur de l'épaule, plus particulièrement de sa face dorsale.

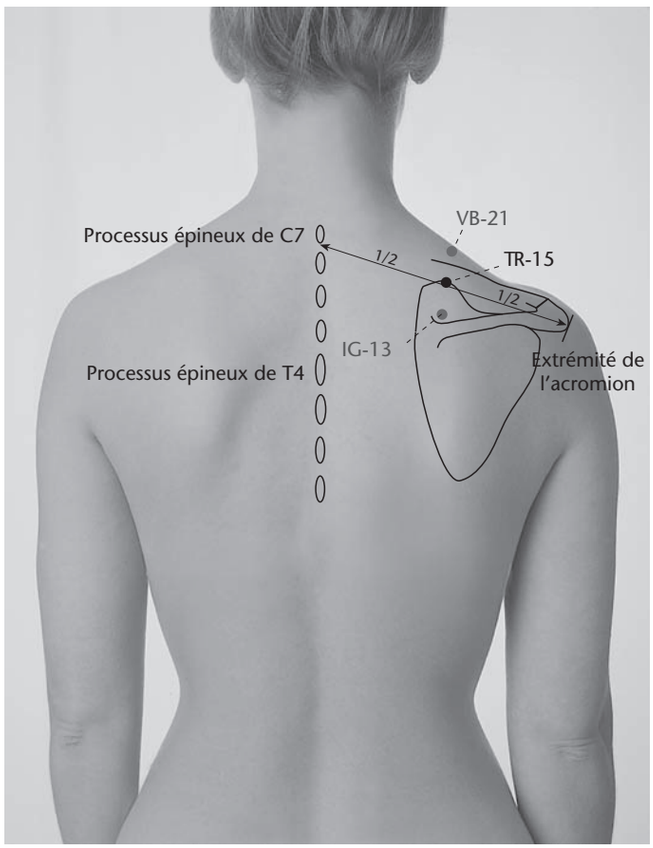






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crevasse céleste TIANLIAO TR-15



Localisation

Au milieu d'une ligne imaginaire qui relie le processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale (C7) et l'extrémité de l'acromion (extrémité latérale de l'acromion).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1) et l'acromion (→ 3.3.1), qui représente l'extension latérale de la colonne scapulaire (→ 3.3.1) et qui, à son extrémité la plus latérale, forme une surface plane au-dessus de la tête de l'humérus (angle acromial). En utilisant, par exemple, la technique de l'amplitude de la main, déterminer le point médian entre C7 et l'angle acromial. → **VB-21** se trouve au sommet de l'épaule. **TR-15** se situe approximativement 1 *cun* en dessous de → **VB-21**, à l'angle supérieur de la scapula.
→ **IG-13** se trouve en dessous de **TR-15**, juste au-dessus de l'extrémité médiale de l'épine scapulaire.

Insertion de l'aiguille

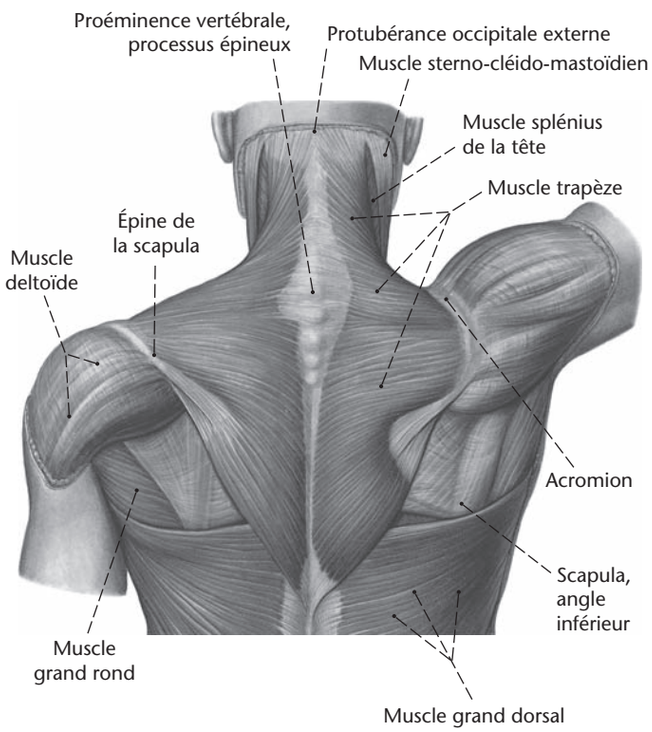
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, en direction du cou ou de l'épaule. Attention : risque de pneumothorax.

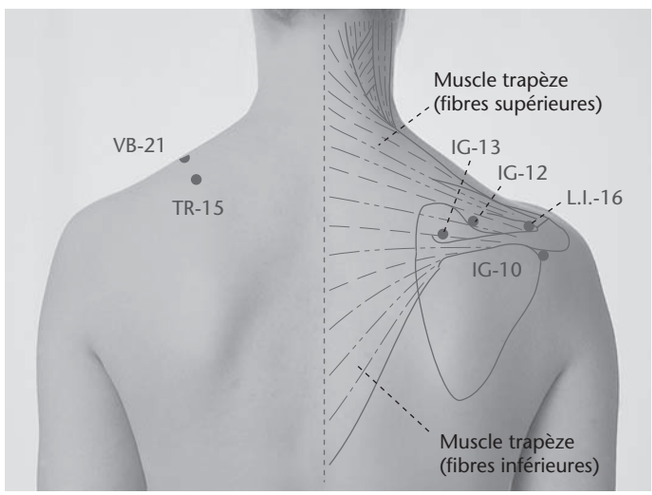
Actions/indications

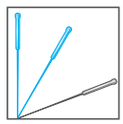
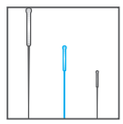
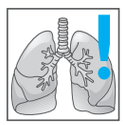
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.
- Expulse essentiellement le Vent-Humidité, dégage la poitrine.

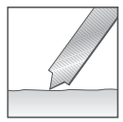
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vésicule Biliaire.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-16 *Fenêtre du ciel* TIANYOU

Localisation

Sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, juste en dessous du processus mastoïdien, au niveau de l'angle de la mandibule.

Comment le trouver

Le muscle sterno-cléido-mastoïdien est plus visible lorsque le patient tourne la tête alors qu'on lui applique une résistance en direction du côté à piquer. **TR-16** se trouve au niveau de l'angle de la mandibule, sur la face dorsale du muscle sterno-cléido-mastoïdien. Ce point se situe en dessous du bord postérieur du processus mastoïdien (→ 3.1.4).

→ **VB-12** se trouve directement en arrière et en dessous du processus mastoïdien ; → **IG-17** est aussi situé au niveau de l'angle de la mandibule, mais au bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

Insertion de l'aiguille

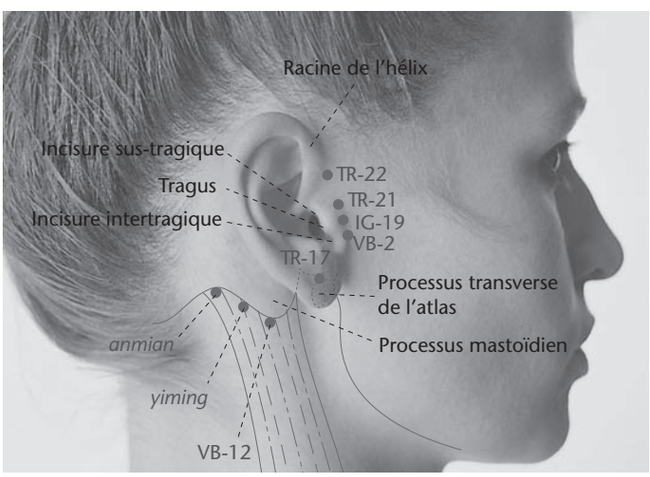
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence de l'artère carotide.

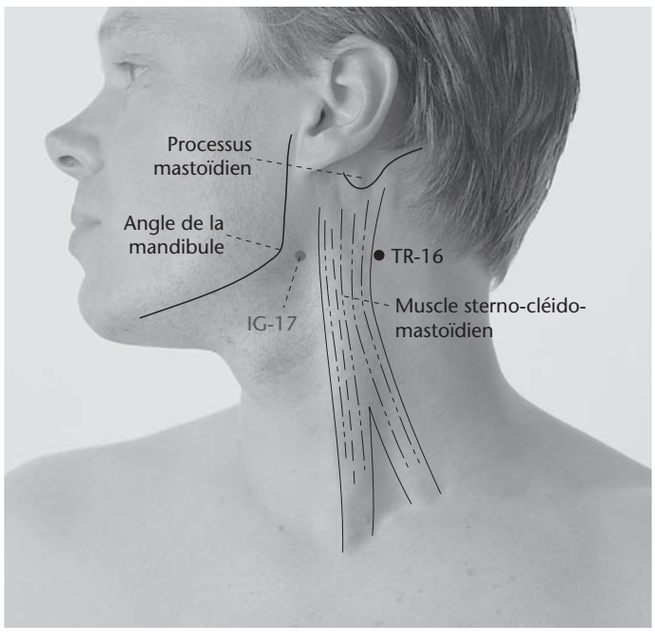
Actions/indications

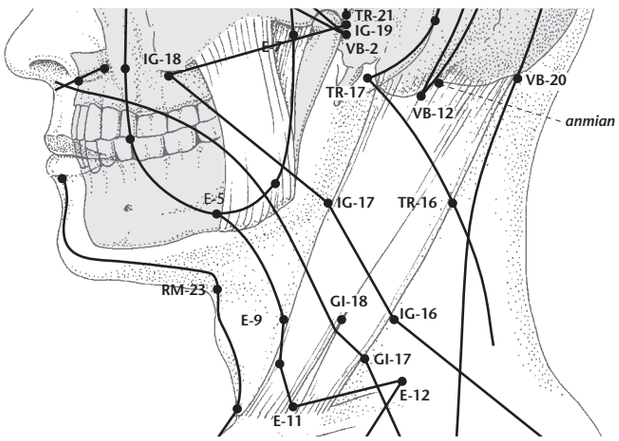
- A des effets bénéfiques sur la tête et sur les organes des sens.
- Fait descendre le Qi, expulse le Vent.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

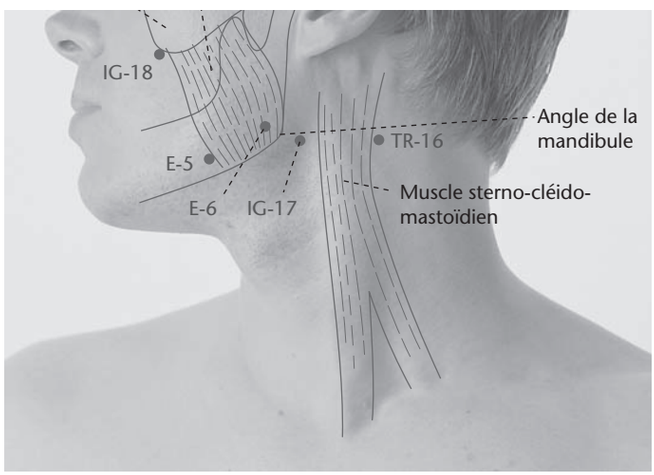
Caractéristiques particulières

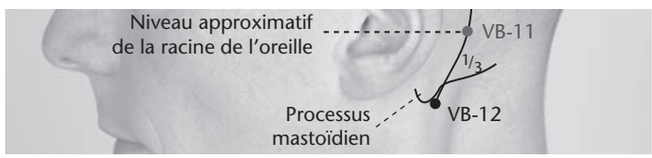
Point Fenêtre du Ciel.

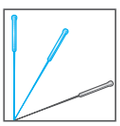
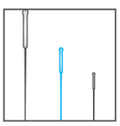


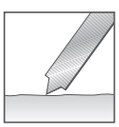
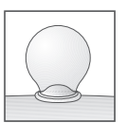






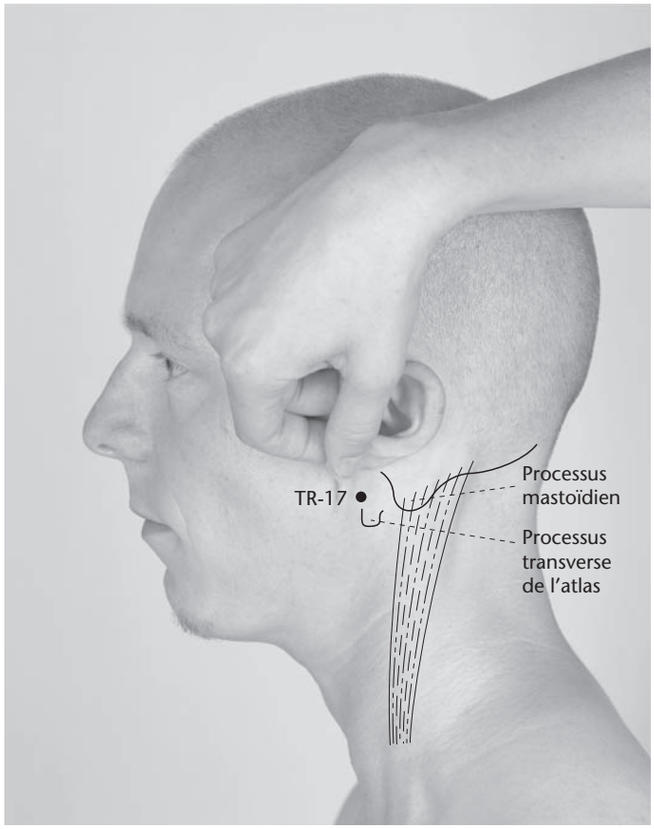



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Écran du vent YIFENG TR-17



Localisation

Lorsque le patient a la bouche ouverte, dans la dépression qui se trouve en arrière du lobe de l'oreille, entre le processus mastoïdien et la mandibule.

Comment le trouver

Il faut localiser ce point alors que le patient a la bouche ouverte. **Méthode rapide** : lorsqu'on appuie sur le lobule de l'oreille, il touche **TR-17**. **Ou bien** : replier doucement le lobule vers l'avant. **TR-17** se trouve en arrière de celui-ci, dans une dépression sensible à la pression que l'on peut sentir entre la mandibule et le processus mastoïdien. L'extrémité de l'aiguille va être proche du processus transverse de la 1ère vertèbre cervicale (processus transverse de l'atlas, → 3.1.4) qui, en dessous du lobule de l'oreille, peut se sentir sous forme d'une structure osseuse profonde souvent sensible à la pression.

Insertion de l'aiguille

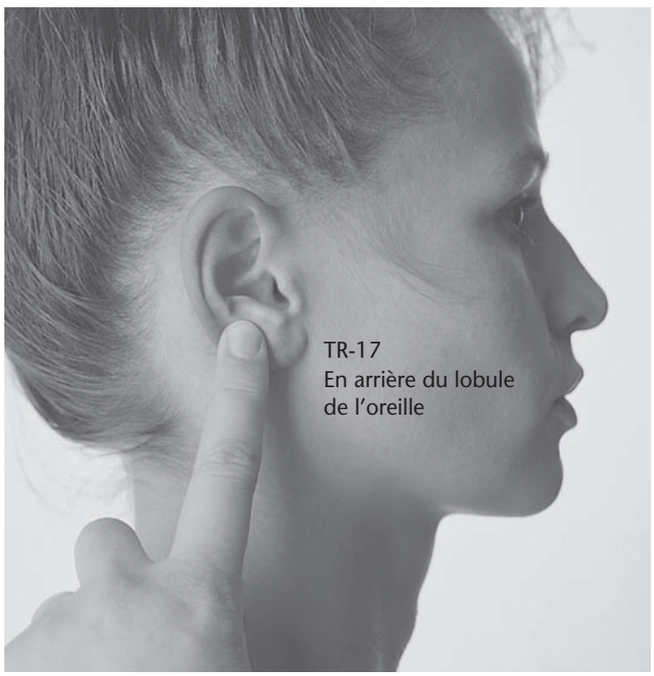
Il faut piquer ce point alors que le patient a la bouche légèrement ouverte. Attention : ce point est proche du nerf facial, aussi faut-il éviter de le piquer en profondeur. Au-dessus du processus transverse, l'artère vertébrale décrit une courbe vers l'arrière, ce qui oblige à insérer l'aiguille impérativement vers l'avant, à une profondeur de 0,5 à 1 *cun*.

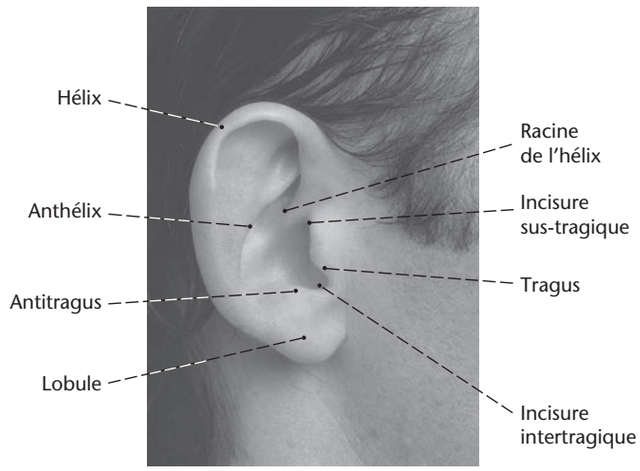
Actions/indications

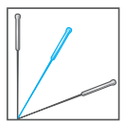
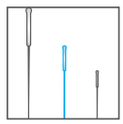
- Expulse le Vent (externe), a des effets bénéfiques sur les oreilles, élimine la Chaleur, ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

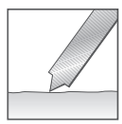
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire. Point local important pour les troubles de l'oreille et de l'articulation temporo-mandibulaire.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-18 *Vaisseau du spasme* QIMAI

Localisation

Derrière l'oreille, dans un creux bien défini au centre de la portion mastoïdienne.

Comment le trouver

Si on imagine le cadran d'une horloge appliqué sur l'auricule (12h étant sur l'apex de l'oreille, 6h sur le lobule), on peut facilement trouver une dépression palpable à 8h (du côté droit) et à 4h (du côté gauche), juste derrière le bord de l'auricule. C'est là que se trouve **TR-18**.

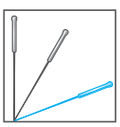
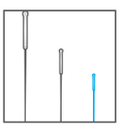
→ **VB-11** se trouve légèrement au-dessus de **TR-18**, approximativement à 0,3 *cun* de l'oreille. → **VB-12** est situé en dessous de **TR-18**, juste derrière la portion mastoïdienne.

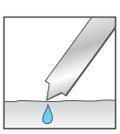
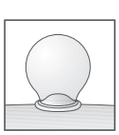
Insertion de l'aiguille

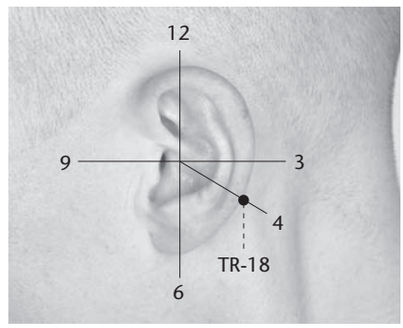
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, ou piquer et faire saigner.

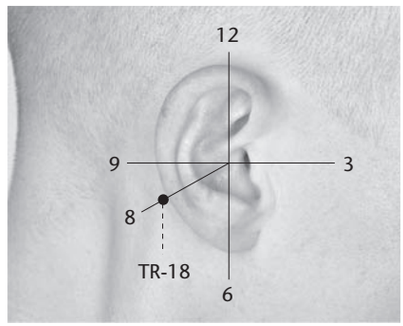
Actions/indications

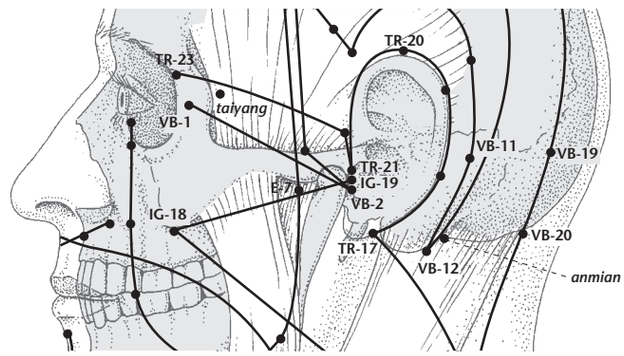
- Chasse le Vent.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles.

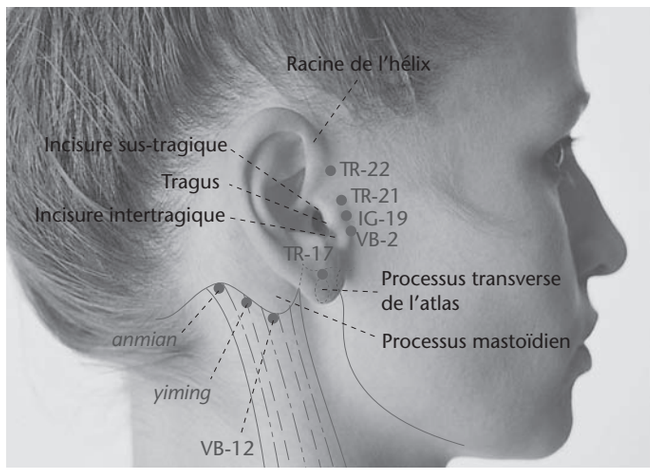



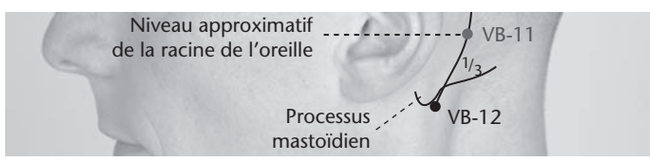






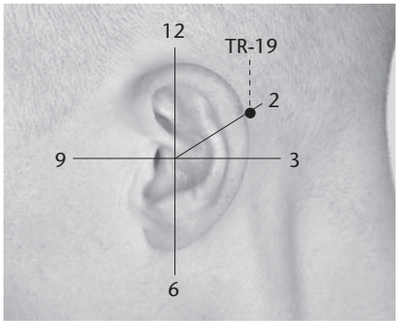


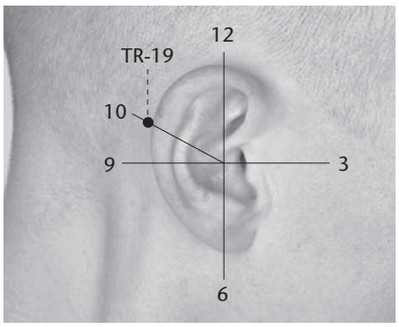


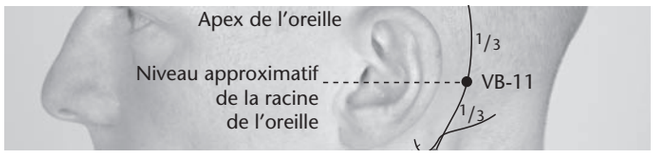


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Repos du crâne LUXI TR-19







Localisation

Derrière l'oreille, dans un creux bien défini au-dessus du milieu de l'oreille.

Comment le trouver

Si on imagine le cadran d'une horloge appliqué sur l'auricule (12h étant sur l'apex de l'oreille, 6h sur le lobule), on peut facilement trouver une dépression palpable à 10h (du côté droit) et à 2h (du côté gauche), juste derrière le bord de l'auricule. C'est là que se trouve **TR-19**.

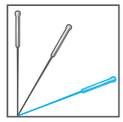
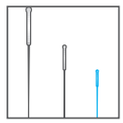
→ **VB-11** se trouve légèrement en dessous de **TR-19**, approximativement à 0,3 *cun* du bord de l'oreille.

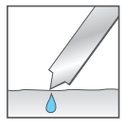
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, ou piquer et faire saigner.

Actions/indications

- Chasse le Vent.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles, élimine la Chaleur.

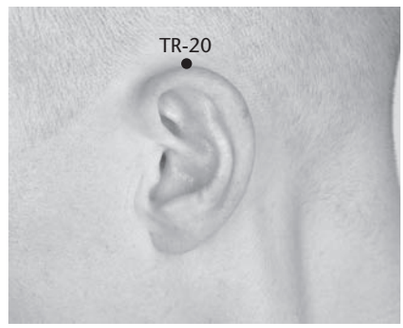





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-20 *Angle minuscule* JIAOSUN

Localisation
Juste au-dessus de l'apex de l'oreille.

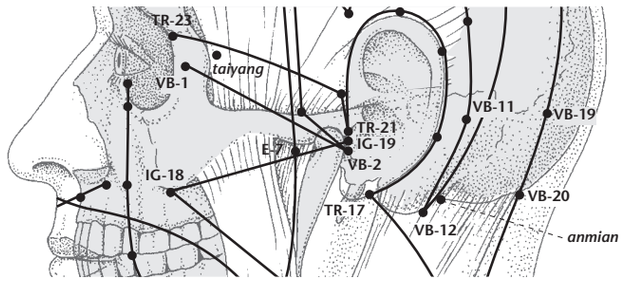


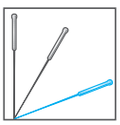
Comment le trouver
Juste au-dessus de l'apex de l'oreille.
→ **VB-7** se trouve aussi au niveau de l'apex de l'oreille mais un peu plus en avant, à l'intérieur de la ligne auriculaire des cheveux.
→ **VB-8** se trouve 1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille.

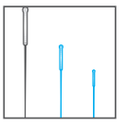
Insertion de l'aiguille
Insertion transversale (sous-cutanée) de 1,5 *cun* de profondeur en direction de la zone affectée.

Actions/indications
- A des effets bénéfiques sur les oreilles et les yeux.
- Élimine la Chaleur, surtout de la bouche.

Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire et aussi, selon certains auteurs, avec le méridien de l'Intestin Grêle.

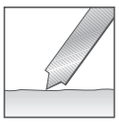






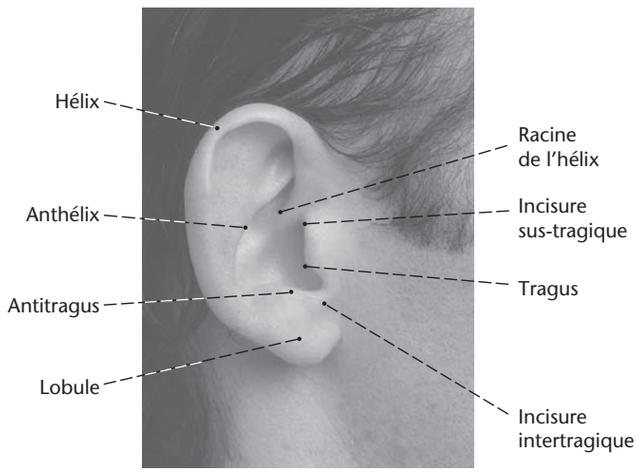


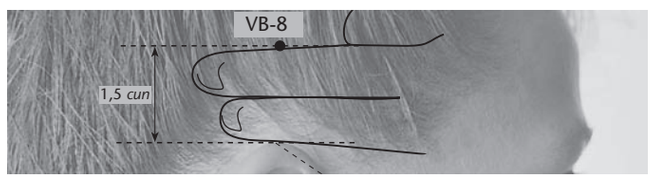


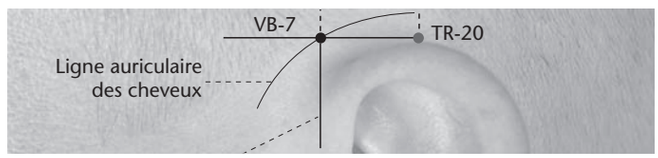






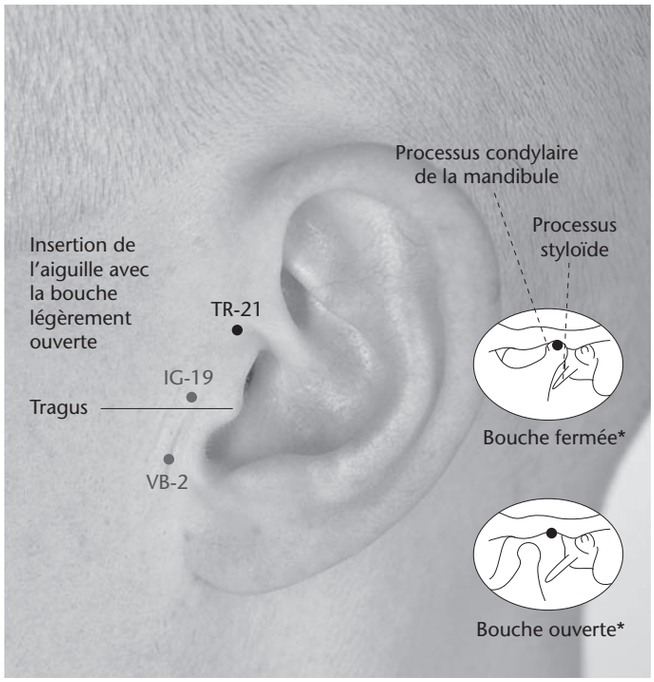


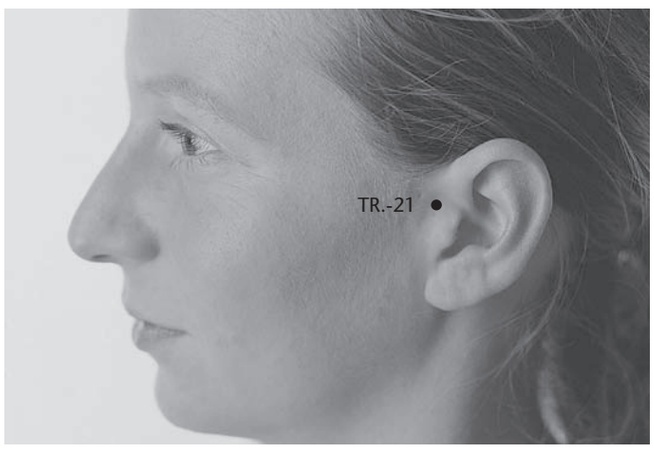


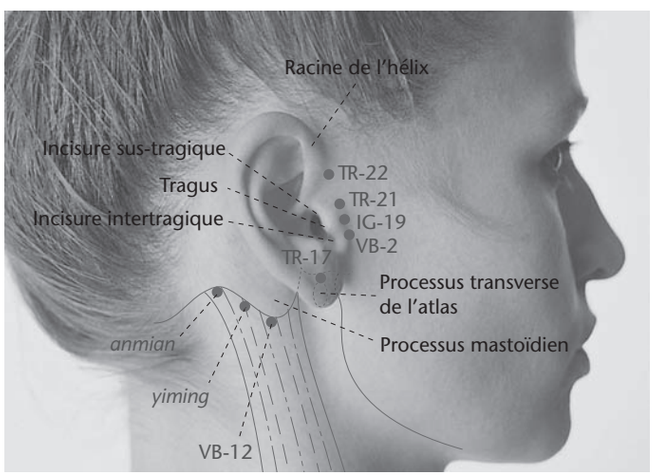


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de l'oreille ERMEN TR-21







Localisation

En avant de l'oreille lorsque la bouche est ouverte, dans une dépression située au niveau de l'incisure sus-tragique, légèrement au-dessus du condyle de la mandibule.

Comment le trouver

Il faut localiser et piquer ce point alors que le patient a la bouche ouverte, ce qui permet au processus condylaire de glisser vers l'avant et de révéler la dépression dans laquelle se trouve **TR-21**. Localiser la gouttière qui est entre l'auricule et la joue, en avant du tragus (elle est plus ou moins prononcée). Puis localiser **TR-21** au niveau de l'incisure sus-tragique, sur la gouttière. Si celle-ci n'est pas clairement visible (elle est de plus en plus prononcée avec l'âge), on peut utiliser un détecteur de points de l'oreille pour trouver ce point, le patient ayant la bouche ouverte. **TR-21** est le point le plus haut des trois points situés en avant de l'oreille (→ **IG-19** et → **VB-2** sont plus distaux).

Insertion de l'aiguille

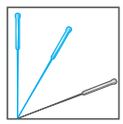
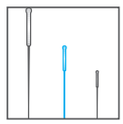
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique vers le bas de 0,5 à 1 *cun*. Il faut piquer ce point la bouche ouverte (pour éviter de piquer dans l'articulation). Une fois l'aiguille en place, la personne peut refermer la bouche. Attention : tout comme → **IG-19** et → **VB-2**, ce point se situé près de l'artère temporale superficielle et du nerf auriculo-temporal.

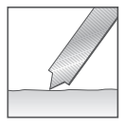
Actions/indications

- Élimine la Chaleur, a des effets bénéfiques sur l'oreille.

Caractéristiques particulières

Point local important pour les troubles de l'oreille.



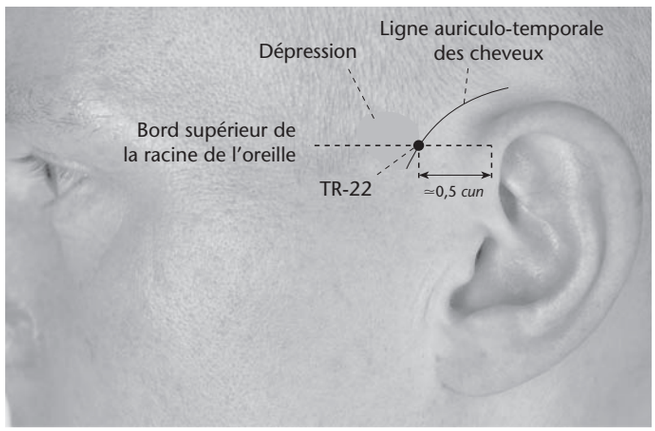
* Selon Deadman et al., 1998

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TR-22 *Crevasse de l'harmonie de l'oreille* ERHELIAO

Localisation

Dans la dépression qui se trouve au bord de la ligne auriculo-temporale des cheveux, en avant et au même niveau que la racine de l'auricule.



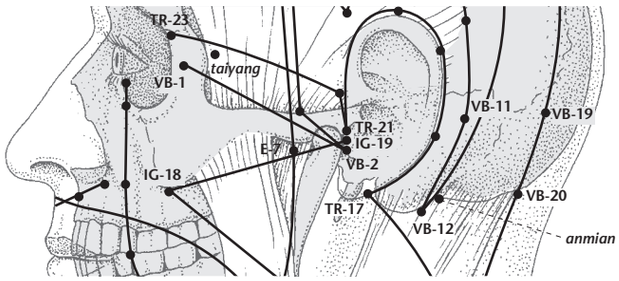
Comment le trouver

Commencer par localiser la partie antérieure de la racine de l'oreille. De là, faire courir le doigt en direction de l'œil, sur une distance correspondant à la largeur de l'auriculaire. **TR-22** se trouve à cet endroit, au-dessus de l'arcade zygomatique (→ 3.1.2), qui forme une arête osseuse lorsqu'on lorsqu'elle avance en dessous de **TR-22**.

En dessous de l'arcade zygomatique, on trouve aussi → **TR-21**.

Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence de l'artère temporale superficielle.

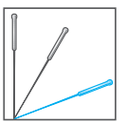
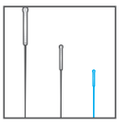


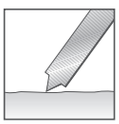
Actions/indications

- Chasse le Vent.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

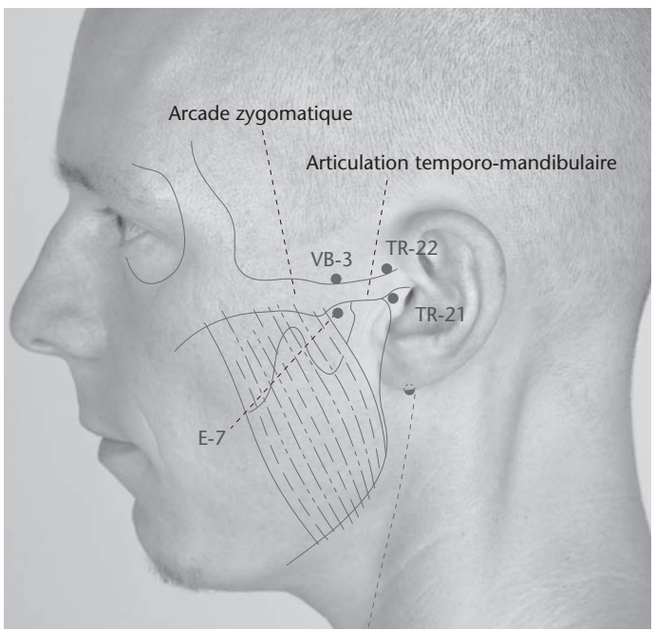
Caractéristiques particulières

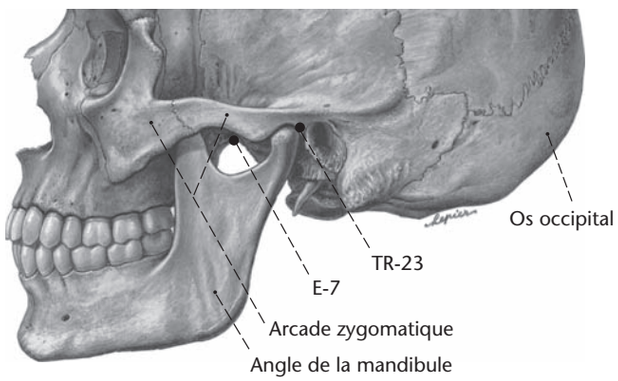
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vésicule Biliaire, point de sortie selon certains auteurs.

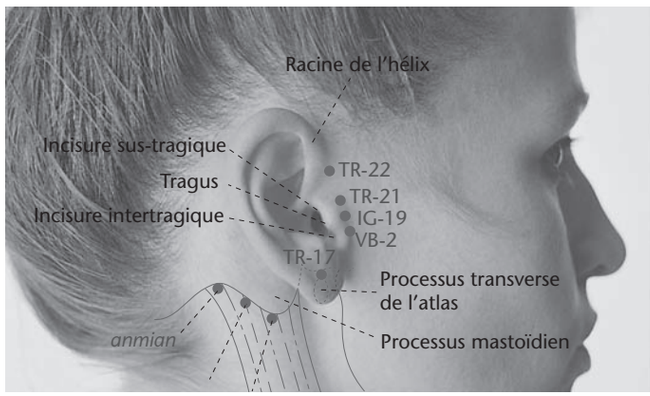





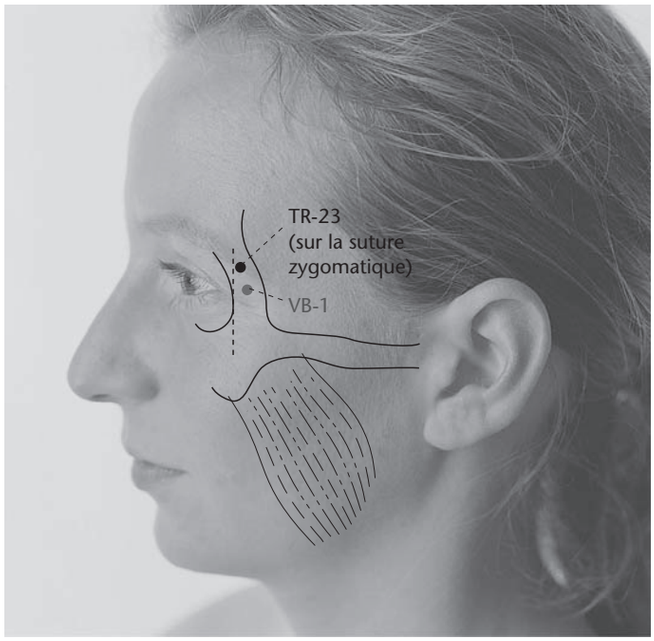






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Trou du bambou de soie SIZHUKONG TR-23



Localisation

Sur la partie latérale du sourcil, dans la dépression osseuse de la suture zygomatique, en avant des os frontal et zygomatique.

Comment le trouver

La suture zygomatique (entre le zygoma et l'os frontal) est généralement située à l'extrémité latérale du sourcil. Comme la position de ce dernier peut varier considérablement, la suture est un point de repère plus fiable. Pour localiser celle-ci, palper vers le haut à partir du canthus externe de l'œil, le long du bord orbital, de la partie zygomatique vers la partie frontale, jusqu'à ce que l'on sente une dépression osseuse dans la zone de la suture. Localiser **TR-23** dans cette dépression généralement sensible à la pression.

Insertion de l'aiguille

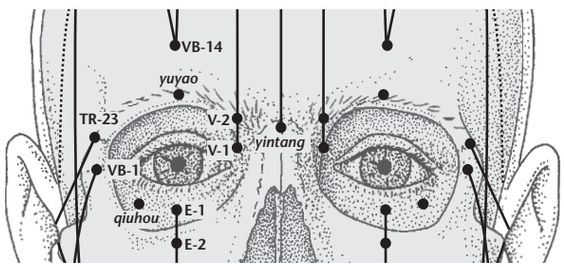
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur vers l'arrière, en direction de ***taiyang*** (point HM). En Chine, on pique aussi ce point le long du sourcil, de façon à rejoindre ***yuyao*** (point HM situé au milieu du sourcil). Selon certains textes traditionnels, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

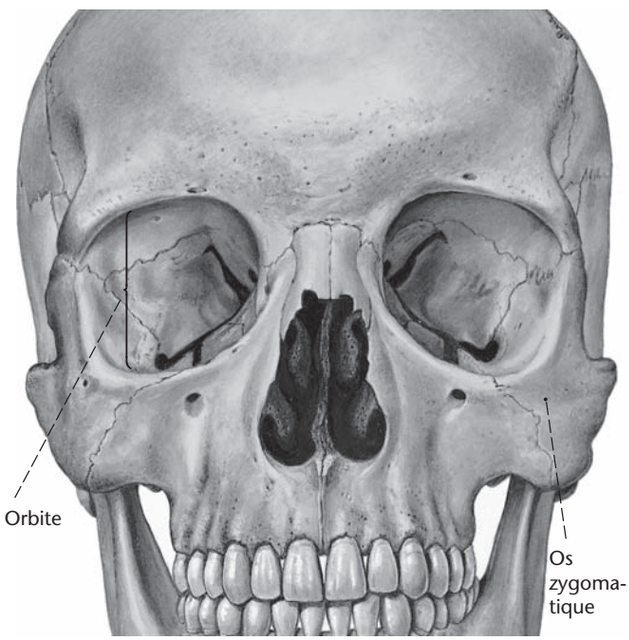
Actions/indications

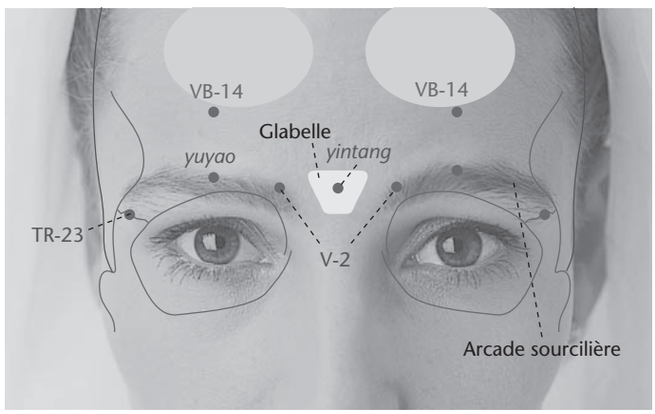
- A des effets bénéfiques sur les yeux, élimine le Vent.

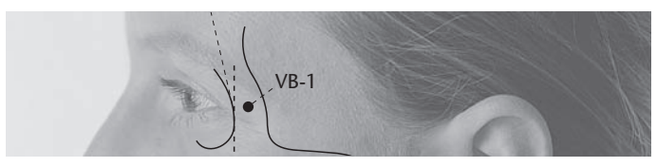
Caractéristiques particulières

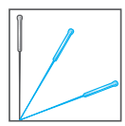
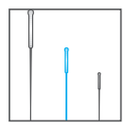
Point important pour traiter les céphalées et les troubles des yeux.

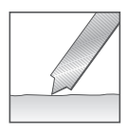
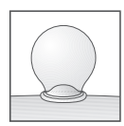








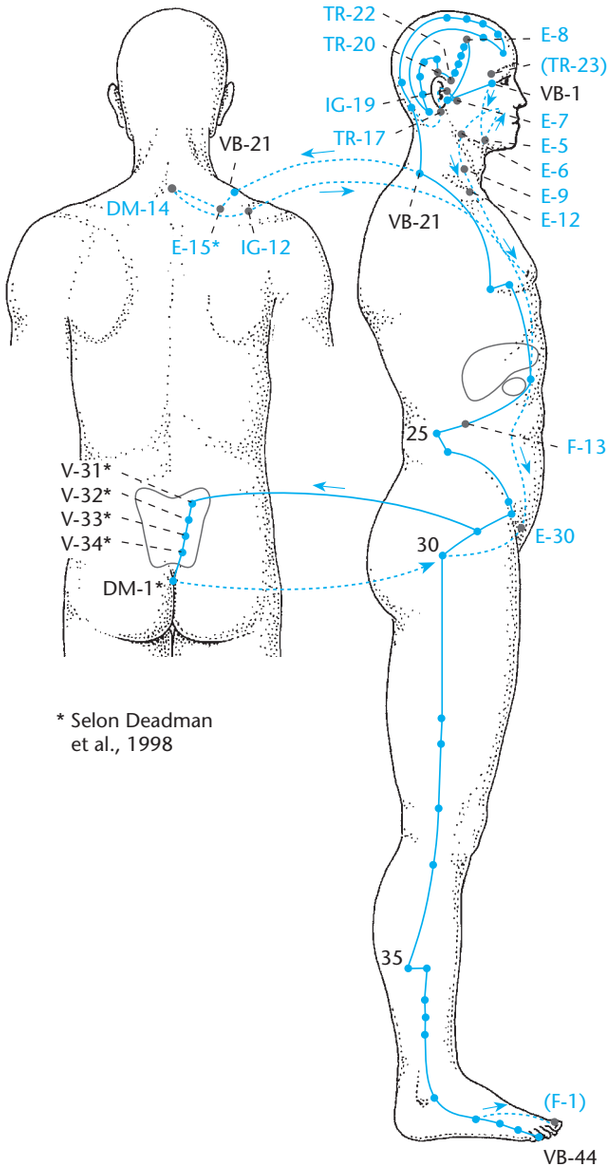



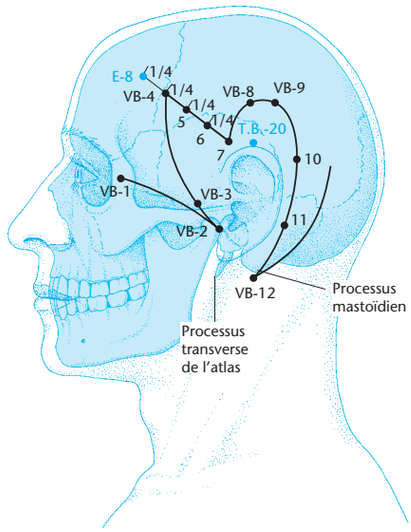

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

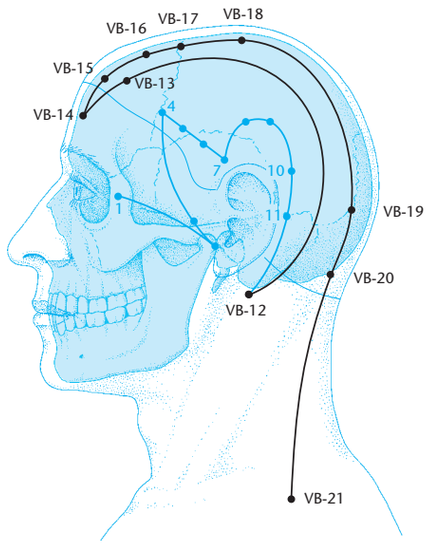
4.11 Méridiens de la Vésicule Biliaire – méridiens *shao yang* du pied (*zu shao yang jing luo*)

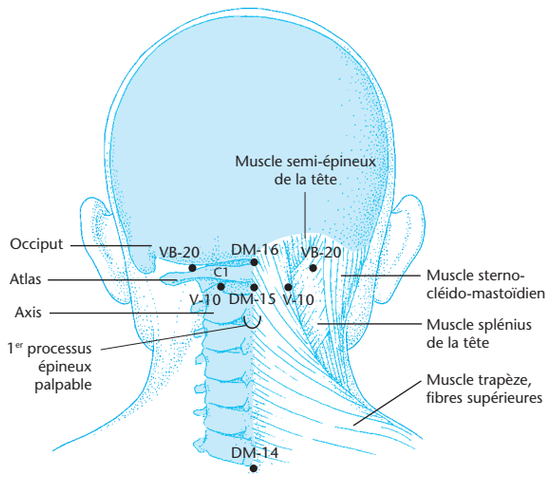
4.11.1 Méridien principal de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang jing*)



* Selon Deadman et al., 1998







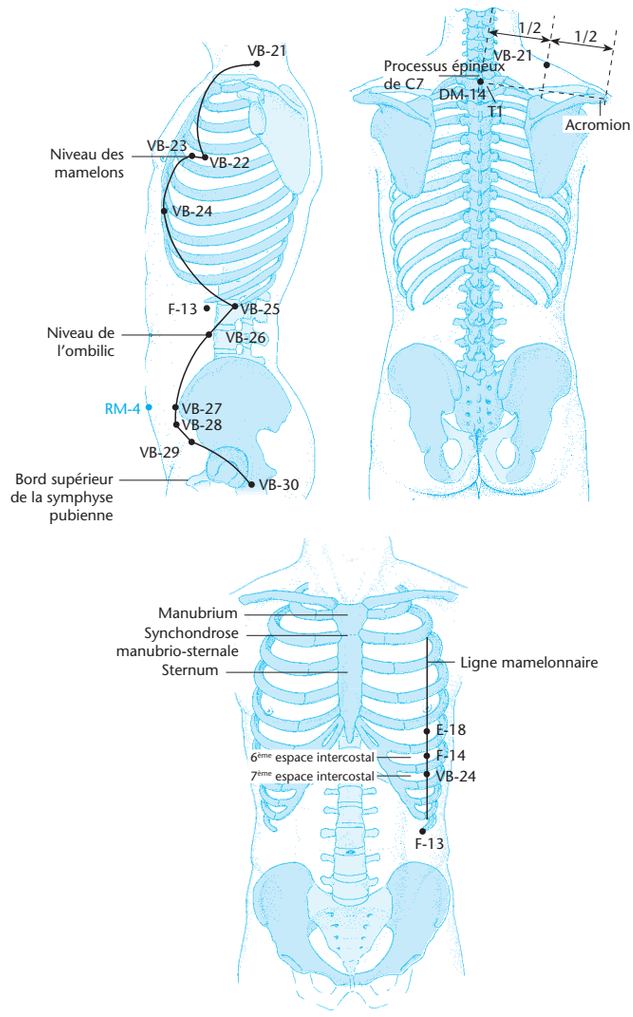
Trajet

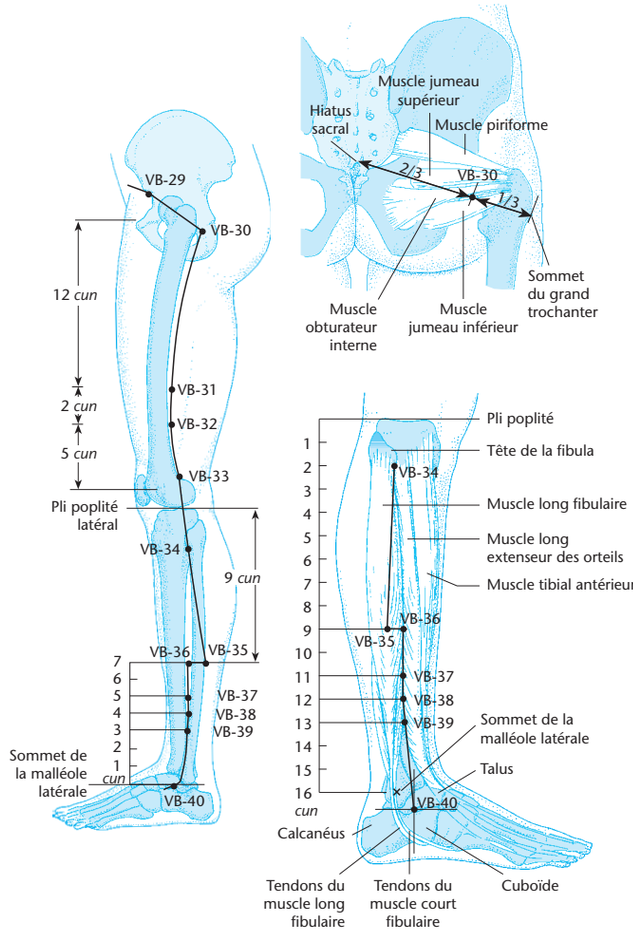
Le méridien principal de la Vésicule Biliaire prend naissance au point **VB-1** (*tongziliao*), au canthus externe de l'œil. Ce point est traversé par une **petite branche** qui se sépare du méridien principal du Triple Réchauffeur au point ➞ **TR-23** (*sizhukong*), sur la suture fronto-zygomatique, ou au point ➞ **TR-22** (*erheliao*) selon certains auteurs (couple main-pied du troisième grand circuit, axes Yang : *shao yang*).

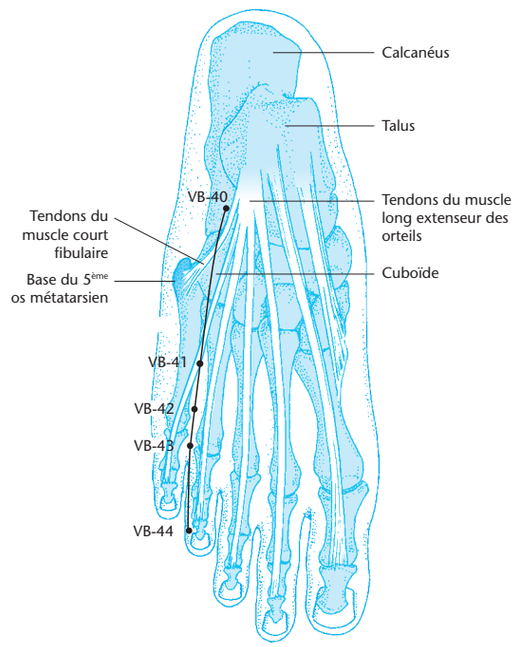
De **VB-1**, le **trajet externe** passe par **VB-2** (*tinghui*), devant l'oreille,

- ➡ monte au front et passe par **E-8** (*touwei*),
- ➡ traverse la région de la tempe en décrivant une légère courbe, passe par les points allant de **VB-4** (*hanyan*) à **VB-7** (*qubin*),

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert







continue jusqu'à ➞ **TR-22** (*erheliao*), à l'avant de la racine de l'oreille,

- ➡ passe par ➞ **TR-20** (*jiasun*) au-dessus de l'apex de l'oreille et décrit une courbe derrière celle-ci, de **VB-8** à **VB-12**,
- ➡ parcourt la partie latérale de la tête, montant jusqu'à **VB-13** (*benshen*) et **VB-14** (*yangbai*) sur le front,
- ➡ parcourt à nouveau la partie latérale de la tête, descendant jusqu'à **VB-20** (*fengchi*),
- ➡ traverse le sommet de l'épaule en passant par **VB-21** (*jianjing*) et ➞ **TR-15** (*tianliao*) pour rejoindre ➞ **DM-14** (*dazhui*), où il rencontre les autres méridiens principaux Yang,
- ➡ et continue jusqu'à **IG-12** (*bingfeng*), selon certains auteurs, après être passé par ➞ **V-11** (*dazhu*) et **E-12** (*quepen*), dans la fosse sus-claviculaire.

Une branche va de **VB-20** à ➞ **TR-17** (*yifeng*), pénètre dans l'oreille et va jusqu'à ➞ **IG-19** (*tinggong*), passe par **E-7** (*xiaguan*) et continue jusqu'à **VB-1** (*tongziliao*), au bord latéral du canthus de l'œil, descend jusqu'à ➞ **E-5** (*daying*), puis monte à nouveau à la région infra-orbitaire, où elle rencontre le méridien principal du Triple Réchauffeur avant de redescendre à ➞ **E-6** (*jiache*), à la mâchoire inférieure. Elle parcourt ensuite la face latérale du cou, passant par ➞ **E-9** (*renying*), sur le muscle sterno-cléido-mastoïdien, pour rejoindre le méridien principal

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

à la fosse sus-claviculaire, au point → **E-12** (*quepen*), où elle se divise en deux branches :

- **la branche interne** pénètre dans la poitrine, rencontre le méridien principal du Maître du Cœur au point → **MC-1** (*tianchi*), traverse le diaphragme, se relie au Foie (*gan*) et à la Vésicule Biliaire (*dan*), traverse les hypochondres et poursuit son chemin dans le bas abdomen, pénètre dans la colonne lombale au niveau de l'artère fémorale (selon Solinas et al., 1998) en passant par → **E-30** (*qichong*) et atteint la hanche en suivant la ligne des poils pubiens ;
- **la branche externe** descend en superficie de la fosse sus-claviculaire, traverse la ligne médiane axillaire et continue sur la paroi thoracique latérale, passant par → **F-13** (*zhangmen*), à l'extrémité libre de la 11ème côte, et continue jusqu'au point **VB-29** (*juliao*), à la hanche. Elle parcourt alors la région sacrale, passant par → **V-31** (*shangliao*), → **V-32** (*ciliao*), → **V-33** (*zhongliao*) et → **V-34** (*xialiao*), au niveau des foramens sacraux, avant d'atteindre → **DM-1** (*chengqiang*). De là, elle va latéralement jusqu'à **VB-30** (*huantiao*), où elle retrouve la branche principale (→ voir le commentaire ci-dessous*).

Le **trajet externe** descend sur la face latérale de la cuisse jusqu'au genou, puis le long de la fibula jusqu'à la partie antérieure de la malléole latérale et se termine au coin ulnaire de l'extrémité du quatrième orteil.

Une autre branche part du point **VB-41** (*zulinqi*), sur le dos du pied, court entre les premier et second os métatarsiens jusqu'à l'extrémité du gros orteil, et se relie au méridien du Foie au point → **F-1** (*dadun*).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : alternance de fièvre et de frissons, céphalées, douleur oculaire, douleur de la joue et du menton, gonflement en dessous de l'aisselle, surdité, douleur de la jambe et de la face latérale du genou.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : douleur de la région latérale des côtes, vomissements, goût amer dans la bouche, douleur thoracique.

Connexions du méridien principal de la Vésicule Biliaire (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens (→ 1.2)

Méridien principal du Foie (*zu jue yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du troisième grand circuit.

Lieux de connexion : VB-41 → F-1 (sur le pied).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal du Triple Réchauffeur (*shou shao yang jing*)

Connexion : couple main-pied du troisième grand circuit : *shao yang* (axes Yang).

Lieux de connexion : TR-23 (ou **TR-22** selon certains auteurs) **→ VB-1** (sur la tête).

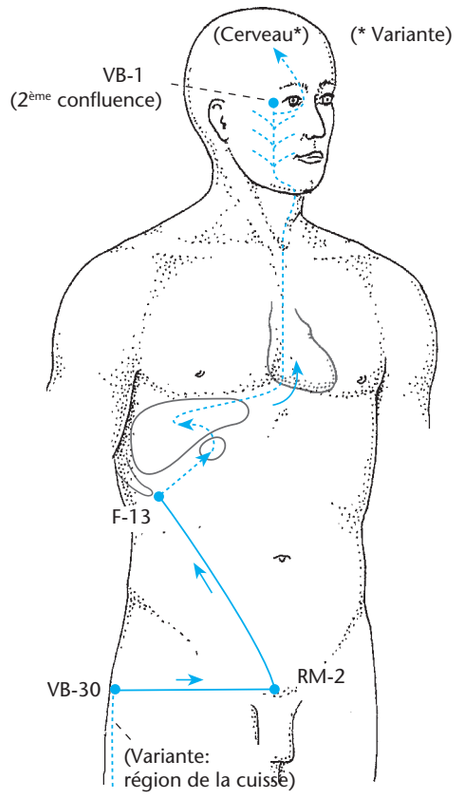
Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation haut-bas.

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Foie (*gan*), Vésicule Biliaire (*dan*).

4.11.2 Méridien divergent de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent de la Vésicule Biliaire se sépare du méridien principal de la Vésicule Biliaire près de **VB-30** (*huantiao*) ou, selon certains auteurs, au niveau de la cuisse (voir la variante sur le schéma).

- Il parcourt la région de la hanche sur la face antérieure du corps,
- atteint la région inguinale où il rencontre le méridien divergent du Foie au point → **RM-2** (*qugu*),
- monte sur l'abdomen jusqu'à → **F-13** (*zhangmen*), en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte,
- continue à l'intérieur le long de la paroi thoracique,

* Tous les auteurs ne font pas passer le méridien de la Vésicule Biliaire par les points de V-31 à V-34, de même que par DM-1 (voir les schémas montrant les variantes de son trajet).

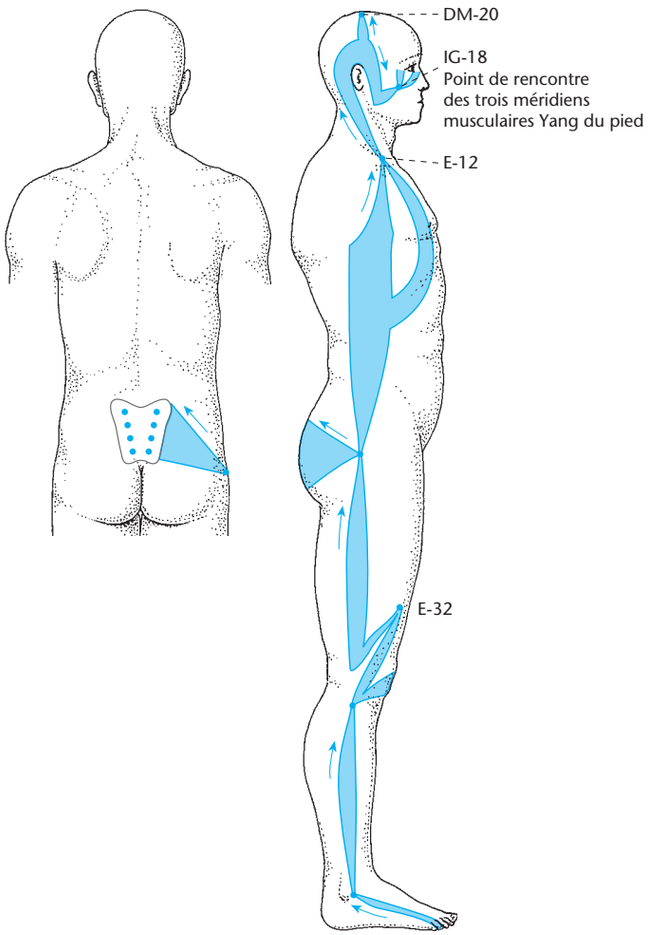
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- ➡ se relie à la Vésicule Biliaire (*dan*) et au Foie (*gan*), et passe par le Cœur (*xin*),
- ➡ monte au cou,
- ➡ émerge à la mâchoire inférieure,
- ➡ se déploie au visage,
- ➡ se relie au méridien principal de la Vésicule Biliaire et au méridien divergent du Foie pour former l'une des six confluences (*he*) (ici VB/F en tant que 2ème confluence → 1.3),
- ➡ et continue jusqu'au Système de l'Œil avant de se terminer dans le Cerveau.

Importance clinique

- Renforce la relation entre la Vésicule Biliaire et le Foie (système des Viscères (*zangfu*)). Les points situés sur le méridien principal de la Vésicule Biliaire peuvent donc servir à traiter les troubles du Foie, et vice versa.
- Conforte la relation entre l'œsophage et le Cœur.
- Le méridien divergent de la Vésicule Biliaire couvre la zone autour de l'œil et renforce donc l'action de certains points de la Vésicule Biliaire pour traiter les troubles oculaires.

4.11.3 Le méridien musculaire de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire de la Vésicule Biliaire prend naissance au 4ème orteil et se fixe (*bie*) en avant et en dessous de la malléole latérale, dans la zone de **VB-40** (*qiuxu*), il monte sur la face latérale de la jambe et va se fixer (*bie*) sur la fibula et la face latérale du genou.

À partir de la fibula, il continue à monter sur la face latérale de la cuisse,

- ➡ alors qu'**une branche** va en oblique rejoindre → **E-32** (*futu*), où elle se fixe (*bie*).

La **branche principale** monte plus haut sur la jambe et va se fixer (*bie*) sur le grand trochanter. Là, une branche se sépare et va se déployer dans les régions glutéale et sacrale.

Depuis la hanche, le méridien continue à monter sur les flancs jusqu'à la région costale inférieure, où elle se divise en deux branches :

- ➡ **une branche** parcourt la face latérale du thorax et monte se fixer (*bie*) au point → **E-12** (*quepen*),
- ➡ **l'autre branche** suit la ligne médiane axillaire sur le thorax et va rejoindre l'autre branche à la fosse sus-claviculaire.

À partir de **E-12**, le méridien monte sur la face latérale du cou

- ➡ et contourne l'oreille ;
- ➡ une branche continue jusqu'à l'apex de l'oreille et au point → **DM-20** (*baihui*),
- ➡ **une branche** descend de la région de la tempe et traverse la joue et la mâchoire inférieure,
- ➡ elle traverse l'arcade zygomatique et atteint → **IG-18** (*quanliao*), où elle rencontre les autres méridiens divergents Yang du pied et se divise en **deux branches**. Une branche parcourt latéralement la racine du nez alors que l'autre va au canthus interne de l'œil.

Importance clinique

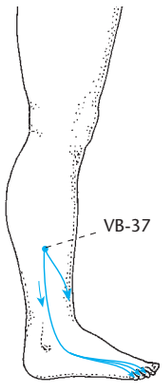
Pathologie : raideur et sensation de distension dans la région du 4ème orteil, de même que sur la face latérale du genou. Restriction de mouvement de l'articulation du genou. Douleur, tension et sensation de distension du pli poplité qui se propage à la cuisse et à la région sacrale, et vice versa. Douleur et sensation de distension dans la région sacrale qui se propage aux hypochondres, et vice versa. Douleur et tension dans la fosse sus-claviculaire, le thorax, les seins et la région du cou. Douleur du côté gauche sur le trajet du méridien avec impossibilité d'ouvrir l'œil droit, et inversement.

Indications : traite essentiellement la douleur et la tension musculaires, la raideur des articulations et les sensations de distension sur le côté du corps. Il sert à traiter les troubles des faces antérieure, latérale et postérieure de la jambe, surtout ceux qui affectent les genoux et les cuisses. Le méridien divergent de la Vésicule Biliaire se déploie dans le thorax et les seins, de sorte que les points du méridien de la Vésicule Biliaire peuvent servir à traiter les troubles qui affectent ces zones. Il sert aussi en cas de céphalées au niveau du vertex et de la tempe. Ce méridien atteint aussi la face latérale du nez, ce qui renforce sa relation avec le nez. C'est pourquoi on utilise des

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

points du méridien de la Vésicule Biliaire pour traiter les troubles chroniques du nez, les sinusites chroniques, etc.

4.11.4 Méridien *luo* de communication de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication de la Vésicule Biliaire se sépare du méridien principal de la Vésicule Biliaire au point *luo* qui lui est associé, **VB-37** (*guangming*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal du Foie avec lequel le méridien principal de la Vésicule Biliaire est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → Annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** de la Vésicule Biliaire qui va vers le point source (*yuan*) → **F-3** (*taichong*).
- Une partie **longitudinale** descend sur le dos du pied et se déploie dans les 3ème, 4ème et 5ème orteils.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

Plénitude (*shi*) : sensation de froid dans les pieds.
Vide (*xu*) : faiblesse, faiblesse musculaire du pied, y compris difficulté à rester debout, paralysie de l'extrémité inférieure.

4.11.5 Région cutanée (*shao yang pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.11.6 Points du méridien de la Vésicule Biliaire (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : VB-40** (*qiuxu*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : VB-37** (*guangming*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : VB-36** (*waiqiu*).
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-19** (*danshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : VB-24** (*riyue*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Métal) : **VB-44** (*zuqiaoyin*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Eau), point de tonification : **VB-43** (*xiaxi*),
  - point rivière (*shu*) (Bois), point *ben* (point Cinq Éléments) : **VB-41** (*zulinqi*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Feu), point de sédation : **VB-38** (*yangfu*),
  - point mer (*he*) (Terre) : **VB-34** (*yanglingquan*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) :**
  - avec les tendons : **VB-34** (*yanglingquan*) ■■,
  - avec la Moelle : **VB-39** (*xuanzhong*) ■■.
- **Point d'ouverture du vaisseau Ceinture (*dai mai*) (→ 8.1.8) : VB-41** (*zulinqi*) ■■.
- **Point mer (*he*) inférieur de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.9) : VB-34** (*yanglingquan*) ■■.
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur : **VB-1** (*tongziliao*),
  - avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de l'Estomac : **VB-3** (*shangguan*), **VB-4** (*hanyan*),
  - avec les méridiens du Triple Réchauffeur, du Gros Intestin et de l'Estomac : **VB-5** (*xuanlu*), **VB-6** (*xuanli*),
  - avec le méridien de la Vessie : **VB-7** (*qubin*), **VB-8** (*shuaigu*) ■■, **VB-9** (*tianchong*), **VB-10** (*fubai*),
  - avec le méridien de la Vessie (et les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur*) : **VB-11** (*touqiaoyin*),
  - avec le méridien de la Vessie : **VB-12** (*wangu*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **VB-13** (*benshen*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (et les méridiens du Triple Réchauffeur, de l'Estomac et du Gros Intestin*) : **VB-14** (*yangbai*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vessie : **VB-15** (*toulinqi*),
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **VB-16** (*muchuang*), **VB-17** (*zhengying*), **VB-18** (*chengling*), **VB-19** (*naokong*),
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (et avec le méridien du Triple Réchauffeur*) : **VB-20** (*fengchi*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le méridien du Triple Réchauffeur (et le méridien de l'Estomac*) : **VB-21** (*jianjing*) ■■,

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

  - avec le méridien de la Vessie* : **VB-23** (*zhejin*),
  - avec le méridien de la Rate (et le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)*) : **VB-24** (*riyue*) ■■,
  - avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*) : **VB-26** (*daimai*), **VB-27** (*wushu*), **VB-28** (*weidao*),
  - avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (et le vaisseau Ceinture (*dai mai*)*) : **VB-29** (*juliao*),
  - avec le méridien de la Vessie : **VB-30** (*huantiao*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)* : **VB-35** (*yangjiao*),
  - d'autres méridiens avec le méridien de la Vésicule Biliaire : **E-7, E-8, E-9, E-12, IG-12, IG-19, (V-1, V-11***), **V-31 à 34, MC-1, (TR-15*), TR-17, TR-20, TR-22, F-13, DM-1, DM-14, (DM-20, E-5, E-6, E-30***).
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : VB-9** (*tianchong*).
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : VB-30** (*huantiao*) ■■, **VB-34** (*yanglingquan*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**
- **Autres points fonctionnels :**
  - principal point pour la tête, les organes des sens, le Cerveau : **VB-20** (*fengchi*) ■■,
  - point *mu* antérieur du Rein (→ 8.1.5) : **VB-25** (*jingmen*) ■■,
  - point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **VB-35** (*yangjiao*).

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** front – **VB-14** (*yangbai*) ■■ ; tête, région de la tempe – **VB-8** (*shuaigu*) ■■ ; tête, région occipitale – **VB-20** (*fengchi*) ■■ ; oreilles – **VB-2** (*tinghui*) ■■ ; colonne cervicale – **VB-20** (*fengchi*) ■■ ; cou et région de l'épaule – **VB-20** (*fengchi*) ■■, **VB-21** (*jianjing*) ■■ ; Vésicule Biliaire – **VB-24** (*riyue*) ■■ ; hypochondres – **VB-25** (*jingmen*) ■■, **VB-26** (*daimai*), **VB-27** (*wushu*) ; hanche – **VB-29** (*juliao*), **VB-30** (*huantiao*) ■■ ; genou – **VB-34** (*yanglingquan*) ■■, **VB-35** (*yangjiao*) ; pied – **VB-40** (*qiuxu*).
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** tête, région de la tempe – **VB-20** (*fengchi*) ■■ ; oreilles – **VB-8** (*shuaigu*) ■■, **VB-20** (*fengchi*) ■■ ; colonne cervicale et épaule - **VB-21** (*jianjing*) ■■ ; région lombale – **VB-25** (*jingmen*) ■■, **VB-30** (*huantiao*) ■■ ; hanche – **VB-31** (*fengshi*) ; genou – **VB-33** (*xiyangguan*) ; pied – **VB-34** (*yanglingquan*) ■■ ; orteils – **VB-38** (*yangfu*).
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** tête, région de la tempe – **VB-43** (*xiaxi*), **VB-41** (*zulinqi*) ■■ ; yeux – **VB-37** (*guangming*) ■■ ; oreilles – **VB-41** (*zulinqi*) ■■ ; Foie – **VB-34** (*yanglingquan*) ■■ ; Vésicule Biliaire – **VB-34** (*yanglingquan*) ■■, **VB-40** (*qiuxu*) ■■ ; hypochondres – **VB-38** (*yangfu*), **VB-34** (*yanglingquan*) ■■, **VB-43** (*xiaxi*) ; colonne cervicale et hanche – **VB-39** (*xuanzhong*) ■■ ; hanche – **VB-41** (*zulinqi*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **VB-1** (*tongziliao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur (→ 8.1.10).
- **VB-2** (*tinghui*) ■■ : point local pour les oreilles (→ 8.2.1).
- **VB-3** (*shangguan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de l'Estomac (→ 8.1.10).
- **VB-4** (*hanyan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de l'Estomac (→ 8.1.10).
- **VB-5** (*xuanlu*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur, du Gros Intestin et de l'Estomac (→ 8.1.10).
- **VB-6** (*xuanli*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur, du Gros Intestin et de l'Estomac (→ 8.1.10).
- **VB-7** (*qubin*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **VB-8** (*shuaigu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10) ; point local pour la partie latérale de la tête (→ 8.2.1) ; point adjacent pour les oreilles (→ 8.2.1).
- **VB-9** (*tianchong*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10)* ; point Fenêtre du Ciel* (→ 8.1.12).
- **VB-10** (*fubai*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **VB-11** (*touqiaoyin*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (et les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur*) (→ 8.1.10).
- **VB-12** (*wangu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **VB-13** (*benshen*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-14** (*yangbai*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (et les méridiens du Triple Réchauffeur, de l'Estomac et du Gros Intestin*) (→ 8.1.10) ; point local pour le front (→ 8.2.1).
- **VB-15** (*toulinqi*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **VB-16** (*muchuang*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-17** (*zhengying*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-18** (*chengling*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-19** (*naokong*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-20** (*fengchi*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (et avec le méridien du Triple Réchauffeur*) (→ 8.1.10) ; point local pour l'occiput (→ 8.2.1) ; point local pour le cou et les épaules (→ 8.2.1) ; point local pour tous les troubles de la tête, des organes des

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

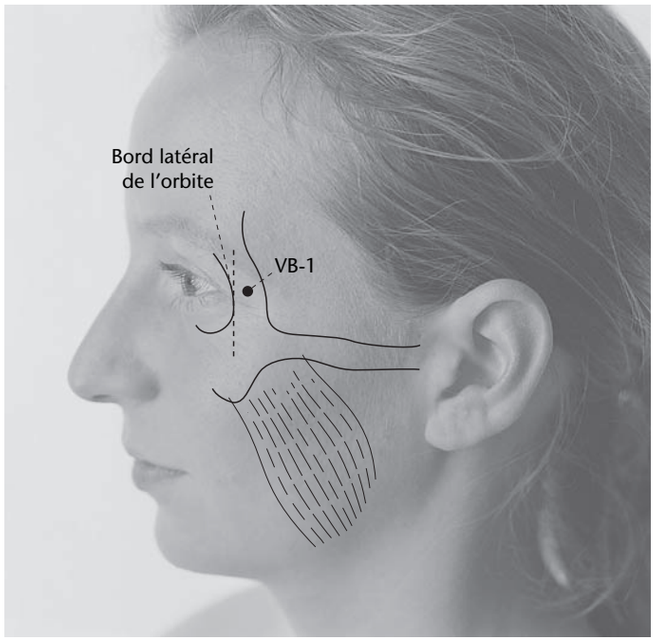
sens, du Cerveau ; point adjacent pour la partie latérale de la tête et pour les oreilles (→ 8.2.1).

- **VB-21** (*jianjing*) ■■ point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le méridien du Triple Réchauffeur (et le méridien de l'Estomac*) (→ 8.1.10) ; point adjacent pour le cou et les épaules (→ 8.2.1).
- **VB-23** (*zhejin*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie* (→ 8.1.10).
- **VB-24** (*riyue*) ■■ : point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Rate (et le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)*) (→ 8.1.10) ; point local pour la Vésicule Biliaire (→ 8.2.1).
- **VB-25** (*jingmen*) ■■ : point *mu* antérieur du Rein (→ 8.1.5) ; point local pour les hypochondres (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la région lombale (→ 8.2.1).
- **VB-26** (*daimai*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour les hypochondres (→ 8.2.1).
- **VB-27** (*wushu*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour les hypochondres (→ 8.2.1).
- **VB-28** (*weidao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*) (→ 8.1.10).
- **VB-29** (*juliao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) (et le vaisseau Ceinture (*dai mai*)*) (→ 8.1.10) ; point local pour la hanche (→ 8.2.1).
- **VB-30** (*huantiao*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point adjacent pour la région lombale et la hanche (→ 8.2.1) ; point local pour la hanche (→ 8.2.1).
- **VB-31** (*fengshi*) : point adjacent pour la hanche (→ 8.2.1).
- **VB-33** (*xiyangguan*) : point adjacent pour le genou (→ 8.2.1).
- **VB-34** (*yanglingquan*) ■■ : point mer (*he*) (Terre) (→ 8.1.6) ; point de réunion (*hui*) avec les tendons (→ 8.1.7) ; point mer (*he*) inférieur de la Vésicule Biliaire (→ 8.1.9) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour le Foie, la Vésicule Biliaire et les hypochondres (→ 8.2.1) ; point local pour le genou (→ 8.2.1) ; point adjacent pour le pied (→ 8.2.1).
- **VB-35** (*yangjiao*) : point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.3) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)* ; point local pour le genou (→ 8.2.1).
- **VB-36** (*waiqiu*) : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **VB-37** (*guangming*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point distal pour les yeux (→ 8.2.1).
- **VB-38** (*yangfu*) : point fleuve (*jing*) (Feu), point de sédation (→ 8.1.6) ; point distal pour les hypochondres (→ 8.2.1).
- **VB-39** (*xuanzhong*) ■■ : point de réunion (*hui*) avec la Moelle (→ 8.1.7) ; point distal pour la colonne lombale et la hanche (→ 8.2.1).
- **VB-40** (*qiuxu*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point local pour le pied (→ 8.2.1) ; point distal pour la Vésicule Biliaire (→ 8.2.1).
- **VB-41** (*zulinqi*) ■■ : point rivière (*shu*) (Bois), point *ben* (point Cinq Éléments) (→ 8.1.6) ; point d'ouverture du vaisseau Ceinture (*dai mai*) (→ 8.1.8) ; point distal pour la région de la tempe et pour les oreilles (→ 8.2.1) ; point distal pour la hanche (→ 8.2.1).
- **VB-43** (*xiaxi*) : point jaillissement (*ying*) (Eau), point de tonification (→ 8.1.6) ; point distal pour la partie latérale de la tête et les hypochondres (→ 8.2.1).
- **VB-44** (*zuqiaoyin*) ■■ : point puits (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crevasse de la pupille TONGZILIAO VB-1



Localisation

Dans une dépression osseuse située sur le bord latéral de l'orbite, au niveau du canthus externe.

Comment le trouver

À partir du canthus externe de l'œil, laisser courir le doigt en direction latérale. **VB-1** se trouve sur la face externe de l'orbite, là où on peut sentir une dépression osseuse.

Insertion de l'aiguille

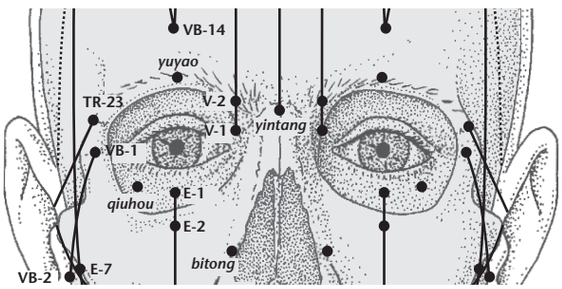
Insertion oblique de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur dirigée vers l'arrière, ou insertion transversale (sous-cutanée) de 1 *cun* en direction de ***taiyang*** (point HM). Selon certains textes, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

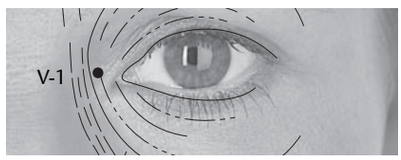
Actions/indications

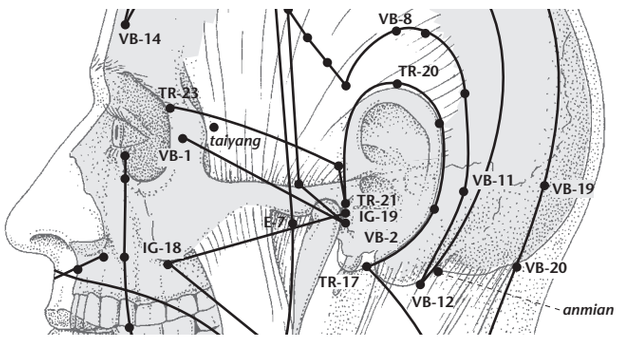
- Expulse le Vent et la Chaleur des yeux.

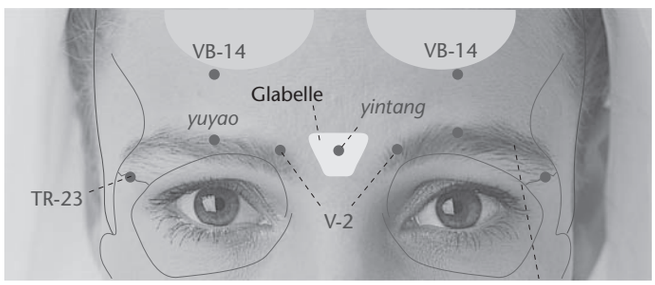
Caractéristiques particulières

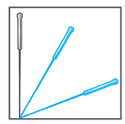
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur, point d'entrée.

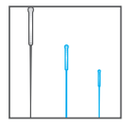






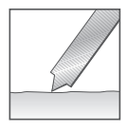


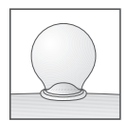














Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-2 *Réunion de l'ouïe* TINGHUI

Localisation

Lorsque le patient a la bouche ouverte, en avant de l'oreille, dans la dépression située au niveau de l'incisure intertragique, au bord du processus condylaire de la mandibule.

Comment le trouver

Localiser et piquer ce point la bouche ouverte, ce qui permet au processus condylaire de la mandibule de glisser vers l'avant et de rendre visible la dépression où se trouve **VB-2**. Localiser la gouttière verticale à la jonction de l'oreille et de la joue (elle n'est pas toujours très prononcée). Puis localiser **VB-2** sur la gouttière, au niveau de l'incisure intertragique. Si la gouttière n'est pas clairement visible (elle est de plus en plus prononcée avec l'âge), on peut utiliser un détecteur de points pour trouver **VB-2** (le patient doit avoir la bouche ouverte pour que la dépression se voie mieux). **VB-2** est le point le plus distal d'un alignement de trois points situés en avant de l'oreille (→ **IG-19** et → **TR-21** sont tous deux situés plus haut).

Insertion de l'aiguille

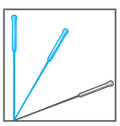
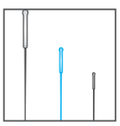
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas. Il faut piquer ce point la bouche grande ouverte pour éviter de piquer dans l'articulation. Attention : comme **IG-19** et **TR-21**, ce point est proche de l'artère temporale superficielle et du nerf auriculo-temporal.

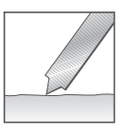
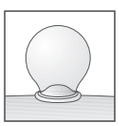
Actions/indications

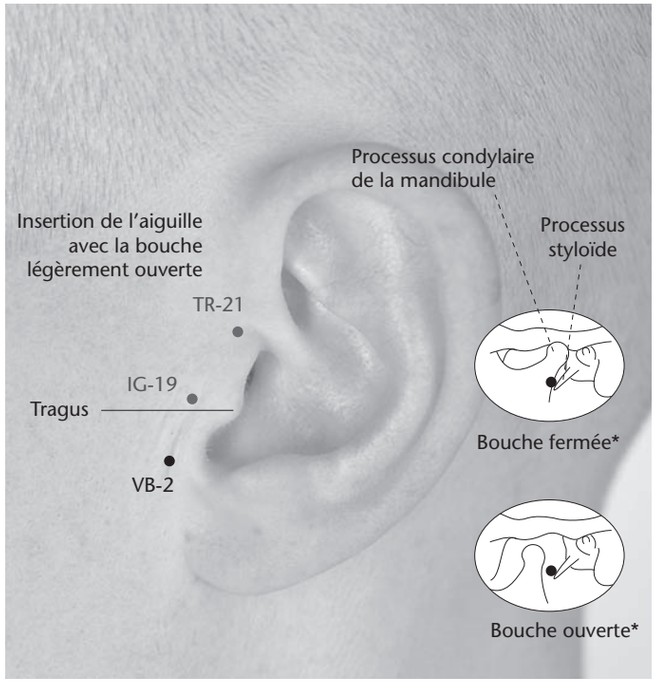
- Chasse le Vent, élimine la Chaleur, a des effets bénéfiques sur les oreilles et l'articulation auriculo-temporale.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur.

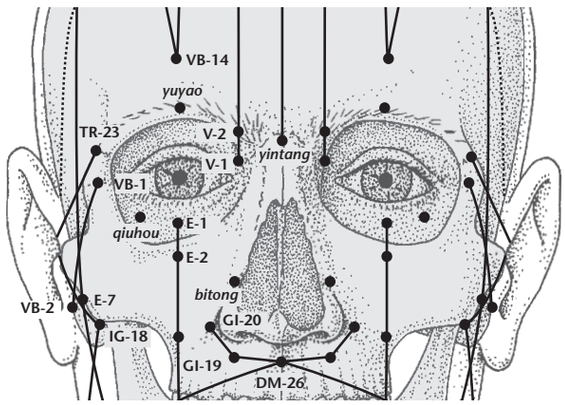
Caractéristiques particulières

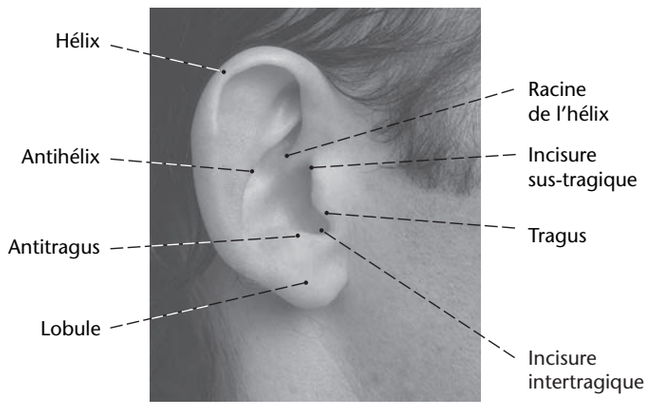
Point local important pour les oreilles et la mâchoire. On utilise souvent ce point en alternance avec **IG-19** et **TR-21**.

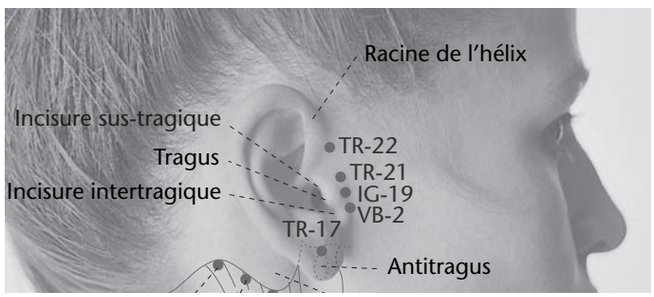





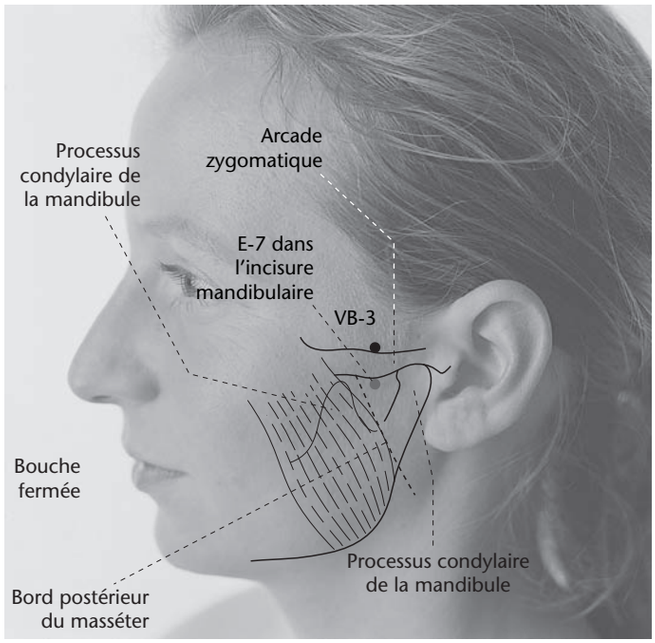




* Selon Deadman et al., 1998

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Au-dessus de l'articulation SHANGGUAN VB-3



Localisation

Dans une dépression située sur le bord supérieur de l'arcade zygomatique, environ 1 *cun* au-dessus de → **E-7**.

Comment le trouver

Localiser l'arcade zygomatique (→ 3.1.2), à 1 *cun* de l'orbite à partir de la racine de l'hélix. La suivre en plaçant un doigt au-dessus et un doigt en dessous. Dès que le doigt inférieur trouve une dépression nettement palpable en avant de l'articulation mandibulo-temporale et en arrière du muscle masséter (→ **E-7**), le doigt supérieur se trouve sur **VB-3**, qui est directement au-dessus de **E-7**, lui-même dans une dépression superficielle au bord supérieur de l'arcade zygomatique.

Insertion de l'aiguille

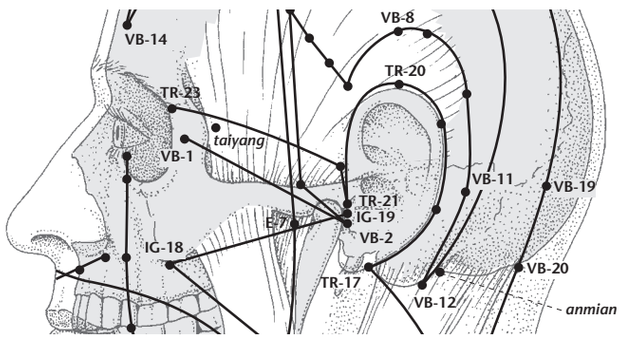
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Attention : présence des branches des artères temporale, faciale transverse et massétérique. Les textes traditionnels disent qu'il faut éviter toute insertion d'aiguille profonde sur ce point.

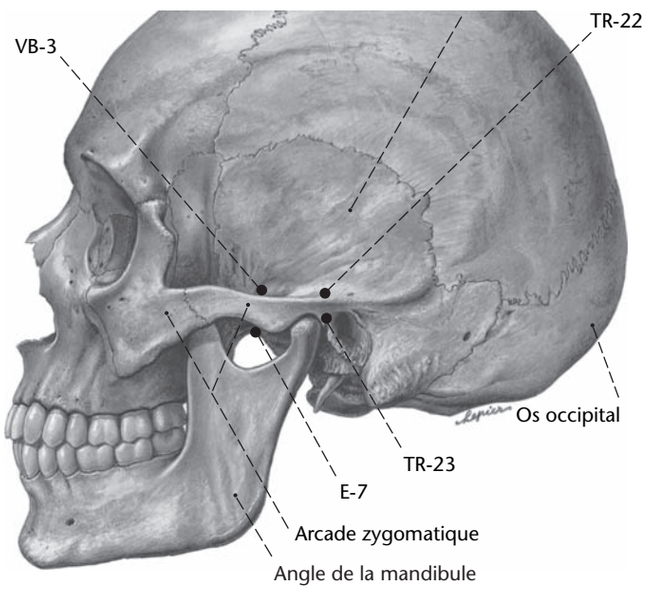
Actions/indications

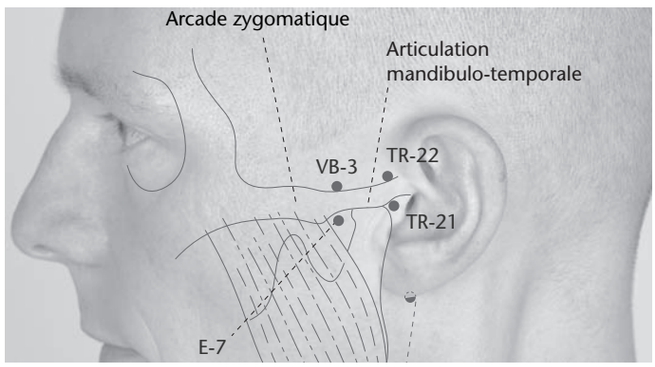
- Ouvre le méridien, soulage la douleur.
- Chasse le Vent.
- A des effets bénéfiques sur les oreilles.

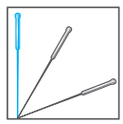
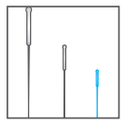
Caractéristiques particulières

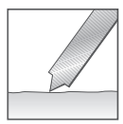
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de l'Estomac.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-4 *Sérénité de la mâchoire* HANYAN

Localisation

À l'intersection du quart supérieur et du second quart d'une ligne qui relie ➞ **E-8** et ➞ **VB-7**.

Comment le trouver

Commencer par localiser les deux points de repère : ➞ **E-8** (4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 0,5 *cun* au delà de la ligne antérieure des cheveux) et ➞ **VB-7** (dans la dépression qui est au niveau de l'apex de l'oreille, à l'intérieur de la ligne auriculo-temporale des cheveux). Ensuite, diviser en quatre la ligne légèrement incurvée qui relie ces deux points et localiser **VB-4** à l'intersection du quart supérieur et des trois quarts inférieurs. Généralement, **VB-4** se trouve sur la ligne temporale des cheveux et la partie antérieure du muscle temporal que l'on sent lorsque la personne mastique.

Insertion de l'aiguille

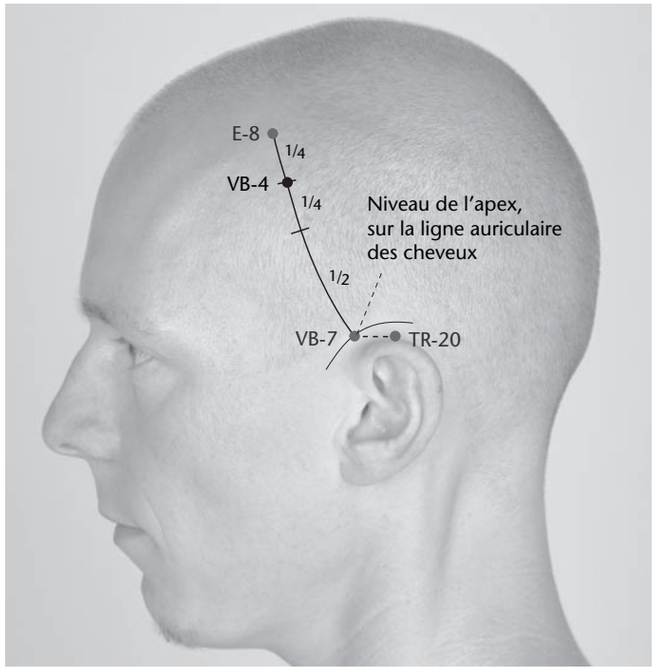
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur, tangentiellement par rapport au crâne, en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

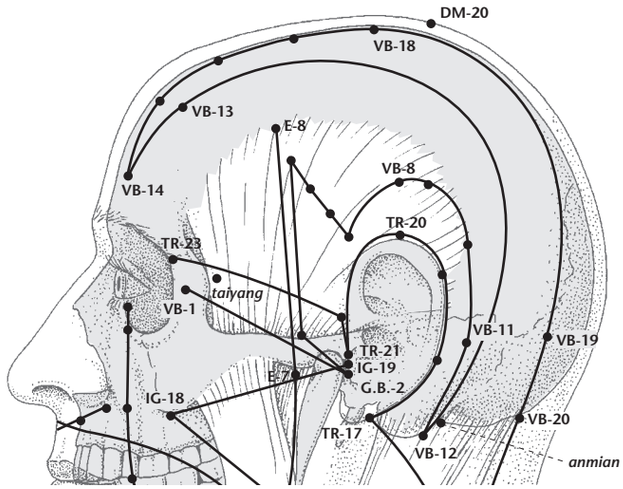
Actions/indications

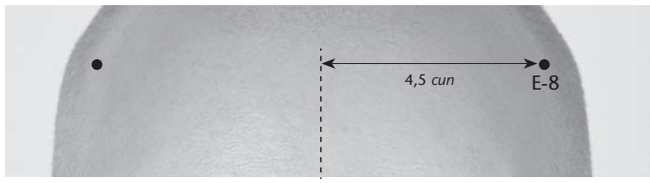
- Chasse le Vent et la Chaleur.
- Ouvre le méridien.

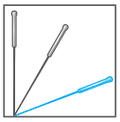
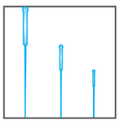
Caractéristiques particulières

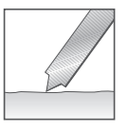
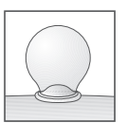
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur et de l'Estomac.





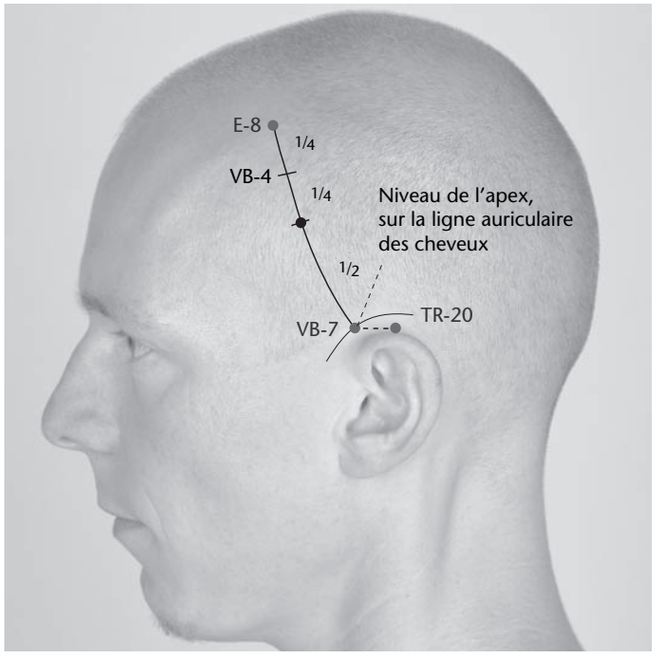


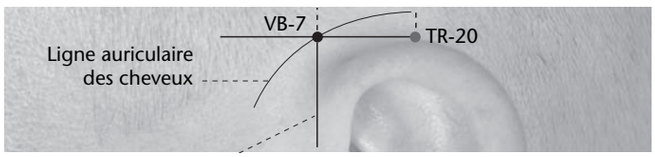



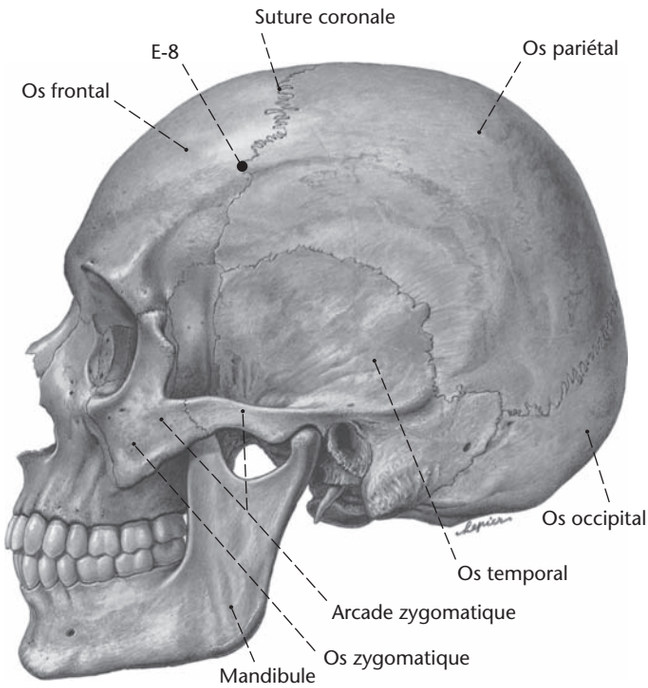





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crâne suspendu XUANLU VB-5







Localisation

À l'intersection du 2ème et du 3ème quart de la ligne imaginaire qui relie ➞ **E-8** et ➞ **VB-7**.

Comment le trouver

Commencer par localiser les deux points de repère : ➞ **E-8** (4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 0,5 *cun* au delà de la ligne antérieure des cheveux) et ➞ **VB-7** (dans la dépression qui est au niveau de l'apex de l'oreille, à l'intérieur de la ligne auriculo-temporale des cheveux). Ensuite, diviser en quatre la ligne légèrement incurvée qui relie ces deux points et localiser **VB-5** à l'intersection des deux quarts supérieurs et des deux quarts inférieurs. Généralement, ce point se trouve au niveau de la suture pariétale, juste en dedans de la ligne des cheveux.

Insertion de l'aiguille

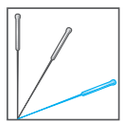
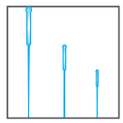
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur, tangentiellement par rapport au crâne, en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

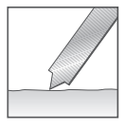
Actions/indications

- Chasse le Vent et la Chaleur.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur, du Gros Intestin et de l'Estomac.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-6 *Cheveux suspendus* XUANLI

Localisation

À l'intersection du quart inférieur et des trois quarts supérieurs d'une ligne qui relie ➞ **E-8** et ➞ **VB-7**.

Comment le trouver

Commencer par localiser les deux points de repère : ➞ **E-8** (4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure ou 0,5 *cun* au delà de la ligne antérieure des cheveux) et ➞ **VB-7** (dans la dépression qui est au niveau de l'apex de l'oreille, à l'intérieur de la ligne auriculo-temporale des cheveux). Ensuite, diviser en quatre la ligne légèrement incurvée qui relie ces deux points et localiser **VB-6** à l'intersection des trois quarts supérieurs et du quart inférieur.

Insertion de l'aiguille

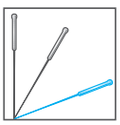
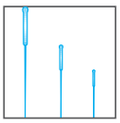
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

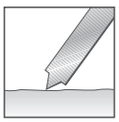
Actions/indications

- Chasse le Vent et la Chaleur.
- Ouvre le méridien.

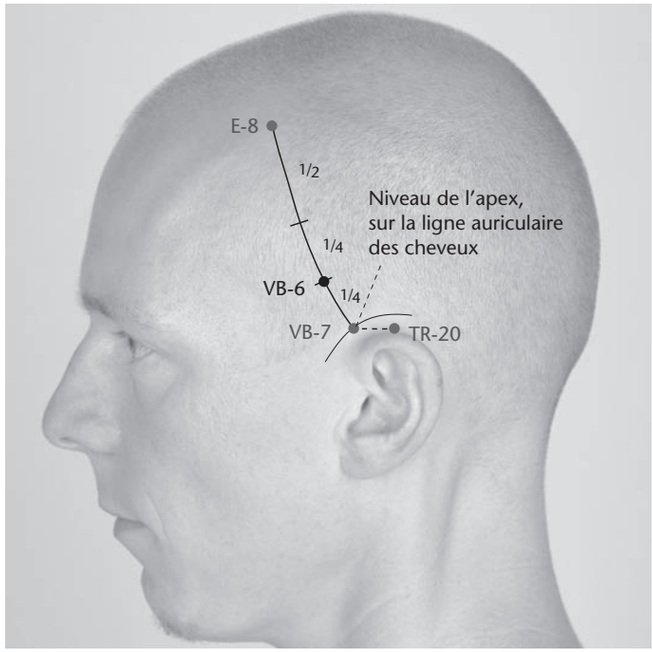
Caractéristiques particulières

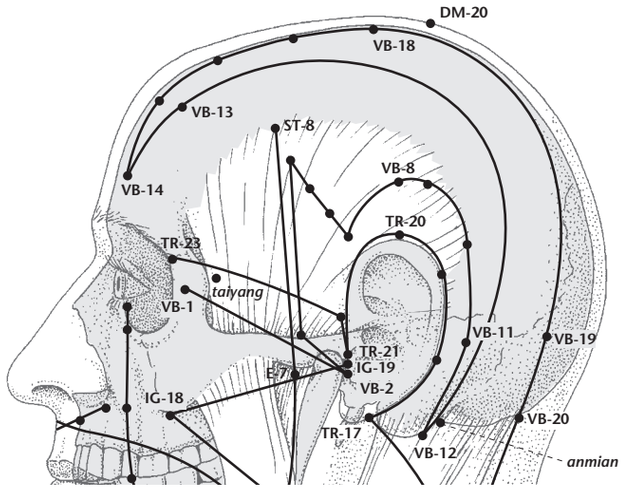
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Triple Réchauffeur, du Gros Intestin et de l'Estomac.

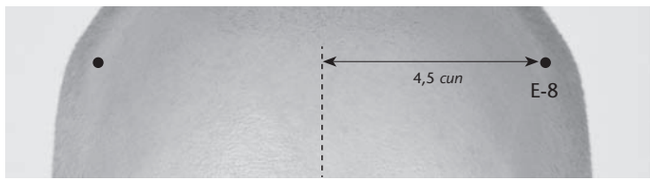





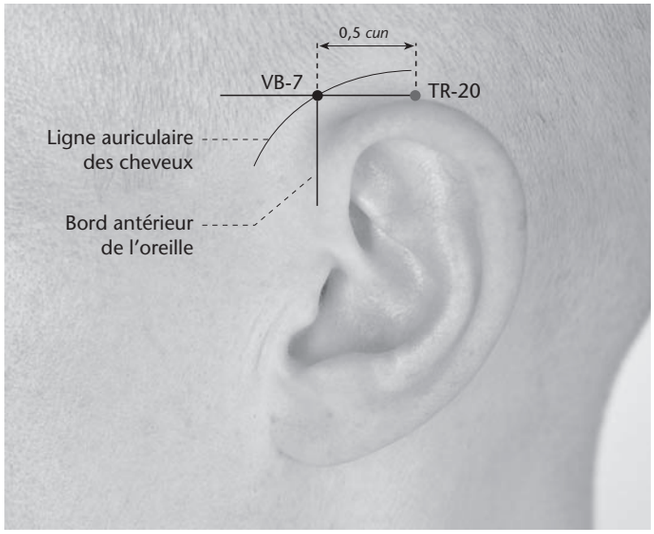


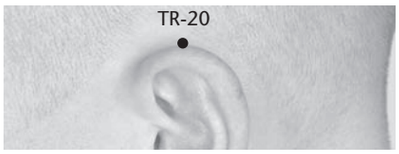




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Courbe de la tempe QUBIN VB-7





Localisation

Dans une dépression située au niveau de l'apex de l'oreille, en dedans de la ligne auriculo-temporale des cheveux, approximativement à l'intersection d'une ligne horizontale qui passe par l'apex de l'oreille et une ligne verticale qui passe par le bord postérieur de la tempe, en avant de l'oreille.

Comment le trouver

Pour trouver **VB-7**, il faut rechercher avec le doigt une petite dépression en avant de l'oreille, sur la ligne auriculo-temporale des cheveux. Ce point se trouve approximativement à l'intersection d'une ligne horizontale qui passe par l'apex de l'oreille et une ligne verticale qui passe par le bord postérieur de la tempe, en avant de l'oreille.

Pour s'orienter : → **TR-20** se trouve juste au-dessus de l'apex de l'oreille.

Insertion de l'aiguille

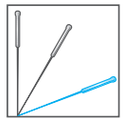
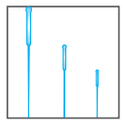
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

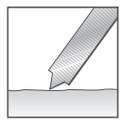
Actions/indications

- Chasse le Vent.
- A des effets bénéfiques sur la bouche et la mâchoire.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie.

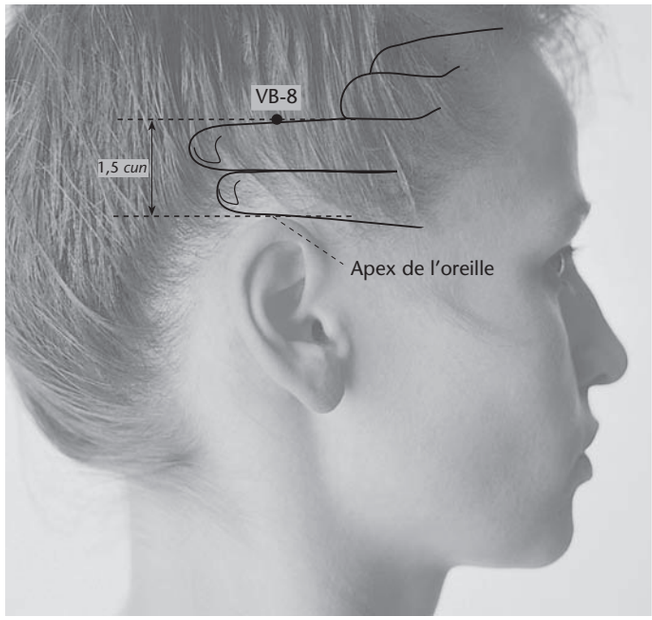


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-8 *Vallée principale* SHUAIGU

Localisation

1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille, dans une dépression située sur le bord supérieur du muscle temporal.



Comment le trouver

Localiser l'apex de l'oreille, qui se voit mieux lorsqu'on replie l'auricule vers l'avant de façon à ce que la partie postérieure de l'oreille recouvre sa partie antérieure. À partir de l'apex de l'oreille, mesurer 1,5 *cun* (2 travers de doigts) vers le haut. Là, le doigt qui palpe va tomber dans une dépression osseuse (**VB-8**) souvent sensible à la pression. Pour s'orienter : lorsqu'on mastique, c'est exactement à ce point là que l'on peut sentir le mouvement de mastication.

Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur, le plus souvent de l'avant vers l'arrière ou en direction de la zone affectée.

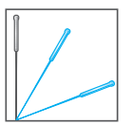
Actions/indications

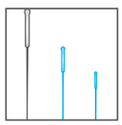
- Chasse le Vent, a des effets bénéfiques sur la tête et les oreilles, soulage la douleur, harmonise le diaphragme et l'Estomac.



Caractéristiques particulières

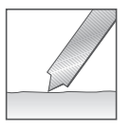
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie, point local important pour les céphalées pariétales et temporales.





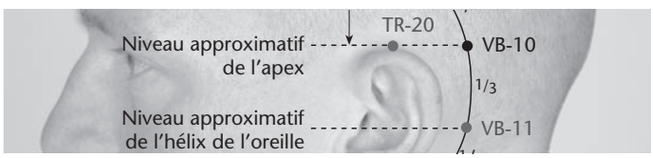


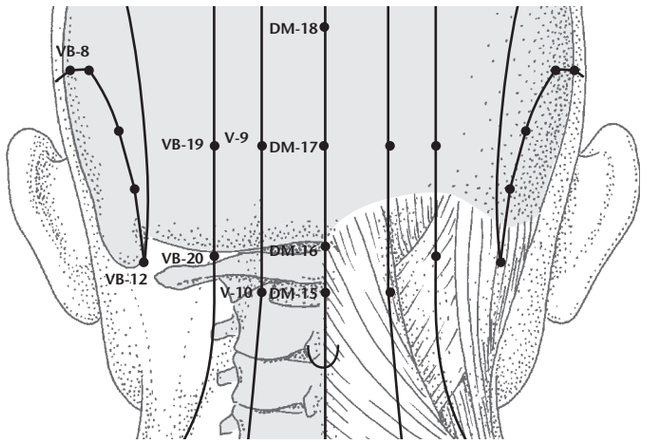






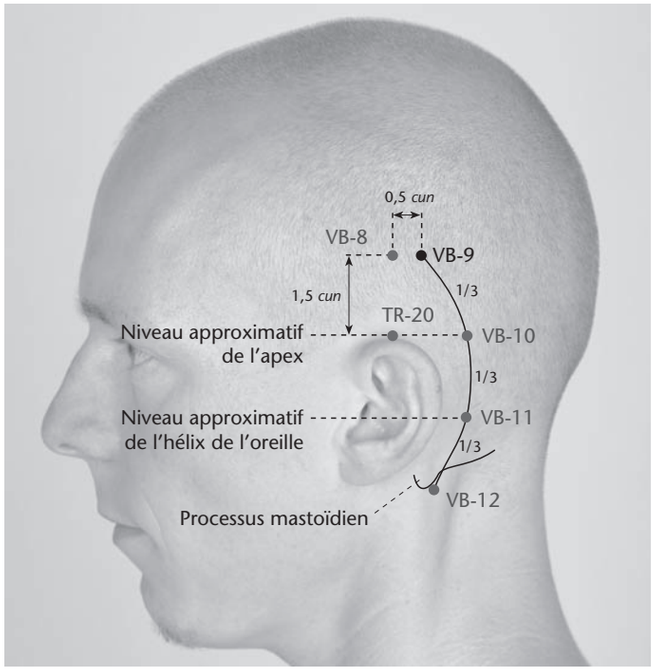


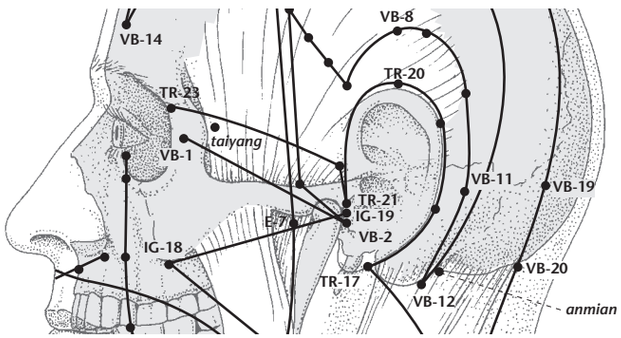


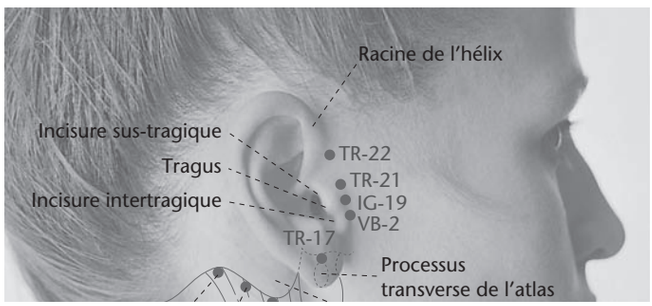


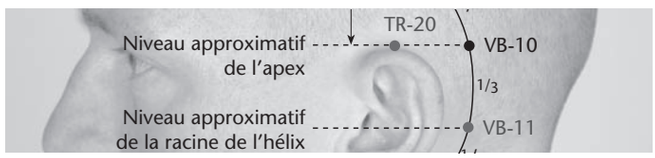
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

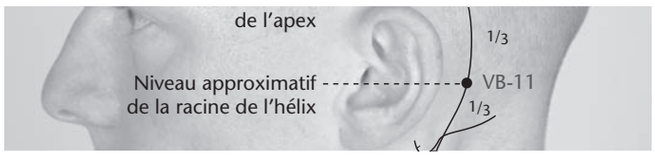
Précipitation céleste TIANCHONG VB-9











Localisation

1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille (→ **TR-20**) et 0,5 *cun* en arrière de → **VB-8**. Ce point est approximativement au-dessus du bord supérieur de l'oreille.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **VB-8**, 1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille. L'apex se voit mieux lorsqu'on replie l'auricule vers l'avant de façon à ce que la partie postérieure de l'oreille recouvre sa partie antérieure. À partir de → **VB-8**, mesurer 0,5 *cun* en direction postérieure. C'est là que se trouve **VB-9**, sur une légère « déclivité » de l'os.

VB-9 et → **VB-12** (dans une dépression située en arrière et en dessous du processus mastoïdien) sont les deux points de repère qui servent à tracer la ligne courbe qui court presque parallèlement au bord postérieur de l'oreille, à l'intérieur de la ligne des cheveux. Lorsqu'on divise cette ligne en trois, → **VB-10** et → **VB-11** se trouvent à l'intersection de ces tiers.

Insertion de l'aiguille

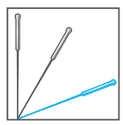
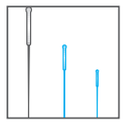
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur, en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

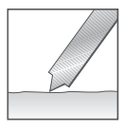
Actions/indications

- Chasse le Vent et la Chaleur.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie, point Fenêtre du Ciel selon certains auteurs.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-10 *Blanc flottant* FUBAI

Localisation

En arrière de l'oreille, à l'intersection du tiers supérieur et des deux tiers inférieurs de la courbe qui relie ➞ **VB-9** et ➞ **VB-12**.

Comment le trouver

Commencer par localiser ➞ **VB-9** (1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille et 0,5 *cun* en arrière). Puis localiser ➞ **VB-12** dans une dépression située en arrière et en dessous du processus mastoïdien (➞ 3.1.4). Ces deux points constituent les extrémités d'une courbe qui court presque parallèlement au bord postérieur de l'oreille, à l'intérieur de la ligne des cheveux. Diviser cette ligne en trois et localiser **VB-10** à l'intersection du tiers supérieur et des deux tiers inférieurs, là où, souvent, on sent une légère « déclivité » de l'os. **VB-10** est généralement au niveau de l'apex de l'oreille.

➞ **TR-20** se trouve juste au-dessus de l'apex de l'oreille.

Insertion de l'aiguille

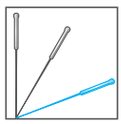
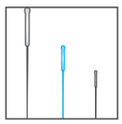
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

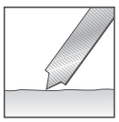
Actions/indications

- Chasse le Vent.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication.

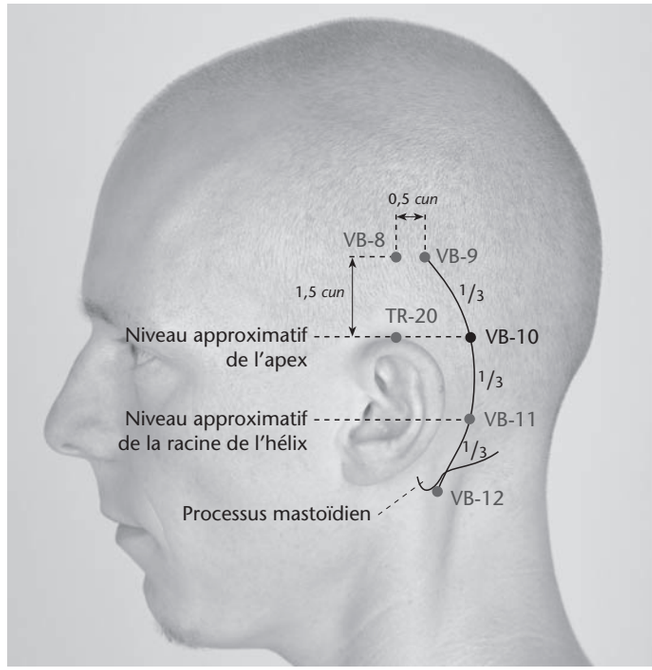
Caractéristiques particulières

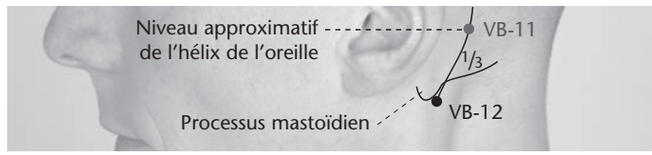
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie.

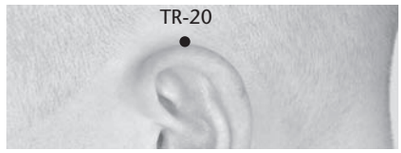



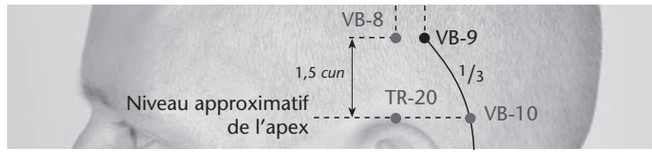







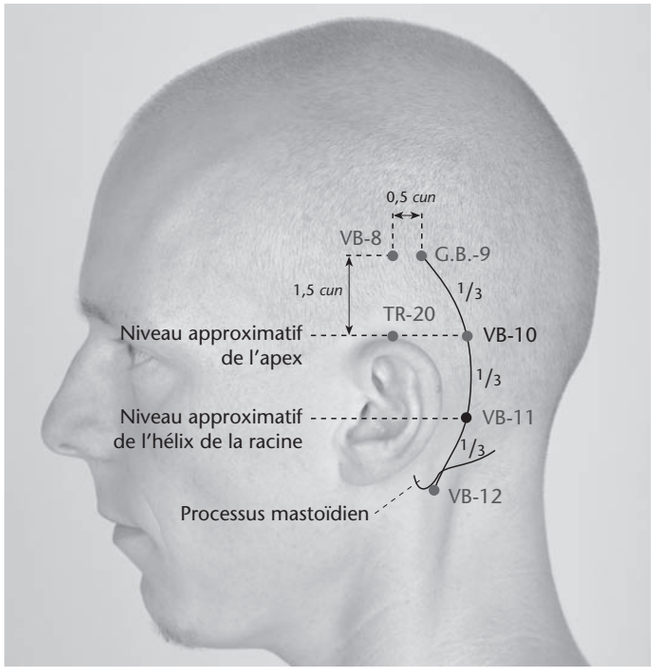


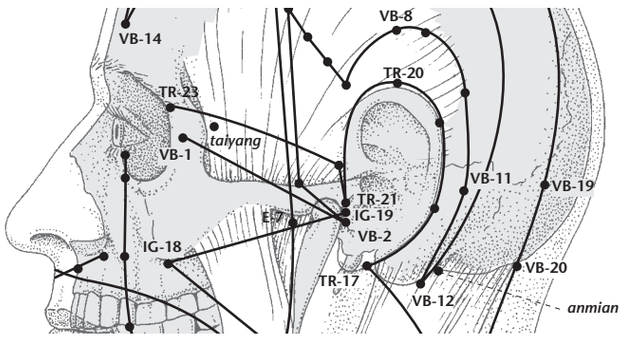


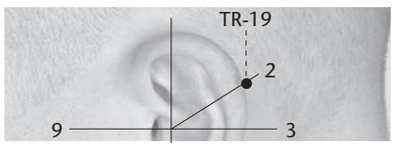


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Portes Yin de la tête TOUQIAOYIN VB-11







Localisation

En arrière de l'oreille, à l'intersection du tiers inférieur et des deux tiers supérieurs de la courbe qui relie ➞ **VB-9** et ➞ **VB-12**.

Comment le trouver

Commencer par localiser ➞ **VB-9** (1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille et 0,5 *cun* en arrière). Puis localiser ➞ **VB-12** dans une dépression située en arrière et en dessous du processus mastoïdien (➞ 3.1.4). Ces deux points constituent les extrémités d'une courbe qui court presque parallèlement au bord postérieur de l'oreille, à l'intérieur de la ligne des cheveux. Diviser cette ligne en trois et localiser **VB-11** à l'intersection du tiers supérieur et des deux tiers inférieurs, là où, souvent, on sent une légère « déclivité » de l'os. **VB-11** se trouve au milieu de la ligne qui relie ➞ **VB-10** et ➞ **VB-12**, et il est généralement au niveau de l'apex de l'oreille.
➞ **TR-19** se trouve au même niveau, juste en arrière de l'hélix.

Insertion de l'aiguille

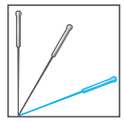
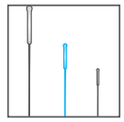
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

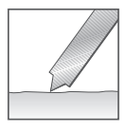
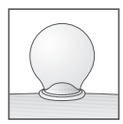
Actions/indications

- Chasse le Vent et la Chaleur-Humidité.
- Dégage les oreilles et les yeux.
- Fait circuler le Qi et le Sang (du Foie).

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie et aussi, selon certains auteurs, avec les méridiens de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-12 *Processus mastoïdien* WANGU

Localisation
Dans la dépression située juste en arrière et en dessous du processus mastoïdien.

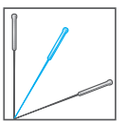
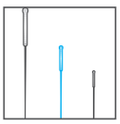
Comment le trouver
Commencer par localiser le processus mastoïdien, derrière l'oreille (→ 3.1.4). Ce dernier peut se sentir à la jonction du crâne et du cou, dans une structure osseuse en forme de cône. Avec le doigt, trouver le bord inférieur du processus mastoïdien et localiser **VB-12** au bord inférieur de l'extrémité de ce processus.

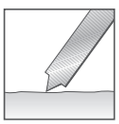
→ **TR-17** se trouve plus en avant, dans une dépression située à l'arrière du lobule, entre le processus mastoïdien et la mandibule.

Insertion de l'aiguille
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas.

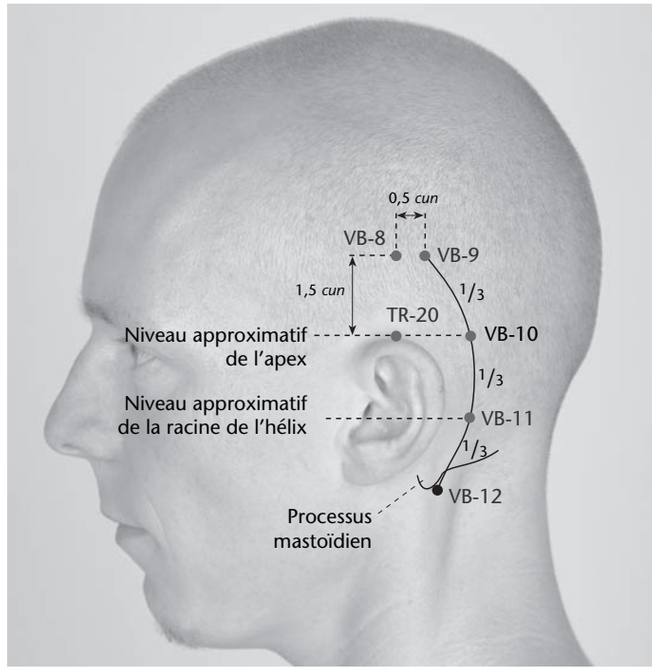
Actions/indications
- Expulse le Vent, la Chaleur et l'Humidité/les Glaires.
- Dégage les oreilles.
- Calme l'Esprit (*shen*).

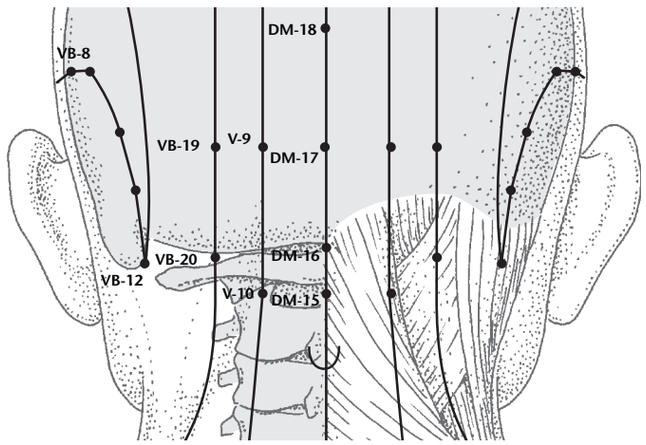
Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).

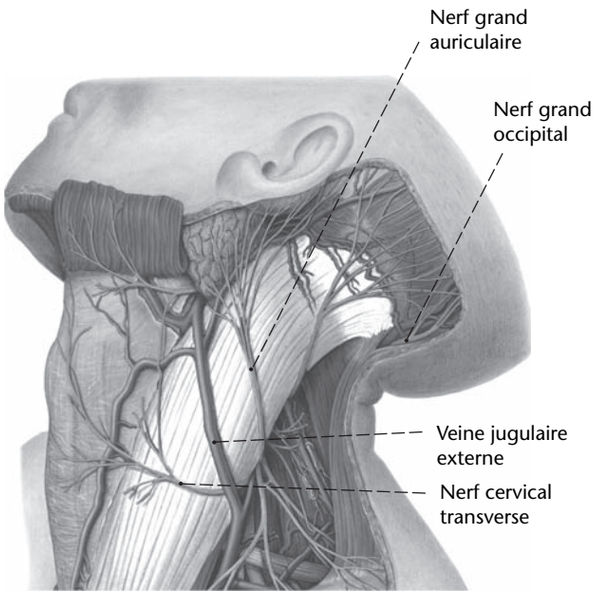



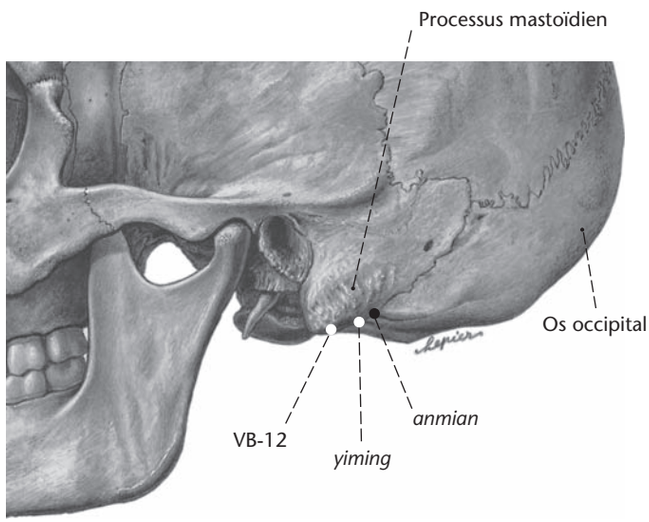







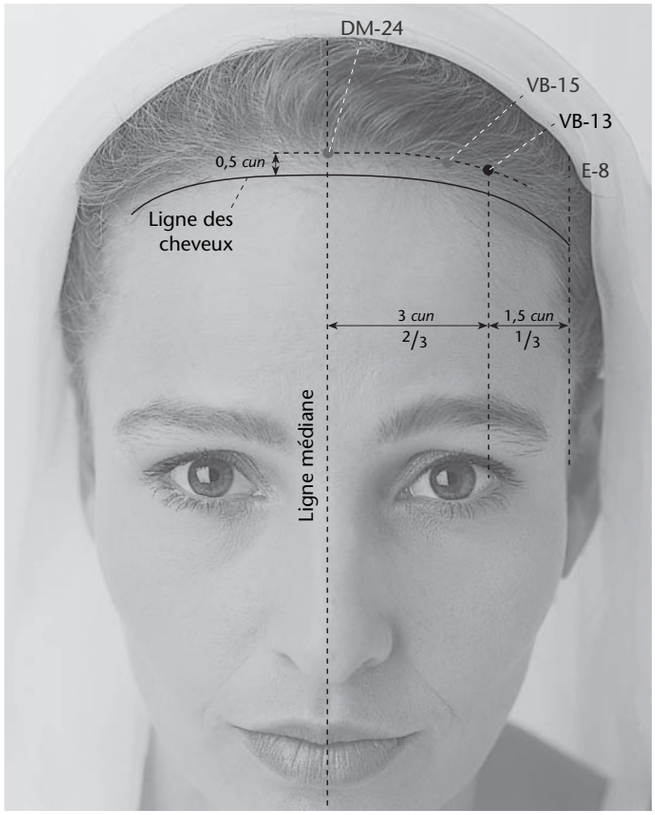






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Racine de l'Esprit BENSHEN VB-13



Localisation

3 *cun* en dehors de → **DM-24** (sur la ligne médiane, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux).

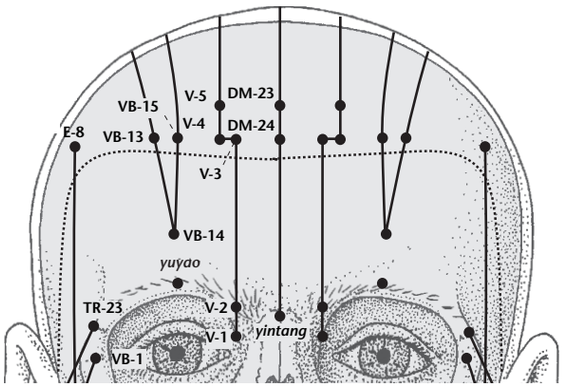
Comment le trouver

Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1 ; lorsque la personne a perdu ses cheveux, il faut lui demander de plisser le front ; la ligne des cheveux est à la frontière entre le pli du front et la peau lisse au-dessus de celui-ci) et localiser → **DM-24** sur la ligne médiane, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux. **VB-13** est situé au même niveau, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane mesurée en unités proportionnelles en *cun* déterminées par la distance qui sépare → **E-8** de → **DM-24** (= 4.5 *cun,* → 2.2). Diviser cette distance en trois et localiser **VB-13** à un tiers de → **E-8**.

Au même niveau (0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **DM-24, V-3, V-4, VB-15, E-8** (respectivement sur la ligne médiane, au-dessus du canthus interne de l'œil, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, sur la ligne verticale qui passe par la pupille de l'œil et 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane, au coin du front).

Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur en direction de l'occiput.

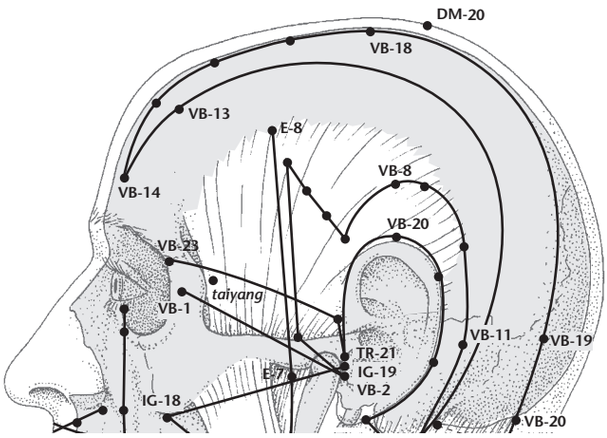


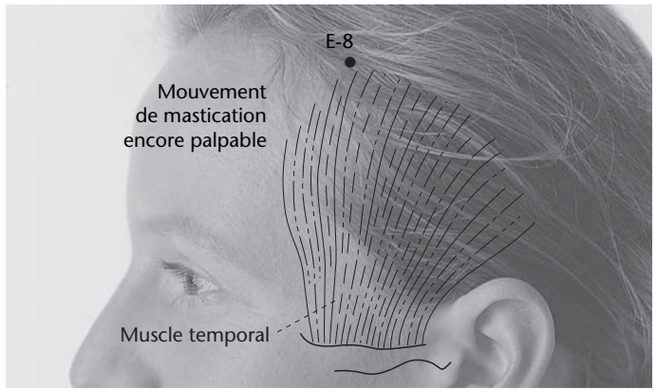
Actions/indications

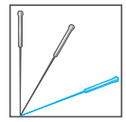
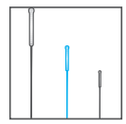
- Expulse le Vent.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- A des effets bénéfiques sur les yeux.

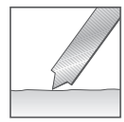
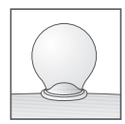
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).





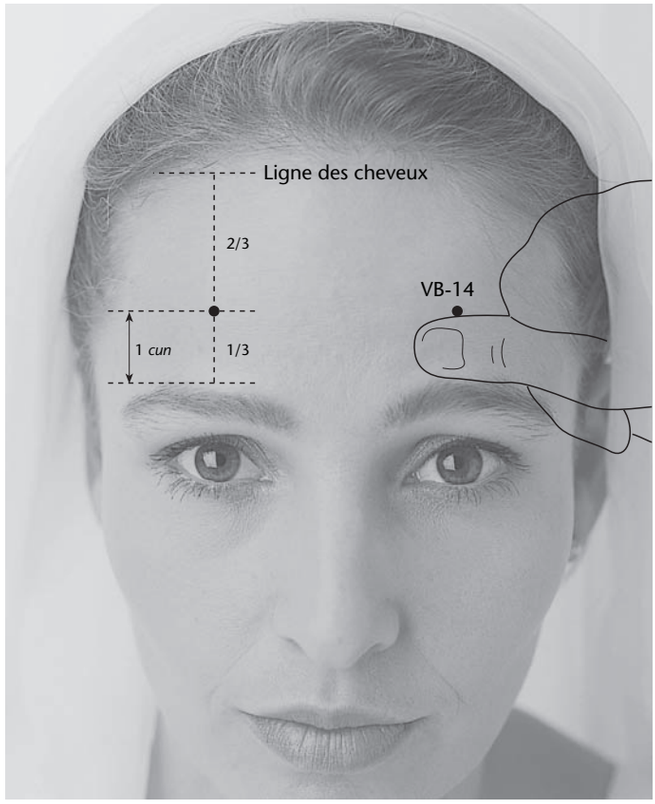





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-14 *Yang blanc* YANGBAI

Localisation

Sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 1 *cun* au-dessus du milieu du sourcil, à la jonction de l'éminence frontale et de l'arcade sourcilière.

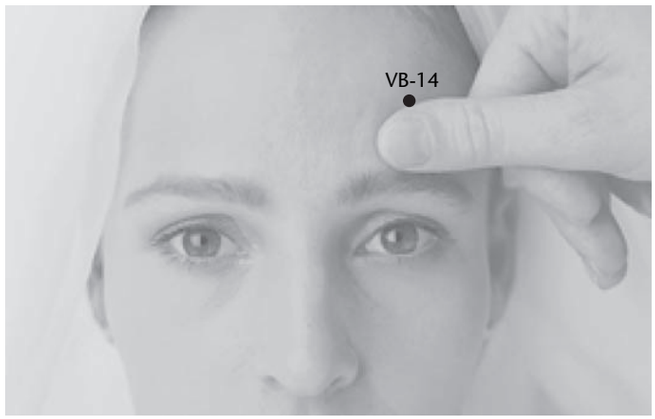


Comment le trouver

Sur la ligne verticale qui passe par la pupille, laisser courir le doigt de la ligne antérieure des cheveux vers le bas, au-delà de l'éminence frontale, et localiser **VB-14** au point le plus profond entre l'éminence frontale et l'arcade sourcilière. La distance entre le milieu du sourcil et la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1) mesure 3 unités proportionnelles (→ 2.2). **VB-14** se trouve au tiers de cette distance ou 1 *cun* au-dessus du milieu du sourcil. Lorsque le patient regarde droit devant lui, ce point est situé sur la ligne verticale qui passe par la pupille.

Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1 *cun* de profondeur en direction du centre du sourcil ou de la zone affectée. Pour insérer l'aiguille, on peut utiliser la méthode qui consiste à pincer la peau : pincer la peau entre le pouce et l'index de façon à ce qu'elle forme un pli. De l'autre main, piquer l'aiguille transversalement dans ce pli en direction de la zone affectée.

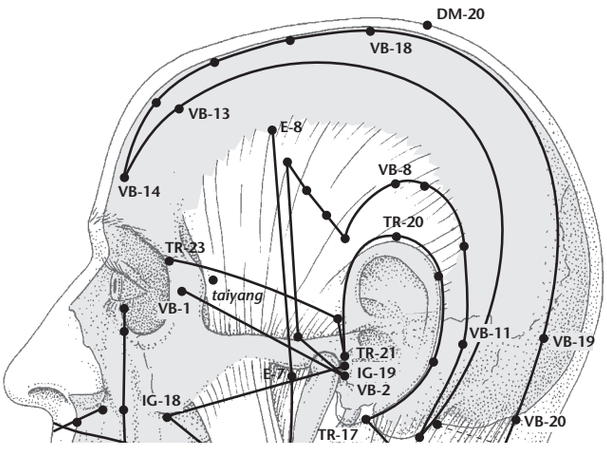


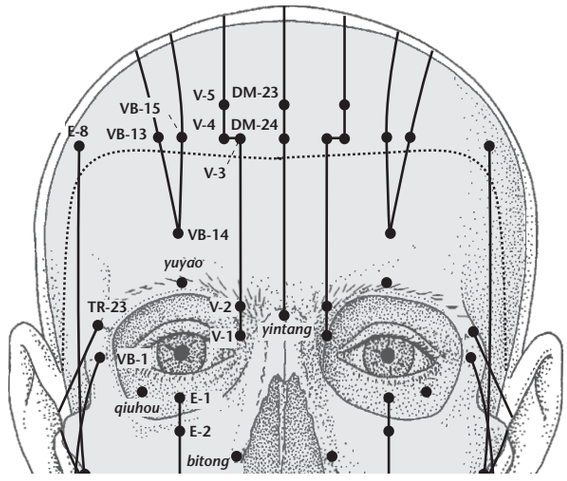
Actions/indications

- Chasse le Vent (interne et externe) et le Vent-Chaleur, a des effets bénéfiques sur la tête et soulage la douleur.
- A des effets bénéfiques sur les yeux.

Caractéristiques particulières

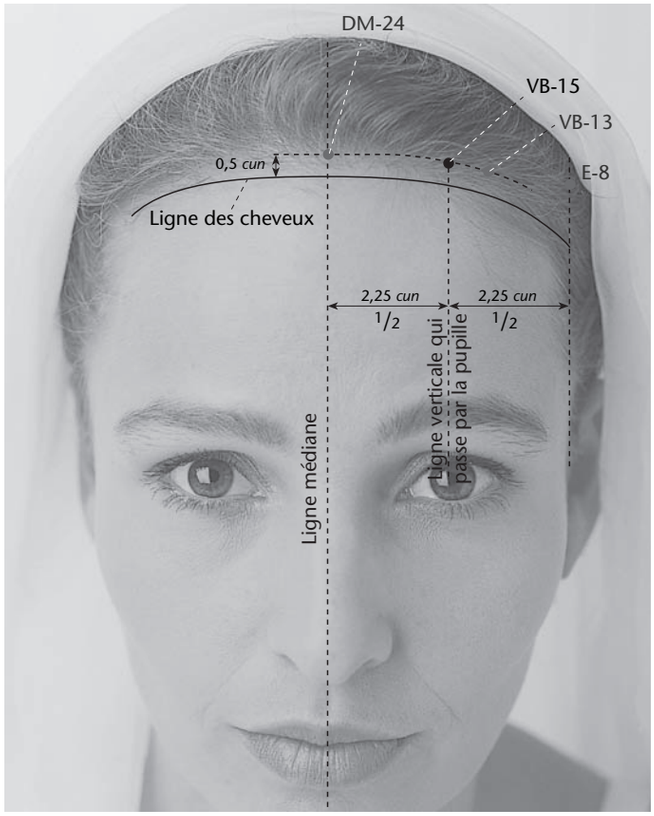
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et, selon certains auteurs, avec les méridiens du Triple Réchauffeur, de l'Estomac et du Gros Intestin. Point local important pour les céphalées, quelle que soit la pathologie.

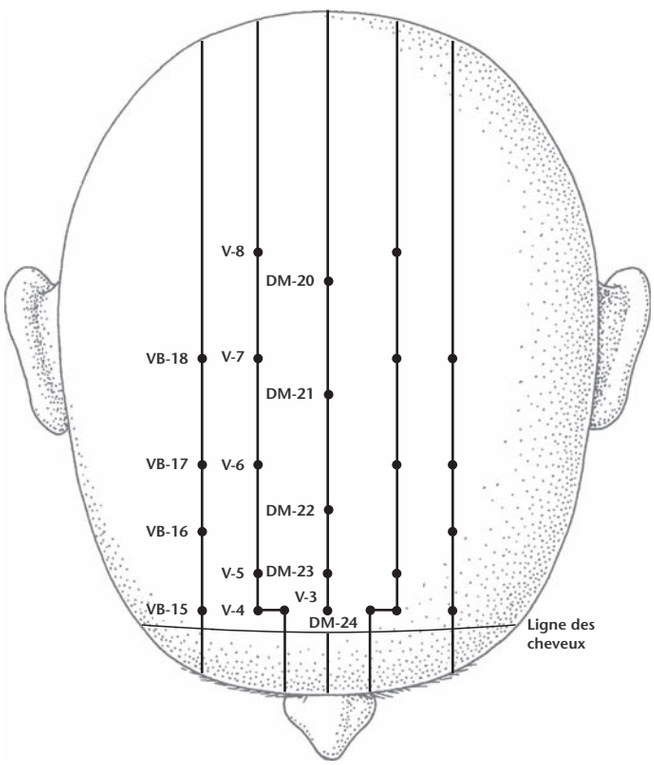




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Gouverneur des larmes de la tête TOULINQI VB-15





Localisation

Sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.

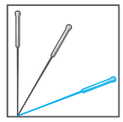
Comment le trouver

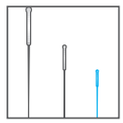
Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1 ; lorsque la personne a perdu ses cheveux, il faut lui demander de plisser le front ; la ligne des cheveux est à la frontière entre le pli du front et la peau lisse, au-dessus de celui-ci). Lorsque le patient regarde droit devant lui, **VB-15** est situé 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, juste au-dessus de la pupille. On peut aussi dire que **VB-15** se trouve à mi-distance entre → **DM-24** (sur la ligne médiane) et → **E-8** (4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au coin du front).

Au même niveau (0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **DM-24, V-3, V-4, VB-13, E-8** (respectivement sur la ligne médiane, au-dessus du canthus interne de l'œil, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et à un tiers de la distance qui sépare → **E-8** (au coin du front) et → **DM-24**).

Insertion de l'aiguille

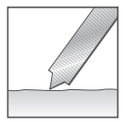
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.













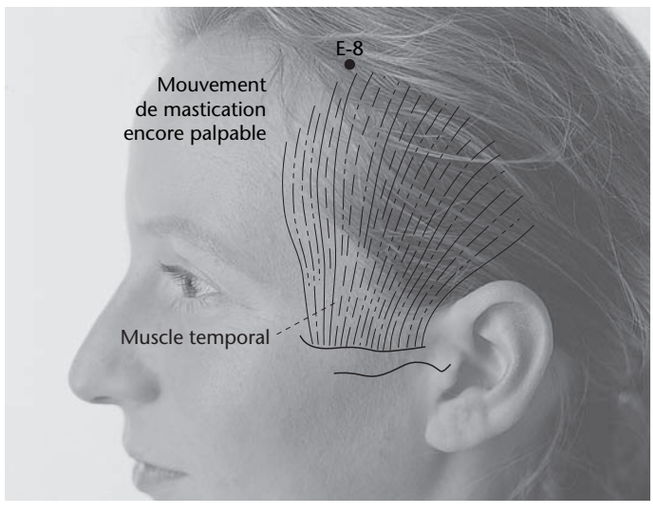


Actions/indications

- Chasse le vent.
- Dégage les yeux et les voies nasales.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et, selon certains auteurs, avec le méridien de la Vessie.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-16 *Fenêtre de l'œil* MUCHUANG

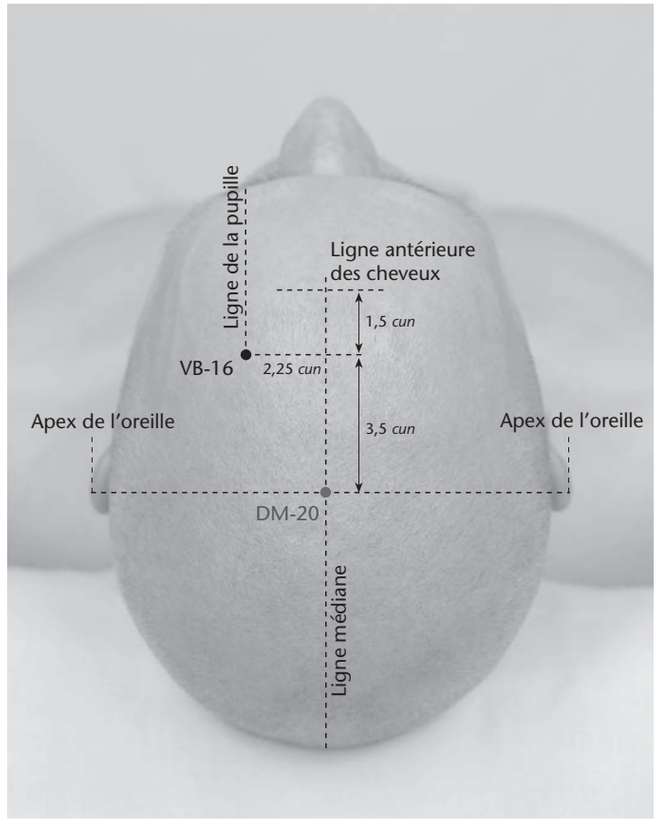
Localisation

1,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur la ligne verticale qui passe par la pupille ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane (à mi-chemin entre → **DM-24** et → **E-8**).

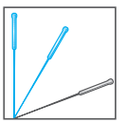
Comment le trouver

Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1 ; lorsque la personne a perdu ses cheveux, il faut lui demander de plisser le front ; la ligne des cheveux est à la frontière entre le pli du front et la peau lisse, au-dessus de celui-ci). Lorsque le patient regarde droit devant lui, **VB-16** est situé 1,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur une ligne verticale qui passe par la pupille. Cette ligne se situe 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane, ce qui correspond au milieu de la distance qui sépare → **DM-24** de → **E-8**. Pour mieux s'orienter : la distance entre la ligne antérieure des cheveux et → **DM-20** (à la jonction de la ligne médiane verticale et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles) est de 5 *cun*. **VB-16** se trouve 3,5 *cun* en avant de → **DM-20**, sur la courbe qui relie → **VB-15** et → **VB-20**.

→ **VB-15** se trouve sur la même ligne verticale, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.

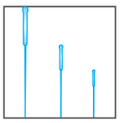


Insertion de l'aiguille



Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

Actions/indications



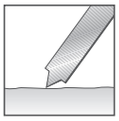
- Expulse les facteurs pathogènes (surtout le Vent) de la tête et des yeux.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication.

Caractéristiques particulières



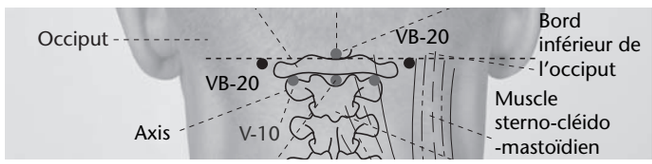
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).

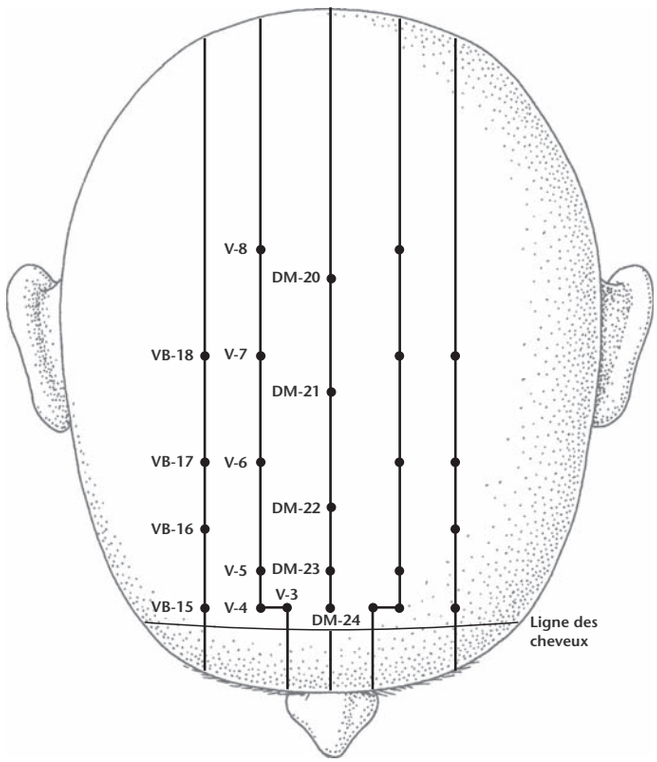






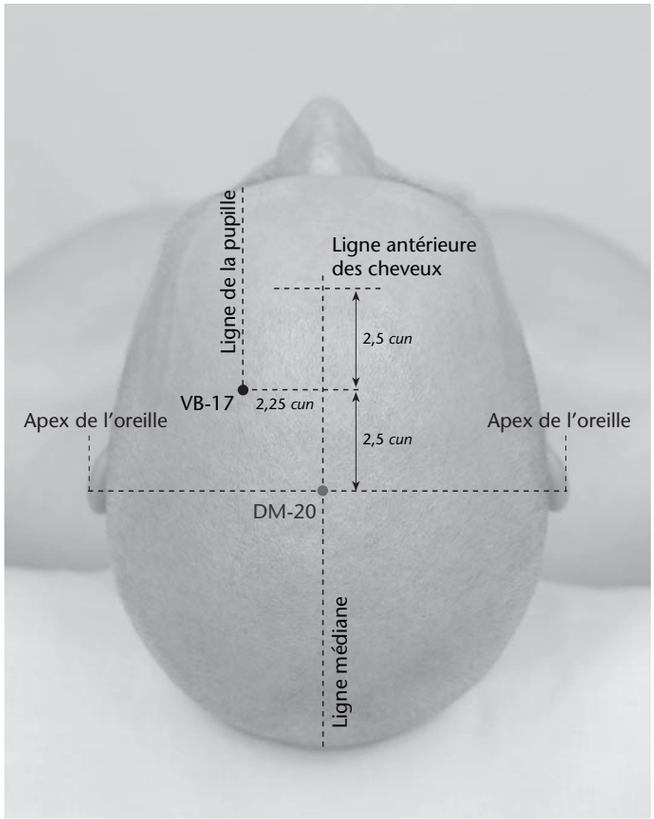


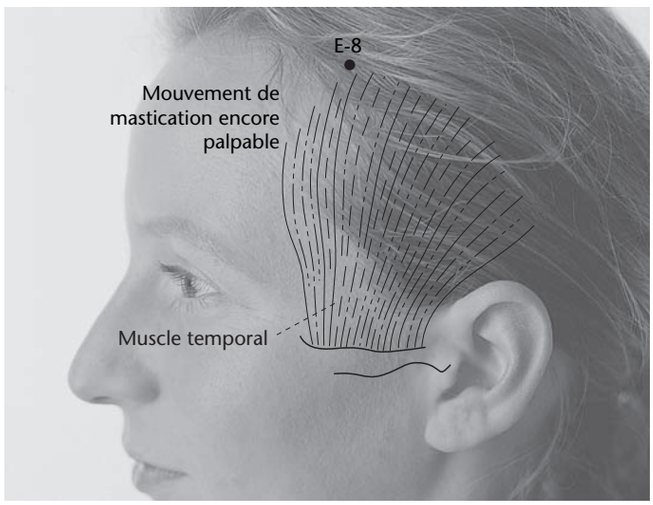


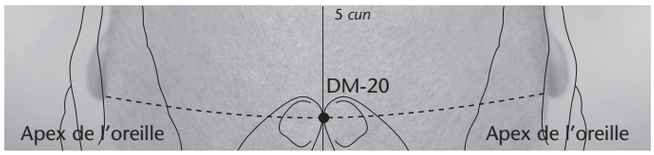


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nutrition droite ZHENGYING VB-17







Localisation

2,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1 ; lorsque la personne a perdu ses cheveux, il faut lui demander de plisser le front ; la ligne des cheveux est à la frontière entre le pli du front et la peau lisse, au-dessus de celui-ci) puis localiser → **DM-20** (à la jonction de la ligne médiane verticale et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles). La distance entre ces deux points est de 5 unités proportionnelles (→ 2.2). Déterminer le milieu de cette distance (par exemple, en utilisant la technique de l'amplitude de la main, → 2.3.3). **VB-17** se trouve sur la courbe qui relie → **VB-15** et → **VB-20** (prolongement de la ligne de la pupille, 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane).

→ **V-6** se trouve également 2,5 *cun* en avant de → **DM-20** mais 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Insertion de l'aiguille

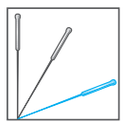
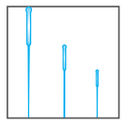
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

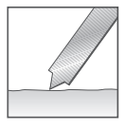
Actions/indications

- Expulse le Vent.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication.
- Fait descendre le Qi qui circule à contresens.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-18 *Aide de l'Esprit* CHENGLING

Localisation

4 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 1 *cun* en avant de ➞ **DM-20** et 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

Commencer par localiser ➞ **DM-20** (à la jonction de la ligne médiane verticale et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles ; la distance entre ces deux points est de 5 unités proportionnelles). Ensuite, localiser **VB-18** 1 *cun* en avant de ➞ **DM-20** sur la courbe qui relie ➞ **VB-15** et ➞ **VB-20** (prolongement de la ligne de la pupille, à mi-chemin entre ➞ **E-8** et ➞ **DM-24**).
➞ **V-7** se trouve au même niveau (1 *cun* en avant de ➞ **DM-20**) mais 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Insertion de l'aiguille

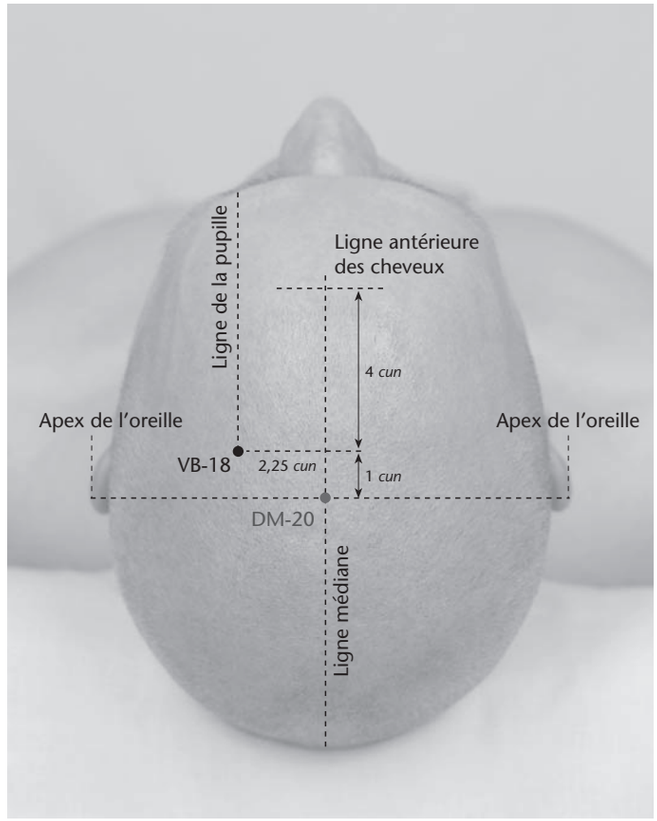
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

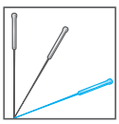
Actions/indications

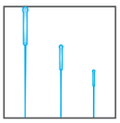
- Expulse le Vent, surtout du nez.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).

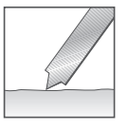






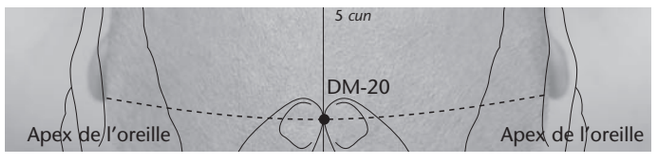


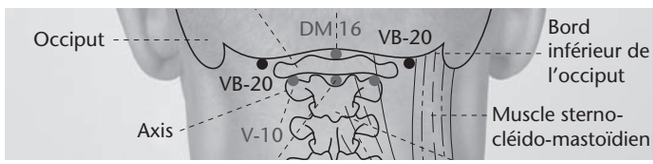


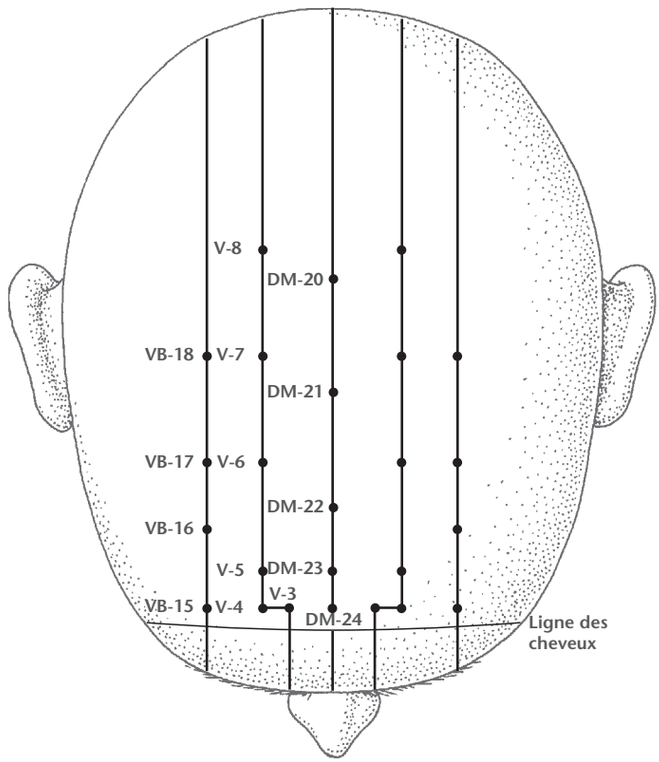






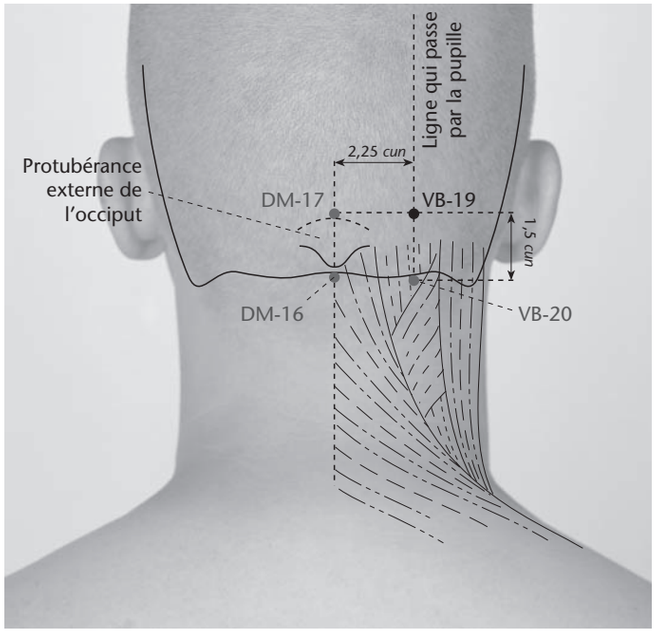






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Creux du cerveau NAOKONG VB-19

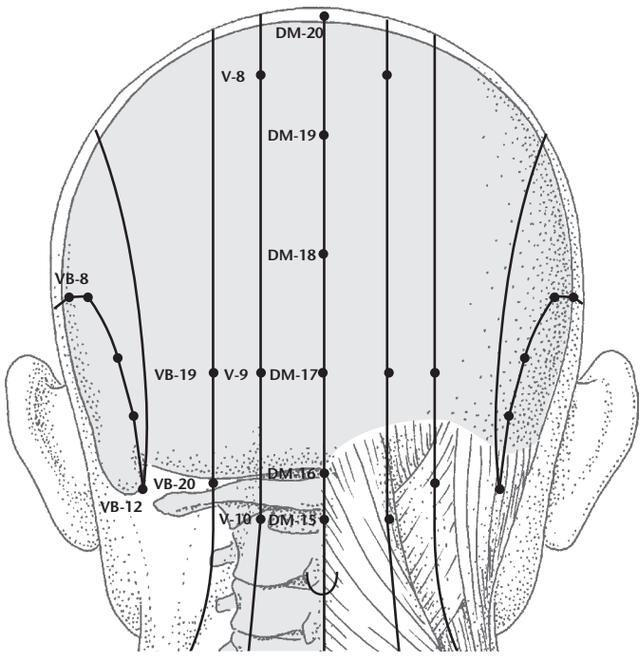


Localisation

À l'arrière de la tête, au bord supérieur de la protubérance externe de l'occiput (→ **DM-17**) et 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

Tout d'abord, commencer par localiser la protubérance externe de l'occiput (→ 3.1.5), que l'on peut sentir sous forme d'une zone protubérante plate sur la ligne médiane. → **DM-17** se trouve dans la dépression qui est juste au-dessus de la protubérance externe de l'occiput. À partir de là, mesurer 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane et localiser **DM-19** sur la courbe qui relie → **VB-15** et → **VB-20**, sur le prolongement de la ligne de la pupille (→ 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane ou à mi-chemin entre → **E-8** et → **DM-24**). **Repères anatomiques** : **DM-19** se trouve approximativement 2,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.5) et environ 1,5 *cun* au-dessus de → **VB-20** (sur le bord inférieur de l'occiput, entre l'origine du muscle sterno-cléido-mastoïdien et celle du muscle trapèze).





Insertion de l'aiguille

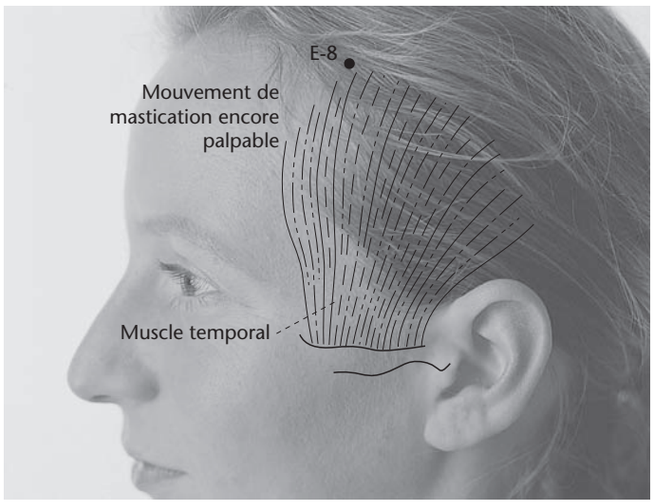
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 1,5 *cun* de profondeur en direction de l'occiput ou de la zone affectée.

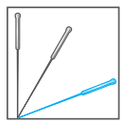
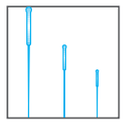
Actions/indications

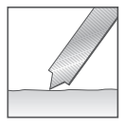
- Expulse le Vent.
- Dégage les orifices des sens.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).



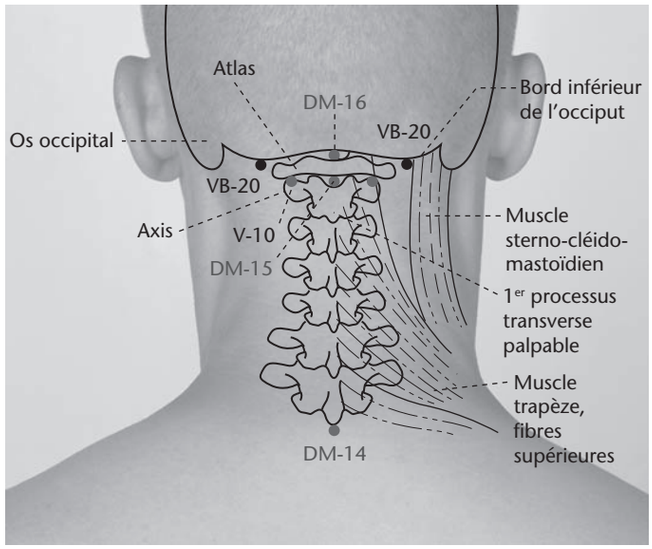


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-20 *Mare du vent* FENGCHI

Localisation

Sur le bord inférieur de l'occiput, dans la dépression qui se trouve entre l'origine du muscle sterno-cléido-mastoïdien et celle du muscle trapèze.



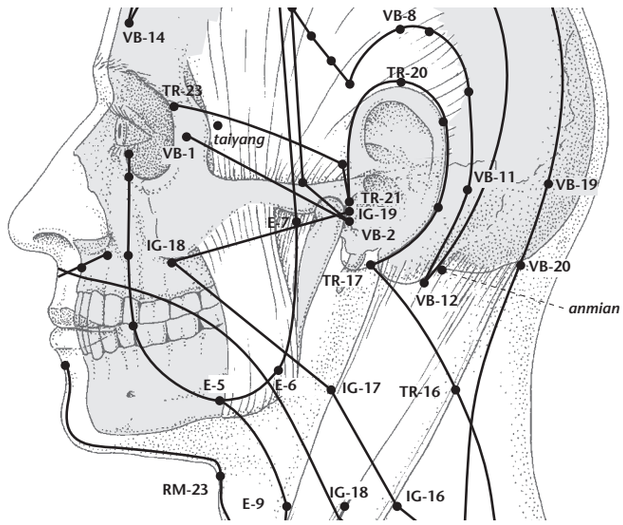
Comment le trouver

Position du patient : couché sur le ventre, assis ou couché sur le dos (avec un coussin de façon à avoir accès à la région de l'occiput). À partir de la ligne médiane, faire glisser le doigt le long du bord inférieur de l'occiput puis sur le renflement formé par l'origine du muscle trapèze, jusqu'à trouver une dépression de la taille d'une pelote digitale. Localiser **VB-20** en son centre.

Au même niveau, on trouve → **DM-16**. → **V-10** est situé plus bas, en direction plus médiale.

Insertion de l'aiguille

On pique ce point alors que le patient a la tête légèrement penchée en avant, la pointe de l'aiguille dirigée vers le bas. En fonction de la position de la tête, insertion de 0,5 à 1,2 *cun* de profondeur dirigée vers la pointe du nez ou vers l'orbite du côté opposé. Attention : chez les patients maigres, ne pas piquer au-delà de 2 cm de profondeur (l'artère vertébrale se situe à une profondeur d'environ 4 cm).

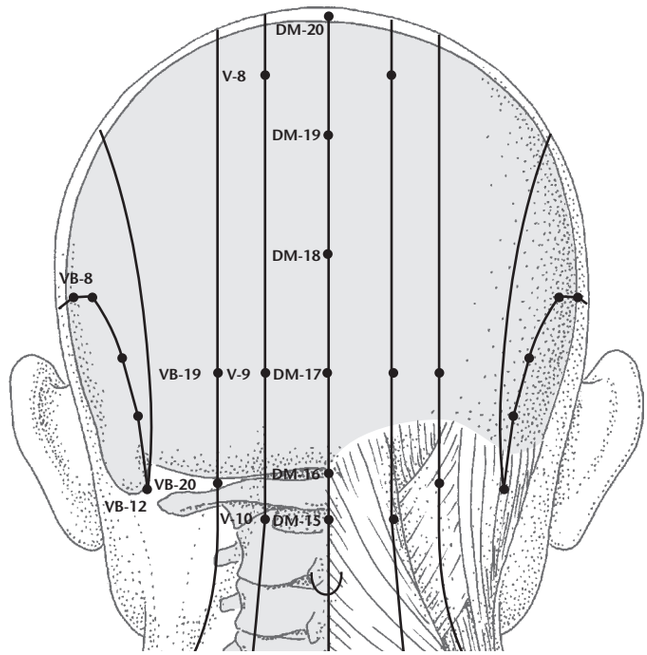


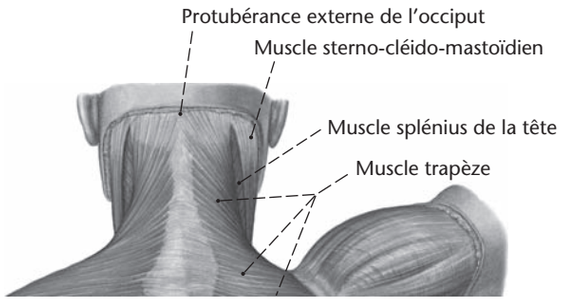
Actions/indications

- Chasse le Vent, a des effets bénéfiques sur la tête et les yeux, dégage les organes des sens.
- Ouvre le méridien.
- Avec une technique de tonification : fortifie la Moelle et le Cerveau (selon Maciocia).

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Triple Réchauffeur*, le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). Point majeur pour tous les « troubles de type Vent », point très important pour les pathologies de la tête et des yeux.

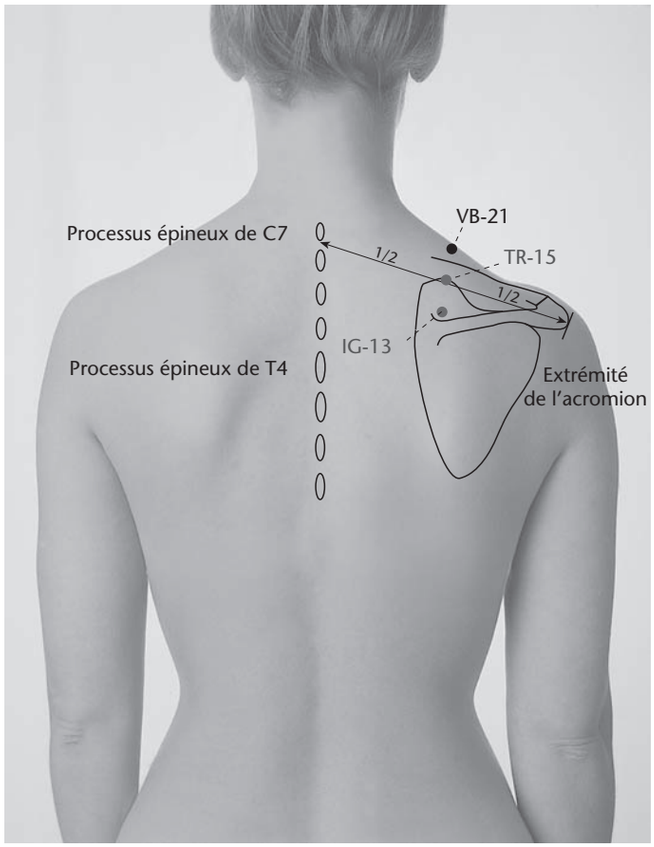




* Selon Deadman et al., 1998

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Puits de l'épaule JIANJING VB-21



Localisation

Au sommet de l'épaule, au milieu de la ligne qui relie la 7ème vertèbre cervicale (C7) et l'extrémité latérale de l'acromion.

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1) et l'extrémité latérale de l'acromion (→ 3.3.1). Ensuite, localiser **VB-21** au milieu de la ligne qui rejoint ces deux points, au sommet du muscle trapèze dans un plan sagittal.

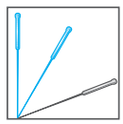
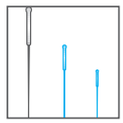
→ **TR-15** se trouve 1 *cun* en dessous de **VB-21**, à mi-chemin entre **VB-21** et → **IG-13** (médial par rapport à la fosse supra-épineuse).

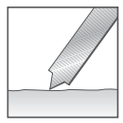
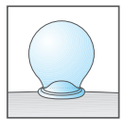
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire d'environ 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur (soulever le muscle). Sinon, méthode comportant moins de risques : soulever le muscle et insérer l'aiguille environ 1 *cun* en avant ou en arrière, dans le ventre du muscle. Attention : ce point est contre-indiqué pendant la grossesse ! Risque de pneumothorax.

Actions/indications

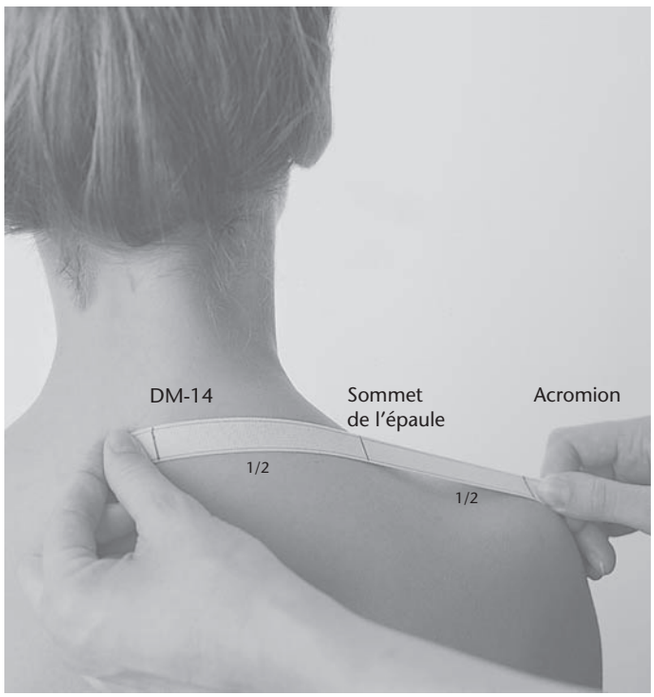
- Ouvre le méridien.
- Fait descendre le Qi.
- Régule la circulation du Qi, transforme les Glaires, dissipe les nodules.
- Favorise le travail de l'accouchement, a des effets bénéfiques sur les seins.


Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), le méridien du Triple Réchauffeur, de même que le méridien de l'Estomac*). Point gâchette pour l'épaule avec un effet distal sur l'Utérus.





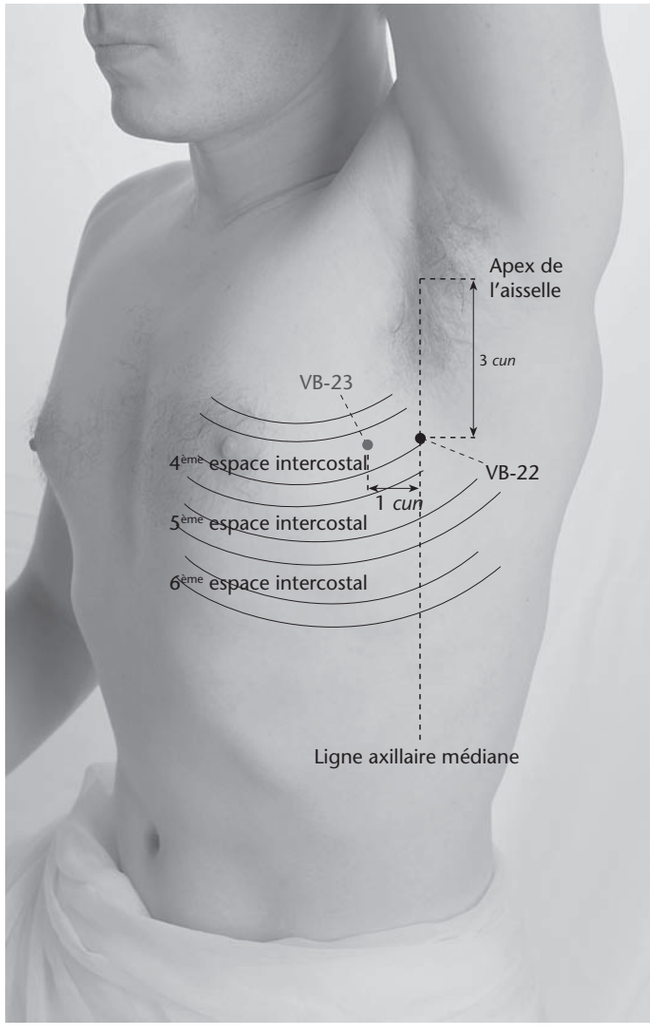
* Selon Deadman et al., 1998

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-22 *Abîme de l'aisselle* YUANYE

Localisation

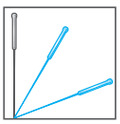
Sur la ligne axillaire moyenne lorsque le bras est en abduction, environ 3 *cun* en dessous de l'apex de l'aisselle, dans le 4ème espace intercostal (selon certains auteurs, dans le 5ème espace intercostal).

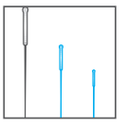


Comment le trouver

Lorsque le bras est en légère abduction, localiser l'apex de l'aisselle. **VB-22** se trouve 3 *cun* en dessous, dans le 4ème espace intercostal. **Repères anatomiques** : chez les hommes, le mamelon se trouve dans le 4ème espace intercostal ; chez les femmes, lorsqu'elles sont allongées sur le dos, sa localisation peut varier. C'est pourquoi, chez les femmes, la synchondrose manubrio-sternale (→ 3.5) est un repère plus fiable pour s'orienter dans la région costale. Remarque : l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut en direction latérale.

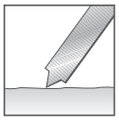
Au même niveau ou dans le 4ème espace intercostal, on trouve, en direction médiale, → **RM-17, Rn-23, E-17, MC-1, Rte-18, VB-23** (respectivement sur la ligne médiane, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane, au centre du mamelon ou 4 *cun* en dehors de la ligne médiane, 1 *cun* en dehors du mamelon ou 5 *cun* en dehors de la ligne médiane, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane, 1 *cun* en avant de **VB-22**).













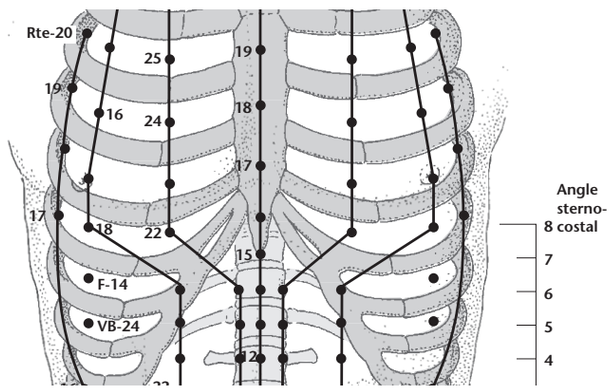


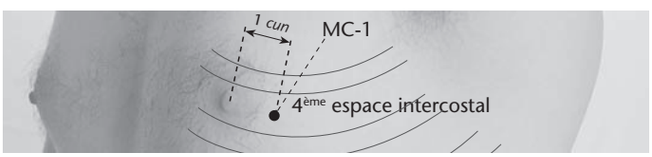
Insertion de l'aiguille

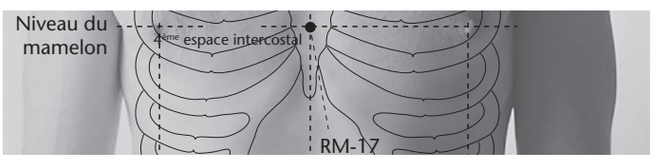
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, le long de l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Régule le Qi dans le Réchauffeur Supérieur.
- Ouvre les méridiens *luo* de communication de l'aisselle.

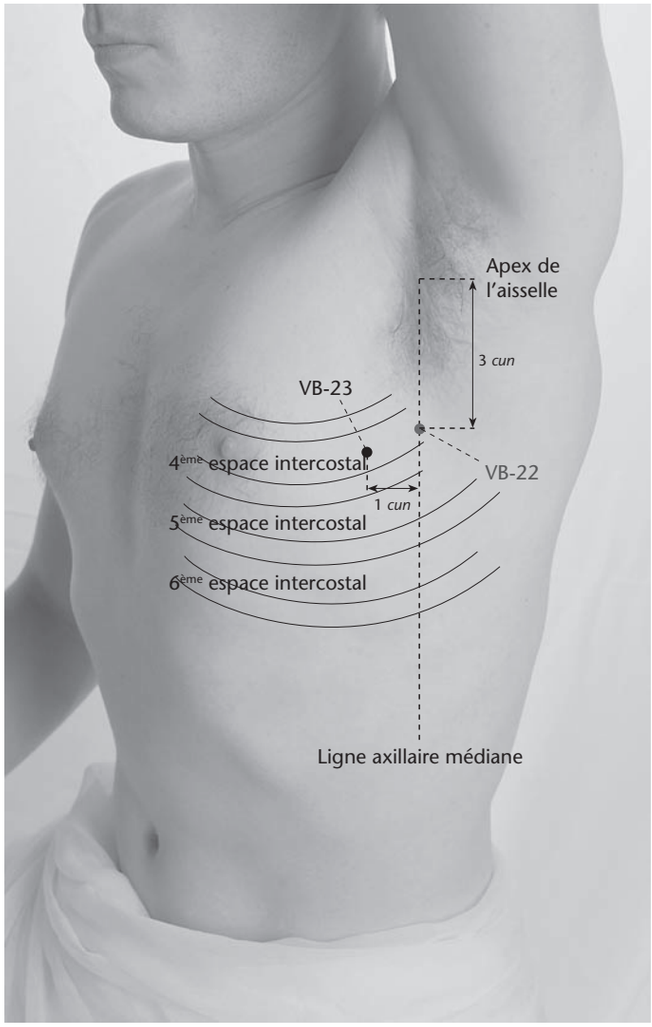


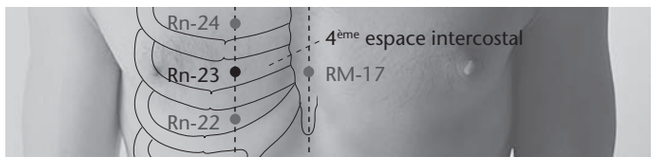


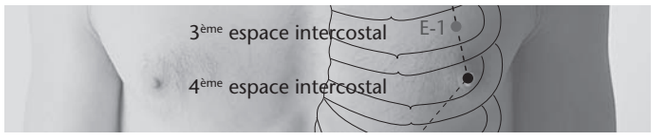


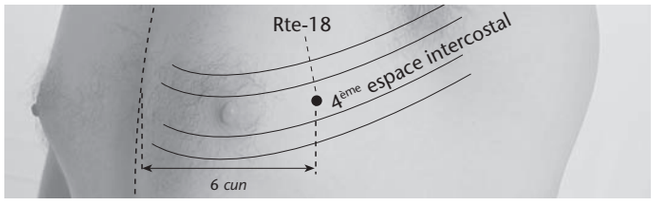
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Tendons des flancs ZHEJIN VB-23









Localisation

1 *cun* en dessous de → **VB-22** (sur la ligne axillaire moyenne, 3 *cun* en dessous de l'apex de l'aisselle, dans le 4ème espace intercostal).

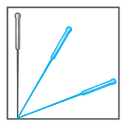
Comment le trouver

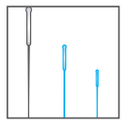
Lorsque le bras est en légère abduction, localiser l'apex de l'aisselle. Commencer par localiser → **VB-22**, 3 *cun* en dessous, dans le 4ème espace intercostal, puis localiser **VB-23** 1 *cun* en avant de → **VB-22**, également dans le 4ème espace intercostal. **Pour mieux s'orienter** : chez les hommes, le mamelon se trouve dans le quatrième espace intercostal ; chez les femmes, lorsqu'elles sont allongées sur le dos, sa localisation peut varier. C'est pourquoi, chez les femmes, la synchondrose manubriosternale (→ 3.5) est un repère plus fiable pour s'orienter dans la région costale. Remarque : l'espace intercostal décrit une courbe vers le haut en direction latérale.

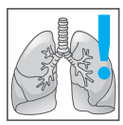
Au même niveau ou dans le 4ème espace intercostal, on trouve, en direction médiale, → **RM-17, Rn-23, E-17, MC-1, Rte-18,** (respectivement sur la ligne médiane, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane, au centre du mamelon ou 4 *cun* en dehors de la ligne médiane, 1 *cun* en dehors du mamelon ou 5 *cun* en dehors de la ligne médiane, 6 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

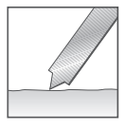
Insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur, le long du 4ème espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.















Actions/indications

- Régule le Qi entre les Réchauffeurs Supérieur et Moyen.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Selon certains auteurs, point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-24 *Soleil et lune* RIYUE

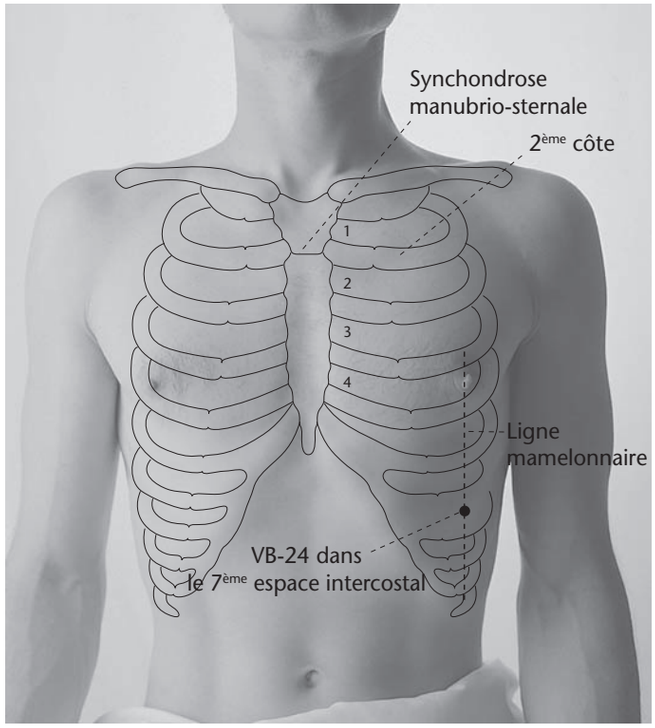
Localisation

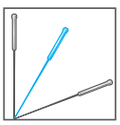
Dans le 7ème espace intercostal, sur la ligne mamelonnaire (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

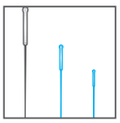
Comment le trouver

La ligne mamelonnaire est une ligne verticale qui se trouve 4 *cun* en dehors de la ligne médiane et qui sert de référence dans la région thoracique (→ 3.5). **Méthode rapide, surtout chez les hommes** : chez les hommes, le mamelon est généralement situé au niveau du 4ème espace intercostal. À partir du mamelon, faire courir le doigt jusqu'au 7ème espace intercostal. **Ou :** la synchondrose manubrio-sternale, structure osseuse horizontale située sur le sternum, est un point de repère plus fiable, surtout chez les femmes. Le cartilage costal de la 2ème côte est en dehors de la synchondrose, et le 2ème espace intercostal est juste en dessous. À partir de là, faire courir le doigt jusqu'au 7ème espace intercostal et localiser **VB-24** sur la ligne mamelonnaire. → **F-14** est juste au-dessus de **VB-24**, dans le 6ème espace intercostal.

À peu près au même niveau (1 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal), on trouve → **RM-13, Rn-20, E-20** (respectivement sur la ligne médiane, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane).



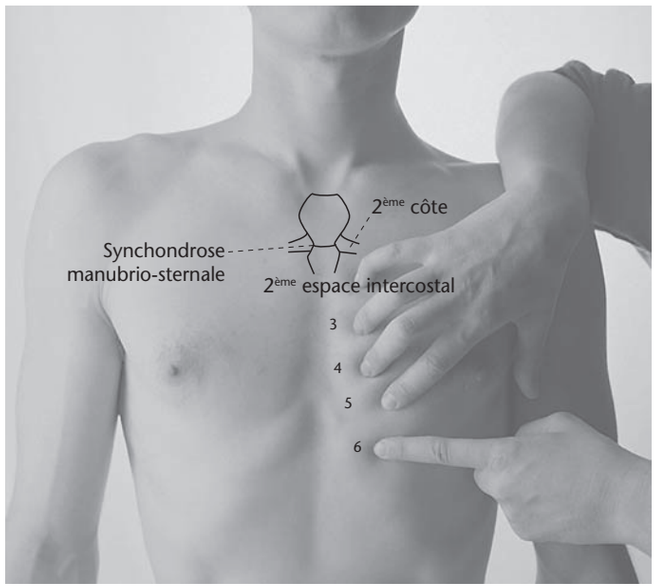




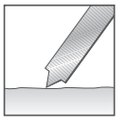


Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur en direction latérale, le long de l'espace intercostal. Attention : risque de pneumothorax.







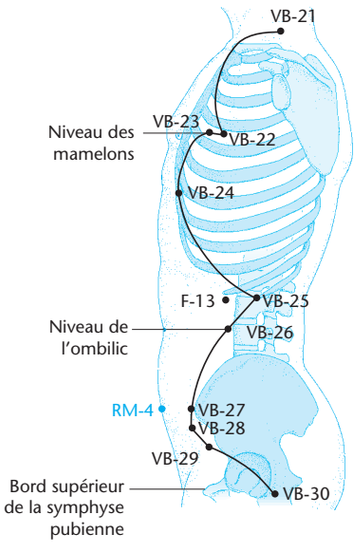


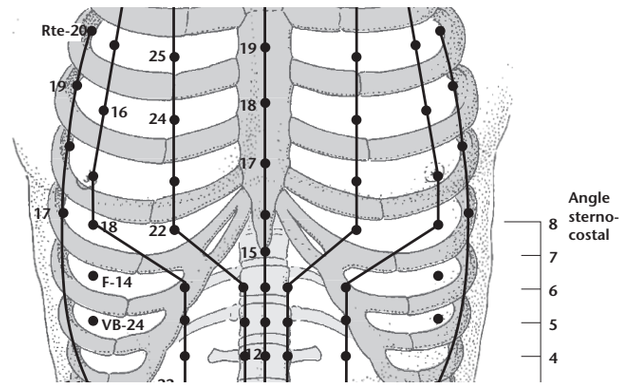
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur la Vésicule Biliaire, élimine la Chaleur-Humidité, régule et diffuse le Qi du Foie, fait descendre le Qi qui va à contresens, harmonise le Réchauffeur Moyen.

Caractéristiques particulières

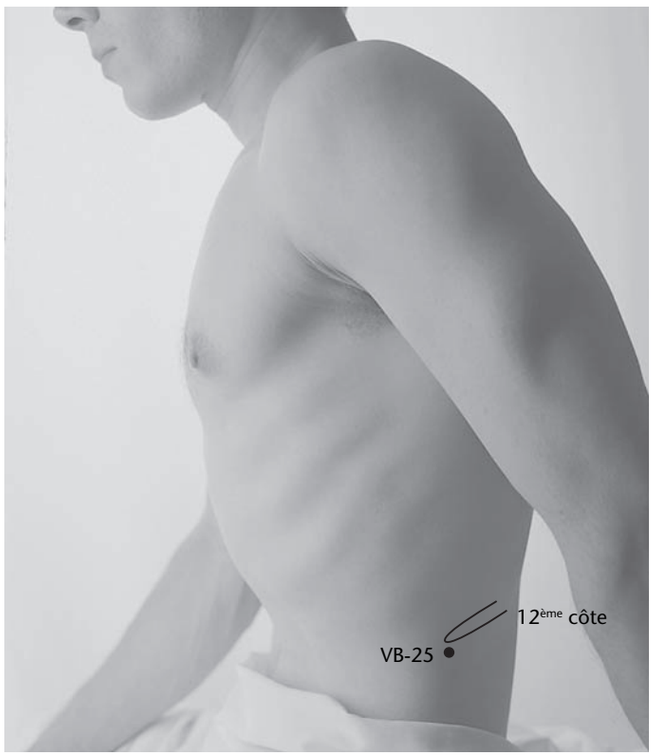
Point *mu* antérieur de la Vésicule Biliaire, point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Rate et, selon certains auteurs, avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*). Point majeur pour les troubles de la Vésicule Biliaire.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de la capitale JINGMEN VB-25



Localisation

Sur la face latérale de la cage thoracique, au bord inférieur de l'extrémité libre de la 12ème côte.

Comment le trouver

Placer tout d'abord la main sur la partie supérieure de l'abdomen et en appliquant une pression légère, faire glisser les doigts le long du bord inférieur de la cage thoracique jusqu'à trouver la 11ème côte (→ **F-13**), légèrement au-dessus de l'ombilic. Puis continuer à palper le long du bord inférieur de la cage thoracique jusqu'à rencontrer l'extrémité libre de la 12ème côte, sur la face latérale de la taille. Localiser **VB-25** à son bord inférieur. **Repères anatomiques** : lorsqu'on appuie le coude fléchi sur le thorax, l'extrémité de l'olécrâne se trouve sur cette zone, à peu près sur l'extrémité libre de la 11ème côte (→ **F-13**).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine ; il faut insérer l'aiguille dans les muscles obliques externe et interne.

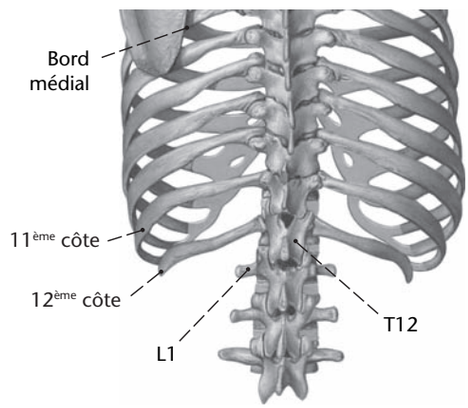
Actions/indications

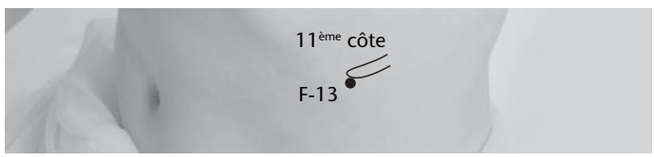
- Tonifie le Rein et régule la voie des eaux.
- Fortifie la Rate et régule les Intestins.
- A des effets bénéfiques sur la région lombale.

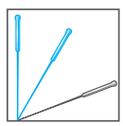
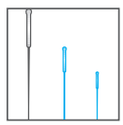
Caractéristiques particulières

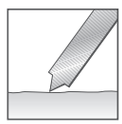
Point *mu* antérieur du Rein.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-26 *Vaisseau ceinture* DAIMAI

Localisation

Sur la face latérale de la taille, à l'intersection d'une ligne verticale qui passe par l'extrémité libre de la 11ème côte et une ligne horizontale qui passe par l'ombilic, approximativement 1,8 *cun* en dessous de ➞ **F-13**.

Comment le trouver

Commencer par palper le bord inférieur de la cage thoracique pour localiser la 11ème côte (➞ **F-13**). Ensuite, localiser **VB-26** en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte, au niveau de l'ombilic. **Méthode de localisation rapide de ➞ F-13** : lorsqu'on appuie le coude fléchi sur le thorax, l'extrémité de l'olécrâne se trouve sur cette zone, à peu près sur l'extrémité libre de la 11ème côte (➞ **F-13**).

Au même niveau, on trouve ➞ **RM-8** (au centre de l'ombilic), ➞ **Rn-16, E-25, Rte-15** (respectivement 0,5 *cun*, 2 *cun*, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

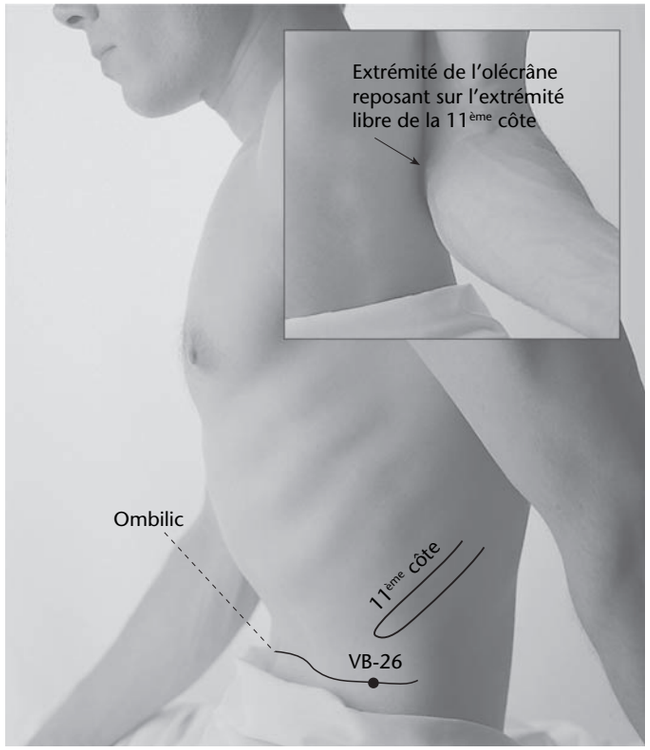
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : prudence lorsque le patient est maigre.

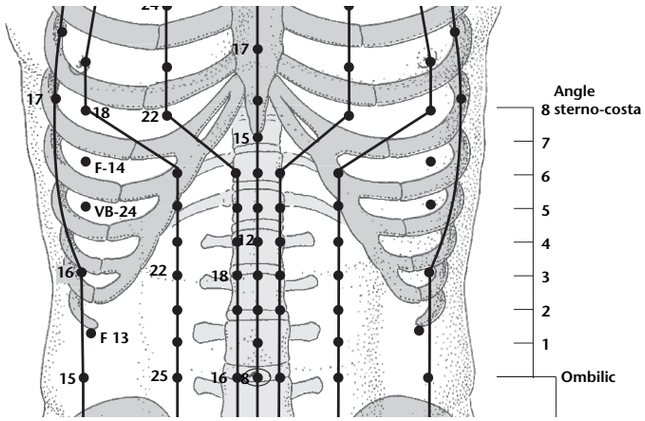
Actions/indications

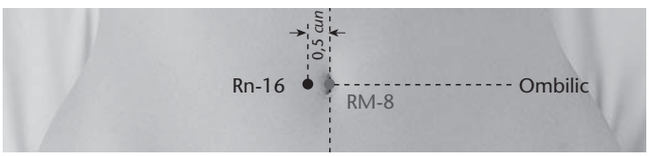
- Régule le vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- Régule l'Utérus.
- Draine la Chaleur-Humidité.

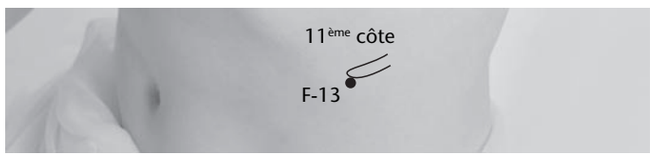
Caractéristiques particulières

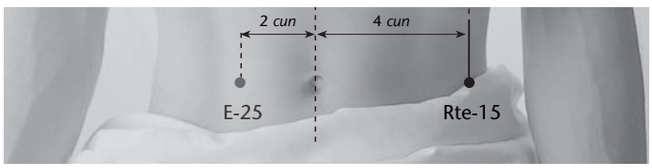
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*).

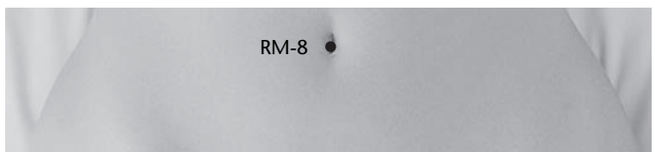


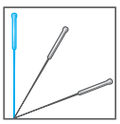
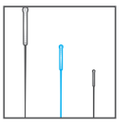


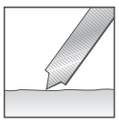








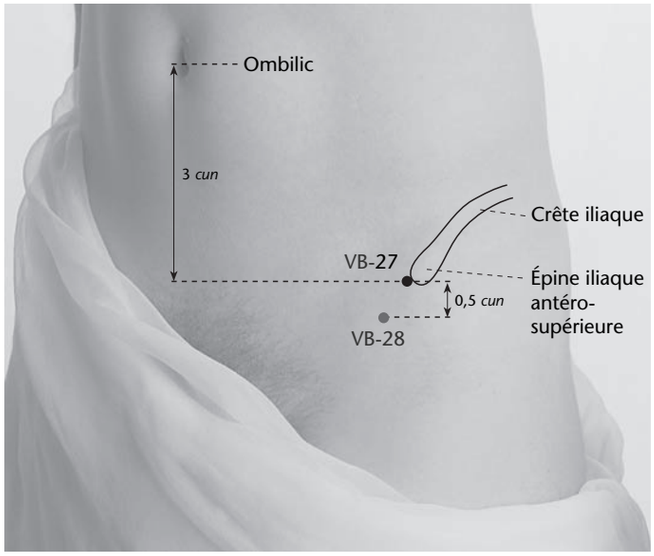





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les cinq pivots WUSHU VB-27

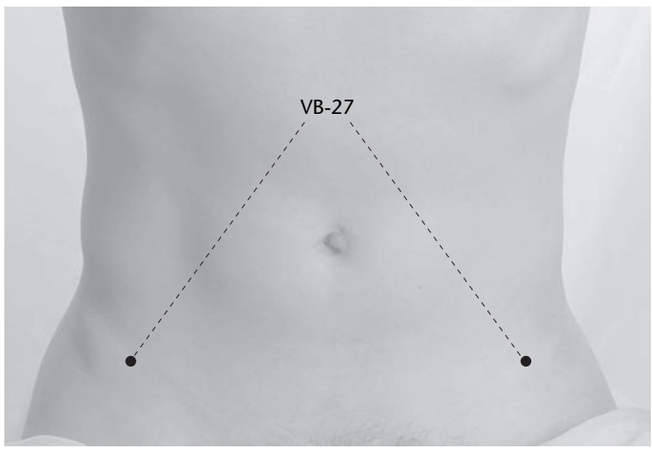


Localisation

Dans la dépression qui est en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure, à peu près 3 *cun* en dessous de l'ombilic.

Comment le trouver

Commencer par localiser l'épine iliaque antéro-supérieure (→ 3.5) en suivant, en avant et vers le bas, le bord supérieur de la crête iliaque. À son extrémité antérieure, l'épine iliaque antéro-supérieure forme une crête osseuse palpable sur la partie latérale du bas abdomen. Localiser **VB-27** dans la dépression qui est en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure en direction médiale.
→ **VB-28** est situé approximativement 0,5 *cun* en dessous de **VB-27**, en direction médiale.
À peu près au même niveau (3 *cun* en dessous de l'ombilic), on trouve → **RM-4**, → **Rn-13,** → **E-28** (respectivement sur la ligne médiane, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, 2 *cun* en dehors de la ligne médiane).



Insertion de l'aiguille

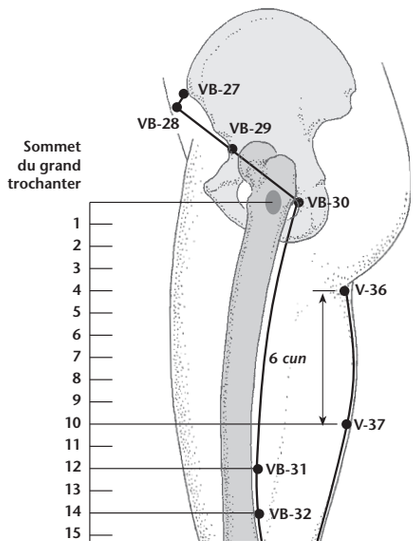
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : prudence pendant la grossesse.

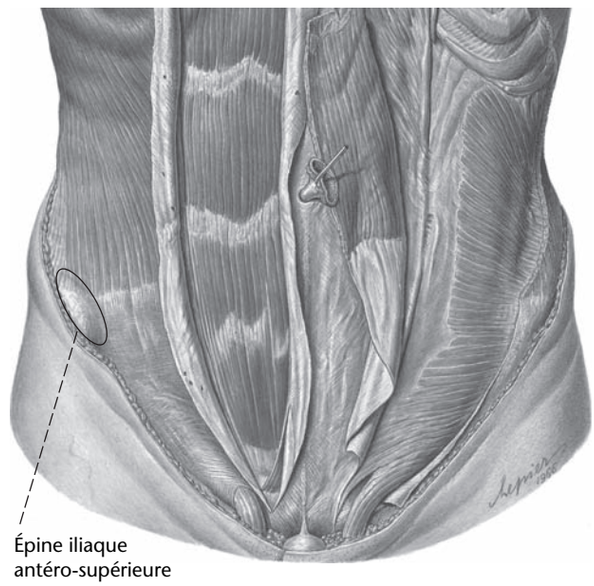
Actions/indications

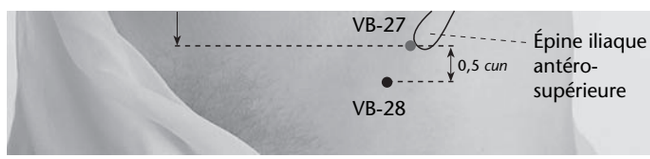
- Fortifie le Rein.
- Régule le vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- Régule le Triple Réchauffeur.

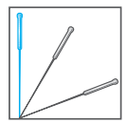
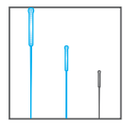
Caractéristiques particulières

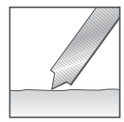
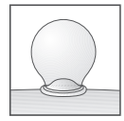
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*).








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-28 *Chemin de liaison* WEIDAO

Localisation

Sur la face latérale de l'abdomen, en avant et en dessous de l'épine iliaque antéro-supérieure, environ 0,5 *cun* en avant et en dessous de ➞ **VB-27**.

Comment le trouver

Commencer par localiser l'épine iliaque antéro-supérieure (➞ 3.5) en suivant, en avant et vers le bas, le bord supérieur de la crête iliaque. À son extrémité antérieure, l'épine iliaque antéro-supérieure forme une crête osseuse palpable sur la partie latérale du bas abdomen. Localiser ➞ **VB-27** dans la dépression qui est en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure, en direction médiale. **VB-28** est situé approximativement 0,5 *cun* en dessous de ➞ **VB-27**, en direction médiale.

Insertion de l'aiguille

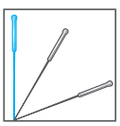
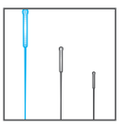
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : prudence pendant la grossesse.

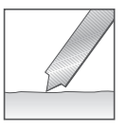
Actions/indications

- Régule le vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- Régule le Triple Réchauffeur.
- Élimine l'Humidité.

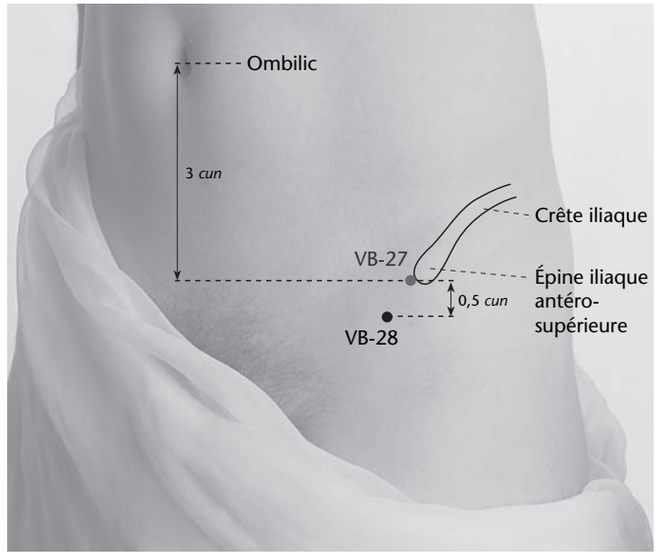
Caractéristiques particulières

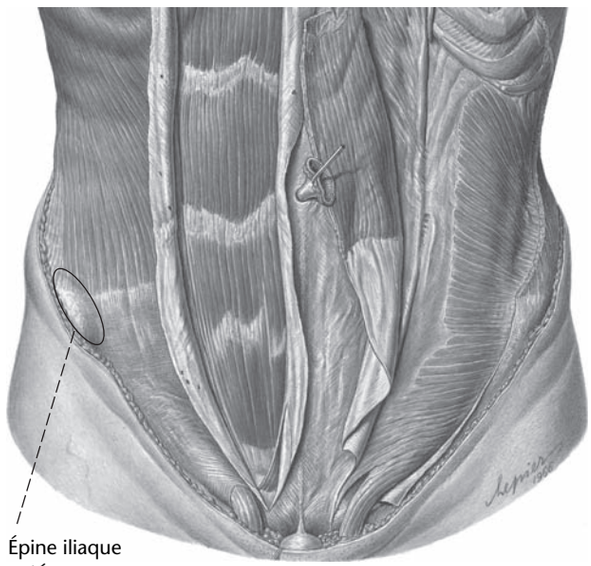
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*).

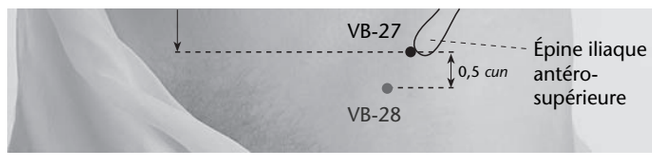





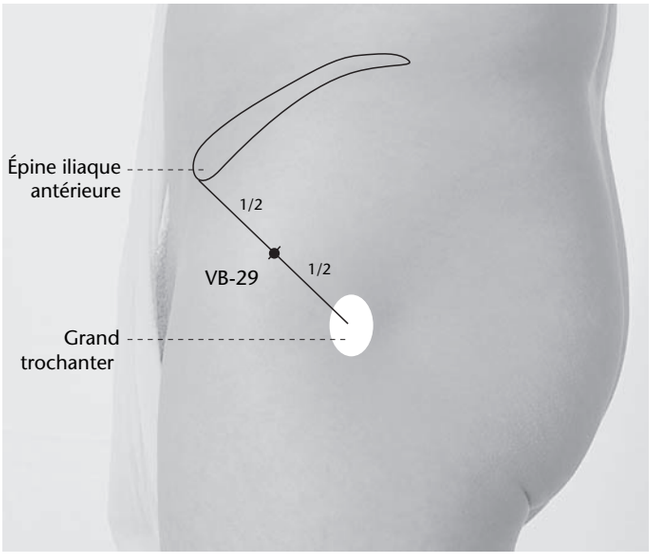






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crevasse fixe JULIAO VB-29

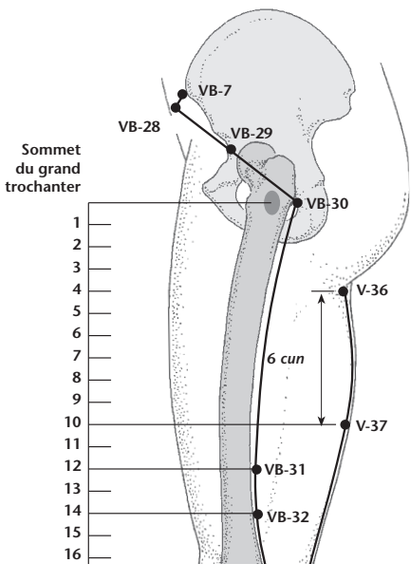


Localisation

Au milieu d'une ligne tracée entre l'épine iliaque antéro-supérieure et le sommet du grand trochanter, au bord inférieur de la crête iliaque.

Comment le trouver

Commencer par localiser l'épine iliaque antéro-supérieure (→ 3.5) en suivant, en avant et vers le bas, le bord supérieur de la crête iliaque. À son extrémité antérieure, l'épine iliaque antéro-supérieure forme une crête osseuse palpable sur la partie latérale du bas abdomen. Lorsque le patient est allongé sur le côté, les jambes légèrement fléchies, localiser le grand trochanter (→ 3.6), qui est une structure osseuse facilement identifiable de la région de l'articulation de la hanche. **VB-29** se trouve au milieu d'une ligne tracée entre l'épine iliaque antéro-supérieure et le sommet du grand trochanter.



Insertion de l'aiguille

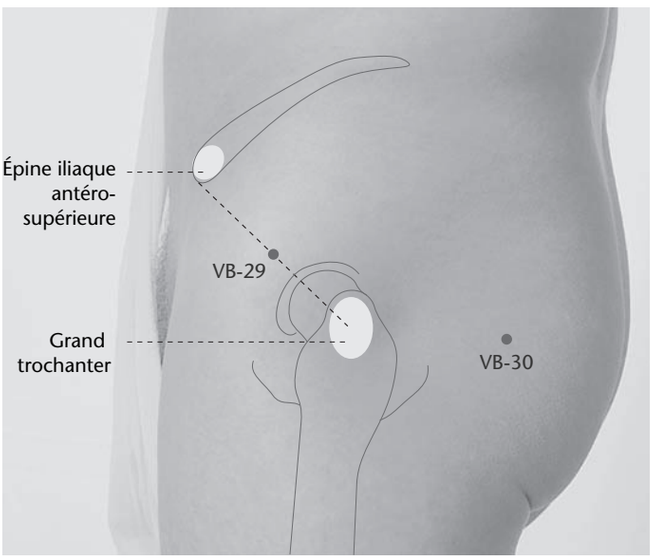
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

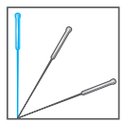
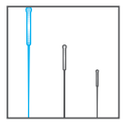
Actions/indications

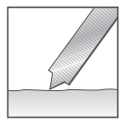
- Expulse le Froid, l'Humidité et le Vent, ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) et, selon certains auteurs, avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*).



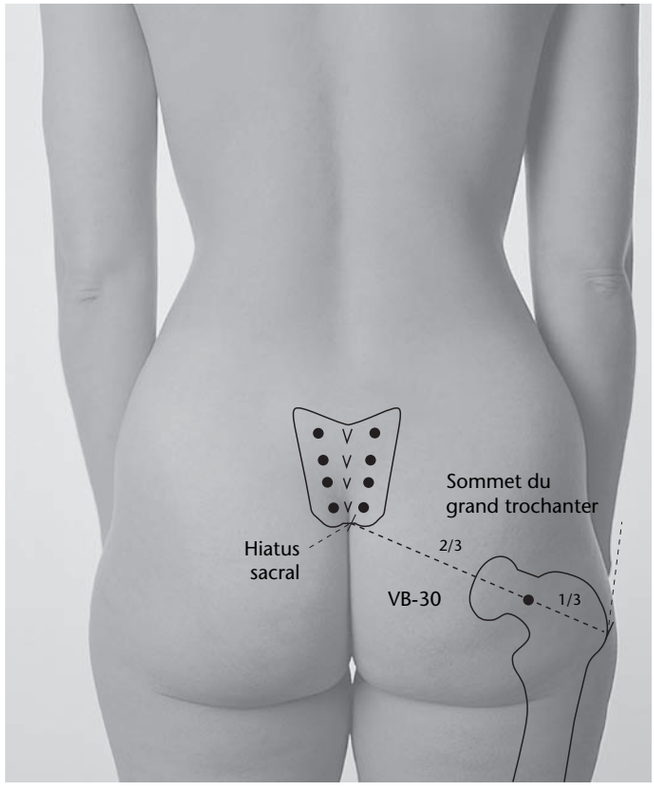


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-30 *Cercle dans lequel on saute* HUANTIAO

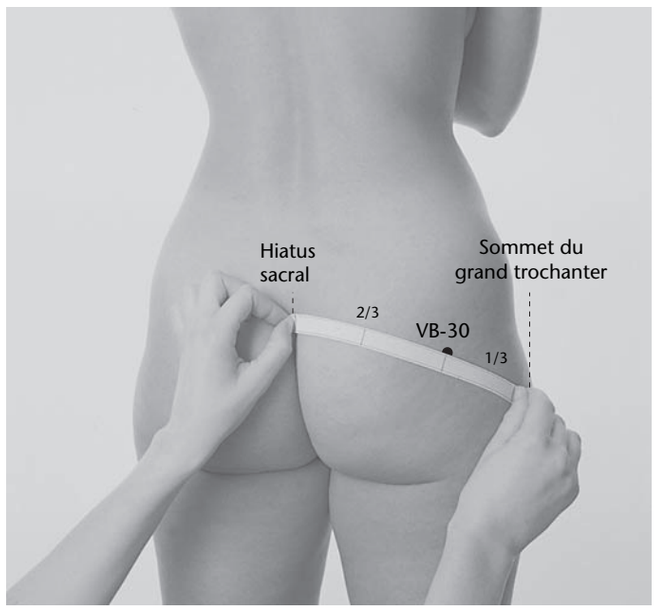
Localisation

Lorsque le patient est allongé sur le côté, ce point est à l'intersection des deux tiers médiaux et du tiers latéral d'une ligne tracée entre le sommet du grand trochanter et le hiatus sacral.



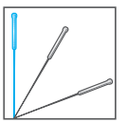
Comment le trouver

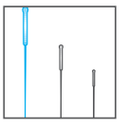
Position du patient : allongé sur le dos ou, mieux, sur le côté, de préférence avec la hanche et le genou du côté à piquer fléchis et l'autre jambe tendue. Utiliser des coussins, etc. pour que la position soit confortable. Points de repère : le hiatus sacral (→ 3.4.4) et la proéminence latérale du grand trochanter (→ 3.6). **VB-30** est situé sur une ligne qui relie ces deux points, à un tiers de la distance par rapport au grand trochanter.



Insertion de l'aiguille

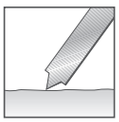
Insertion perpendiculaire de 1,5 à 3 *cun* de profondeur en direction de la région génitale. L'aiguille peut atteindre le fascia du muscle obturateur interne, de même que les tissus conjonctifs intermusculaires. Il faut prendre des aiguilles longues de 3 *cun* (50 mm). Attention : piquer ce point est souvent douloureux. Lorsqu'on le pique, le patient peut ressentir la sensation électrique de *diqi* jusque dans les orteils. Cette sensation est particulièrement courante en cas de sciatique et lorsqu'on pique **VB-30** 1 *cun* en dessous de sa localisation correcte.

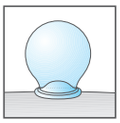














Actions/indications

- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur, a des effets bénéfiques sur la hanche et les jambes, élimine le Vent-Humidité.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point important pour les pathologies de la hanche.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Marché du vent FENGSHI VB-31



Localisation

Sur la face latérale de la cuisse, en dessous du grand trochanter, 7 *cun* au-dessus du pli poplité.

Comment le trouver

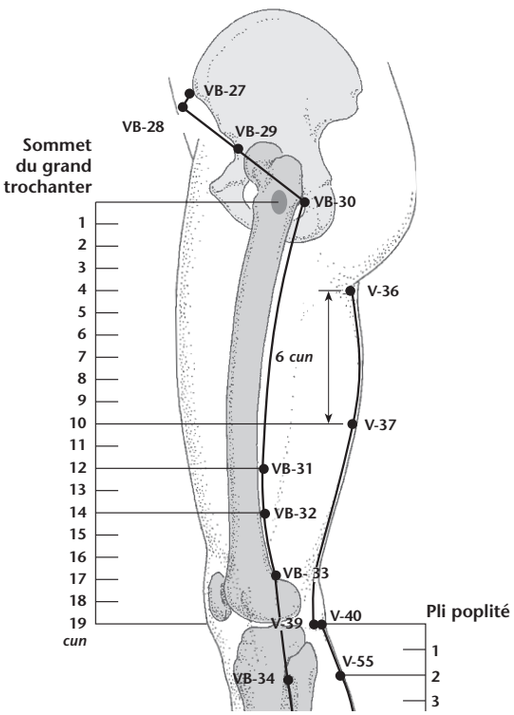
Demander au patient de placer les mains sur la couture d'un pantalon imaginaire (le patient étant debout de préférence). **VB-31** est situé là où l'extrémité du majeur touche la face latérale de la cuisse. **Ou** : la distance entre le sommet du grand trochanter (→ 3.6) est de 19 *cun* (→ 2.2). Diviser cette distance en trois et localiser **VB-31** 1 *cun* en direction proximale, à un tiers du li poplité. La sensibilité de ce point à la pression peut aider à le localiser.

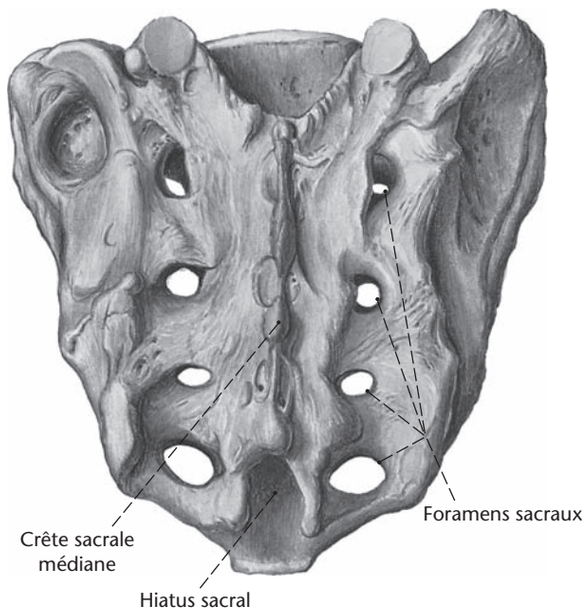
Insertion de l'aiguille

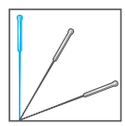
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

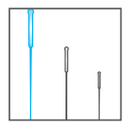
Actions/indications

- Élimine le Vent, l'Humidité et la Chaleur.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.



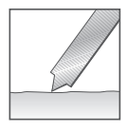


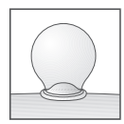














Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-32 *Fossé du milieu* ZHONGDU

Localisation

Sur la face latérale de la cuisse, 5 *cun* en direction proximale par rapport au pli poplité, entre le muscle vaste latéral et le muscle biceps fémoral.

Comment le trouver

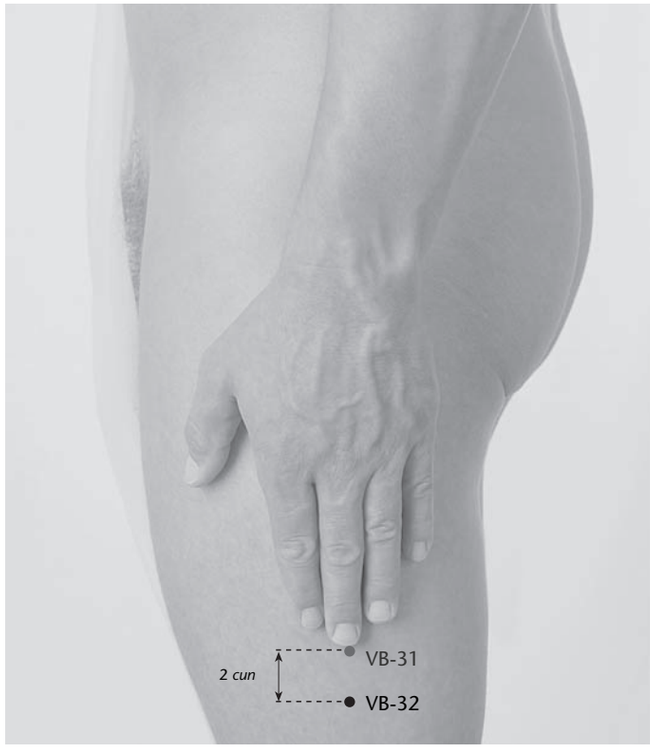
Demander au patient de placer les mains sur la couture d'un pantalon imaginaire (le patient étant debout de préférence). → **VB-31** est situé là où l'extrémité du majeur touche la face latérale de la cuisse. On peut alors localiser **VB-32** 2 *cun* en direction distale par rapport à → **VB-31**. **Ou** : la distance entre le sommet du grand trochanter (→ 3.6) est de 19 *cun* (→ 2.2). Diviser cette distance en quatre (utiliser un ruban élastique ou la technique de l'amplitude de la main) et localiser **VB-32** en direction légèrement proximale, à un quart du pli poplité. La sensibilité de ce point à la pression peut aider à le localiser.

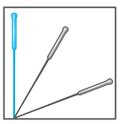
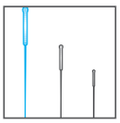
Insertion de l'aiguille

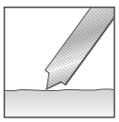
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

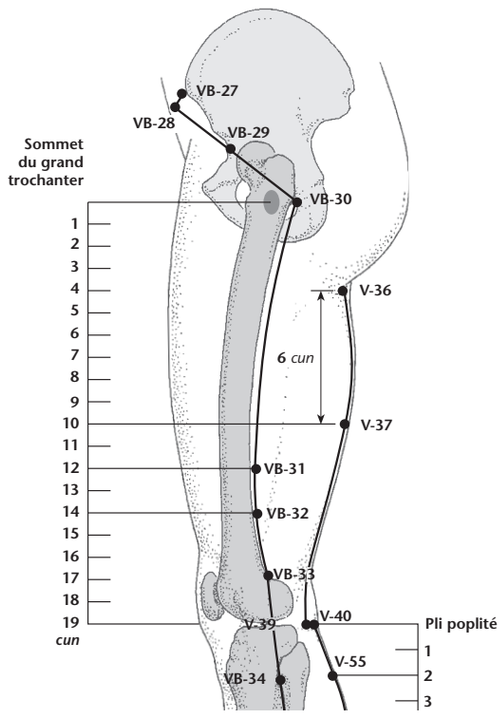
- Élimine le Vent, l'Humidité et le Froid, ouvre le méridien.



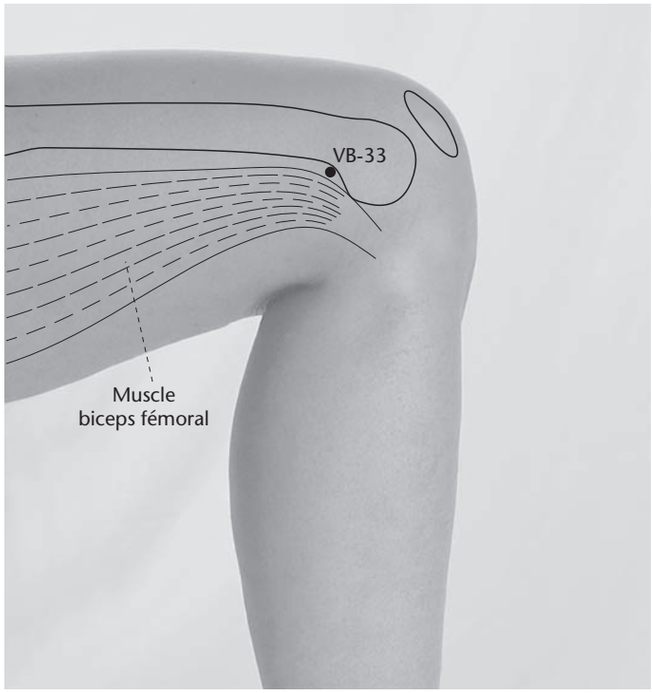


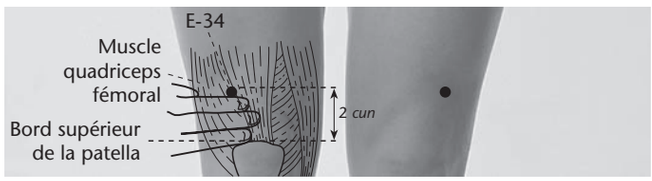




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte Yang du genou XIYANGGUAN VB-33







Localisation

Sur la face latérale du genou. Lorsque le genou est fléchi, dans la dépression située entre la diaphyse et l'épicondyle latéral du fémur, et le muscle biceps fémoral, 3 *cun* au-dessus de → **VB-34**.

Comment le trouver

Il faut localiser ce point le genou fléchi. En partant du bord supérieur latéral de la patella, faire descendre le doigt sur la face latérale de la cuisse jusqu'à l'extrémité distale de l'épicondyle latéral du fémur. Localiser alors **VB-33** dans une dépression nettement palpable entre l'épicondyle et le tendon du muscle biceps fémoral. Ce dernier parcourt la face latérale de la jambe (sur la couture d'un pantalon imaginaire) et s'attache en dessous de l'articulation du genou, sur la tête de la fibula.

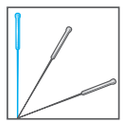
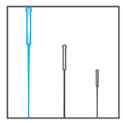
→ **VB-34** se trouve 3 *cun* en direction distale et → **E-34** est 2 *cun* en direction proximale par rapport au bord supérieur latéral de la patella.

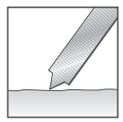
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Décontracte les tendons.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-34 *Source de la colline Yang* YANGLINGQUAN

Localisation

Dans la dépression qui se trouve en avant et en dessous de la tête de la fibula, entre le muscle long fibulaire et le muscle long extenseur des orteils.

Comment le trouver

Il faut localiser ce point le genou fléchi (mettre un support sous le genou). Trouver la tête de la fibula sur la face latérale de la jambe et la pincer entre l'index et le majeur. Faire glisser ces deux doigts en direction distale. Le doigt le plus médial va alors tomber dans une dépression située juste en avant et en dessous de la tête de la fibula. C'est là que se trouve **VB-34**.

Au même niveau, mais sur la face médiale de la jambe, on trouve → **Rte-9** (à la jonction de la diaphyse et du condyle médiale du tibia).

Insertion de l'aiguille

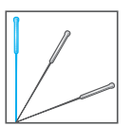
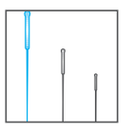
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur entre le tibia et la fibula, en direction de la membrane interosseuse. Attention : on peut toucher le nerf fibulaire profond en piquant trop profondément, voire, dans certains cas, le nerf fibulaire commun. L'aiguille peut aussi toucher la membrane interosseuse, de même que le tissu épineural du nerf fibulaire.

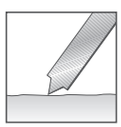
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les tendons et les articulations.
- Ouvre le méridien, soulage la douleur, a des effets bénéfiques sur la zone latérale des côtes.
- Élimine la Chaleur-Humidité du Foie et de la Vésicule Biliaire.
- Diffuse le Qi du Foie.

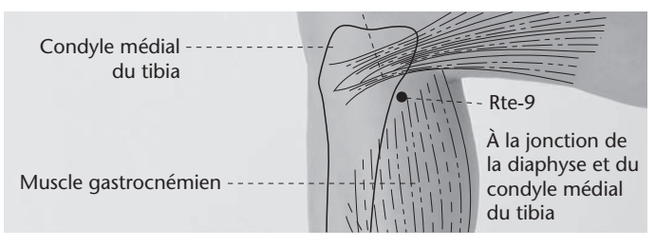
Caractéristiques particulières

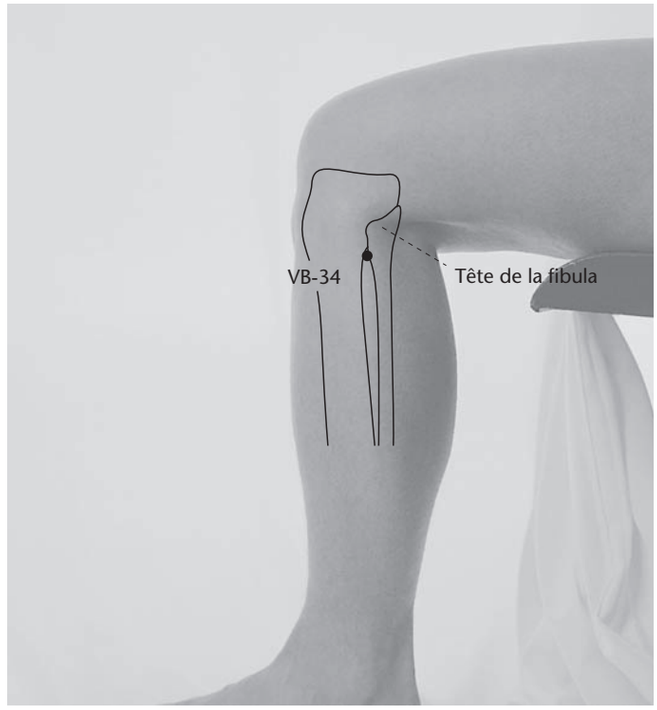
Point mer (*he*), point Terre, point de réunion (*hui*) avec les tendons (coordination, mouvement), point mer (*he*) inférieur de la Vésicule Biliaire, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang. Point majeur pour les troubles des tendons et de la musculature.

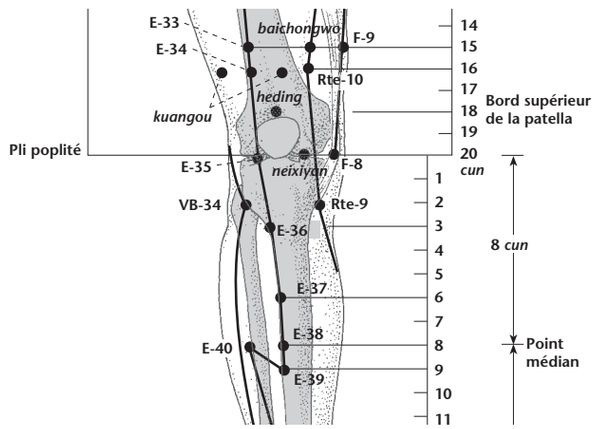



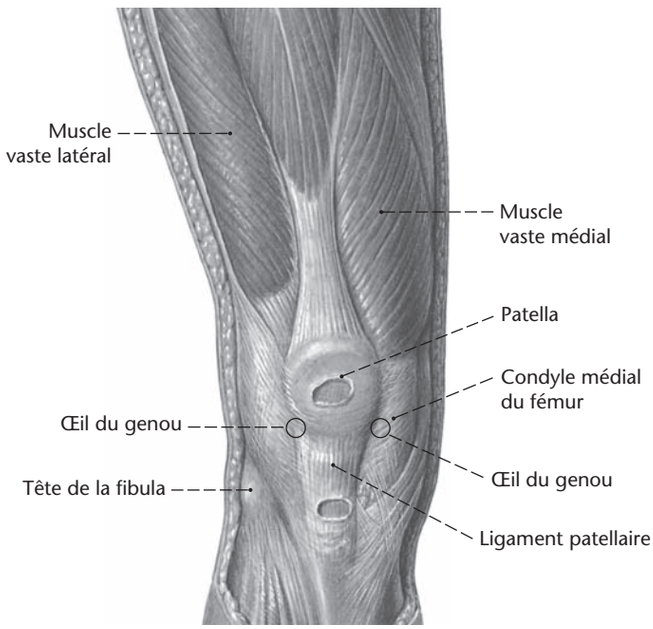







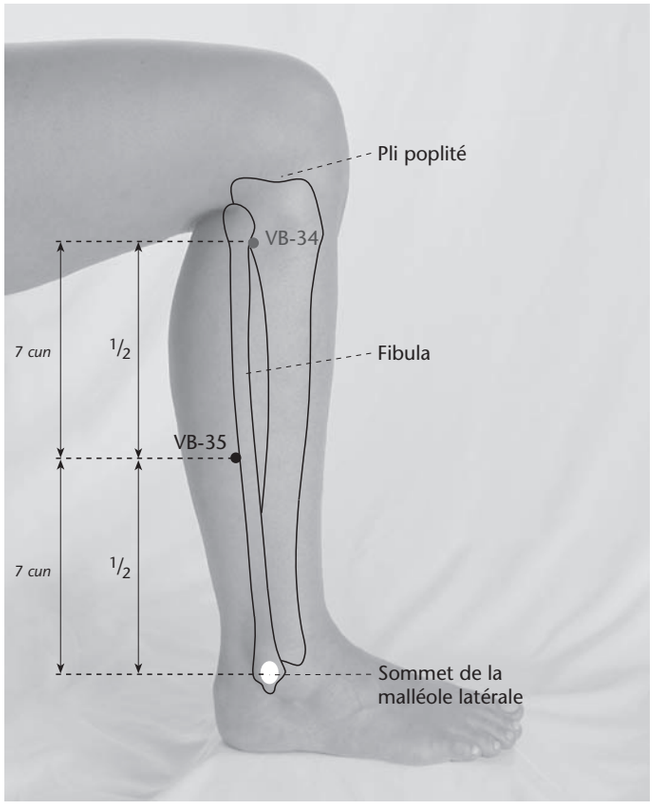


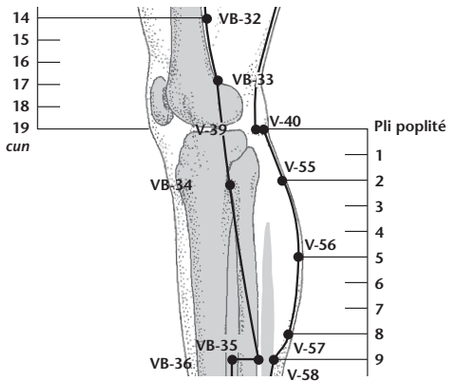


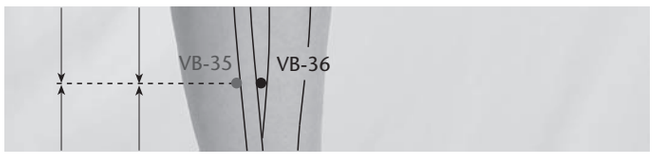


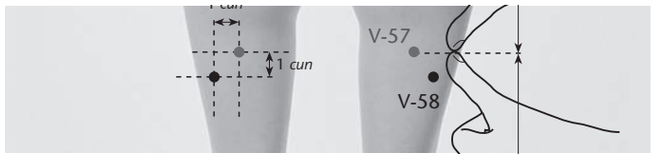
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Croisement du Yang YANGJIAO VB-35









Localisation

7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur bord **postérieur** de la fibula.

Comment le trouver

Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : localiser **VB-35** au milieu de la ligne qui relie → **VB-34** (dans la dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula) et le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2), sur le bord **postérieur** de la fibula (cette distance = 14 *cun*). **VB-35** se trouve 7 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole latérale. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : localiser **VB-35** 1 *cun* en direction distale par rapport au milieu d'une ligne qui relie le pli poplité et le sommet de la malléole latérale, sur le bord **postérieur** de la fibula (cette distance = 16 *cun*, → 2.2). **Repères anatomiques** : les bords de la fibula sont profonds, sous le muscle court fibulaire, et ne sont pas souvent facilement palpables. C'est pourquoi il est conseillé de palper le bord postérieur de la fibula juste au-dessus de la malléole latérale, puis de localiser le point sur une ligne imaginaire qui va à la tête de la fibula.
Au même niveau, on trouve → **VB-36** (au bord **antérieur** de la fibula) et → **V-58** (7 *cun* en direction proximale par rapport à → **V-60**).

Insertion de l'aiguille

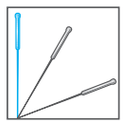
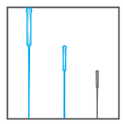
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

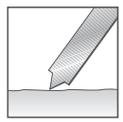
Actions/indications

- Élimine la Chaleur, ouvre le méridien, décontracte les tendons.
- Régule le Qi de la Vésicule Biliaire.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*) du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) selon certains auteurs.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-36 *Monticule extérieur* WAIQIU

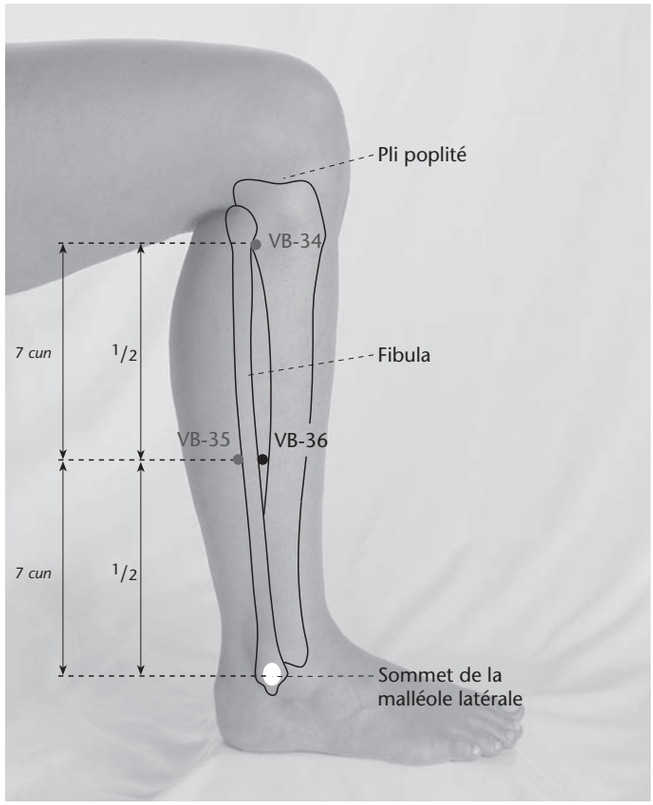
Localisation

7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur bord **antérieur** de la fibula.

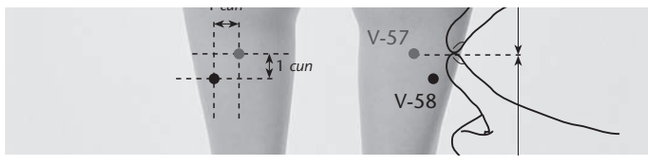
Comment le trouver

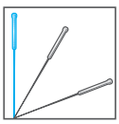
Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : localiser → **VB-35** au milieu de la ligne qui relie → **VB-34** (dans la dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula) et le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2), sur le bord **antérieur** de la fibula (cette distance = 14 *cun*). **VB-36** se trouve 7 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole latérale. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : localiser **VB-36** 1 *cun* en direction distale par rapport au milieu d'une ligne qui relie le pli poplité et le sommet de la malléole latérale, sur le bord **antérieur** de la fibula (cette distance = 16 *cun*, → 2.2). **Repères anatomiques** : les bords de la fibula sont profonds, sous le muscle court fibulaire, et ne sont pas souvent facilement palpables. C'est pourquoi il est conseillé de palper le bord antérieur de la fibula juste au-dessus de la cheville, puis de localiser le point sur une ligne imaginaire qui va à la tête de la fibula.

Au même niveau, on trouve → **VB-35** (au bord postérieur de la fibula) et → **V-58** (7 *cun* en direction proximale par rapport à → **V-60**).



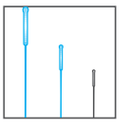






Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.



Actions/indications

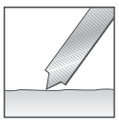
- Régule le Qi de la Vésicule Biliaire et du Foie.
- Draine la Chaleur-Humidité.
- Décontracte les tendons et les muscles.
- Calme l'Esprit (*shen*).



Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*).



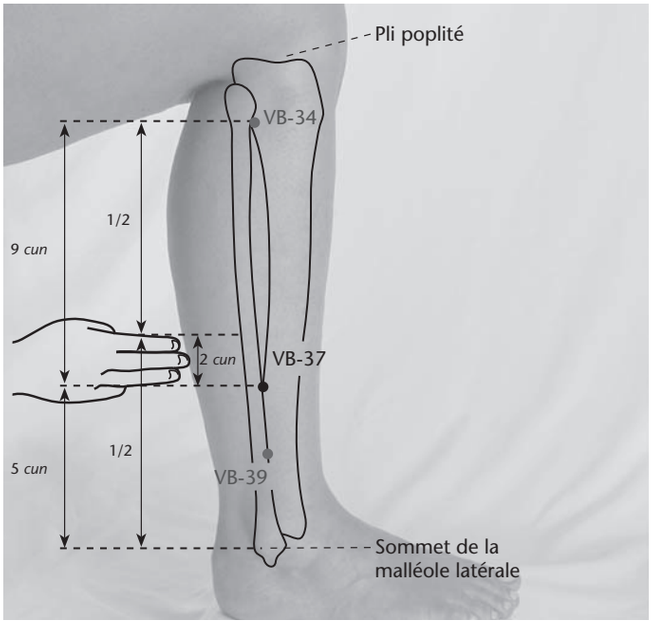






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Lumière vive GUANGMING VB-37

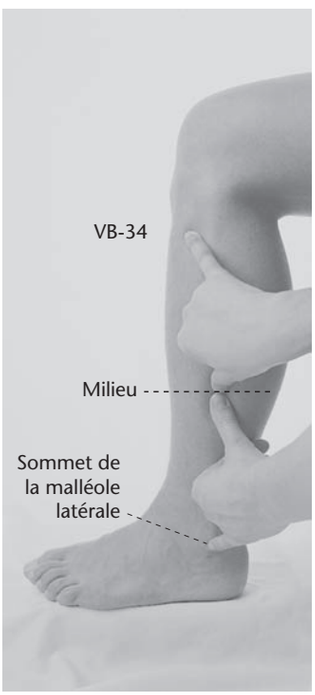


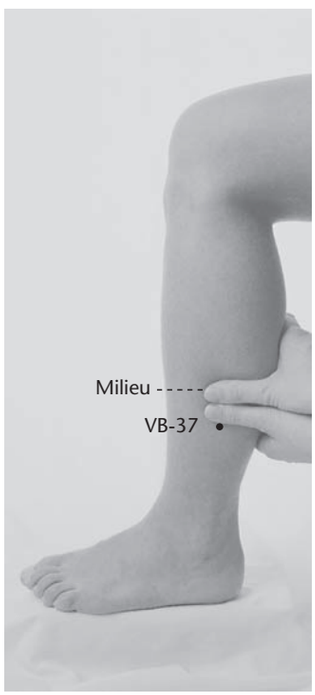
Localisation

5 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord **antérieur** de la fibula, entre le muscle long fibulaire et le muscle long extenseur des orteils.

Comment le trouver

Méthode rapide : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : placer les auriculaires sur → **VB-34** (dans la dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula) et le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2). Cette distance est de 14 *cun*. À partir du milieu de cette distance, mesurer 2 *cun* en direction distale et localiser **VB-37** au niveau d'une dépression située sur le bord **antérieur** de la fibula. Cette dépression se trouve 5 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole (1 travers de main ou la largeur de 2 pouces). **Repères anatomiques** : les bords de la fibula sont profonds, sous le muscle court fibulaire, et ne sont pas souvent facilement palpables. C'est pourquoi il est conseillé de palper le bord antérieur de la fibula juste au-dessus de la cheville, puis de localiser le point sur une ligne imaginaire qui va à la tête de la fibula.





Insertion de l'aiguille

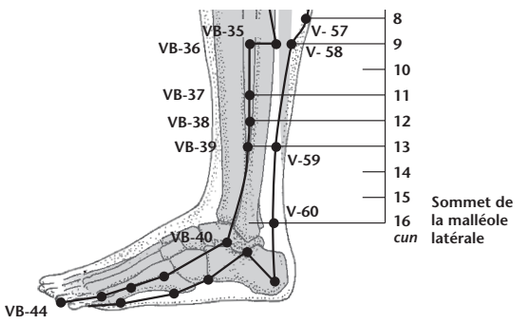
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

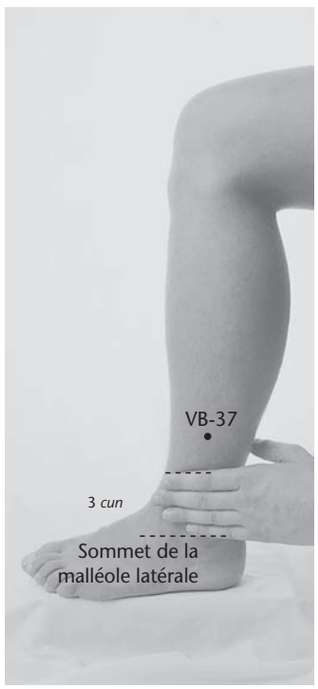
Actions/indications

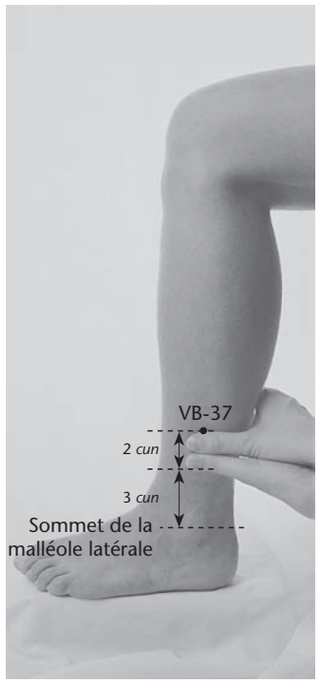
- A des effets bénéfiques sur les yeux.
- Élimine le Vent-Humidité, ouvre le méridien, soulage la douleur.

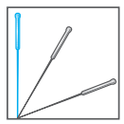
Caractéristiques particulières

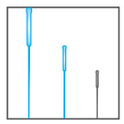
Point *luo* de communication, point distal important pour les troubles des yeux.





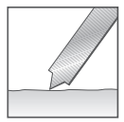
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

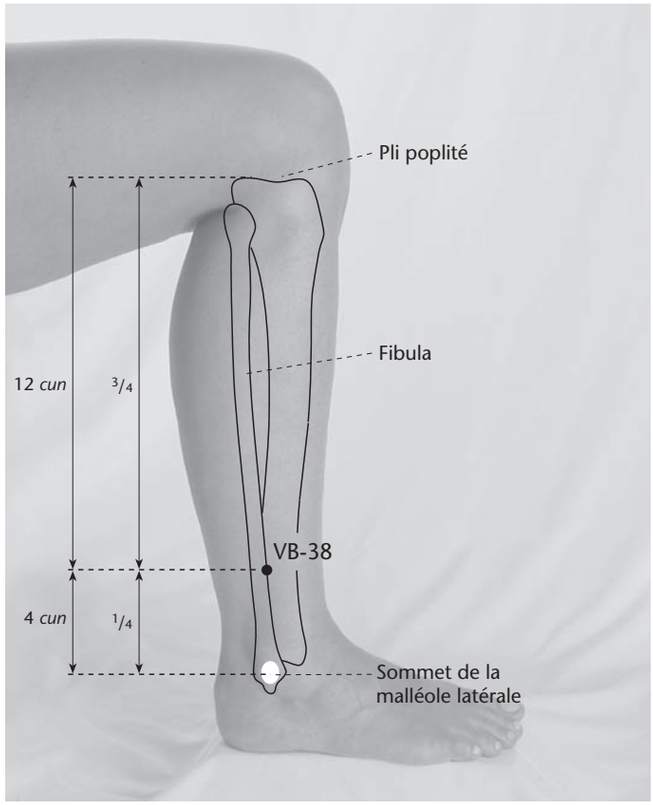
VB-38 *Aide du Yang* YANGFU

Localisation

4 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord **antérieur** de la fibula.

Comment le trouver

Commencer par localiser le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2) et, de là, mesurer 4 *cun* en direction proximale. C'est là que se trouve **VB-38**, au bord **antérieur** de la fibula. **Ou** : sur la face latérale de la jambe, la distance entre le sommet de la malléole latérale (→ 3.6.2) et le pli poplité est de 16 *cun* (→ 2.2). Diviser cette distance en quatre et localiser **VB-38** à un quart de distance de la malléole latérale (aide : technique de l'amplitude de la main ou ruban élastique, → 2). **Pour mieux s'orienter** : les bords de la fibula sont profonds, sous le muscle court fibulaire, et ne sont pas souvent facilement palpables. C'est pourquoi il est conseillé de palper le bord antérieur de la fibula juste au-dessus de la cheville, puis de localiser le point sur une ligne imaginaire qui va à la tête de la fibula.



Insertion de l'aiguille

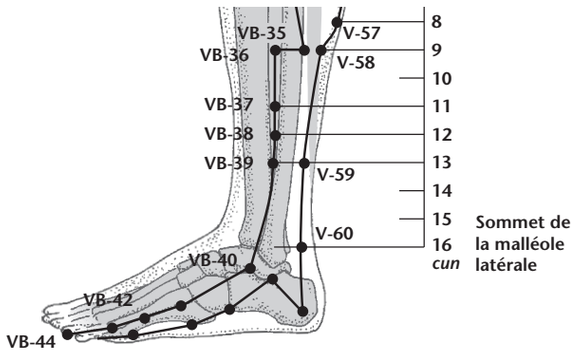
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Élimine le Vent et la Chaleur.

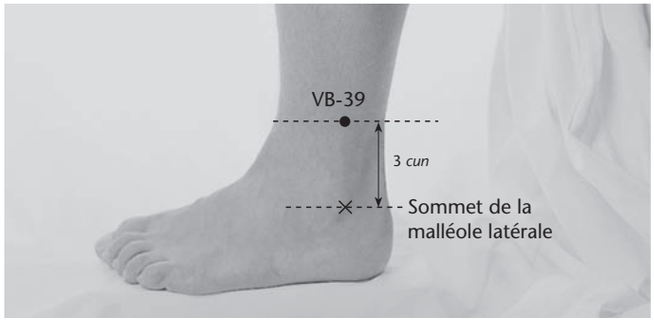
Caractéristiques particulières

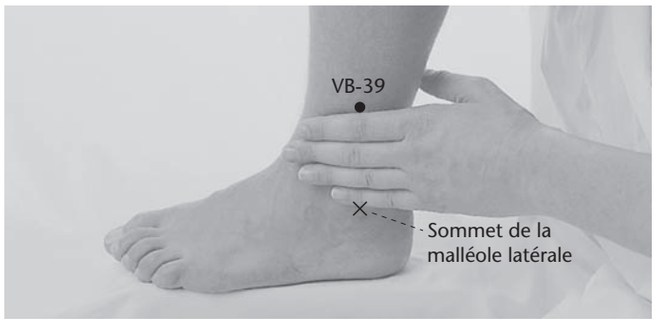
Point fleuve (*jing*), point Feu, point de sédation.

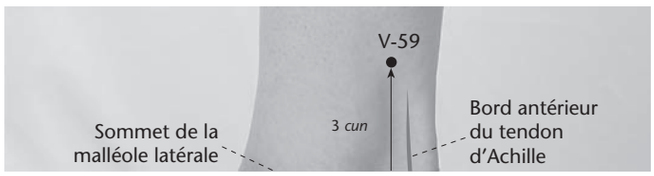


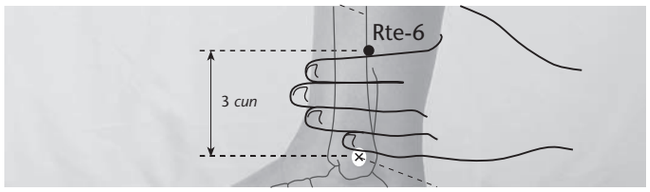
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cloche suspendue XUANZHONG VB-39









Localisation

3 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord **antérieur** de la fibula.

Comment le trouver

À partir du sommet de la malléole latérale, mesurer 3 *cun* (1 travers de main) en direction proximale et localiser **VB-39** dans une dépression située au bord **antérieur** de la fibula. Selon certains auteurs, ce point se trouve entre le bord postérieur de la fibula et les tendons des muscles long fibulaire et court fibulaire. En cas de doute, trouver le point qui est le plus sensible à la pression.

Au même niveau, mais 3 *cun* en direction proximale par rapport à → **V-60** (dans la dépression située entre la malléole et le tendon d'Achille), on trouve → **V-59**. Dans une position comparable, mais sur la face médiale du pied, on trouve → **Rte-6** (3 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole médiale, point de croisement des trois méridiens Yin de la jambe).

Insertion de l'aiguille

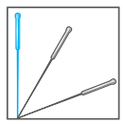
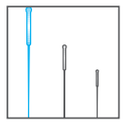
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

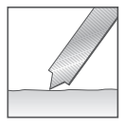
Actions/indications

- Ouvre le méridien, a des effets bénéfiques sur les tendons et les os.
- A des effets bénéfiques sur la Moelle, élimine le Vent-Chaleur.
- Élimine la Chaleur de la Vésicule Biliaire.

Caractéristiques particulières

Point de réunion (*hui*) de la Moelle. Point distal important pour les troubles de la colonne cervicale.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-40 *Monticule de ruines* QIUXU

Localisation

Dans la dépression située en avant et en dessous de la malléole latérale, sur le côté des tendons du muscle long extenseur des orteils.

Comment le trouver

Pour une localisation plus facile, demander au patient de fléchir la cheville à un angle de 90°. À partir de la malléole latérale (→ 3.6.2), laisser glisser le doigt dans une dépression bien nette qui se trouve à l'avant et en dessous de la malléole. Lorsqu'on redresse les orteils, les tendons du muscle long extenseur des orteils deviennent mieux visibles, tout comme la dépression dans laquelle se trouve **VB-40**. **Pour mieux s'orienter : VB-40** se trouve à l'intersection d'une ligne verticale qui passe le long du bord antérieur de la malléole latérale et d'une ligne horizontale qui passe par son bord inférieur.

→ **Rte-5** a une position comparable sur la face médiale de la cheville (dans une dépression située en avant et en dessous de la malléole médiale). Sur une ligne qui relie → **Rte-5** et → **VB-40**, on trouve → **F-4** en position médiale et → **E-41** en position latérale par rapport au tendon du muscle long extenseur des orteils, qui va jusqu'au gros orteil.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur ou insertion légèrement oblique dans la zone des ligaments fibulotarsiens, en direction de la voûte plantaire médiale.

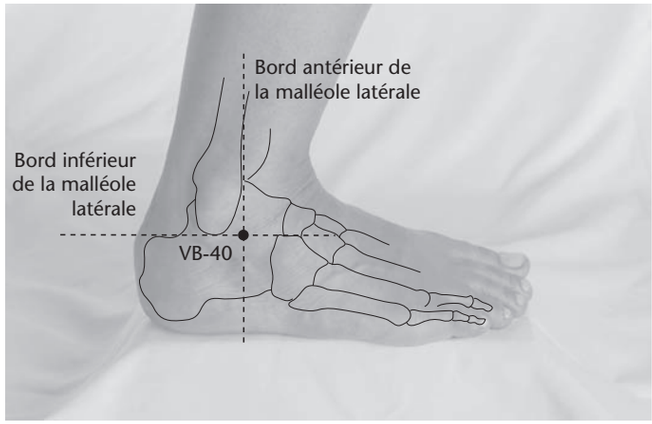
Actions/indications

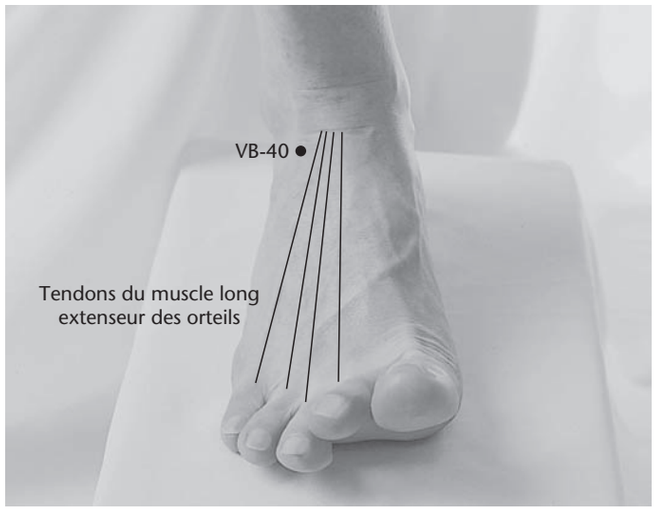
- Ouvre le méridien, a des effets bénéfiques sur les articulations.
- Diffuse le Qi du Foie, élimine la Chaleur et l'Humidité de la Vésicule Biliaire.

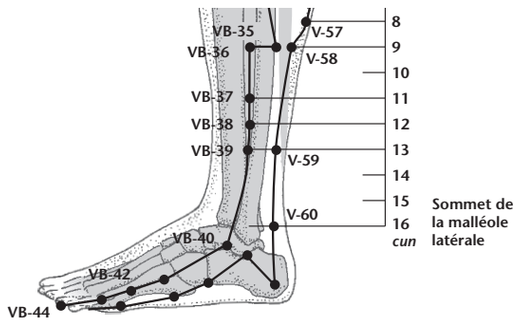
Caractéristiques particulières

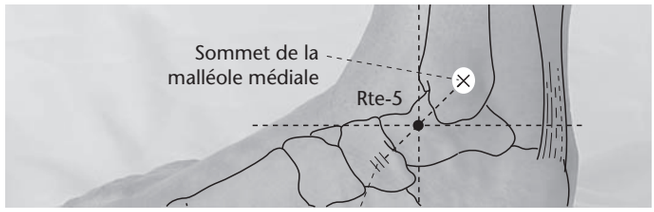
Point source (*yuan*).





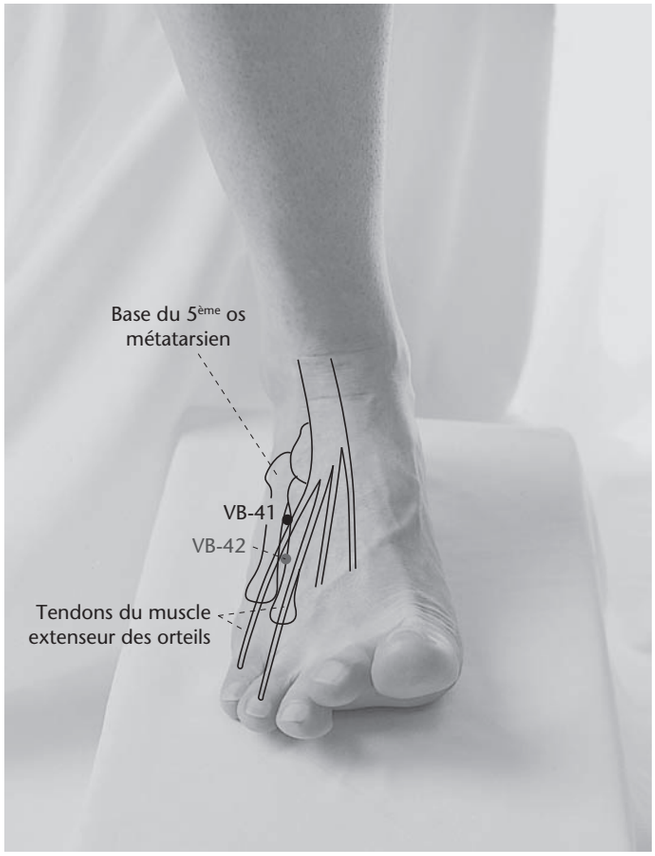


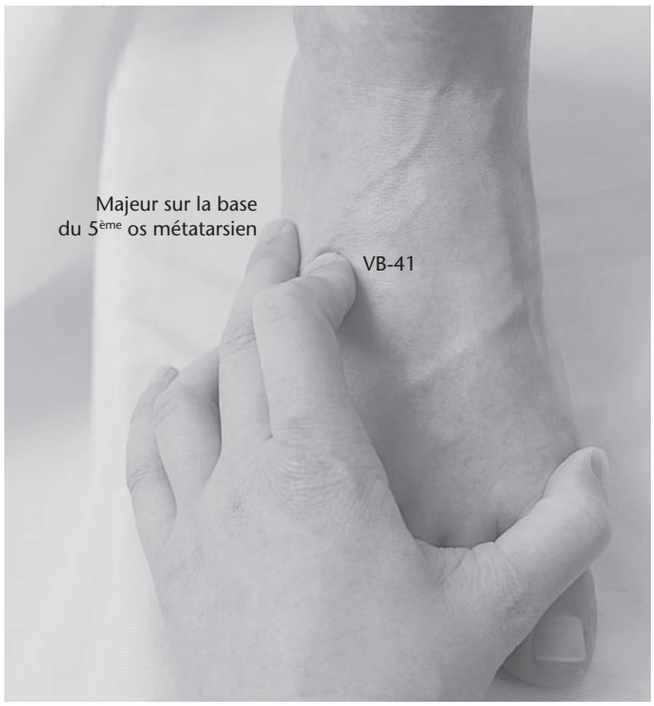




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Gouverneur des larmes du pied ZULINQI VB-41







Localisation

Dans la dépression qui se trouve à la jonction du corps et de la tête des 4ème et 5ème os métatarsiens, au bord latéral du tendon du muscle long extenseur commun des orteils.

Comment le trouver

Rechercher la tubérosité palpable du 5ème os métatarsien (→ 3.6.2), au milieu de la face latérale du pied. Déplacer le doigt de cette tubérosité vers le cou-de-pied en suivant le sillon qui se trouve entre les 4ème et 5ème os métatarsiens. **VB-41** se trouve en direction distale, à la jonction du corps et de la tête de ces deux os. **Ou** : demander au patient de mettre les orteils en abduction de façon à ce que la branche du long extenseur commun des orteils, qui va jusqu'au petit orteil, ressorte mieux. Déplacer alors le doigt dans le sillon qui se trouve entre le 4ème et le 5ème os métatarsien, en allant de la direction distale à la direction proximale, jusqu'à l'endroit où le tendon croise ce sillon.

→ **E-42** est en position médiale (ou antérieure) par rapport au tendon alors que **VB-41** se trouve dans la dépression latérale (ou postérieure) par rapport à celui-ci.

Insertion de l'aiguille

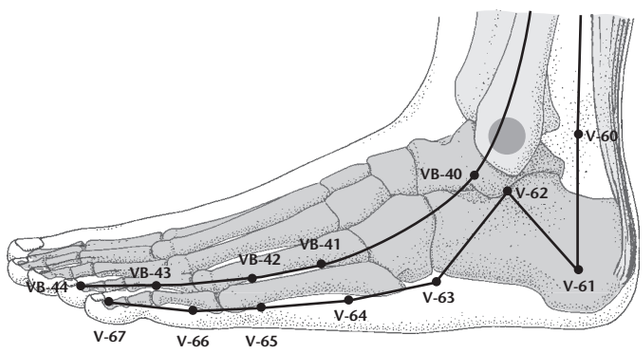
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur.

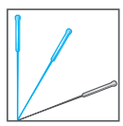
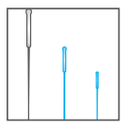
Actions/indications

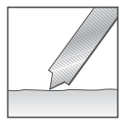
- Diffuse le Qi du Foie, a des effets bénéfiques sur le thorax et la région latérale des côtes, transforme les Glaires, dissipe les nodules, a des effets bénéfiques sur les seins.
- Dégage la tête, a des effets bénéfiques sur les yeux.

Caractéristiques particulières

Point rivière (*shu*), point Bois, point d'ouverture du vaisseau Ceinture (*dai mai*), point *ben* (point Cinq Éléments), point de sortie.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-42 *Les cinq rencontres de la terre* DIWUHUI

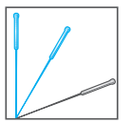
Localisation

Entre les 4ème et 5ème os métatarsiens, dans la dépression proximale par rapport aux articulations des os métatarsiens, sur le côté médial du tendon du long extenseur commun des orteils.

Comment le trouver

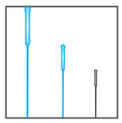
Déplacer le doigt de l'espace situé entre le 4ème et le 5ème os métatarsien vers la cheville. **VB-42** se trouve dans le sillon qui se forme entre ces deux os, en direction proximale par rapport aux articulations métatarso-phalangiennes (et en direction proximale par rapport à la tête de ces deux os métatarsiens). **Ou** : demander au patient de mettre les orteils en abduction de façon à ce que la branche du long extenseur commun des orteils, qui va jusqu'au petit orteil, ressorte mieux. Déplacer alors le doigt dans le sillon qui se trouve entre le 4ème et le 5ème os métatarsien, en allant de la direction distale à la direction proximale, jusqu'à l'endroit où le tendon croise ce sillon. **E-42** est en position médiale (ou antérieure) par rapport à ce tendon.

→ **VB-41** se trouve en direction latérale (ou postérieure) par rapport au tendon lorsqu'on continue à déplacer le doigt le long du sillon. → **V-65** est situé approximativement au même niveau, sur le bord latéral du pied, en direction proximale par rapport à la tête du 5ème os métatarsien.



Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur.

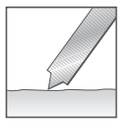


Actions/indications

- Fait circuler le Qi.
- Élimine la Chaleur de la Vésicule Biliaire.

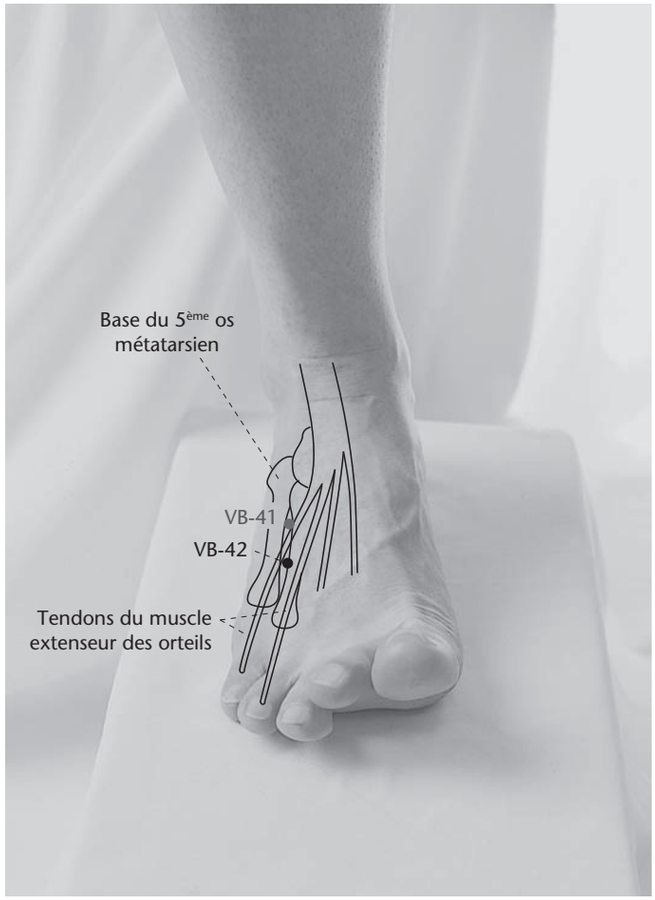




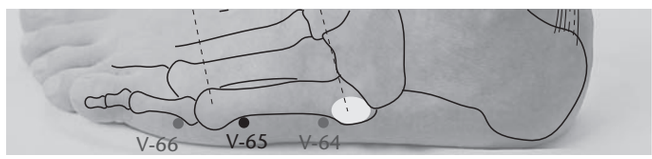






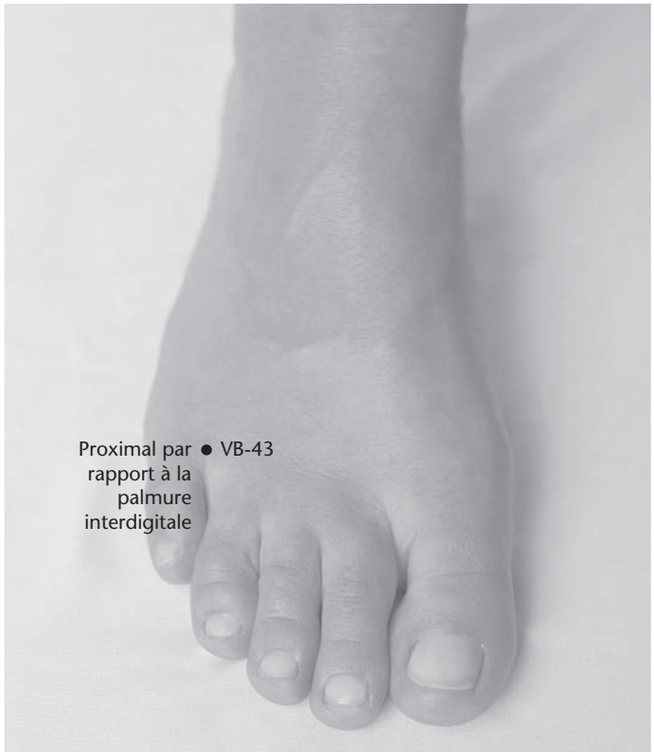






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Rivière étroite XIAXI VB-43



Localisation

Entre le 4ème et le 5ème orteil, en arrière du bord de la palmure interdigitale.

Comment le trouver

Localiser la palmure interdigitale située entre le 4ème et le 5ème orteil. **VB-43** se trouve en direction légèrement proximale par rapport au bord de cette palmure. **VB-43**, de même que → **F-2** et → **E-44**, font partie des points ***bafeng*** (points HM proximaux par rapport au bord des palmures interdigitales).

→ **TR-2** se trouve à une position comparable sur la main, entre l'annulaire et l'auriculaire et fait partie des point ***baxie*** (points HM).

Insertion de l'aiguille

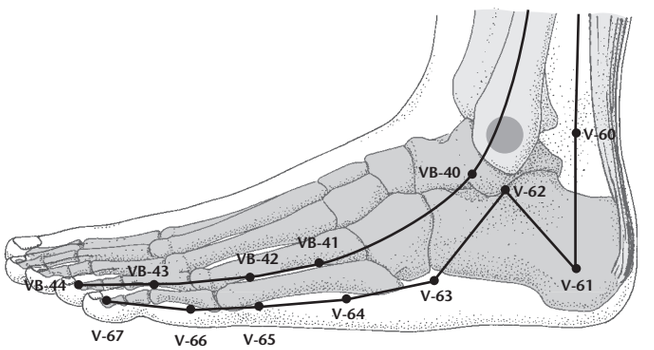
Insertion perpendiculaire jusqu'à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion oblique de 1 *cun* en direction proximale.

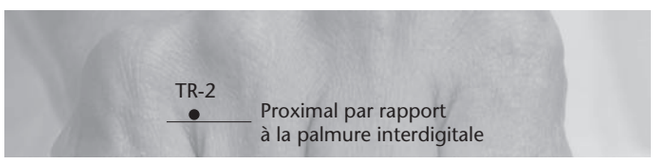
Actions/indications

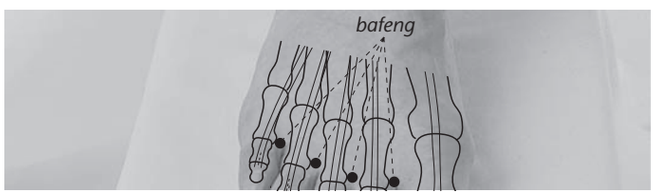
- Élimine la Chaleur, la Chaleur-Humidité et le Vent, surtout de l'extrémité opposée du méridien.
- Calme le Yang du Foie.

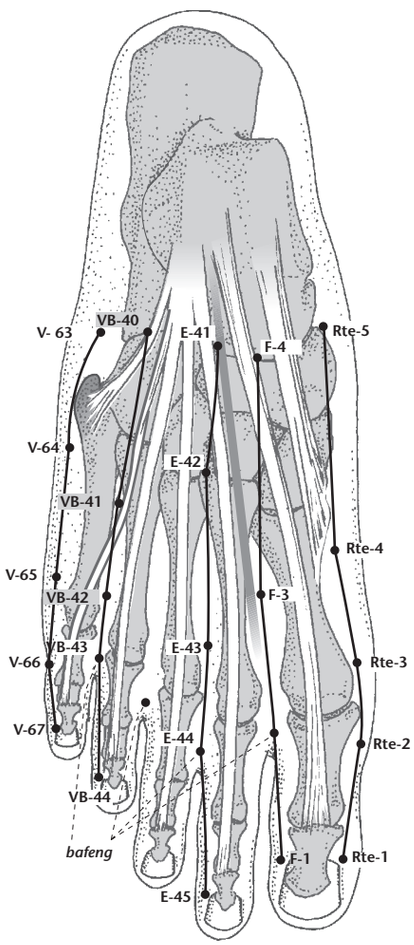
Caractéristiques particulières

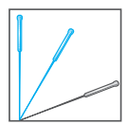
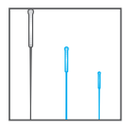
Point jaillissement (*ying*), point Eau, point de tonification.

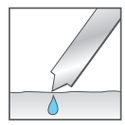
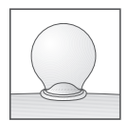









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-44 *Portes Yin du pied* ZUQIAOYIN

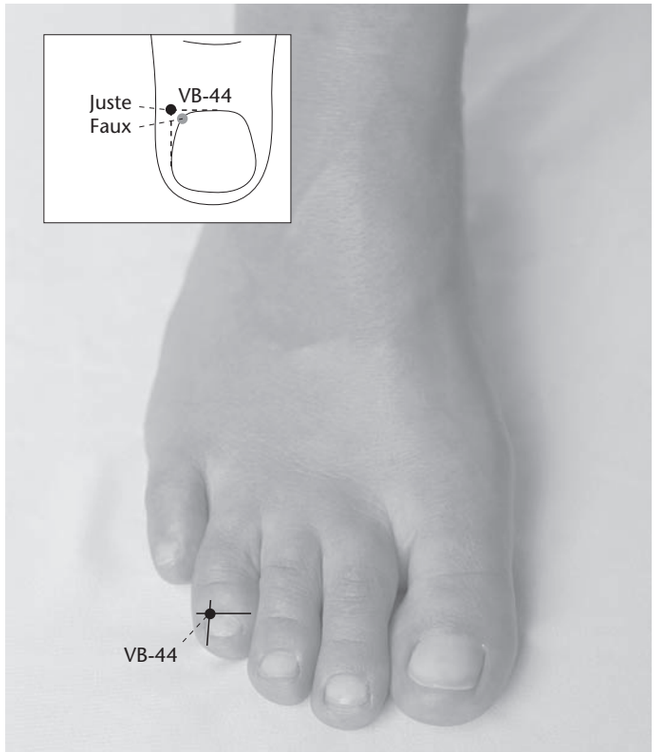
Localisation
Sur le 4ème orteil, à environ 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.

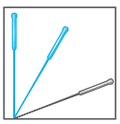
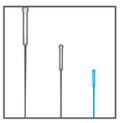
Comment le trouver
VB-44 se trouve à l'intersection d'une ligne suivant le bord latéral de l'ongle et d'une ligne qui passe par la base du 4ème orteil.

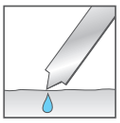
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,1 *cun* de profondeur, ou insertion oblique de 0,2 *cun* en direction proximale, ou piquer et faire saigner. Attention : point douloureux.

Actions/indications
- Élimine le Vent, la Chaleur et le Feu.
- Harmonise le Foie et la Vésicule Biliaire.
- Calme l'Esprit (*shen*).

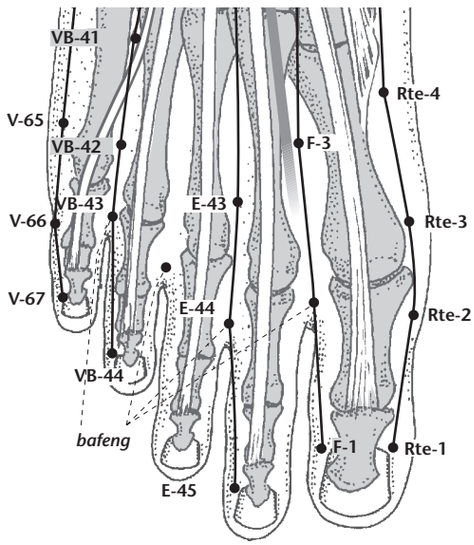
Caractéristiques particulières
Point puits (*jing*), point Métal.

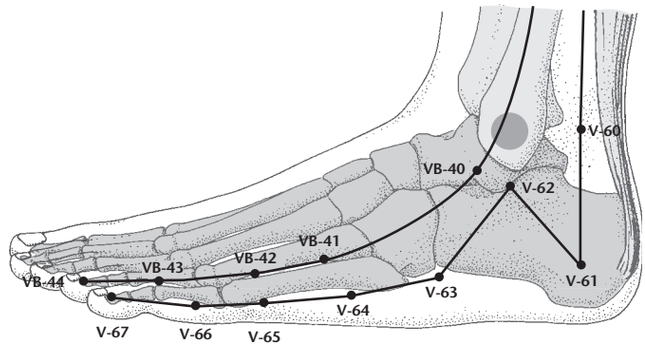




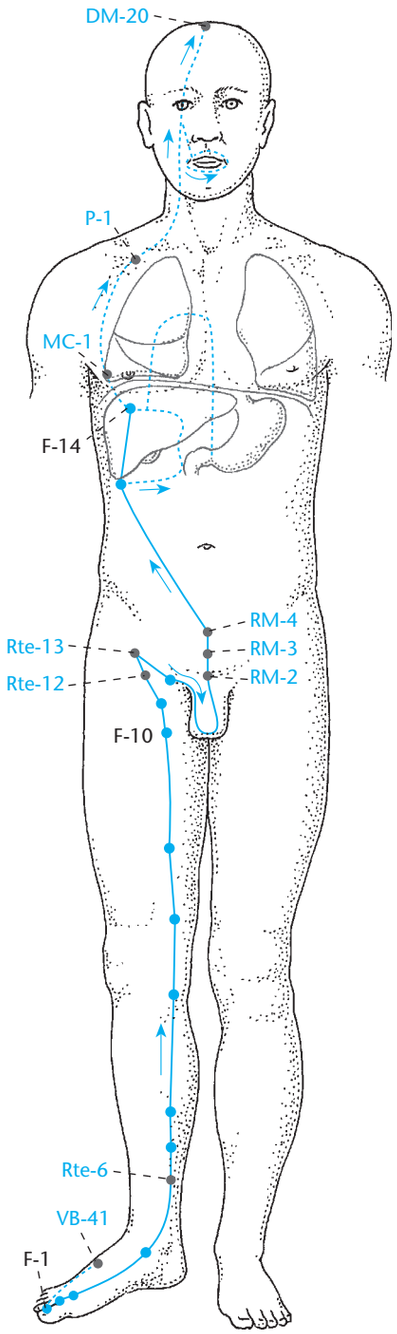


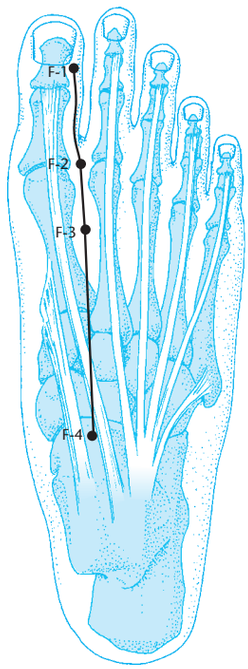


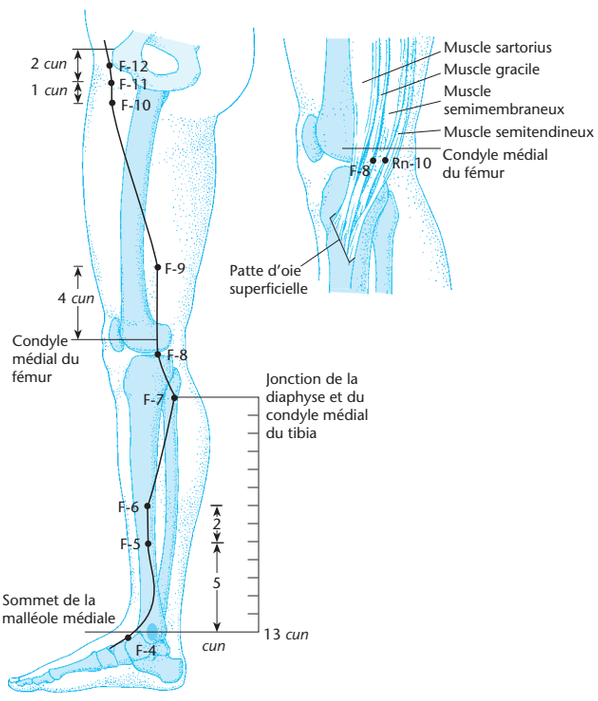
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.12 Méridiens du Foie – méridiens *jue yin* du pied (*zu jue yin jing luo*)

4.12.1 Méridien principal du Foie (*zu jue yin jing*)



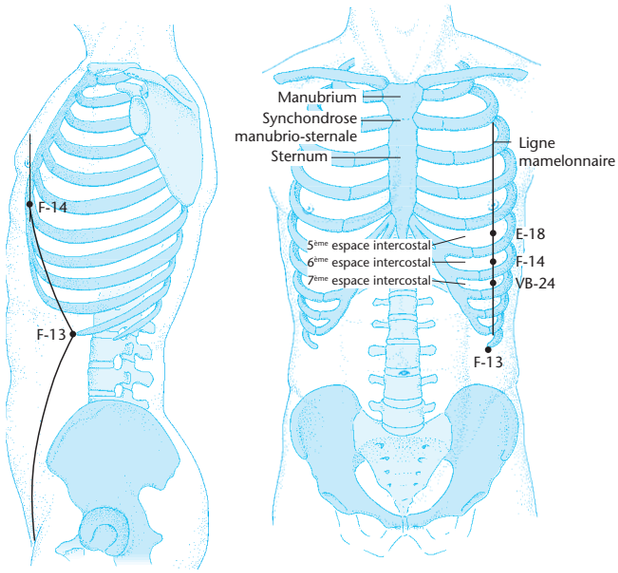




Trajet

Le méridien principal du Foie prend naissance au point **F-1** (*dadun*), au coin latéral de l'ongle du dos du gros orteil. Ce point est traversé par une petite branche qui se sépare du méridien principal de la Vésicule Biliaire sur le cou-de-pied, au point **→ VB-41** (*zulinqi*) (connexion Yin-Yang du pied du troisième grand circuit).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Le **trajet externe** court en direction proximale entre les 1er et 2ème os métatarsiens,

- monte le long de la face médiale de la jambe,
- croise le méridien de la Rate au point → **Rte-6** (*sanyinjiao*), sur la face médiale de la jambe,
- monte sur la face médiale de la jambe jusqu'au genou en avant du méridien de la Rate,
- continue à monter sur la face médiale de la cuisse, passant par → **RM-2** (*qugu*), → **RM-3** (*zhongji*) et → **RM-4** (*guanyuan*),
- traverse l'abdomen en oblique jusqu'à **F-13** (*zhangmen*), à l'extrémité libre de la 11ème côte, et **F-14** (*qimen*), où son **trajet externe** se termine.

Au point **F-13** (*zhangmen*), le méridien pénètre dans l'abdomen, marquant ainsi le début de son **trajet interne**.

- Il contourne l'Estomac (*wei*),
- se relie au Foie (*gan*), Organe (*zang*) auquel il se rattache, et à la Vésicule Biliaire (*dan*), Entraille (*fu*) avec laquelle il est couplé ;
- il pénètre dans le diaphragme,
- et se déploie dans la région thoracique et les hypochondres.

Le méridien monte alors le long de la face postérieure de la trachée jusqu'à la gorge et au rhinopharynx avant de se relier au Système de l'Œil et au Cerveau. Il traverse le front et monte au vertex, où il croise le vaisseau Gouverneur (*du mai*) au point → **DM-20** (baihui).

Une **branche interne** descend du sinus maxillaire à la joue et encercle la **face interne** des lèvres.

Une autre **branche interne** se sépare du Foie, pénètre dans le diaphragme, se déploie dans le Poumon (*fei*) et rencontre le méridien principal du Poumon (connexion Yin-Yin profonde), fermant ainsi le premier circuit du Qi Nourricier (*ying qi*) (→ 1.1.4). Cette branche se relie ensuite au point → **MC-1** (*tianchi*) (couple main-pied du troisième grand circuit : axes Yin, *jue yin*).

Importance clinique (→ 1.2)

Signes et symptômes relatifs à l'Extérieur (*biao*) : céphalées, sensations vertigineuses, vision trouble, acouphènes, fièvre, spasmes des extrémités.

Signes et symptômes relatifs à l'Intérieur (*li*) ou au système des Viscères (*zangfu*) : distension, plénitude et douleur de la région costale, sensation de constriction et de plénitude dans la poitrine, douleur abdominale, vomissements, jaunisse, diarrhée, troubles *shan*, énurésie, rétention d'urines, urines jaunes foncé.

Connexions du méridien principal du Foie (→ 1.2)

Connexions avec d'autres méridiens

Méridien principal de la Vésicule Biliaire (*zu shao yang jing*)

Connexion : connexion Yin-Yang du pied du troisième grand circuit.

Lieux de connexion : VB-41 → F-1 (sur le pied).

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation Intérieur-Extérieur.

Méridien principal du Maître du Cœur (*shou jue yin jing*)

Connexion : méridien couplé selon la théorie des six méridiens (couple main-pied) : *jue yin*, (axes Yin du troisième grand circuit).

Lieux de connexion : F → MC. Une branche interne qui part du Foie pénètre dans le diaphragme avant de se relier au méridien principal du Maître du Cœur en dessous de → **MC-1**.

Circulation : non circadienne (**pas** selon l'horloge des Viscères).

Importance : relation haut-bas.

Méridien principal du Poumon (*shou tai yin jing*)

Connexion : connexion Yin-Yin profonde.

Lieux de connexion : F → P (dans la poitrine). Une branche interne qui part du Foie pénètre dans le diaphragme et se déploie dans le Poumon avant de se relier au méridien principal du Poumon.

Circulation : circadienne (selon l'horloge des Viscères).

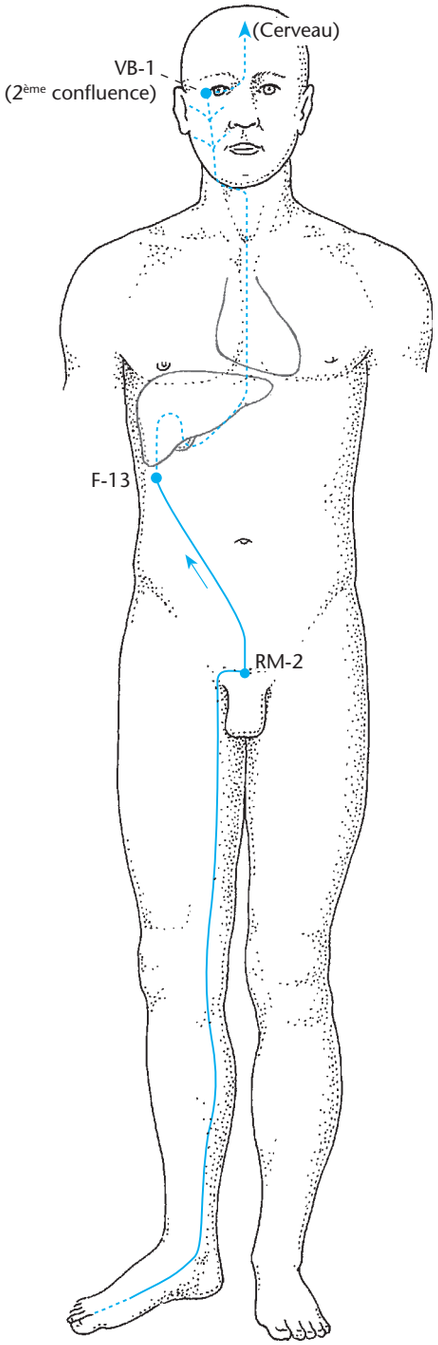
Importance : le méridien principal du Poumon reçoit une partie du Qi Nourricier (*ying qi*) du méridien principal du Foie (premier circuit de circulation du Qi Nourricier (*ying qi*), → 1.1.4).

Connexions avec le système des Viscères (*zangfu*)

Estomac (*wei*), **Foie (*gan*)**, **Vésicule Biliaire (*dan*)**, Poumon (*fei*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.12.2 Méridien divergent du Foie (*zu jue yin jing bie*)



Trajet

Le méridien divergent du Foie se sépare du méridien principal sur le dos du pied.

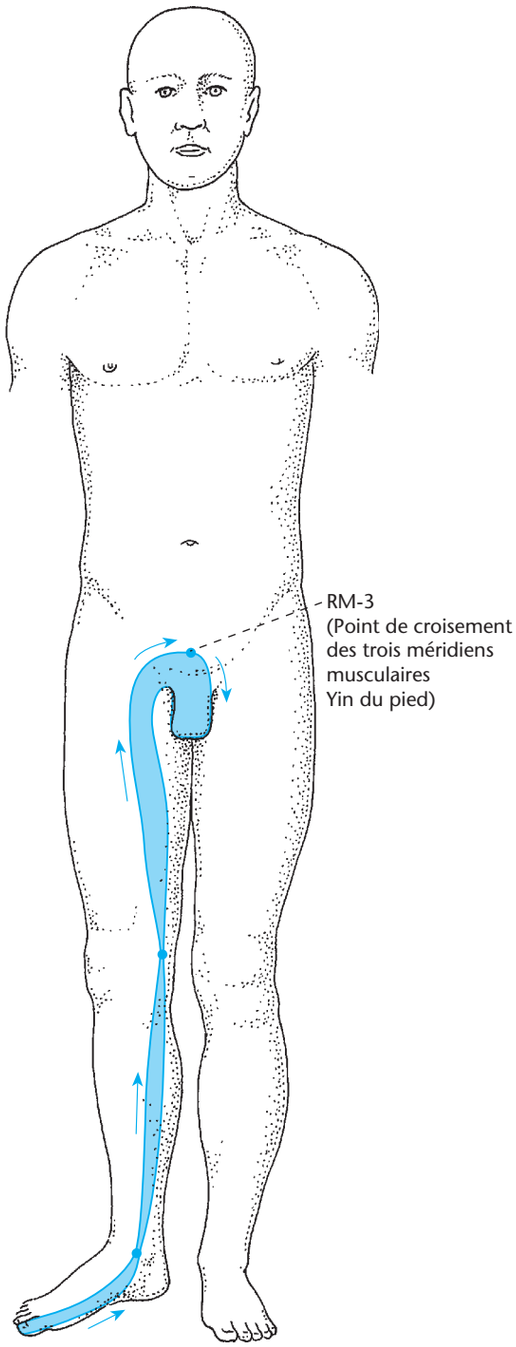
- Il monte sur la face médiale de la jambe jusqu'à la région inguinale,
- rencontre le méridien principal de la Vésicule Biliaire à proximité de → **RM-2** (*qugu*),
- traverse l'abdomen et pénètre à l'intérieur au point **F-13** (*zhangmen*),
- continue à l'intérieur de la cavité thoracique, se déploie dans le Foie (*gan*) et se relie à la Vésicule Biliaire (*dan*) avant d'atteindre le Cœur (*xin*),
- monte au cou,
- émerge à l'angle de la mandibule et se déploie dans la face,
- se relie au méridien principal et au méridien divergent de la Vésicule Biliaire au point → **VB-1** (*tongziliao*), au canthus externe de l'œil, où il forme l'une des six confluences (*he*) (ici VB/F en tant que 2ème confluence, → 1.3),
- il continue dans le Système de l'Œil et se termine dans le Cerveau.

Importance clinique

- Renforce la relation entre le Foie et la Vésicule Biliaire (système des Viscères (*zangfu*)). Les points situés sur le méridien principal du Foie peuvent donc servir à traiter les troubles de la Vésicule Biliaire, et vice versa.
- En raison du trajet des méridiens divergents de la Vésicule Biliaire et du Foie, les points de ces deux méridiens peuvent servir à traiter des pathologies de la hanche et des extrémités inférieures, de même que des troubles du Système de l'Œil.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.12.3 Le méridien musculaire du Foie (*zu jue yin jing jin*)



Trajet

Le méridien musculaire du Foie prend naissance sur le dos du gros orteil.

- Il monte sur la face latéro-dorsale du gros orteil jusqu'à la face antérieure de la malléole médiale, où il se fixe (*bie*),
- il poursuit son chemin sur la face médiale du tibia et va se fixer (*bie*) sur la face médiale du genou,
- il continue à monter sur la face médiale de la cuisse, entre les méridiens musculaires du Rein et de la Rate,
- et atteint la région inguinale, croisant les autres méridiens musculaires Yin du pied au point → **RM-3** (*zhongji*), puis il continue jusqu'aux organes génitaux.

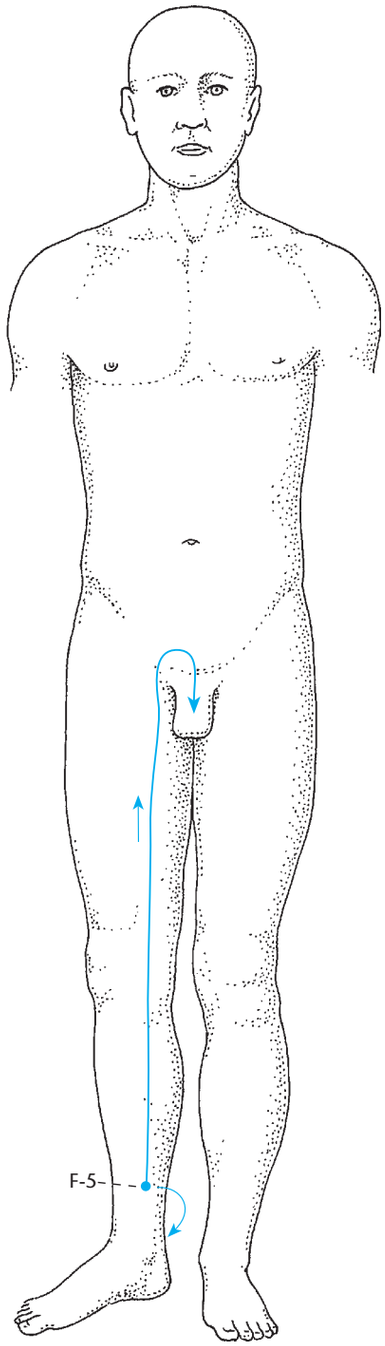
Importance clinique

Pathologie : raideur, sensation de tension et de distension du gros orteil. Douleur de la malléole médiale et de la face médiale du genou. Douleur et tension musculaire sur la face médiale de la cuisse. Troubles de la région génitale.

Indications : douleur, tension, contractures musculaires et sensation de distension sur le trajet de ce méridien. Troubles de la région génitale.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

4.12.4 Méridien *luo* de communication du Foie (*zu jue yin luo mai*)



Trajet

Le méridien *luo* de communication du Foie se sépare du méridien principal du Foie au point *luo* qui lui est associé, **F-5** (*ligou*) (→ 8.1.2). Il forme un réseau réticulaire à trois dimensions qui se divise en de nombreuses branches et sous-branches (*sun luo, fu luo, xue luo* → 1.5) dans les tissus environnants.

- Les parties horizontales se dirigent vers le méridien principal de la Vésicule Biliaire avec lequel le méridien principal du Foie est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur ; selon certaines écoles (par exemple, Van Nghi, → Annexe), celles-ci se comportent comme un méridien *luo* de communication **oblique** du Foie qui va vers le point source (*yuan*) → **VB-40** (*qiuxu*).
- Une partie **longitudinale** monte sur la face médiale de la jambe jusqu'aux organes génitaux, où elle se disperse.

Importance clinique (→ 8.1.2)

Pathologie

Contresens du Qi : gonflement et douleur des testicules et du scrotum, hernies.
Plénitude (*shi*) : priapisme.
Vide (*xu*) : démangeaison des organes génitaux externes.

4.12.5 Région cutanée (*jue yin pi bu*)

Voir figures et descriptions → 1.6.

4.12.6 Points du méridien du Foie (aperçu)

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : F-3** (*taichong*) ■■.
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : F-5** (*ligou*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : F-6** (*zhongdu*) ■■.
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : V-18** (*ganshu*) ■■.
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : F-14** (*qimen*) ■■.
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) :**
  - point puits (*jing*) (Bois), point *ben* (point Cinq Éléments) : **F-1** (*dadun*) ■■,
  - point jaillissement (*ying*) (Feu), point de sédation : **F-2** (*xingjian*) ■■,
  - point rivière (*shu*) (Terre) : **F-3** (*taichong*) ■■,
  - point fleuve (*jing*) (Métal) : **F-4** (*zhongfeng*),
  - point mer (*he*) (Eau), point de tonification : **F-8** (*ququan*) ■■.
- **Point de réunion (*hui*) des Organes (*zang*) (→ 8.1.7) : F-13** (*zhangmen*) ■■.
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : –**
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le méridien de la Vésicule Biliaire et avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*)* : **F-13** (*zhangmen*) ■■,

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

  - avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) et le méridien de la Rate : **F-14** (*qimen*) ■■,
  - d'autres méridiens avec le méridien du Foie : **Rte-6, Rte-12, Rte-13, RM-2, RM-3, RM-4, MC-1, (DM-20)***.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : –**
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : –**
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : F-3** (*taichong*) ■■.
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : –**
- **Autres points fonctionnels :**
  - point *mu* antérieur de la Rate : **F-13** (*zhangmen*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** Foie – **F-13** (*zhangmen*) ■■ ; genou – **F-7** (*xiguan*), **F-8** (*ququan*) ■■ ; pied – **F-4** (*zhongfeng*).
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** Estomac/Rate - **F-13** (*zhangmen*) ■■ ; hypochondres – **F-13** (*zhangmen*) ■■, **F-14** (*qimen*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** vertex – **F-3** (*taichong*) ■■ ; yeux – **F-2** (*xingjian*) ■■, **F-3** (*taichong*) ■■ ; Foie – **F-3** (*taichong*) ■■ ; Vésicule Biliaire – **F-3** (*taichong*) ■■ ; région urogénitale – **F-3** (*taichong*) ■■ ; région génitale – **F-5** (*ligou*) ■■ ; bas abdomen – **F-8** (*ququan*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **F-1** (*dadun*) ■■ : point puits (*jing*) (Bois), point *ben* (point Cinq Éléments) (→ 8.1.6).
- **F-2** (*xingjian*) ■■ : point jaillissement (*ying*) (Feu), point de sédation (→ 8.1.6) ; point distal pour les yeux (→ 8.2.1).
- **F-3** (*taichong*) ■■ : point source (*yuan*) (→ 8.1.1) ; point rivière (*shu*) (Terre) (→ 8.1.6) ; point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) ; point distal pour le vertex, les yeux, le Foie, la Vésicule Biliaire et la région urogénitale (→ 8.2.1).
- **F-4** (*zhongfeng*) : point fleuve (*jing*) (Métal) (→ 8.1.6) ; point local pour le pied (→ 8.2.1).
- **F-5** (*ligou*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point distal pour la région génitale (→ 8.2.1).
- **F-6** (*zhongdu*) ■■ : point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3).
- **F-7** (*xiguan*) : point local pour le genou (→ 8.2.1).
- **F-8** (*ququan*) ■■ : point mer (*he*) (Eau), point de tonification (→ 8.1.6) ; point distal pour l'abdomen (→ 8.2.1) ; point local pour le genou (→ 8.2.1).
- **F-13** (*zhangmen*) ■■ : point *mu* antérieur (→ 8.1.5) ; point de réunion (*hui*) des Organes (*zang*) (→ 8.1.7) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire et avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*)* (→ 8.1.10) ; point adjacent pour la Rate/l'Estomac et les hypochondres (→ 8.2.1).
- **F-14** (*qimen*) ■■ : point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) et le méridien de la Rate (→ 8.1.10) ; point adjacent pour les hypochondres (→ 8.2.1).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Gros monticule DADUN F-1



Localisation

Sur la face latérale du gros orteil, environ 0,1 *cun* en directions proximale et latérale par rapport à l'angle de l'ongle.

Comment le trouver

F-1 se trouve à la jonction d'une ligne tracée le long du bord latéral de l'ongle et d'une ligne passant par la base de l'ongle, à 0,1 *cun* du bord effectif de l'ongle. → **Rte 1** est situé au bord médial de l'ongle du gros orteil.

Insertion de l'aiguille

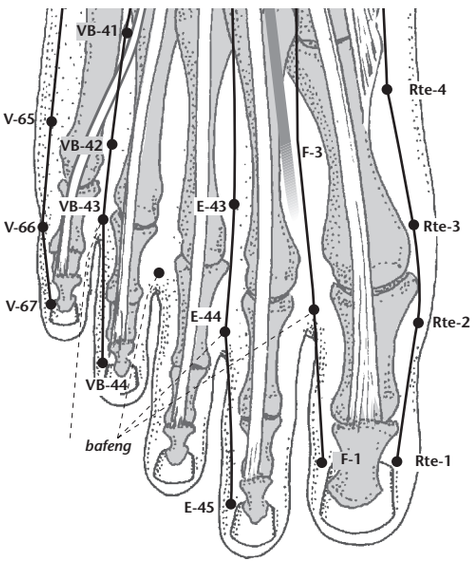
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur en direction proximale en évitant de piquer dans le repli péri-unguéal. En présence d'une pathologie de type plénitude, piquer et faire saigner. Attention : point douloureux.

Actions/indications

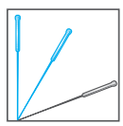
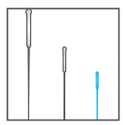
- Régule le Réchauffeur Inférieur, les organes génitaux et le Qi du Foie.
- Élimine l'Humidité.
- Ouvre les organes des sens.

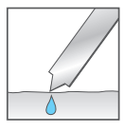
Caractéristiques particulières

Point puits (*jing*), point Bois, point *ben* (point Cinq Éléments), point d'entrée.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-2 *Intermédiaire temporaire* XINGJIAN

Localisation

Entre le 1er et le 2ème orteil, 0,5 *cun* en arrière du bord de la palmure interdigitale.

Comment le trouver

Localiser **F-2** en direction légèrement proximale par rapport au bord de la palmure interdigitale, entre le 1er et le 2ème orteil.
À une position comparable, on trouve → **E-44** (entre les 2ème et 3ème orteils) et → **VB-43** (entre les 4ème et 5ème orteils). → **F-2**, → **E-44** et → **VB-43** font tous partie des points ***bafeng*** (points HM), qui sont la contrepartie des points ***baxie*** (points HM) situés sur la main.

Insertion de l'aiguille

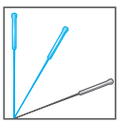
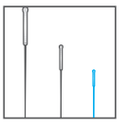
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur en direction du talon, ou insertion perpendiculaire.

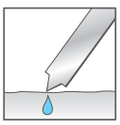
Actions/indications

- Élimine le Feu du Foie, diffuse le Qi du Foie, calme le Vent (interne) du Foie, élimine la Chaleur et la Chaleur du Sang, arrête les saignements, a des effets bénéfiques sur le Réchauffeur Inférieur.

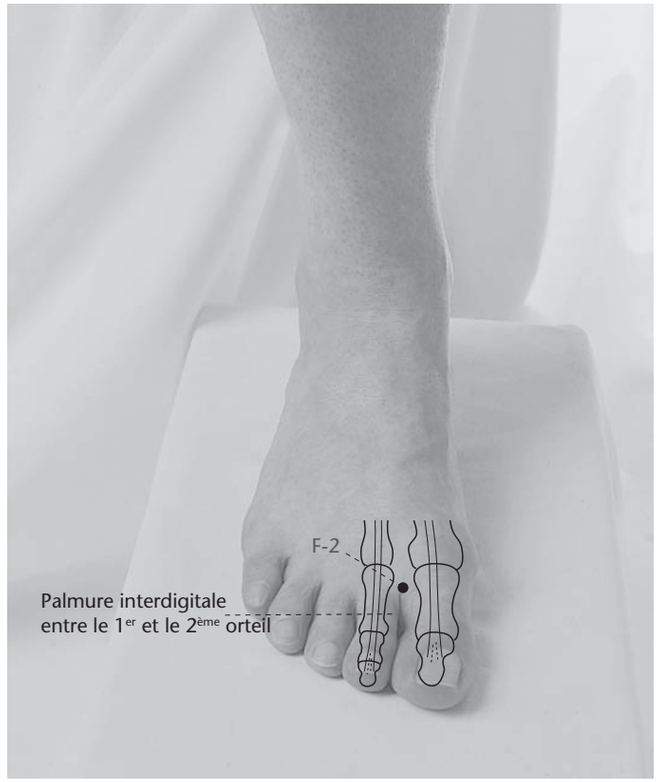
Caractéristiques particulières

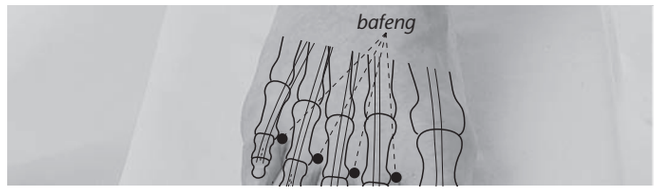
Point jaillissement (*ying*), point Feu, point de sédation. Point majeur pour les syndromes de plénitude du Foie (surtout de Feu du Foie).

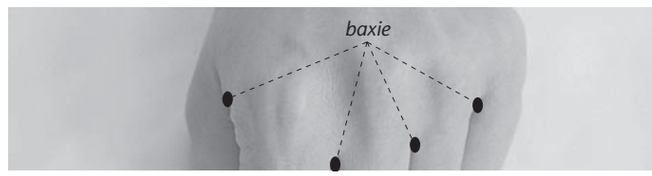





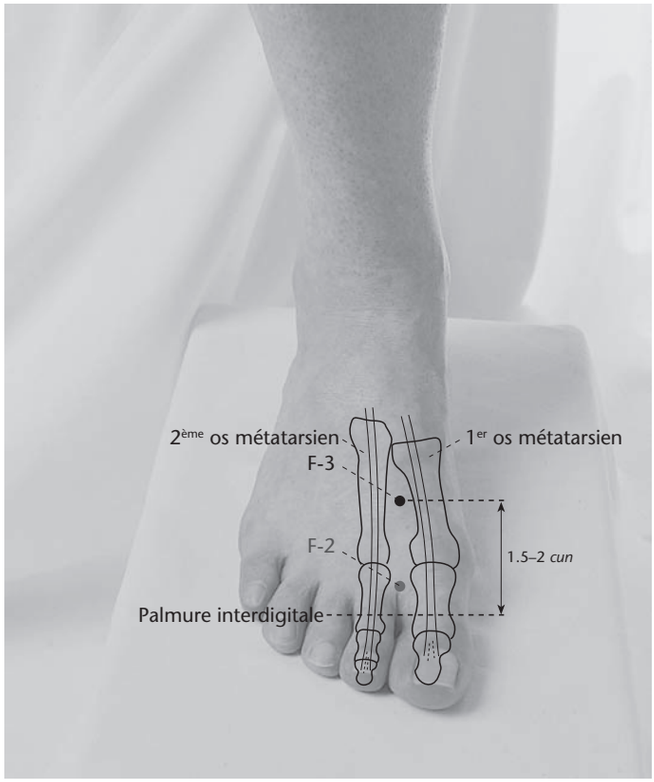






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grande précipitation TAICHONG F-3



Localisation

Sur le dos du pied, entre le 1er et le 2ème os métatarsien, dans une dépression proximale par rapport aux articulations métatarso-phalangiennes, à l'angle proximal situé entre les deux os.

Comment le trouver

À partir de la palmure interdigitale entre le 1er et le 2ème os métatarsien, faire courir le doigt en direction proximale, au-delà des articulations métatarso-phalangiennes, le long du sillon qui se trouve entre les 1er et 2ème os métatarsiens, jusqu'à l'endroit où la dépression est plus vaste et plus profonde. C'est là que se trouve **F-3**, qui est souvent sensible à la pression. Pour confirmer : lorsque le doigt continue à avancer dans ce sillon, ce dernier devient à nouveau plus étroit et plus superficiel.
À une position semblable sur la main, on trouve → **GI-4** (entre les 1er et 2ème os métacarpiens).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Prudence en cas de grossesse.

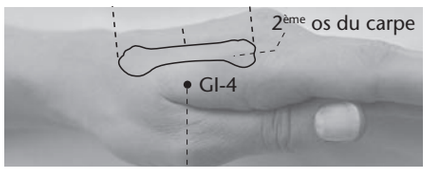
Actions/indications

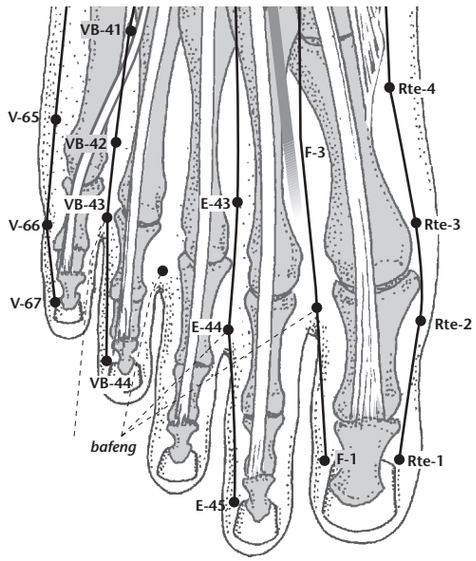
- Diffuse le Qi du Foie, dégage la tête, a des effets bénéfiques sur les yeux, nourrit le sang du Foie et le Yin du Foie, calme les spasmes, soulage la douleur, régule les menstruations dans le Réchauffeur Inférieur.
- Fait tomber le Vent (interne), pacifie le Yang du Foie.

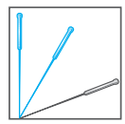
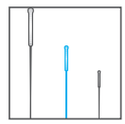
Caractéristiques particulières

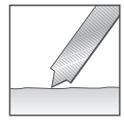
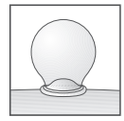
Point source (*yuan*), point rivière (*shu*), point Terre, point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (ajouté par après par Xu Feng). Point majeur pour diffuser le Qi du Foie.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-4 *Sceau central* ZHONGFENG

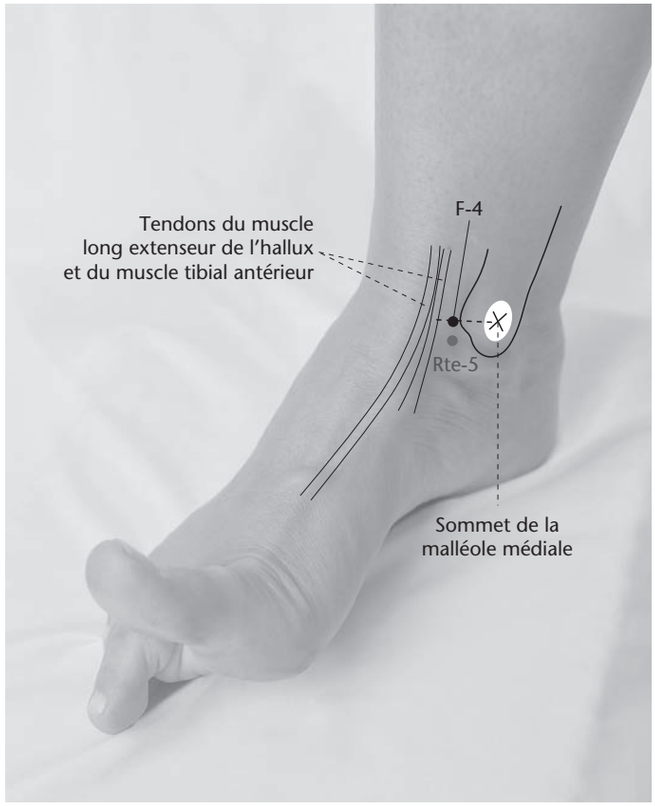
Localisation

1 *cun* en avant du sommet de la malléole médiale, en direction médiale par rapport au tendon du muscle tibial antérieur.

Comment le trouver

Une flexion dorsale, même légère, de la cheville permet de rendre le tendon du muscle tibial antérieur mieux visible sur la face médiale de la cheville. **F-4** se trouve entre le tendon et le sommet de la malléole médiale, dans une dépression située sur l'espace palpable de l'articulation.

→ **E-41** est également situé sur l'espace de l'articulation (au milieu de sa face antérieure) ; → **Rte-5** n'est que légèrement distal par rapport à **F-4**, à l'intersection d'une ligne verticale qui passe par le bord antérieur de la malléole médiale et une ligne horizontale qui suit son bord inférieur.



Insertion de l'aiguille

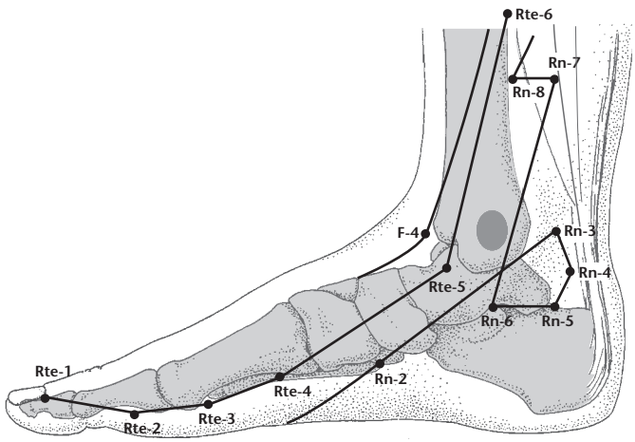
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

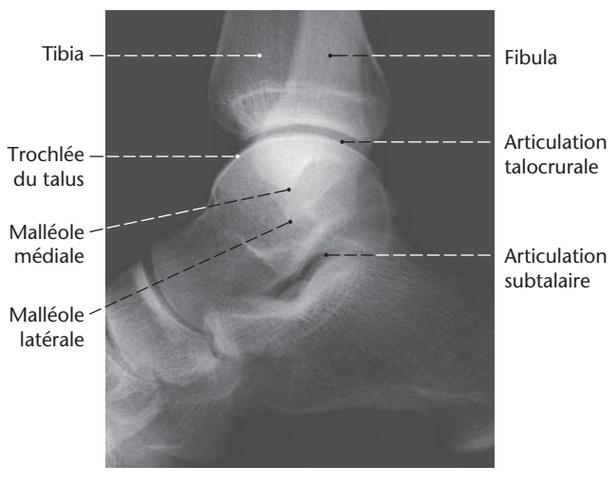
Actions/indications

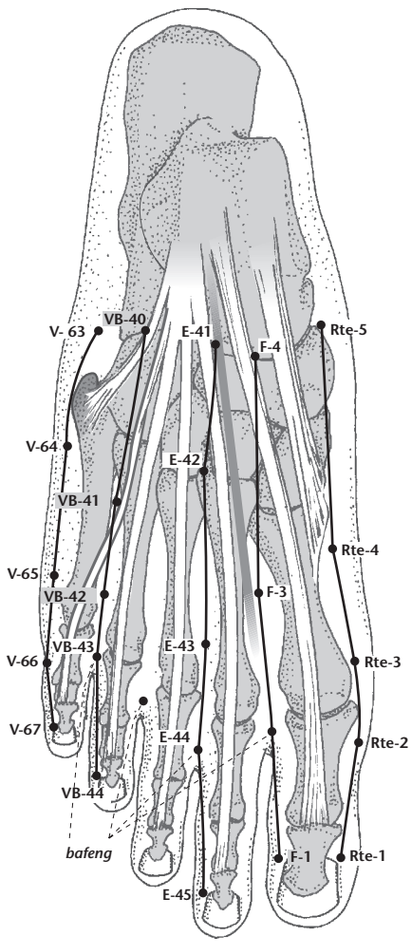
- Ouvre le méridien, favorise la circulation du Qi du Foie, régule le Réchauffeur Inférieur.

Caractéristiques particulières

Point fleuve (*jing*), point Métal.

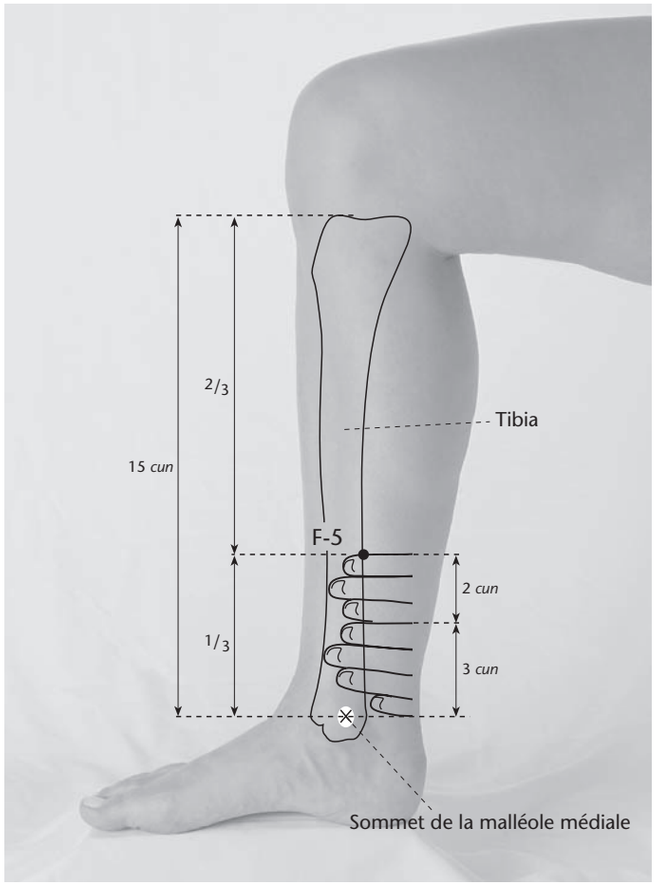






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Galerie du ver à bois LIGOU F-5



Localisation

Sur la face médiale de la jambe, 5 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, immédiatement en arrière de la crête médiale du tibia, entre la crête médiale du tibia et le muscle gastrocnémien.

Comment le trouver

Commencer par localiser le sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2). De là, déplacer le doigt 5 *cun* en direction proximale et localiser **F-5** dans la dépression qui se trouve juste en arrière de la crête médiale du tibia. **Ou méthode rapide** : diviser en trois la distance entre l'extrémité médiale du pli poplité et le sommet de la malléole médiale (cette distance est d'environ 15 *cun*, → 2.2) et localiser **F-5** à un tiers de la malléole médiale. Remarque : certains textes localisent **F-5 sur** le tibia, d'autres sur le bord **postérieur** du tibia ; c'est la sensibilité de ce point à la pression qui doit être le facteur déterminant.
→ Rn-9 se trouve au même niveau, juste au-dessus de **→ Rn-3** (entre la malléole médiale et le tendon d'Achille).

Insertion de l'aiguille

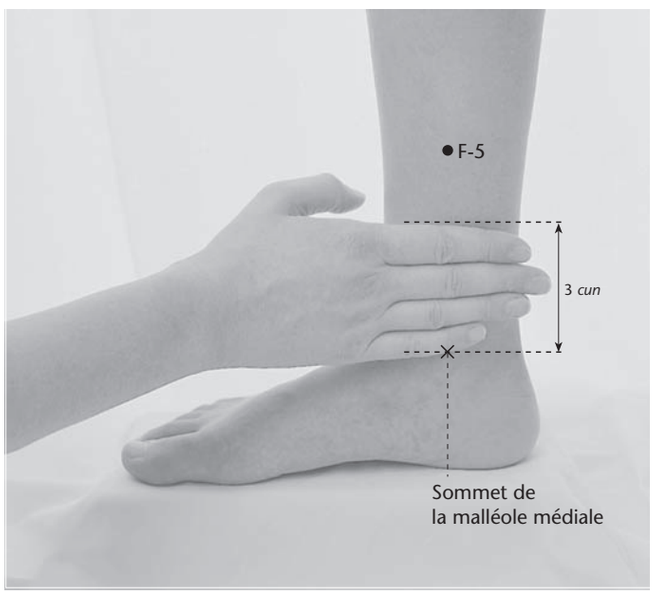
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur vers l'arrière, en direction de la fibula, ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction de l'abdomen.

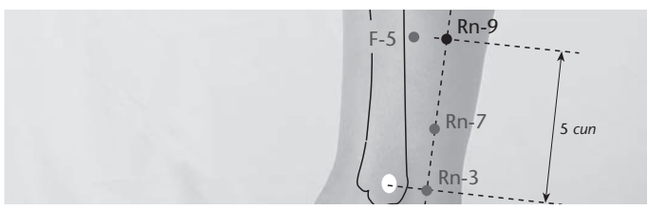
Actions/indications

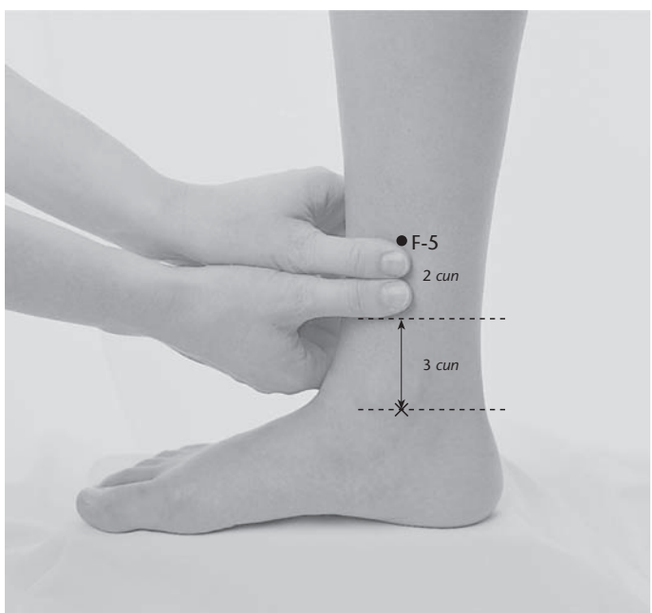
- Régule le Qi du Foie, a des effets bénéfiques sur les organes génitaux, élimine la Chaleur-Humidité du réchauffeur inférieur.
- Traite le syndrome du noyau de prune.
- Fait circuler le Qi localement.

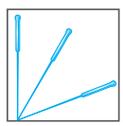
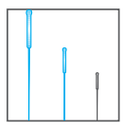
Caractéristiques particulières

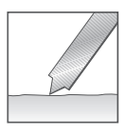
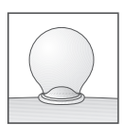
Point *luo* de communication. Point distal important pour la région urogénitale (surtout en cas de stagnation du Foie et de Chaleur-Humidité).








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-6 *Capitale du centre* ZHONGDU

Localisation

7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, juste derrière la crête médiale du tibia.

Comment le trouver

Commencer par localiser le sommet de la malléole médiale (→ 3.6.2). De là, déplacer le doigt 7 *cun* (2 travers de mains et un travers de pouce) en direction proximale et localiser **F-6** dans la dépression qui se trouve juste en arrière de la crête médiale du tibia. **Ou méthode rapide** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur l'extrémité médiale du pli poplité et le sommet de la malléole médiale, et faire se rejoindre les pouces sur le bord postérieur du tibia, au milieu de cette distance (= environ 15 *cun*, → 2.2). De là, mesurer 0,5 *cun* en direction distale et localiser **F-6** en arrière de la crête médiale du tibia. Remarque : certains textes localisent **F-6 sur** le tibia, d'autres sur le bord **postérieur** du tibia ; c'est la sensibilité de ce point à la pression qui doit être le facteur déterminant.

Insertion de l'aiguille

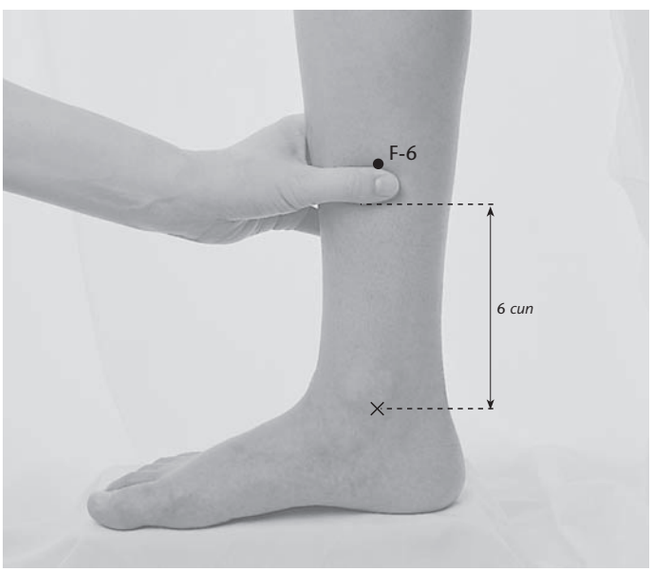
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur vers l'arrière, en direction de la fibula, ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction proximale, le long du tibia.

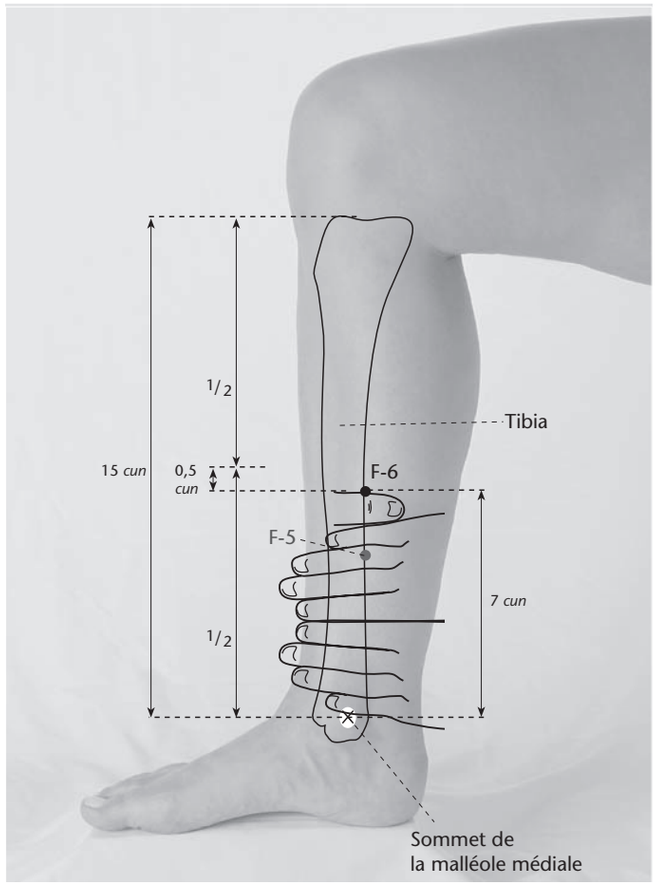
Actions/indications

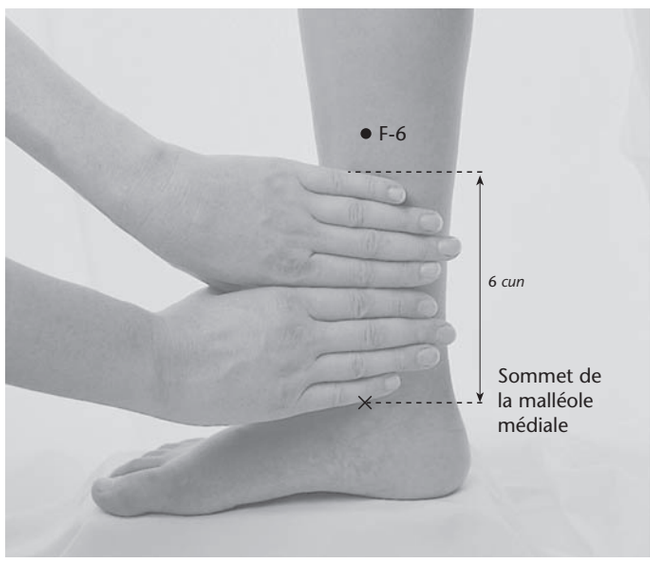
- Diffuse le Qi du Foie, régule le Réchauffeur Supérieur, régule le Sang, élimine l'Humidité.

Caractéristiques particulières

Point d'accumulation (*xi*).

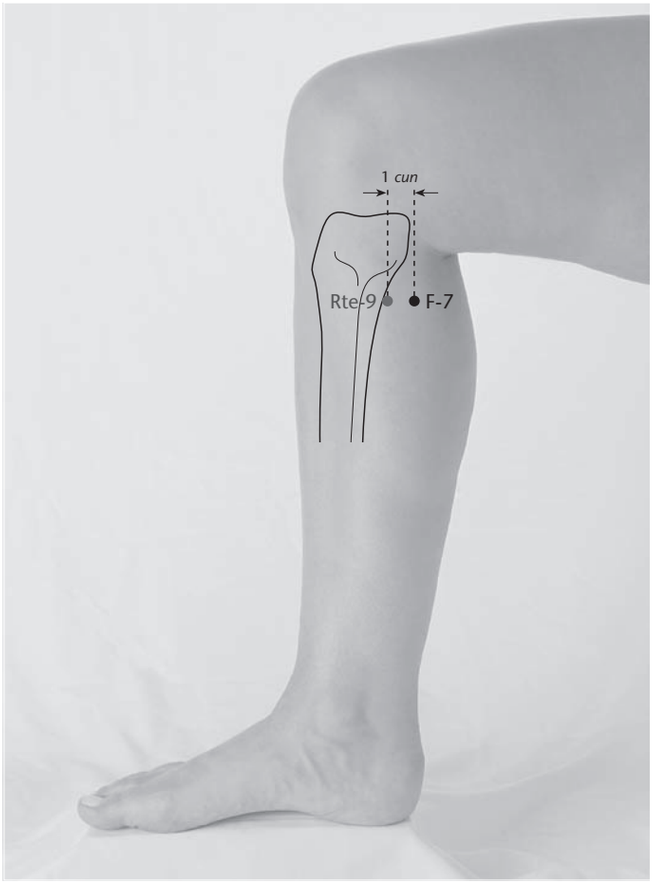






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Articulation du genou XIGUAN F-7



Localisation

À la jonction de la diaphyse et du condyle médial du tibia, 1 *cun* en arrière de ➞ **Rte-9**.

Comment le trouver

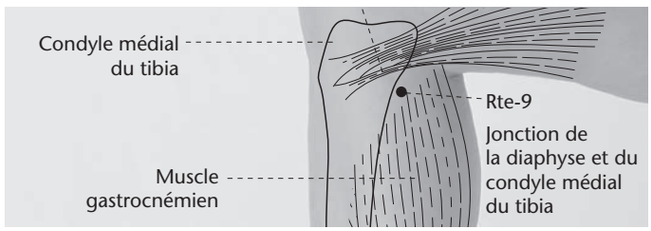
La jonction entre la diaphyse et le condyle médial du tibia est facilement palpable. À cet endroit, localiser ➞ **Rte-9**, puis **F-7**, 1 *cun* en arrière de celui-ci. Ces deux points ont tendance à être sensibles à la pression.

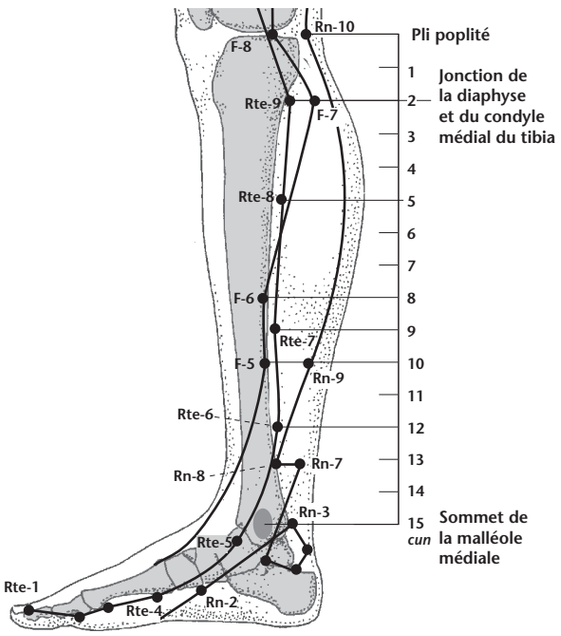
Insertion de l'aiguille

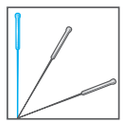
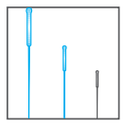
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

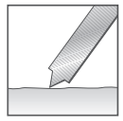
Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Expulse le Vent et l'humidité.





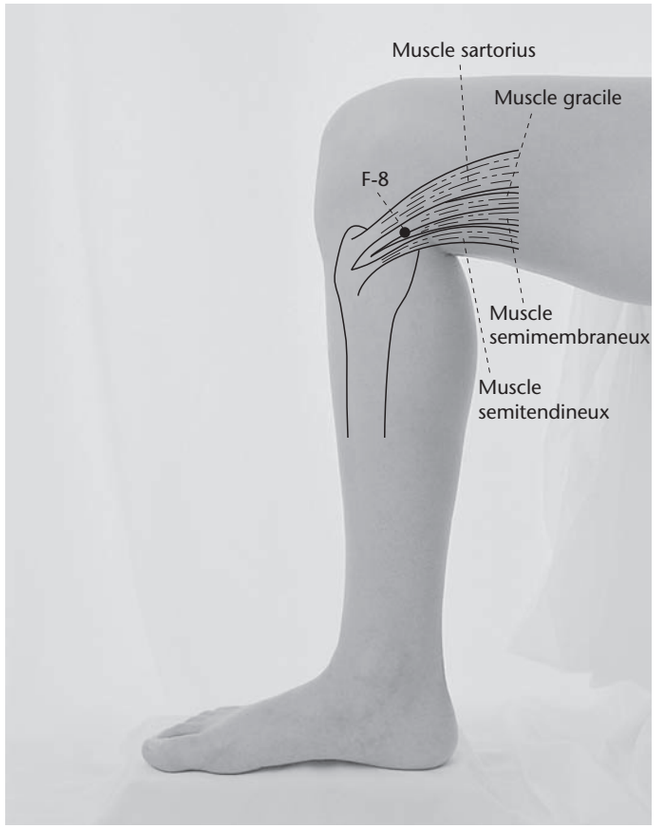


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-8 *Source dans la courbe* QUQUAN

Localisation

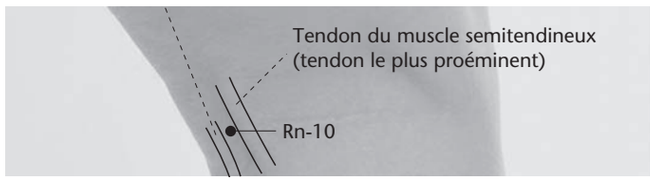
Lorsque le genou est fléchi, **F-8** se trouve juste au-dessus de l'extrémité médiale du pli poplité, dans la dépression située en avant des tendons du muscle semitendineux et du muscle semimembraneux.



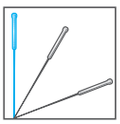
Comment le trouver

F-8 est plus facile à localiser lorsque le genou est fléchi et la hanche en légère rotation externe. Commencer par trouver le tendon proéminent et épais du muscle semitendineux, qui est mieux visible lorsque le genou est fléchi. Le tendon du muscle semimembraneux se trouve en arrière de celui du semitendineux et il est souvent plus difficile à sentir. Faire glisser le doigt du tendon du muscle semitendineux vers la patella. À environ 1 *cun*, on peut sentir une dépression entre les ventres de ces deux muscles. **F-8** se trouve en avant des deux tendons. Certains auteurs localisent **F-8** 1 *cun* au-dessus et en avant de → **Rn-10**. C'est la sensibilité à la pression qui doit permettre de déterminer la localisation exacte de ce point.

→ **Rn-10** se trouve approximativement 1 *cun* en direction du pli poplité et, au niveau médial, en arrière du tendon du muscle semimembraneux et en avant du tendon du muscle semitendineux.

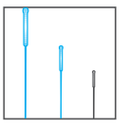


Insertion de l'aiguille



Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications



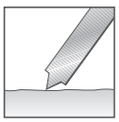
- Élimine la Chaleur et la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur (action principale), a des effets bénéfiques sur les organes génitaux et l'Utérus.
- Nourrit le Sang et le Yin.
- Fait circuler le Qi localement.

Caractéristiques particulières



Point mer (*he*), point Eau, point de tonification.



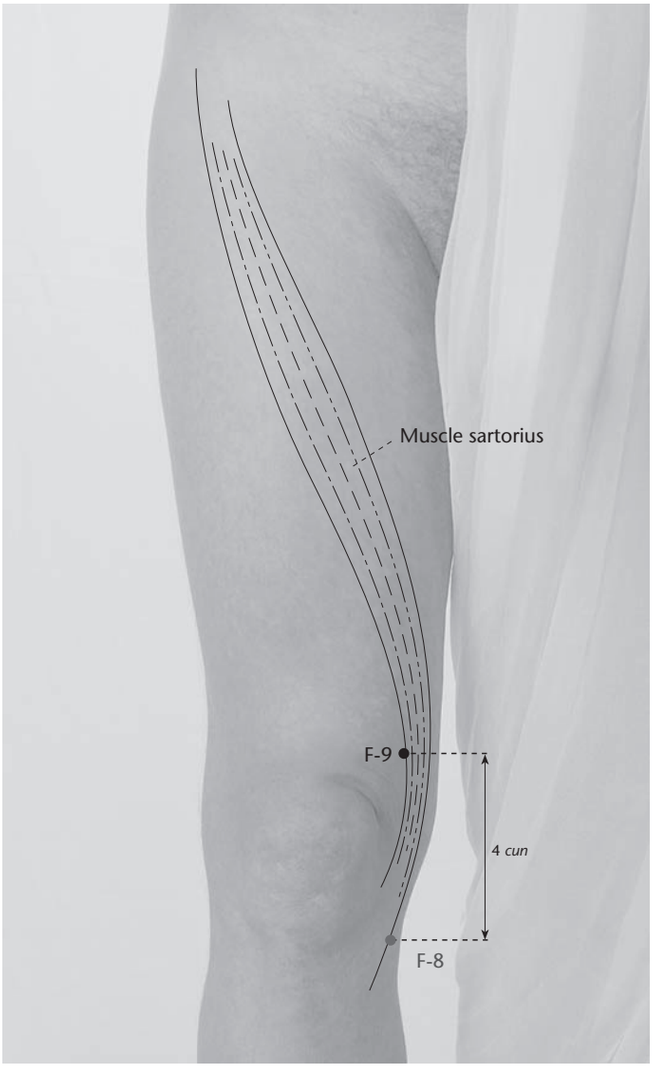






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Enveloppe du Yin YINBAO F-9



Localisation

4 *cun* au-dessus du condyle médial du fémur, entre le muscle sartorius et le muscle vaste médial. Autres localisations possibles : 4 *cun* en direction proximale par rapport à → **F-8** (par exemple, Deadman et al., 1998, → photo), 4 *cun* en direction proximale par rapport à la jonction entre la diaphyse et le condyle du fémur (par exemple, Hecker et al., → schéma) ou 4 *cun* en direction proximale par rapport au milieu du condyle du fémur (par exemple, Ogal et Stör, 1999, → illustration p. 443).

Comment le trouver

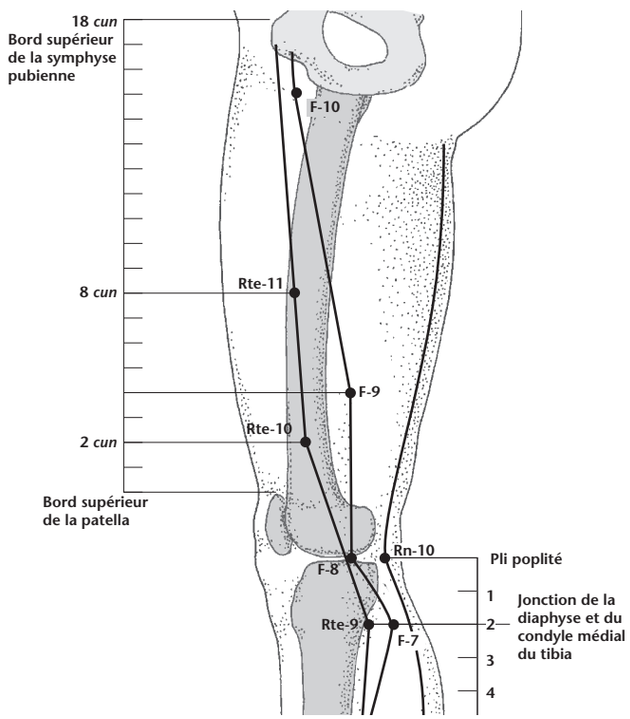
À partir de → **F-8**, mesurer 4 *cun* en direction proximale. Localiser **F-9** à cet endroit, entre le muscle sartorius, plus médial et étroit, et le muscle vaste médial, antéro-médial. C'est la sensibilité à la pression qui doit permettre de déterminer la localisation exacte de ce point.

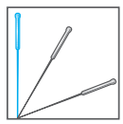
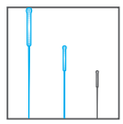
Insertion de l'aiguille

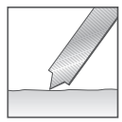
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur le Réchauffeur Inférieur.
- Ouvre le méridien.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-10 *Cinq miles de la jambe* ZUWULI

Localisation

Sur la face antérieure de la cuisse, 3 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, sur le bord latéral du muscle long adducteur.

Comment le trouver

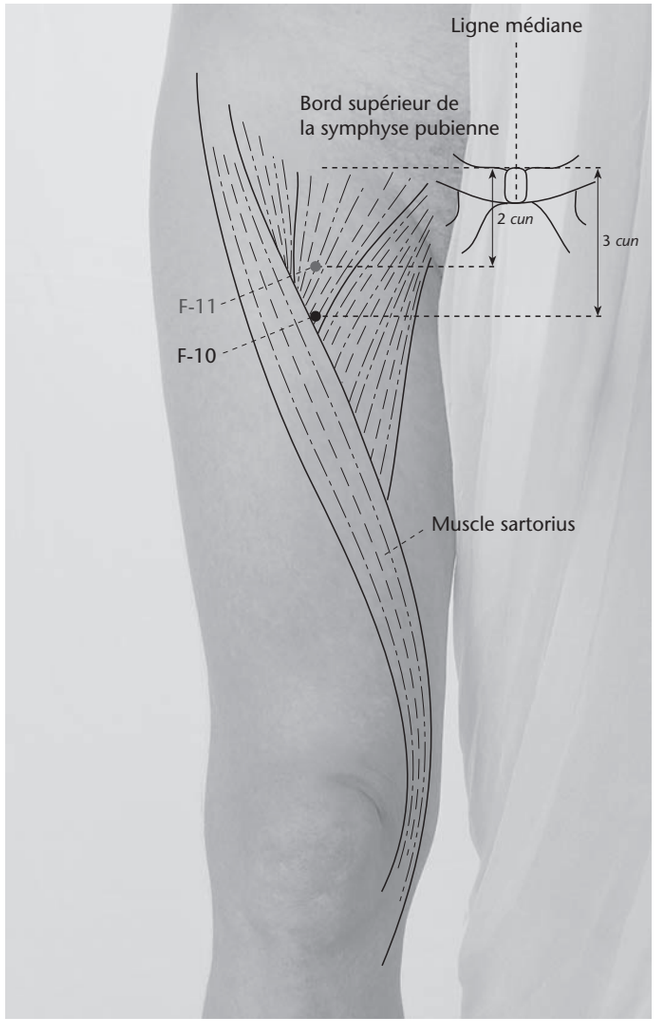
Demander au patient de contracter les muscles adducteurs en appuyant fortement les deux pieds l'un contre l'autre. **F-10** se trouve dans un sillon au bord médial du muscle long adducteur, là où ce dernier forme un angle avec le muscle sartorius.

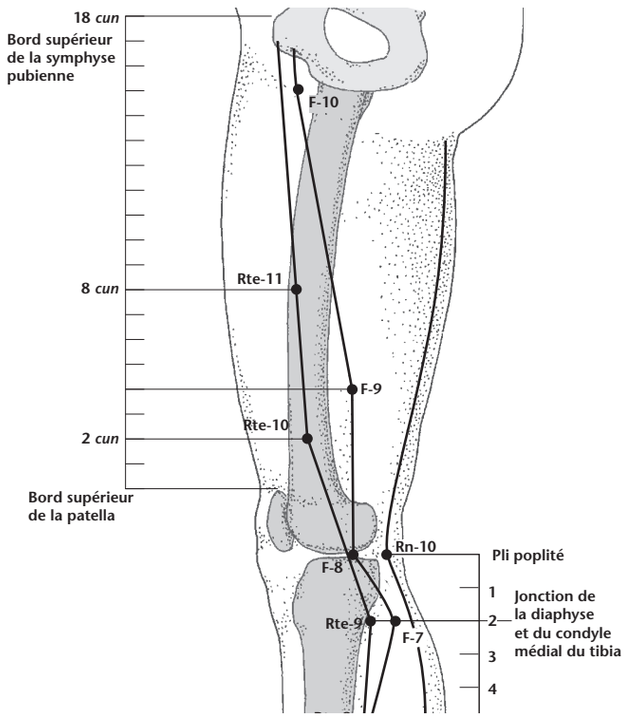
Insertion de l'aiguille

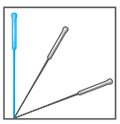
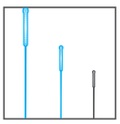
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence de la veine grande saphène, de l'artère fémorale et du nerf fémoral.

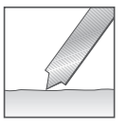
Actions/indications

- Décontracte les tendons et les muscles.
- Élimine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur.
- Régule la voie des eaux.





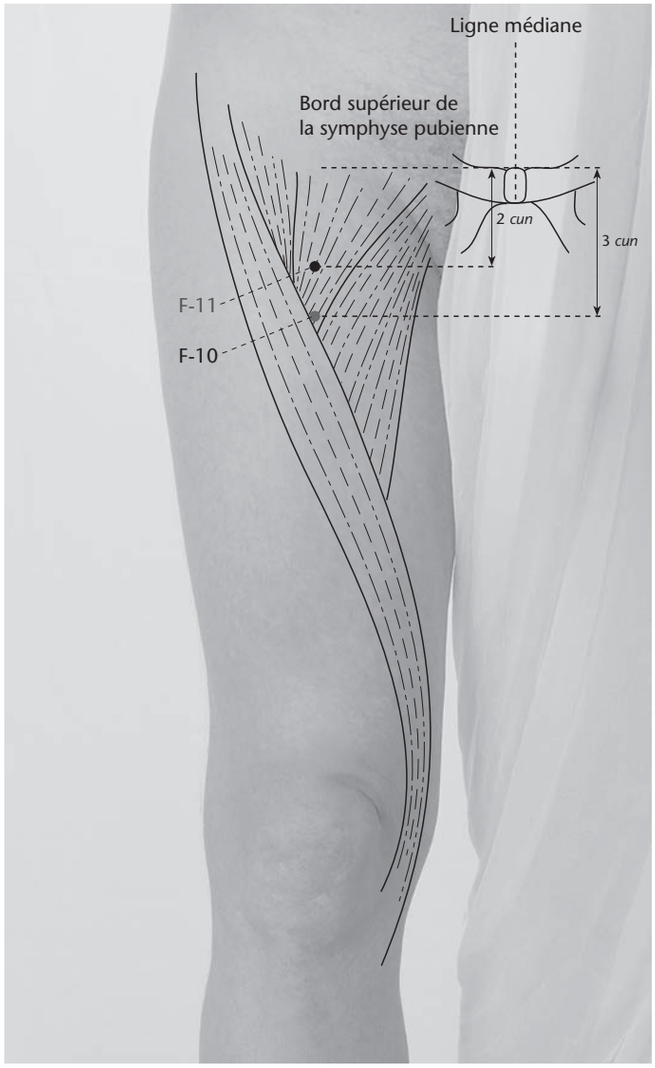





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Coin du Yin YINLIAN F-11



Localisation

Sur la face antérieure de la cuisse, 2 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, sur le bord latéral du muscle long adducteur.

Comment le trouver

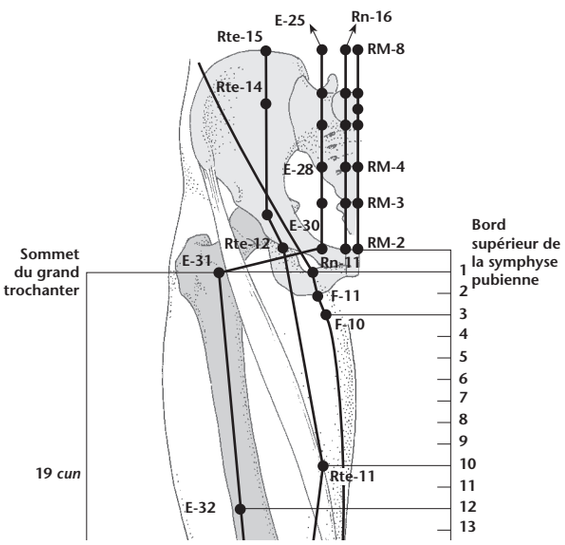
Demander au patient de contracter les muscles adducteurs en appuyant fortement les deux pieds l'un contre l'autre. **F-11** se trouve 2 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, dans un sillon au bord médial du muscle long adducteur. **F-11** est situé environ 1 *cun* en dessous de l'endroit où l'artère fémorale passe sous le ligament inguinal.

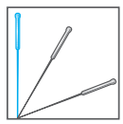
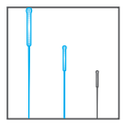
Insertion de l'aiguille

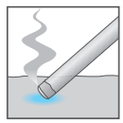
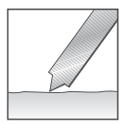
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence de la veine grande saphène, de l'artère fémorale et du nerf fémoral. Les textes classiques recommandent la moxibustion sur ce point pour traiter la stérilité féminine.

Actions/indications

- Décontracte les tendons.
- A des effets bénéfiques sur l'Utérus et régule les menstruations.
- Traite les troubles de la colonne lombale.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-12 *Pouls rapide* JIMAI

Localisation

Dans le pli inguinal, 2,5 *cun* en-dehors de la ligne antérieure médiane et 1 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

À partir du bord supérieur de la symphyse pubienne, mesurer 2,5 *cun* en direction latérale et 1 *cun* vers le bas. Dans cette zone, on peut sentir la pulsation de l'artère fémorale. **F-12** se trouve en direction médiale par rapport à la pulsation de cette artère. Comme la veine fémorale est également médiale par rapport à l'artère, il faut piquer **F-12** en direction médiale, à au moins un travers de doigt de l'artère.

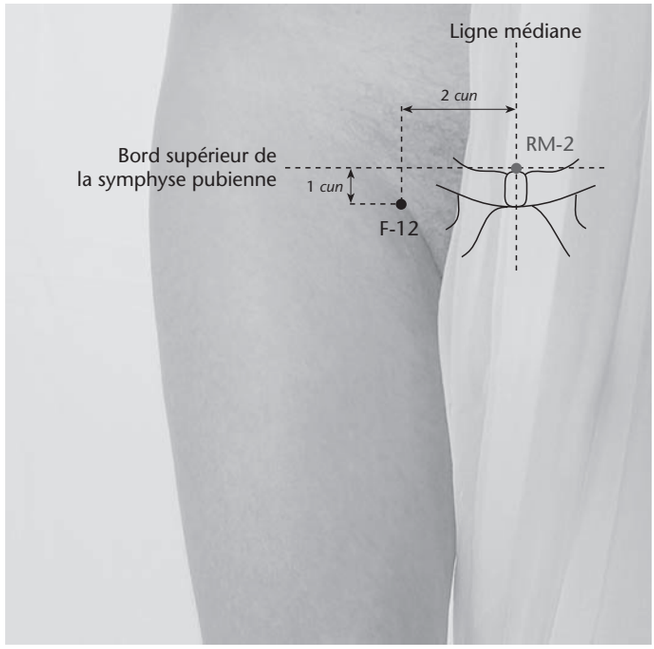
→ **E-30** se trouve 1 *cun* au-dessus et 0,5 *cun* en direction médiale par rapport à **F-12**.

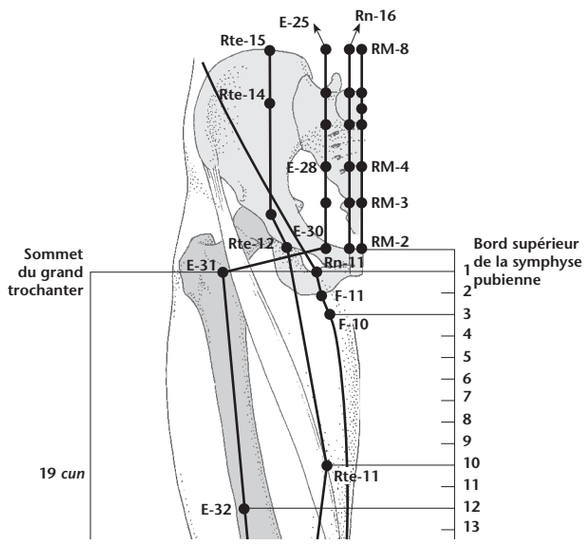
Insertion de l'aiguille

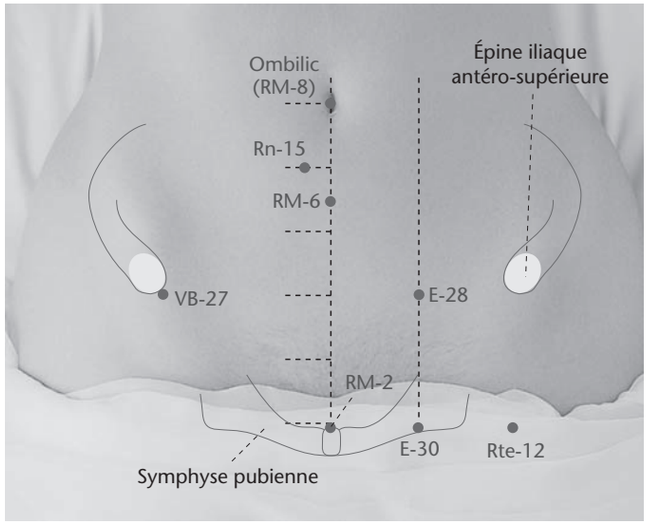
Insertion médiale, légèrement oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : présence de la veine et de l'artère fémorales. La veine fémorale est également médiale par rapport à l'artère, approximativement à un travers de doigt. Pour éviter de léser la veine, il faut piquer **F-12** en direction médiale par rapport à l'artère. En raison de sa position délicate, les textes classiques recommandent de se limiter à la moxibustion sur ce point, alors que les textes modernes affirment que la moxibustion, pour cette même raison, est contre-indiquée sur ce point.

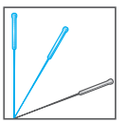
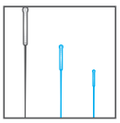
Actions/indications

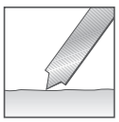
- Disperse le Froid du méridien du Foie et a des effets bénéfiques sur le Réchauffeur Inférieur.







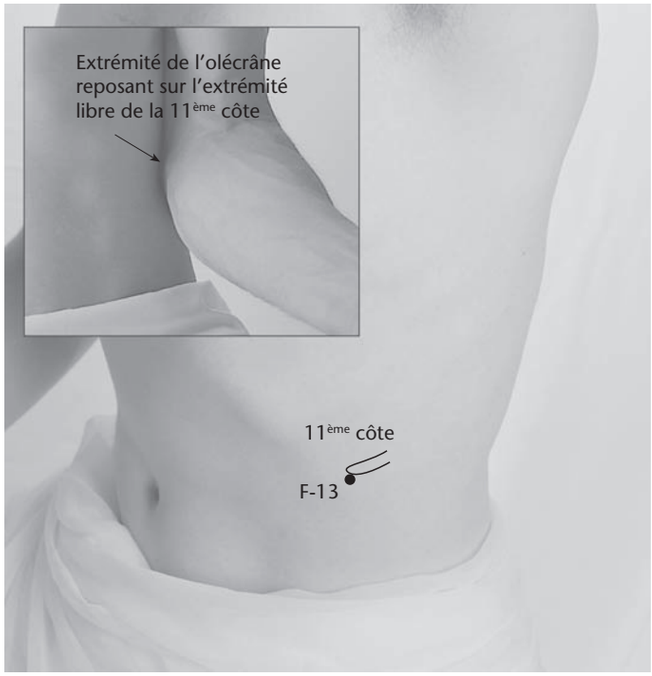



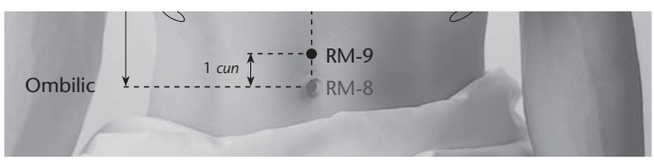


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du règlement ZHANGMEN F-13







Localisation

En avant et en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte, approximativement 1 *cun* au-dessus de l'ombilic.

Comment le trouver

Méthode rapide : demander au patient de fléchir le coude à 90° contre la face latérale du thorax. L'extrémité de l'olécrâne se trouve alors au niveau de l'extrémité libre de la 11ème côte. **F-13** est situé à l'avant du bord inférieur de cette dernière. **Ou** : placer la main toute entière sur le haut de l'abdomen en exerçant une légère pression avec les doigts, palper en descendant le long du bord costal jusqu'à localiser l'extrémité libre de la 11ème côte, juste au-dessus du niveau de l'ombilic. **F-13** est situé à l'avant du bord inférieur de celle-ci.

À peu près au même niveau (1 *cun* au-dessus de l'ombilic), on trouve → **RM-9** (sur la ligne médiane) et → **E-24** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane). → **VB-25** est plus sur le côté et vers le bas, à l'extrémité libre de la 12ème côte.

Insertion de l'aiguille

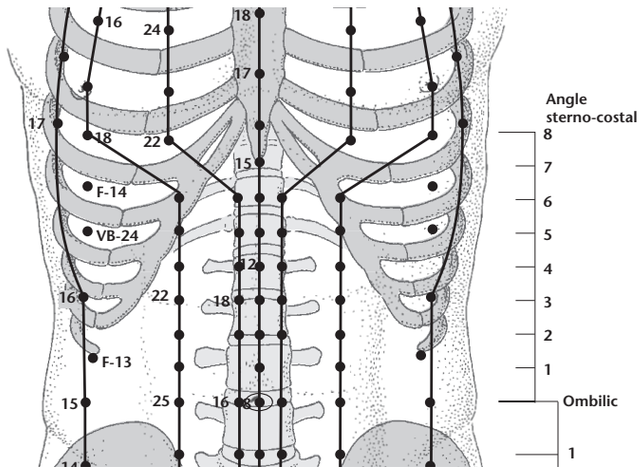
Insertion perpendiculaire ou, mieux, oblique, de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine et d'organes parfois hypertrophiés (à droite : le foie ; à gauche, la rate).

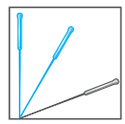
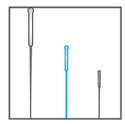
Actions/indications

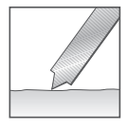
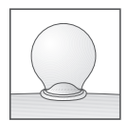
- Harmonise le Foie et la Rate, régule le Qi du Foie (surtout dans le Réchauffeur Moyen et le Réchauffeur Inférieur), fortifie la Rate.
- Ouvre le méridien.

Caractéristiques particulières

Point *mu* antérieur, de la Rate, point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vésicule Biliaire et avec le vaisseau Ceinture (*dai mai*), point de réunion (*hui*) des Organes (*zang*).




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-14 *Porte du cycle* QIMEN

Localisation

Dans le 6ème espace intercostal, sur la ligne mamelonnaire, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane.

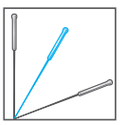
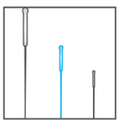
Comment le trouver

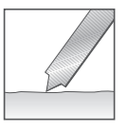
Méthode rapide, surtout chez les hommes : le mamelon se trouve généralement au niveau du 4ème espace intercostal. À partir de là, compter deux espaces intercostaux vers le bas et localiser **F-14** dans le 6ème espace intercostal. **Ou** : pour une localisation plus précise sur la cage thoracique (→ 3.5), trouver la synchondrose manubrio-sternale, structure osseuse horizontale bien marquée sur le sternum. Localiser la 2ème côte en dehors de celle-ci puis, en dessous, le 2ème espace intercostal. À partir de là, compter 4 espaces intercostaux pour arriver au 6ème espace intercostal, et y localiser **F-14**, sur la ligne mamelonnaire (4 *cun* en dehors de la ligne médiane).

→ **VB-24** est situé dans le 7ème espace intercostal. À peu près au même niveau (2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal), on trouve → **RM-14** (sur la ligne médiane), → **Rn-21** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-19** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction latérale ou médiale (le long de l'épine iliaque antéro-supérieure). Cette direction est recommandée en cas de pathologie des seins. Attention : risque de pneumothorax.

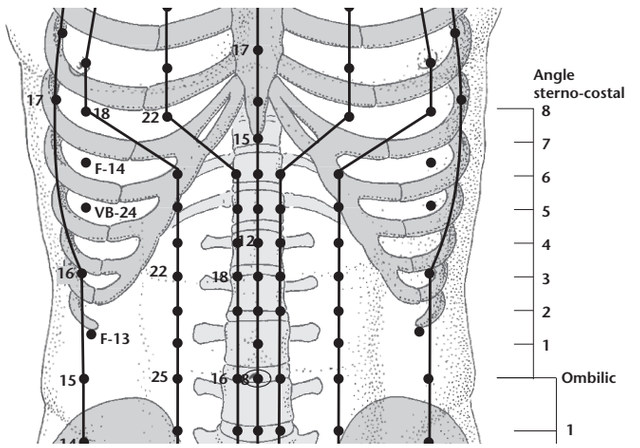


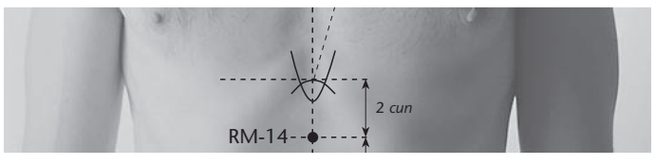
Actions/indications

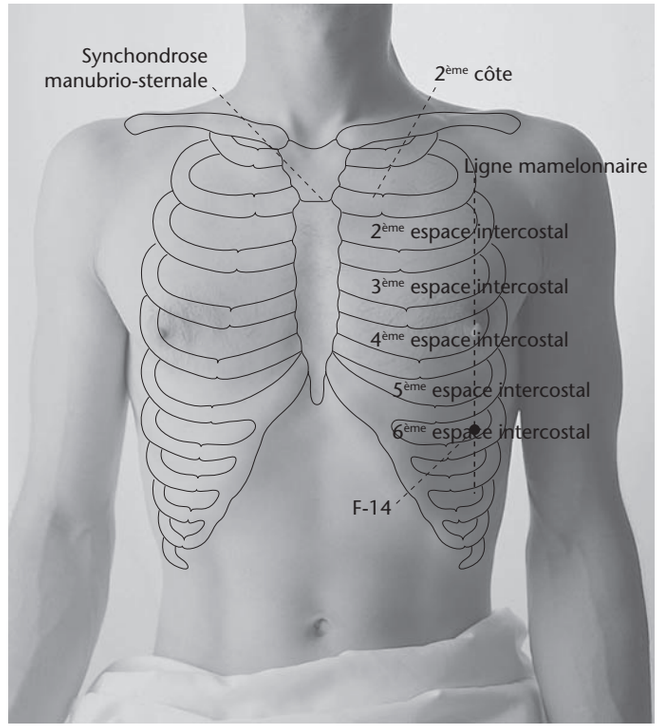
- Régule le Qi et le Sang du Foie (surtout dans les réchauffeurs Supérieur et Moyen), rafraîchit le Sang, disperse les accumulations, harmonise le Foie et l'Estomac.

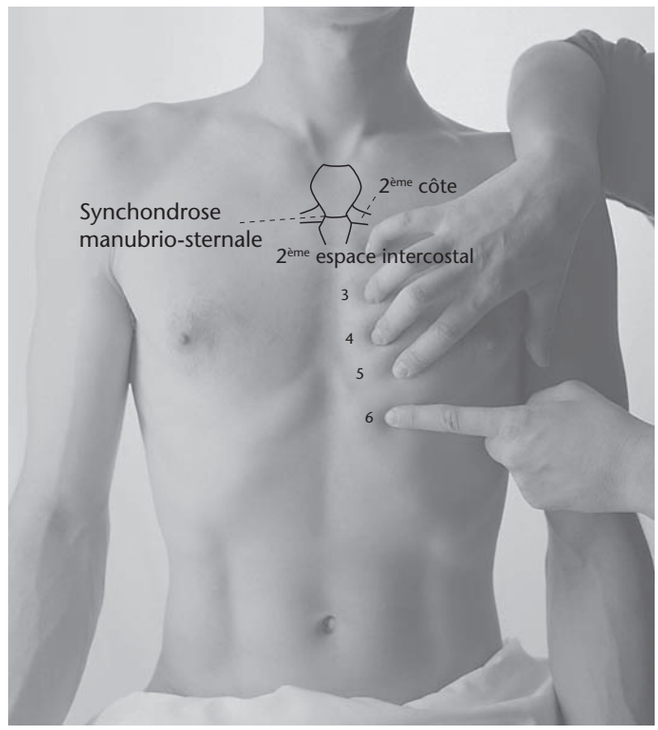
Caractéristiques particulières

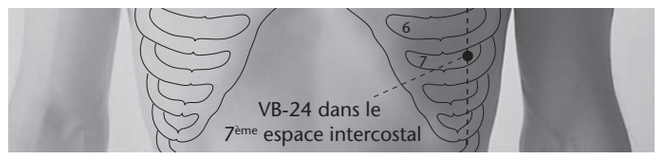
Point *mu* antérieur du Foie, point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) et le méridien de la Rate, point de sortie.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5 Les huit merveilleux vaisseaux (*qi jing ba mai*) et leurs points

Claudia Focks, Ulrich März

Pour un aperçu du contexte théorique des huit merveilleux vaisseaux, → 1.7.

5.1 Vaisseau Pénétrant (*chong mai*)

Relations (→ 1.7.3)

- **Yin/Yang :** vaisseau Pénétrant (*chong mai*)/vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Pénétrant (*chong mai*)/vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : Cœur, thorax, Estomac. Point d'ouverture : **Rte-4** (*gongsun*), point couplé : **MC-6** (*neiguan*).

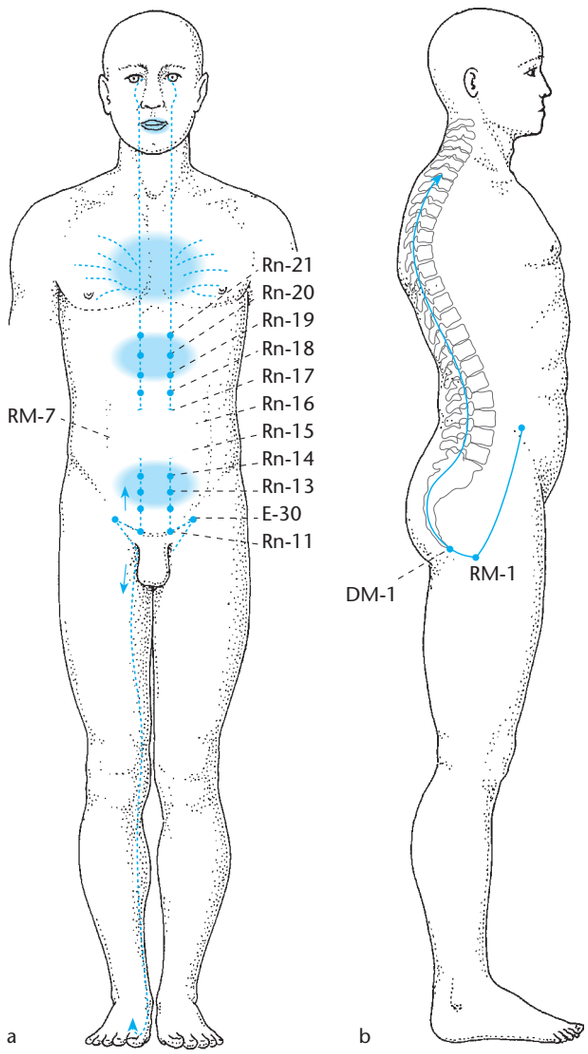
Trajet

Le vaisseau Pénétrant (*chong mai*), tout comme le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*), naît dans le bas abdomen, au *bao zhong* (l'Utérus chez les femmes) ou, selon certains auteurs, au Rein. Il traverse les zones génitales et se divise en deux branches :

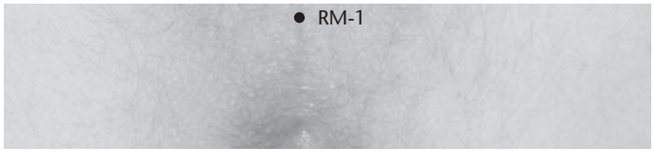
➡ une **branche profonde** va au périnée, au point → **RM-1** (*huiyin*), parcourt la colonne vertébrale, pénètre dans le canal spinal et monte au niveau de T1 et de T2 (selon certains auteurs, ce méridien monte sur la face antérieure de la colonne vertébrale);

➡ l'**autre branche** émerge à la surface du corps au point → **E-30** (*qichong*) et se divise en **deux branches externes**, l'une ascendante, l'autre descendante :

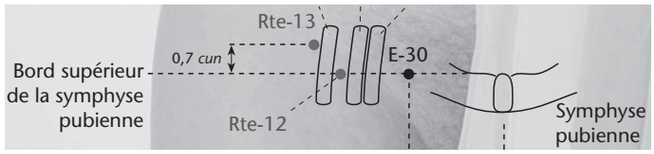
- la branche **ascendante** va à → **Rn-11** (*henggu*), 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau de la symphyse pubienne et, de là, suit le trajet du méridien du Rein jusqu'au point → **Rn-21** (*youmen*). Le méridien du Rein part de l'abdomen et monte à environ 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, passant par les points → **Rn-12** (*dahe*), → **Rn-13** (*qixue*), → **Rn-14** (*siman*) et → **Rn-15** (*zhongzhu*), rejoint la ligne médiane, croise → **RM-7** (*yinjiao*) 1 *cun* en dessous de l'ombilic avant de retrouver son trajet initial 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, passant alors par les points **Rn-16** (*huangshu*), **Rn-17** (*shangqu*), **Rn-18** (*shiguan*), **Rn-19** (*yindu*), **Rn-20** (*futonggu*) et **Rn-21** (*youmen*). Cette branche se disperse alors dans les espaces intercostaux, monte au cou, encercle la face interne des lèvres et se déploie dans le haut du pharynx et dans les cavités nasales ;
- la branche **descendante** croise le méridien principal du Rein et descend sur la face médiale de la cuisse (selon le *Ling Shu*, elle se divise en trois méridiens Yin du pied), pénètre dans le pli poplité, suit le bord médial du tibia et émerge en arrière de la malléole médiale, où elle se divise en deux sous-branches : l'une parcourt la face antéro-médiale du pied jusqu'au gros orteil, l'autre va à la plante des pieds.



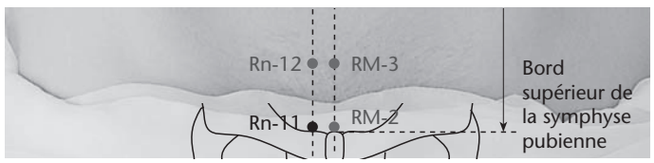
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



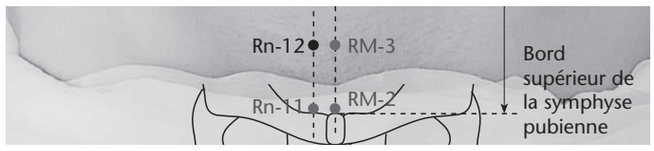
RM-1 (*huiyin*) : au centre du périnée.



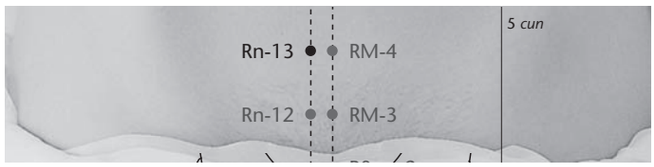
E-30 (*qichong*) : 2 *cun* en dehors du bord de la symphyse pubienne, médial par rapport à l'artère fémorale, au niveau de RM-2.



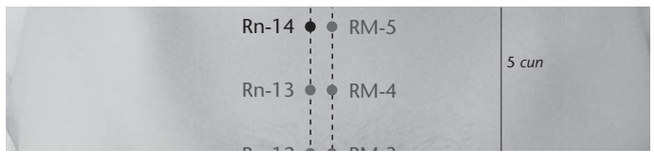
Rn-11 (*henggu*) : sur le bord de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



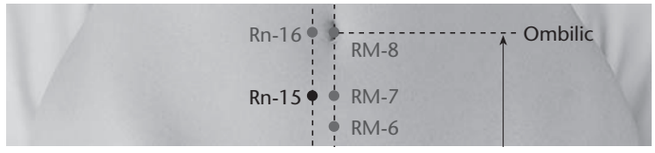
Rn-12 (*dahe*) : 1 *cun* au-dessus du bord de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



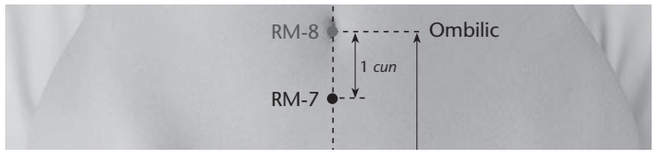
Rn-13 (*qixue*) : 2 *cun* au-dessus du bord de la symphyse pubienne, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



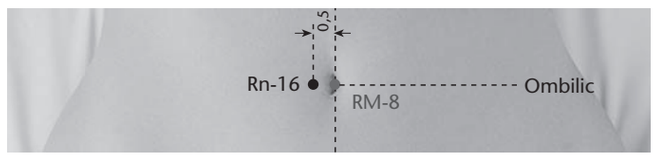
Rn-14 (*siman*) : 2 *cun* en dessous de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



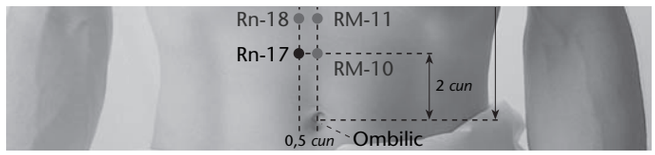
Rn-15 (*zhongzhu*) : 1 *cun* en dessous de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



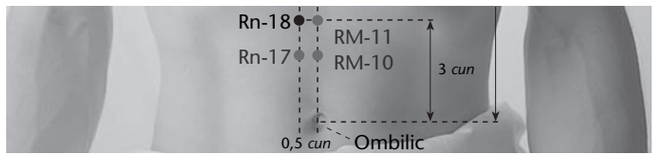
RM-7 (*yinjiao*) : sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* en dessous de l'ombilic.



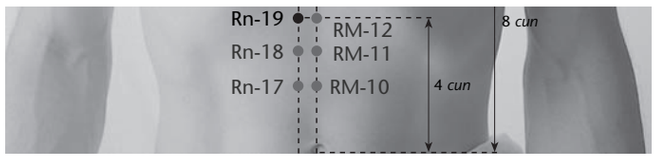
Rn-16 (*huangshu*) : 0,5 *cun* en dehors du centre de l'ombilic.



Rn-17 (*shangqu*) : 2 *cun* au-dessus de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

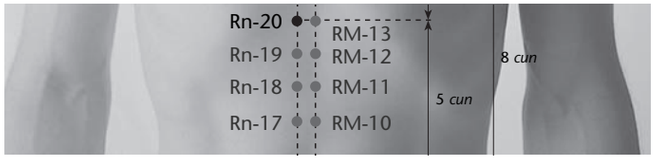


Rn-18 (*shiguan*) : 3 *cun* au-dessus de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

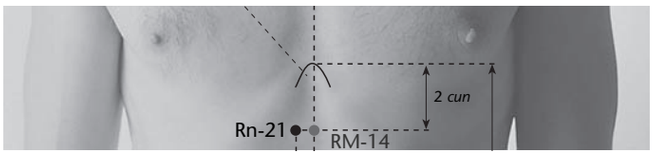


Rn-19 (*yindu*) : à mi-distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Rn-20 (*futonggu*) : 5 *cun* au-dessus de l'ombilic et 3 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.



Rn-21 (*youmen*) : 2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Méridien principal du Rein, vaisseau Conception (*ren mai*), vaisseau Gouverneur (*du mai*), méridiens principaux de l'Estomac et du Foie,
- Rein, Utérus.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Mer du Sang**, forte connexion avec les diverses fonctions du Sang.
- Forte relation avec l'Utérus, régule les menstruations.
- Régule les 12 méridiens principaux, régule efficacement la circulation du Sang (*xue*) dans le corps entier.
- Régule le Qi qui va à contresens.
- Relie entre eux les méridiens principaux de l'Estomac et du Rein, et renforce la relation entre le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.2 Vaisseau Conception (*ren mai*)

Synonyme : vaisseau Directeur

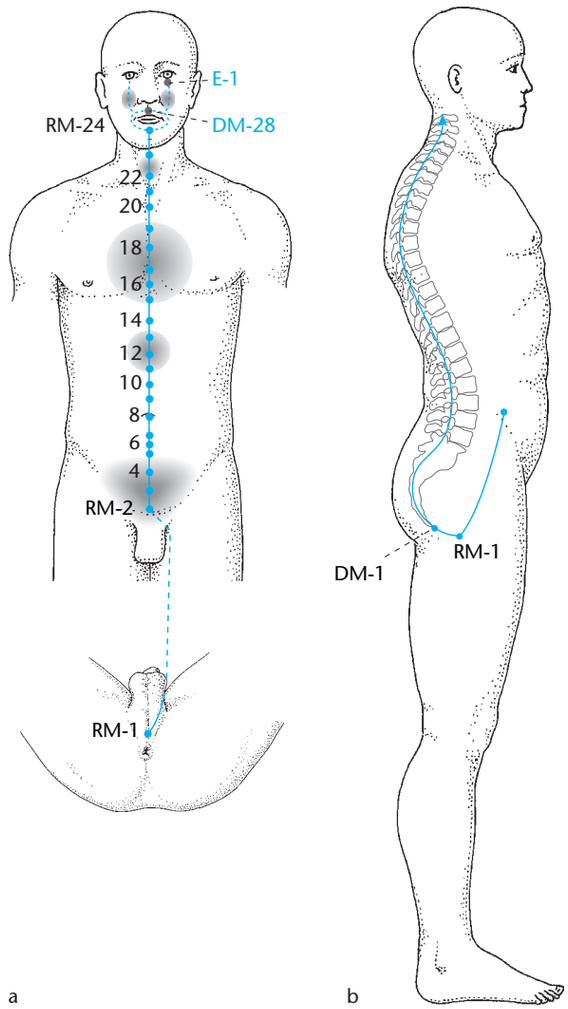
Relations (→ 1.7.3)

- **Yin/Yang :** vaisseau Conception (*ren mai*)/vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Conception (*ren mai*)/vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : face, gorge, thorax, Poumon, diaphragme, abdomen. Point d'ouverture : **P-7** (*lieque*), point couplé : **Rn-6** (*zhaohai*)

Trajet

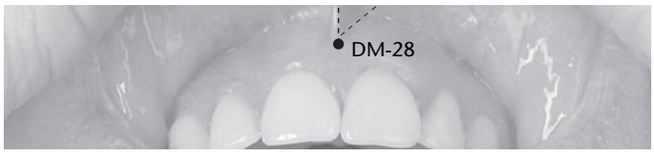
Le vaisseau Conception, comme le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau gouverneur (*du mai*), prend naissance dans le bas abdomen (*bao zhong*) ou au Rein selon certains auteurs, il se relie à la zone urogénitale et émerge au périnée, au point **RM-1** (*huiyin*). De là, son trajet **externe** monte le long de la ligne médiane antérieure, traversant l'abdomen, la poitrine et la gorge. Il se termine au menton, dans le sillon mento-labial, au point **RM-24** (*chengjiang*), où il croise le méridien principal de l'Estomac et le vaisseau Gouverneur (*du mai*). À partir de là, ce vaisseau poursuit son trajet à l'intérieur, encercle la face interne des lèvres et se relie au vaisseau Gouverneur (*du mai*) au point → **DM-28** (*yinjiao*), en dessous de leur frein supérieur. Il se divise ensuite en **deux branches**, qui atteignent toutes deux le bord infra-orbitaire au point → **E-1** (*chengqi*), où elles croisent le méridien principal de l'Estomac et le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), et se terminent à l'œil.

- Une **branche interne** va du périnée à la colonne vertébrale, pénètre dans le canal spinal au point → **DM-1** (*chengqiang*) et monte dans la colonne vertébrale.

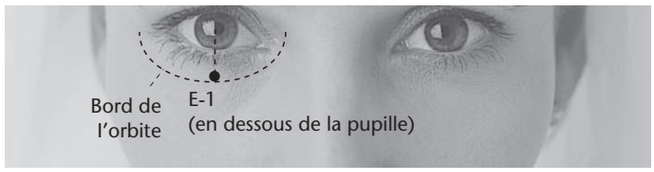


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

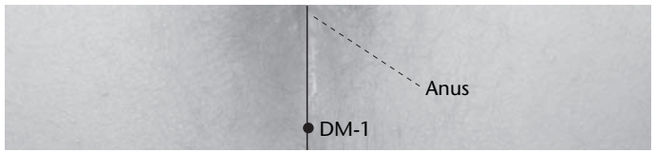
Meeting Points of other channels with the *ren mai*



DM-28 (*yinjiao*) : à l'intérieur de la lèvre supérieure, à la jonction du frein et de la gencive supérieure.



E-1 (*chengqi*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, directement en dessous du centre de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire.



DM-1 (*chengqiang*) : sur la ligne médiane, à mi-chemin entre l'extrémité du coccyx et de l'anus.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères

- Vaisseau Gouverneur (*du mai*), vaisseau Pénétrant (*chong mai*), méridiens principaux du Rein et de l'Estomac,
- Utérus, Rein.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Mer du Yin Qi**, régule et fait circuler le Yin Qi (y compris le Sang, l'Essence (*jing*) et les liquides organiques) afin de nourrir et d'humidifier le corps.
- Relie entre eux tous les méridiens Yin, surtout ceux du bas abdomen.
- Contrôle l'avant de la cage thoracique et l'abdomen.
- Entretient une relation forte avec les fonctions des viscères abdominaux, surtout avec le Rein, la Vessie, l'Utérus et le Poumon.
- Contrôle la reproduction.
- Stocke l'Essence Qi (*jing qi*) qui déborde des méridiens Yin.
- Absorbe les excès des méridiens Yin, surtout le Qi et le Sang qui stagnent.

Remarque sur le vaisseau Conception (*ren mai*)

Le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) occupent tous deux une place unique parmi les huit merveilleux vaisseaux. Ce sont les deux seuls merveilleux vaisseaux qui possèdent des points propres (l'accès aux autres merveilleux vaisseaux ne se fait que par l'intermédiaire des points de méridiens principaux). C'est pour cette raison que le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) sont souvent associés aux douze méridiens principaux pour former les 14 méridiens. Cette perspective n'est toutefois pas correcte du point de vue des fonctions énergétiques car les merveilleux vaisseaux ont une place particulière pour ce qui est à la fois du développement et de la fonction des méridiens (→ 1.7).

Le trajet du vaisseau Conception (*ren mai*), comme celui du vaisseau Gouverneur (*du mai*), se limite au torse et à la tête. Bien qu'ils ne parcourent pas les membres, sur lesquels ils n'ont pas de points (pas plus qu'ils n'ont de points spécifiques comme les point *shu*, les point source (*yuan*), etc.), ils ont néanmoins un point d'ouverture (→ 8.1.8). On dit aussi que le vaisseau Conception (*ren mai*) est la Mer du Yin et qu'il gouverne le Yin du corps entier. C'est sur son trajet que se situe la face antérieure des centres d'énergies (les chakras de la tradition yogi). La tradition taoïste décrit trois centres d'énergie, les trois champs de cinabre (*dantian*) de la face antérieure du corps, qui jouent un rôle important dans la pratique du *qi gong* car ces centres sont le lieu ou le Qi naît et se concentre. Alors que ces trois centres sont tous situés sur le trajet du vaisseau Conception (*ren mai*), ils ne correspondent pas à des points précis mais plutôt à certaines zones.

Le vaisseau Conception (*ren mai*) parcourt la face Yin du corps. Il comporte non seulement plusieurs points *mu* antérieurs qui agissent directement sur les Viscères (*zangfu*), mais aussi de multiples points d'autres méridiens, ce qui montre clairement l'importance exceptionnelle du vaisseau Conception (*ren mai*).

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : –**
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : RM-15** (*jiuwei*) ■■.
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : –**
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : –**
- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : –**
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) :**
  - du Qi : **RM-17** (*shanzhong*) ■■,
  - des Entrailles (*fu*) : **RM-12** (*zhongwan*) ■■.
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : P-7** (*lieque*).
- **Point couplé (→ 8.1.8) : Rn-6** (*zhaohai*).
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **RM-1** (*huiyin*),
  - avec le méridien du Foie : **RM-2** (*qugu*) ■■,
  - avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein : **RM-3** (*zhongji*) ■■, **RM-4** (*guanyuan*) ■■,
  - avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le méridien du Rein* : **RM-7** (*yinjiao*),
  - avec les méridiens de la Rate et de l'Estomac* : **RM-10** (*xiawan*),

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

  - avec les méridiens de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur* et de l'Estomac : **RM-12** (*zhongwan*) ■■,
  - avec les méridiens de l'Estomac et de l'Intestin Grêle : **RM-13** (*shangwan*),
  - avec les méridiens de la Rate, du Rein, de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur : **RM-17** (*shanzhong*) ■■,
  - avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **RM-22** (*tiantu*) ■■, **RM-23** (*lianquan*),
  - avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et les méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac : **RM-24** (*chenjiang*) ■■,
  - d'autres méridiens avec le vaisseau Conception (*ren mai*) : **DM-28**, **E-1**, **DM-1**.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : RM-22** (*tiantu*) ■■.
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) : RM-17** (*shanzhong*) ■■.
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : RM-1** (*huiyin*), **RM-24** (*chenjiang*) ■■.
- **Autres points fonctionnels :**
  - point *mu* antérieur de la Vessie : **RM-3** (*zhongji*) ■■,
  - point *mu* antérieur de l'Intestin Grêle : **RM-4** (*guanyuan*) ■■,
  - point *mu* antérieur du Triple Réchauffeur : **RM-5** (*shimen*),
  - point important, point de tonification générale : **RM-6** (*qihai*) ■■,
  - point *mu* antérieur de l'Estomac : **RM-12** (*zhongwan*) ■■,
  - point *mu* antérieur du Cœur : **RM-14** (*juque*) ■■,
  - point important pour calmer : **RM-15** (*jiuwei*) ■■,
  - point *mu* antérieur du Maître du Cœur, point de la Mer du Qi : **RM-17** (*shanzhong*) ■■.

Points selon les régions du corps

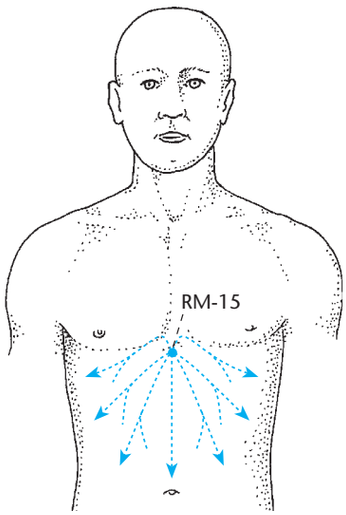
- **Points locaux (→ 8.2.1) :** gorge – **RM-23** (*lianquan*) ; Poumon – **RM-22** (*tiantu*) ■■, **RM-17** (*shanzhong*) ■■ ; Cœur – **RM-17** (*shanzhong*) ■■ ; Rate/Estomac – **RM-12** (*zhongwan*) ■■ ; Intestin Grêle – **RM-4** (*guanyuan*) ■■, **RM-9** (*shuifen*) ; Vessie – **RM-3** (*zhongji*) ■■ ; région urogénitale – **RM-3** (*zhongji*) ■■, **RM-4** (*guanyuan*) ■■ ; épigastre – **RM-12** (*zhongwan*) ■■, **RM-13** (*shangwan*) ; abdomen – **RM-3** (*zhongji*) ■■, **RM-4** (*guanyuan*) ■■, **RM-6** (*qihai*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** gorge – **RM-22** (*tiantu*) ■■ ; langue – **RM-23** (*lianquan*) ; Cœur – **RM-14** (*juque*) ■■ ; Vésicule Biliaire – **RM-11** (*jianli*); Rein – **RM-4** (*guanyuan*) ■■ ; épigastre – **RM-8** (*shenque*).
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** –

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **RM-1** (*huiyin*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 8.1.10) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15).
- **RM-2** (*qugu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Foie (→ 8.1.10).
- **RM-3** (*zhongji*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein (→ 8.1.10) ; point *mu* antérieur de la Vessie ; point local pour la Vessie, la région urogénitale et le bas abdomen (→ 8.2.1).
- **RM-4** (*guanyuan*) ■■ : point *mu* antérieur de l'Intestin Grêle (→ 8.1.5) ; point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein (→ 8.1.10) ; point local pour l'Intestin Grêle, la région urogénitale et le bas abdomen (→ 8.2.1) ; point adjacent pour le Rein (→ 8.2.1).
- **RM-5** (*shimen*) : point *mu* antérieur du Triple Réchauffeur.
- **RM-6** (*qihai*) ■■ : point de tonification générale important ; point local pour le bas abdomen (→ 8.2.1), point adjacent pour le Poumon (→ 8.2.1).
- **RM-7** (*yinjiao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le méridien du Rein* (→ 8.1.10).
- **RM-8** (*shenque*) : point adjacent pour l'épigastre (→ 8.2.1).
- **RM-9** (*shuifen*) : point local pour l'Intestin Grêle (→ 8.2.1).
- **RM-10** (*xiawan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate et de l'Estomac* (→ 8.1.10).
- **RM-11** (*jianli*) : point adjacent pour la Vésicule Biliaire (→ 8.2.1).
- **RM-12** (*zhongwan*) ■■ : point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) des Entrailles (*fu*) ; point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur* et de l'Estomac (→ 8.1.10) ; point *mu* antérieur de l'Estomac (→ 8.1.5) ; point local pour la Rate/l'Estomac, de même que pour l'épigastre (→ 8.2.1).
- **RM-13** (*shangwan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Estomac et de l'Intestin Grêle (→ 8.1.10) ; point local pour l'épigastre (→ 8.2.1).
- **RM-14** (*juque*) ■■ : point *mu* antérieur du Cœur (→ 8.1.5) ; point adjacent pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **RM-15** (*jiuwei*) ■■ : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point important pour calmer.
- **RM-17** (*shanzhong*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Rein, de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur (→ 8.1.10) ; point *mu* antérieur du Maître du Cœur, point de la Mer du Qi ; point local pour le Poumon et le Cœur (→ 8.2.1).
- **RM-22** (*tiantu*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10) ; point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) ; point local pour le Poumon (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la gorge (→ 8.2.1).
- **RM-23** (*lianquan*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour la gorge (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la langue (→ 8.2.1).
- **RM-24** (*chenjiang*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et les méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac (→ 8.1.10) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15).

* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Méridien *luo* de communication du vaisseau Conception (*ren mai*) (→ 1.6)

Trajet

Le méridien *luo* de communication du vaisseau Conception (*ren mai*) commence au point **RM-15** (*jiuwei*), en dessous du processus xiphoïde (→ 3) et se déploie sur la peau de l'abdomen.

Importance clinique

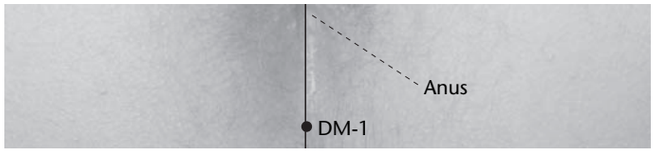
Pathologie

Plénitude (*shi*) : douleur de la peau de l'abdomen.
Vide (*xu*) : démangeaison de la peau de l'abdomen.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Réunion du Yin HUIYIN RM-1





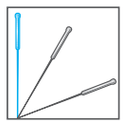
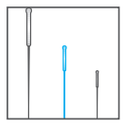
Localisation
Au centre du périnée.

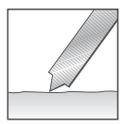
Comment le trouver
Chez les femmes, à mi-chemin entre l'anus et la commissure labiale postérieure. Chez les hommes, à mi-chemin entre l'anus et le scrotum.

Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : ce point est contre-indiqué pendant la grossesse. Selon certains classiques, il ne faut pas piquer ce point. Il faut faire particulièrement attention aux risques d'infection.

Actions/indications
- Élimine la Chaleur, renforce le Rein et draine l'humidité.
- Régule les menstruations.

Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*). En tant que point des fantômes de Sun Si Miao, **RM-1** est particulièrement indiqué pour traiter l'épilepsie et les psychoses.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-2 *Os courbé* QUGU

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, au bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

Dans la région pubienne, localiser le bord supérieur de la symphyse pubienne. **RM-2** se trouve juste au-dessus de ce bord supérieur, sur la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **Rn-11** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **E-30** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **Rte-12** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

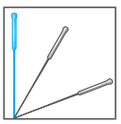
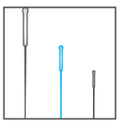
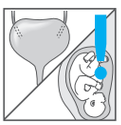
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Il faut également être prudent lorsque le patient a la vessie pleine ou en cas de grossesse.

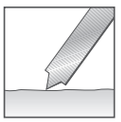
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur les mictions, réchauffe le Yang et renforce le Rein.
- Régule le Réchauffeur Inférieur.

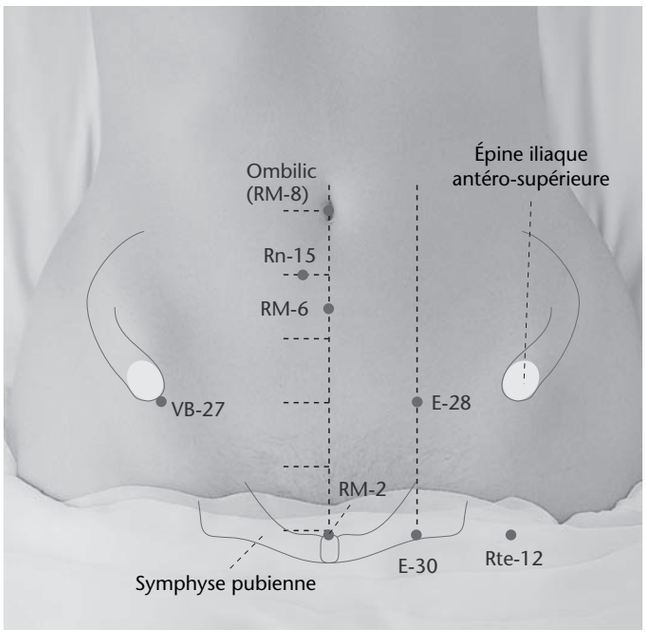
Caractéristiques particulières

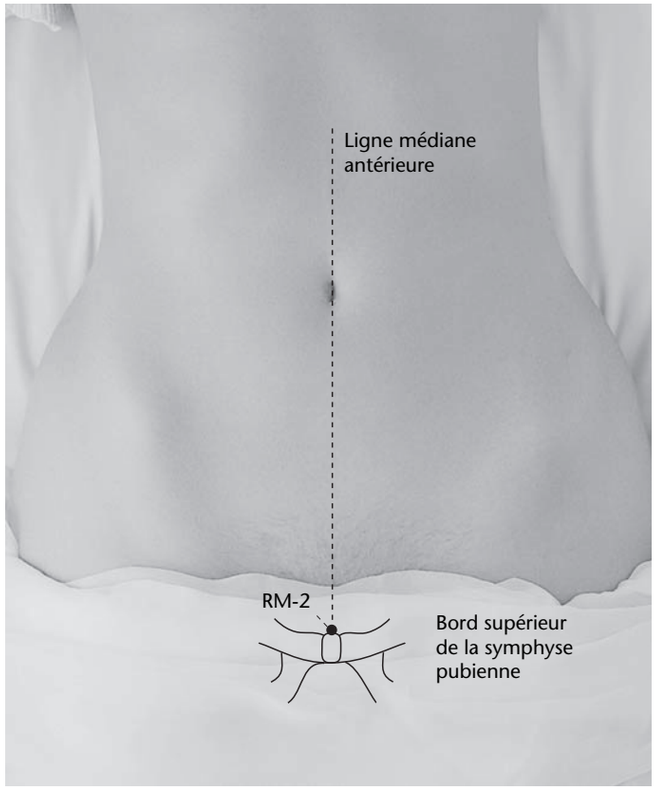
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien du Foie.

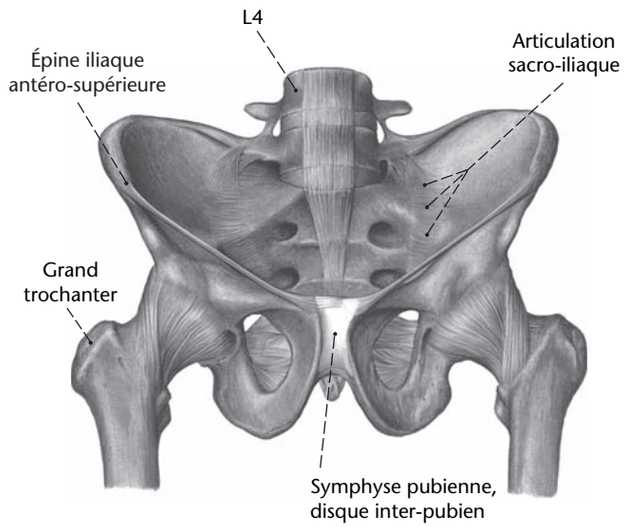




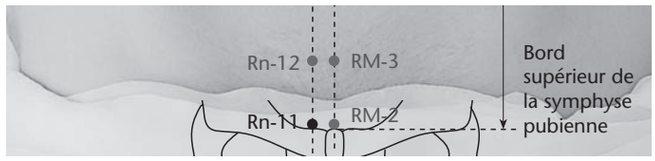






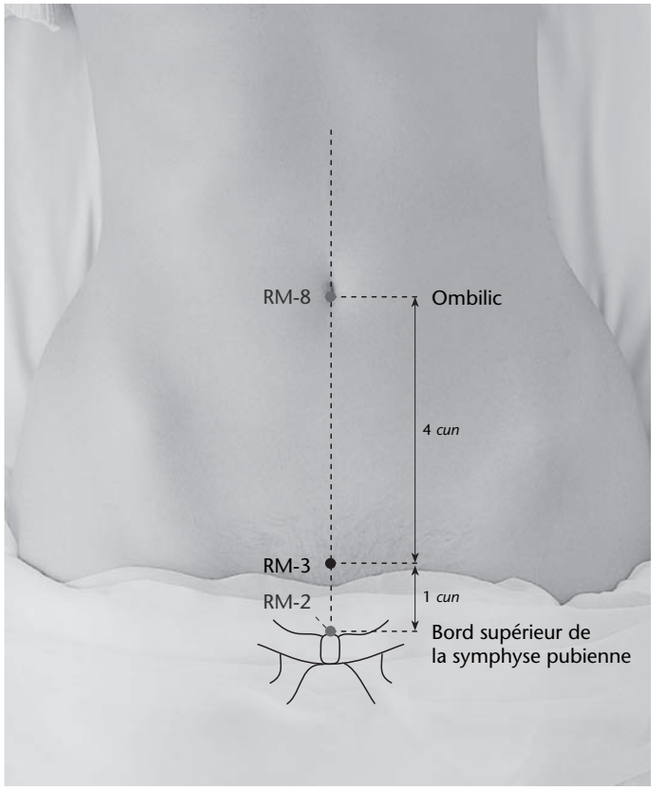






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Pôle du milieu ZHONGJI RM-3



Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne et 4 *cun* en dessous de l'ombilic.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser **RM-3** sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Au même niveau, on trouve → **Rn-12** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-29** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

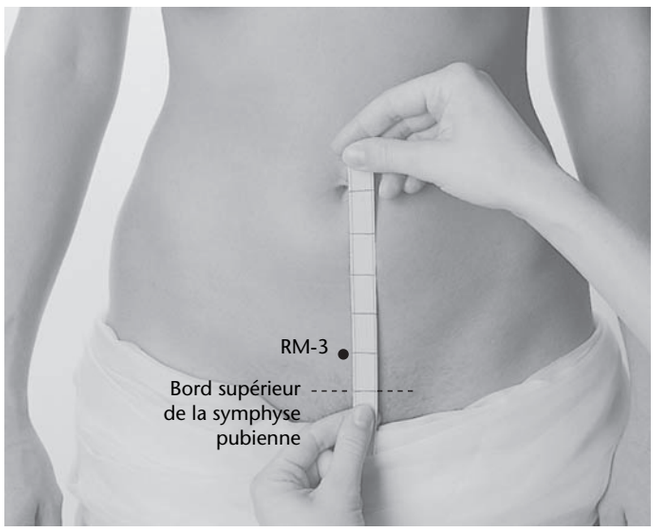
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine et de la vessie. Ce point est contre-indiqué pendant la grossesse. Demander aux patients de vider leur vessie avant de piquer ce point.

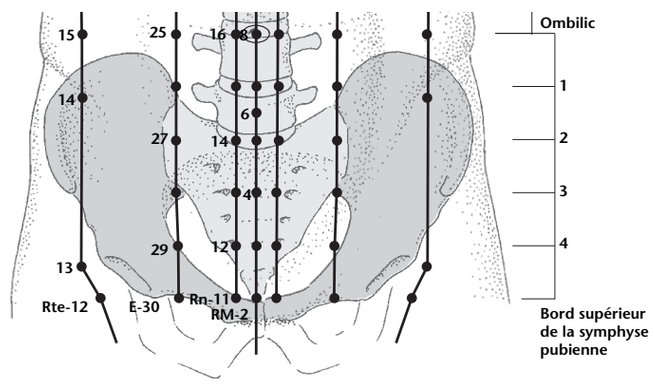
Actions/indications

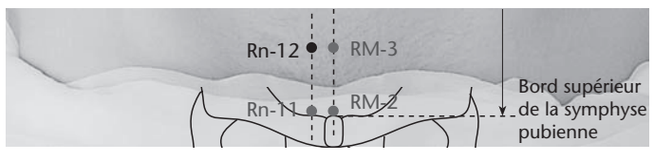
- A des effets bénéfiques sur la Vessie, draine l'Humidité et la Chaleur-Humidité.
- Régule les menstruations.
- Fortifie le Rein (on utilise plus volontiers → **RM-4** à cet effet).

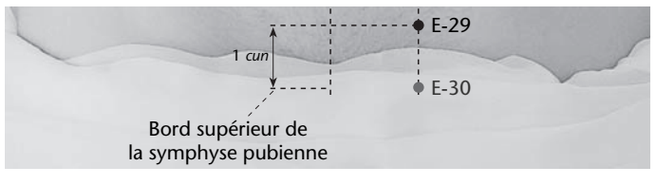
Caractéristiques particulières

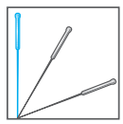
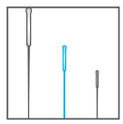
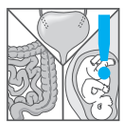
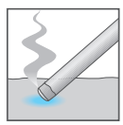
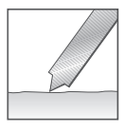
Point *mu* antérieur de la Vessie, point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein. Point important pour les troubles du système urogénital avec une action principale sur la Vessie (surtout dans les pathologies aiguës).











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-4 *Porte de l'origine* GUANYUAN

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne et 3 *cun* en dessous de l'ombilic.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser **RM-4** sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne ou 3 *cun* en dessous de l'ombilic.

Au même niveau, on trouve → **Rn-13** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **E-28** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et trois points hors méridiens : ***yijing*** (1 *cun* en dehors de la ligne médiane), ***qimen*** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane) et ***tituo*** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

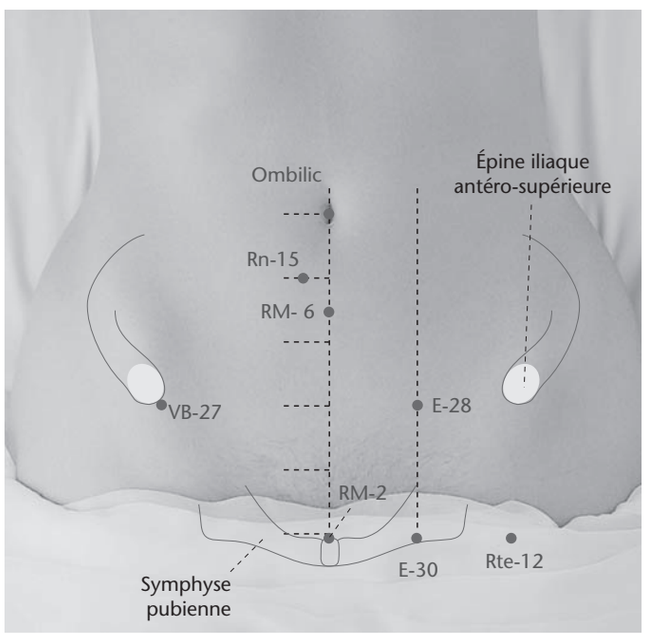
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1,2 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Ce point est contre-indiqué pendant la grossesse.

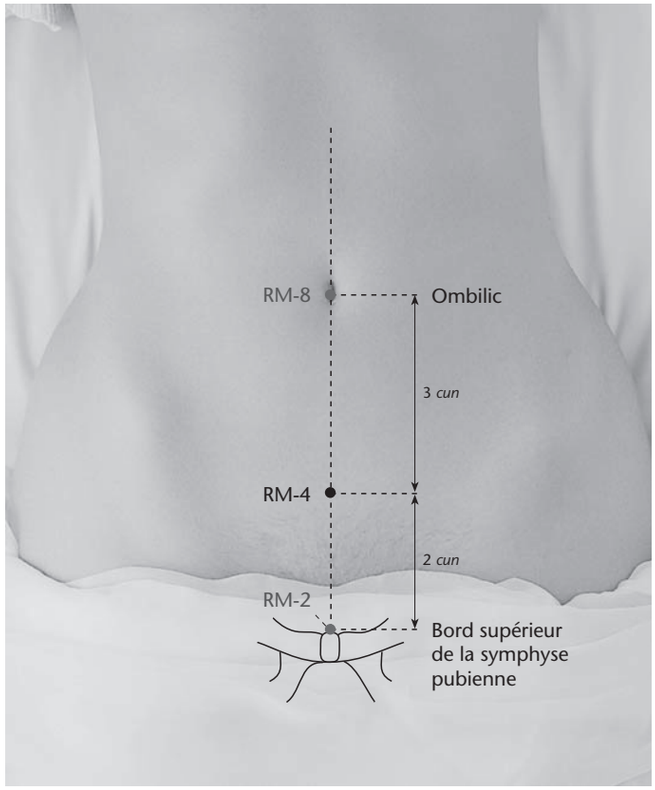
Actions/indications

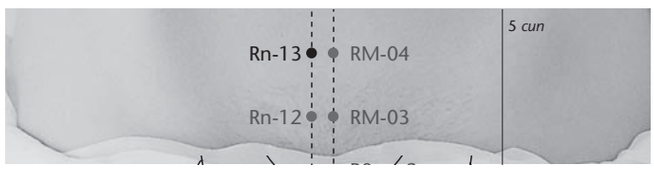
- Tonifie le Qi Originel (*yuan qi*), a des effets bénéfiques sur l'Essence (*jing*), renforce et nourrit le Rein, de même que le Sang et le Yin.
- Élimine le Froid et l'Humidité du Réchauffeur Inférieur (surtout avec des moxas).

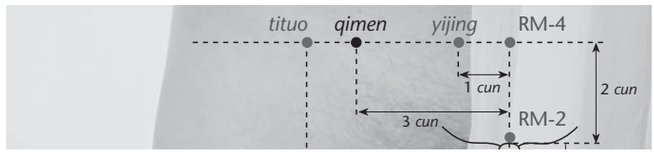
Caractéristiques particulières

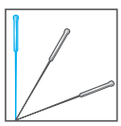
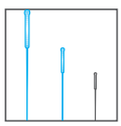
Point *mu* antérieur de la Vessie, point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Foie et du Rein. Point important pour la tonification. Point majeur pour les troubles urogénitaux (surtout les troubles gynécologiques).

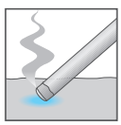
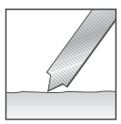








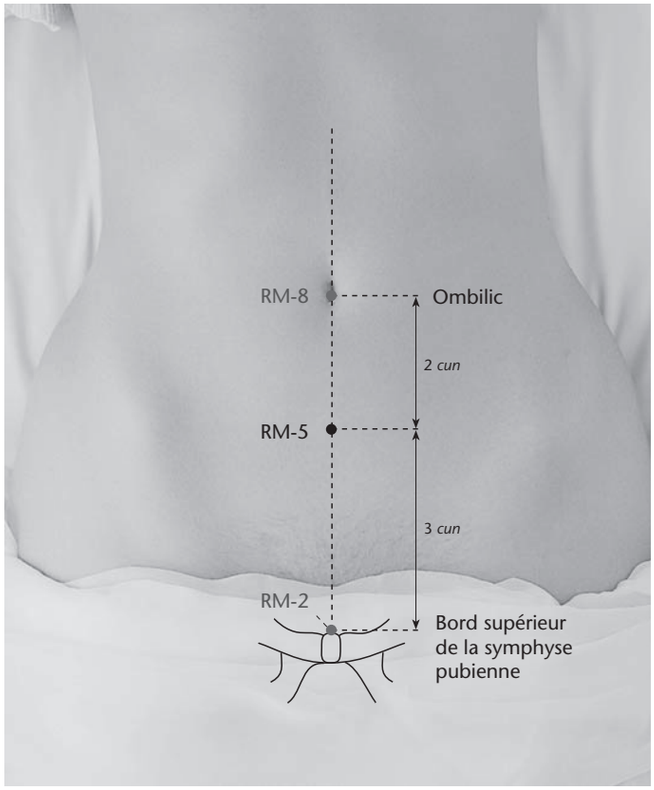





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de pierre SHIMEN RM-5



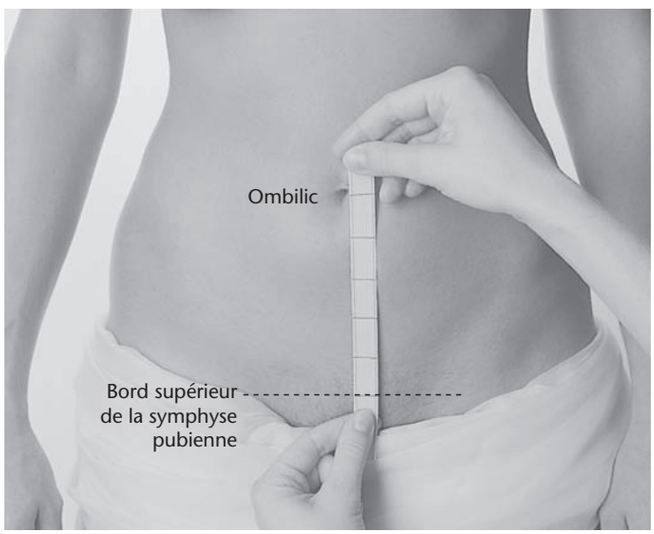
Localisation

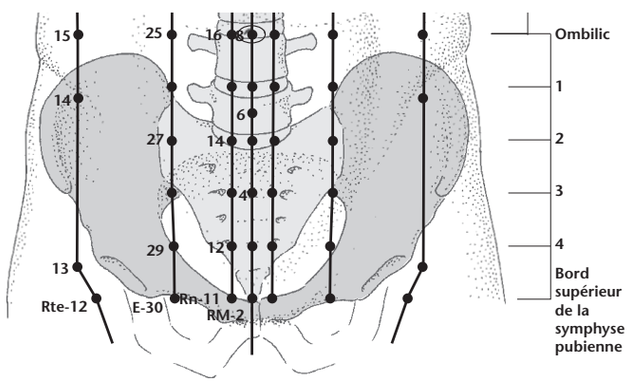
Sur la ligne médiane du bas abdomen, 2 *cun* en dessous de l'ombilic et 3 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser **RM-5** sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* en dessous de l'ombilic et 3 *cun* au-dessus de la symphyse pubienne.

Au même niveau, on trouve → **Rn-14** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-27** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).





Insertion de l'aiguille

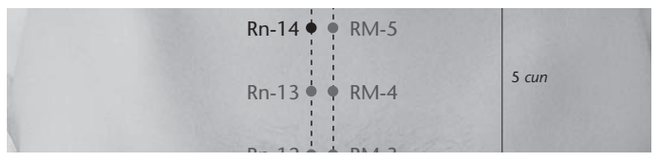
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

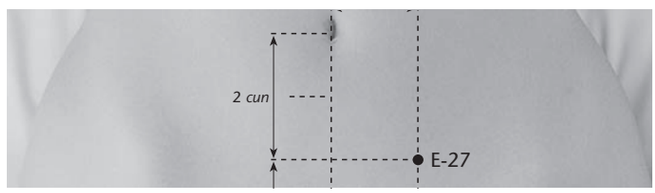
Actions/indications

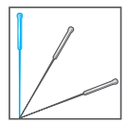
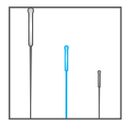
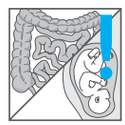
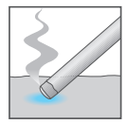
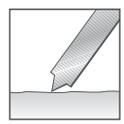
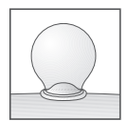
- A des effets bénéfiques sur la voie des eaux, dans laquelle elle facilite la circulation.
- Régule le Qi et le Sang dans le Réchauffeur Inférieur.
- Régule l'Utérus.

Caractéristiques particulières

Point *mu* antérieur du Triple Réchauffeur. Certains classiques mettent en garde contre le fait que piquer ce point peut provoquer une stérilité féminine (d'où son nom : les femmes stériles sont souvent appelées « femmes de pierre »). On ne trouve pas ce genre d'avertissement dans les textes modernes.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-6 *Mer du Qi* QIHAI

Localisation

Sur la ligne médiane du bas abdomen, 1,5 *cun* en dessous de l'ombilic et 3,5 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser **RM-6** sur la ligne médiane antérieure, 1,5 *cun* en dessous de l'ombilic et 3,5 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Insertion de l'aiguille

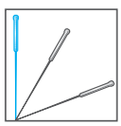
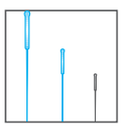
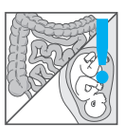
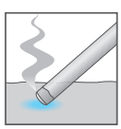
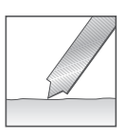
Insertion perpendiculaire de 0,8 à 1,5 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse. Selon certains auteurs, il ne faut jamais disperser vigoureusement ce point en raison de sa forte action de tonification du Qi. La moxibustion et les ventouses sont recommandées sur ce point.

Actions/indications

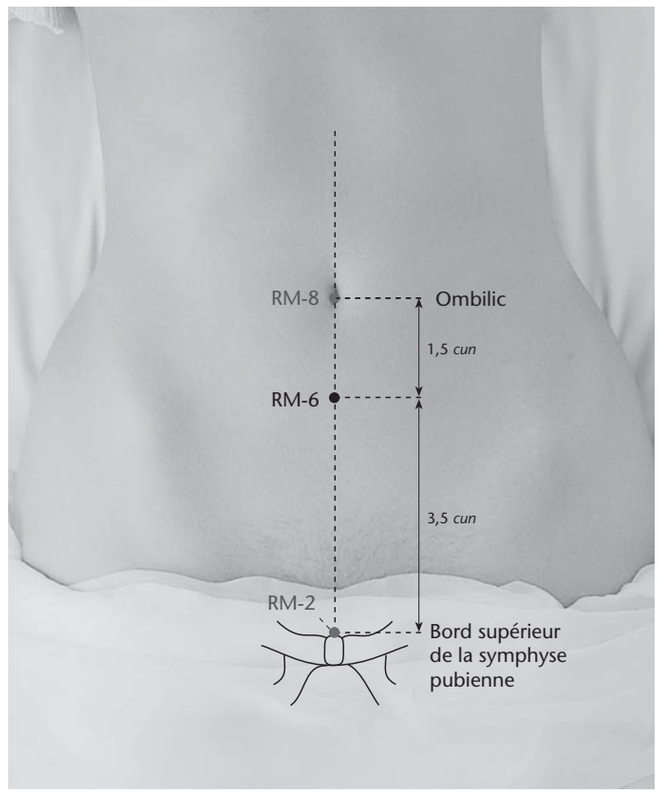
- Tonifie le Qi Originel (*yuan qi*), de même que le Qi en général, renforce le Rein, surtout le Yang du Rein, régule le Qi, harmonise le Sang et élimine l'Humidité.

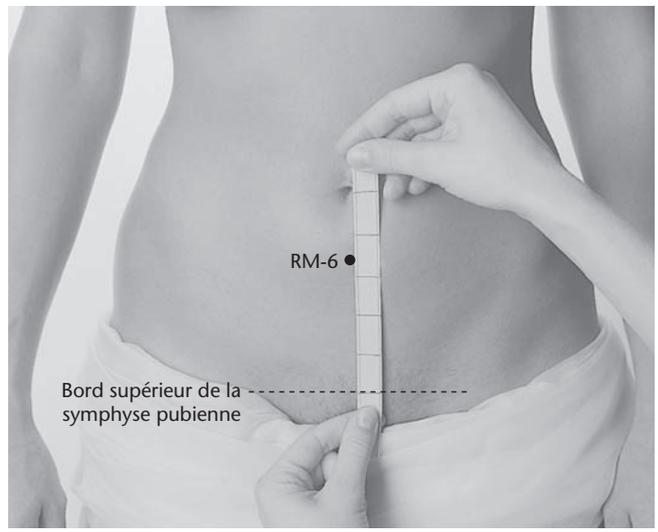
Caractéristiques particulières

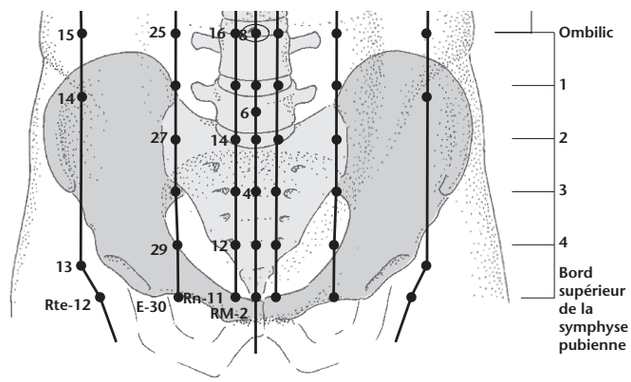
Point de tonification important pour traiter l'épuisement psychique et physique, fortifie essentiellement le Qi et le Yang grâce à la moxibustion. Un des points les plus importants en acupuncture.



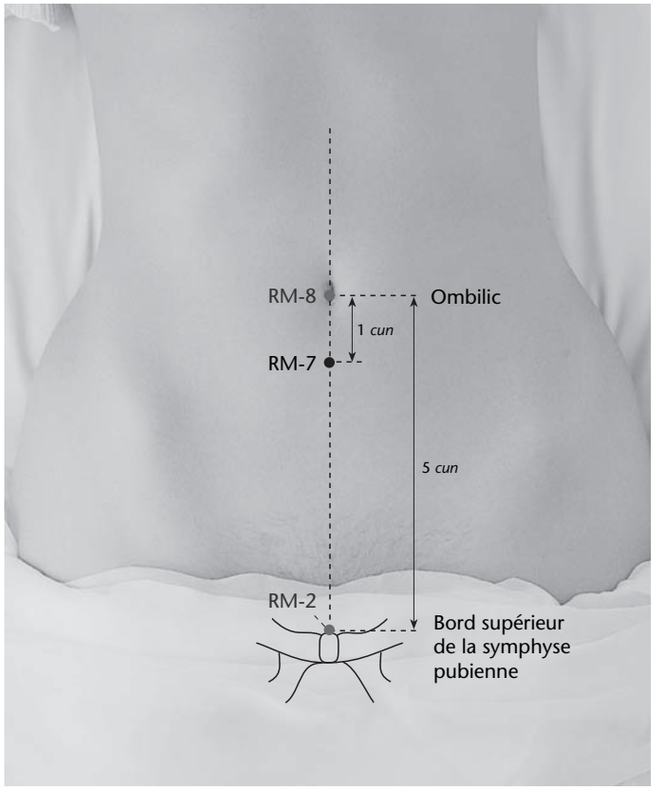






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Croisement du Yin YINJIAO RM-7



Localisation

Sur la ligne médiane du bas abdomen, 1 *cun* en dessous de l'ombilic.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser **RM-7** sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* en dessous de l'ombilic.
Au même niveau, on trouve → **Rn-15** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-26** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

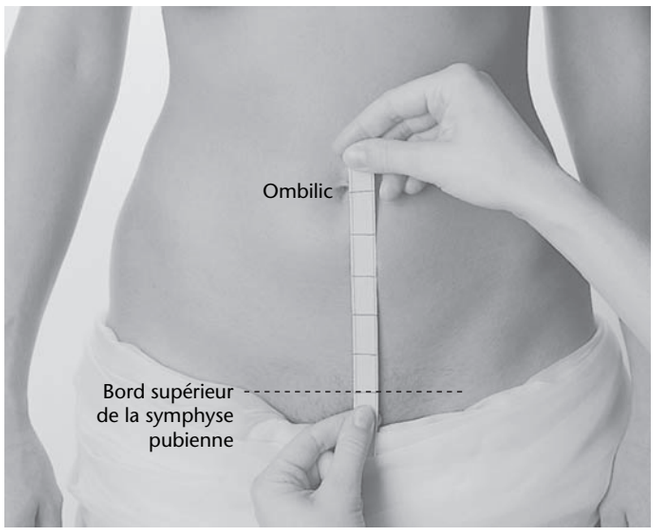
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

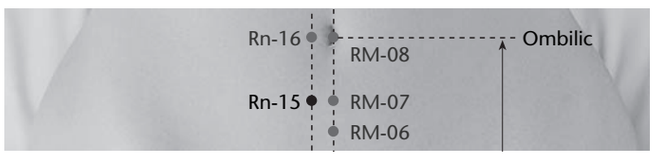
Actions/indications

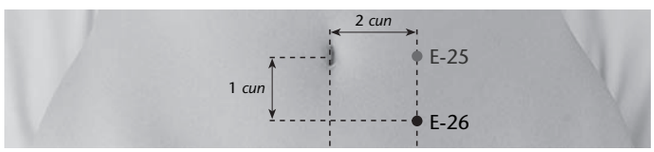
- Régule les menstruations.
- Régule la circulation du Qi dans l'abdomen et la région génitale.

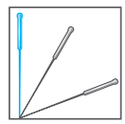
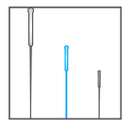
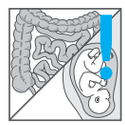
Caractéristiques particulières

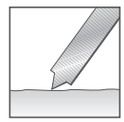
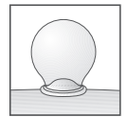
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le méridien du Rein*.








* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

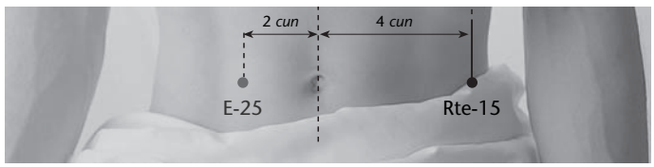
RM-8 *Portail de l'Esprit* SHENQUE

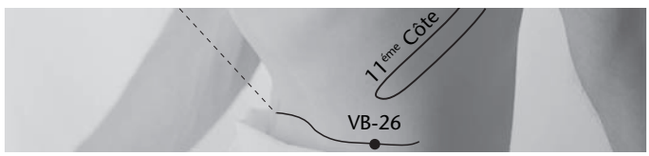
Localisation
Au centre de l'ombilic.

Comment le trouver
Au même niveau, on trouve → **Rn-16** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-25** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **Rte-15** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane), de même que → **VB-26** (sur une ligne verticale qui passe par l'extrémité libre de la 11ème côte).

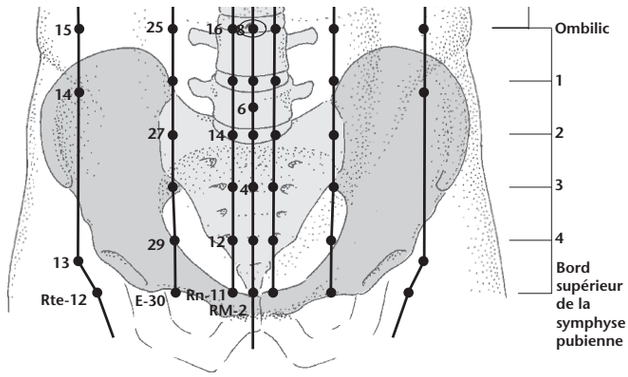
Insertion de l'aiguille
Piquer ce point est contre-indiqué. Seule la moxibustion indirecte (sur du sel, du gingembre), avec un bâton de moxas ou une boîte à moxas est possible.

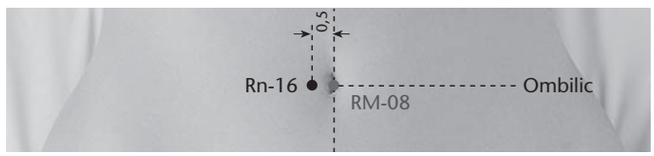
Actions/indications
- Réchauffe et stabilise le Yang et les Intestins.

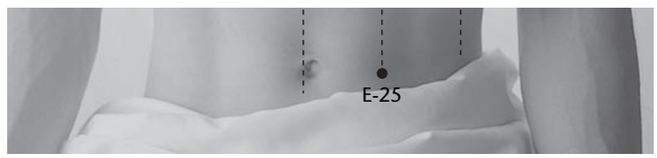


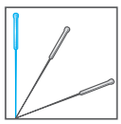
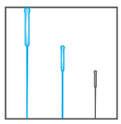


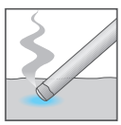
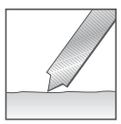








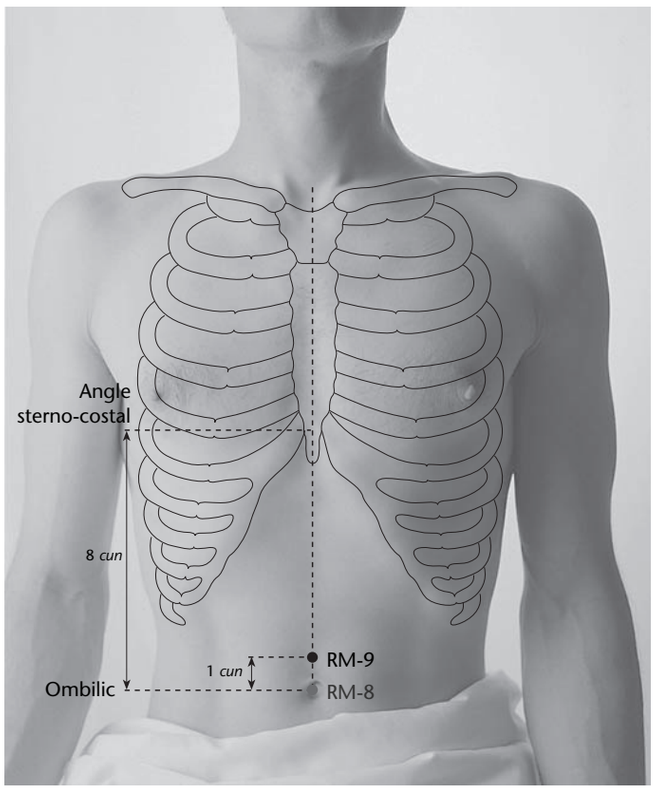





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Séparation de l'eau SHUIFEN RM-9



Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* au-dessus de l'ombilic.

Comment le trouver

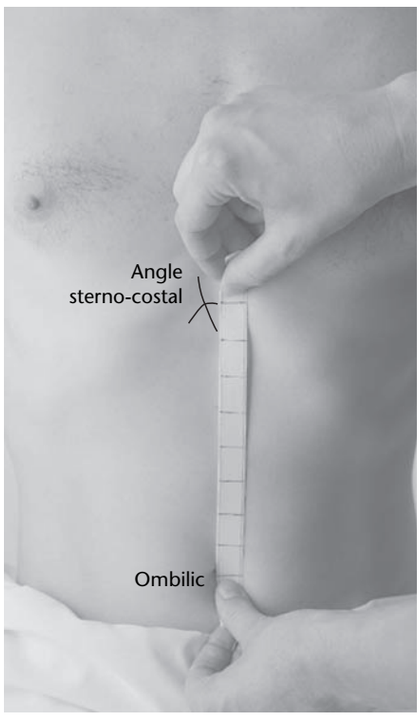
On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 1 *cun* vers le haut et localiser **RM-9** sur la ligne médiane antérieure. Au même niveau, on trouve → **E-24** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure). → **F-13** se situe aussi approximativement à ce niveau (à l'extrémité libre de la 11ème côte).

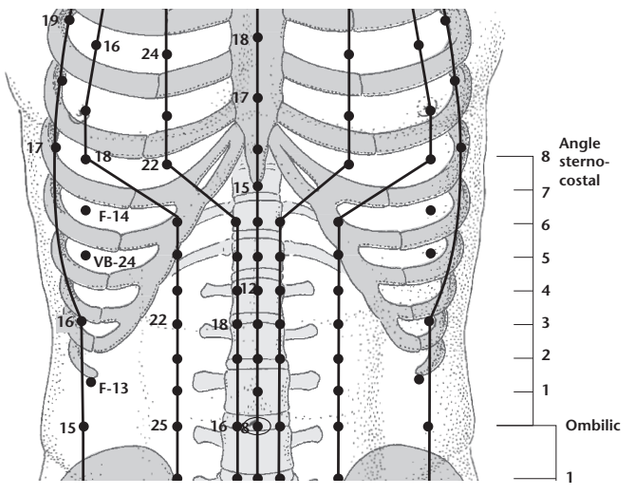
Insertion de l'aiguille

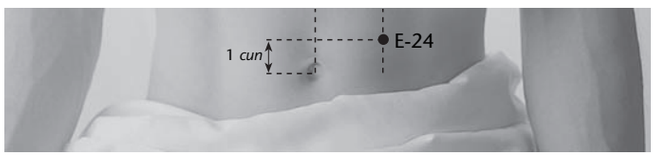
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

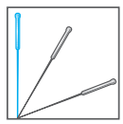
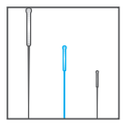
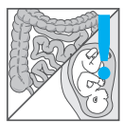
Actions/indications

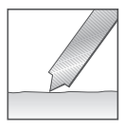
- Élimine les accumulations d'eau, draine l'Humidité et contrôle la voie des eaux. Régule les Intestins et disperse les accumulations.
- Traite la fermeture tardive des fontanelles.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-10 *Cavité du bas* XIAWAN

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du centre de l'ombilic.

Comment le trouver

On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 2 *cun* vers le haut et localiser **RM-10** sur la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **Rn-17** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-23** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et le point hors méridien ***weishang*** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

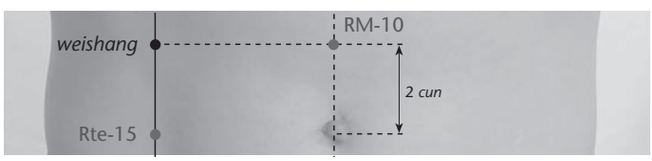
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

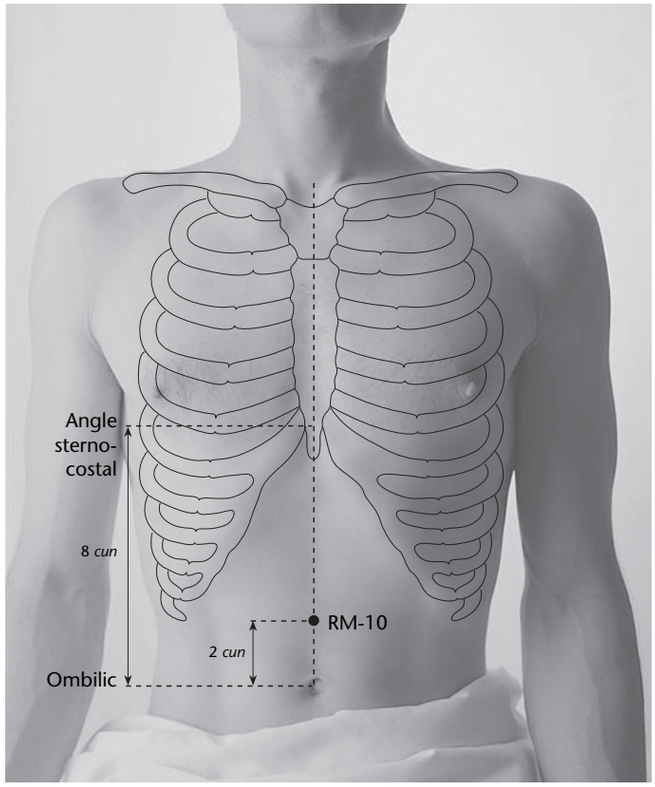
Actions/indications

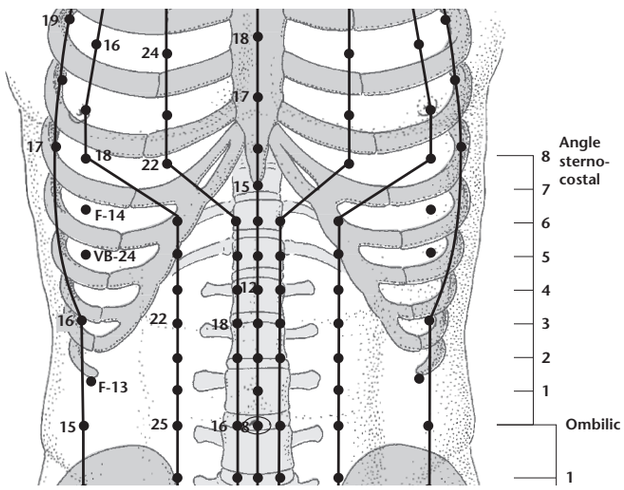
- Tonifie et régule le Qi de la Rate et de l'Estomac, dissipe la stagnation de nourriture.

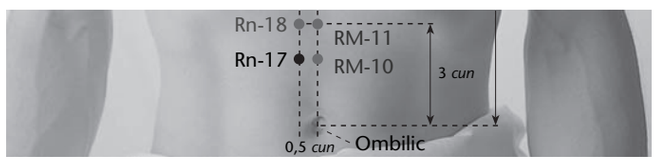
Caractéristiques particulières

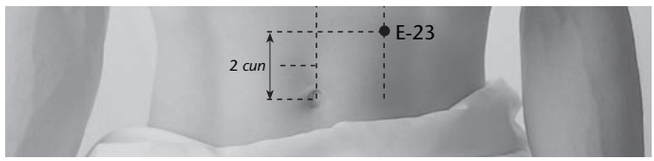
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Rate et aussi, selon certains auteurs, avec celui de l'Estomac. Selon certains textes classiques, piquer ce point ou lui appliquer des moxas est contre-indiqué pendant la grossesse.

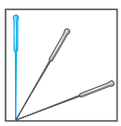
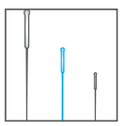


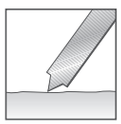
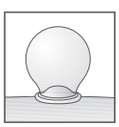






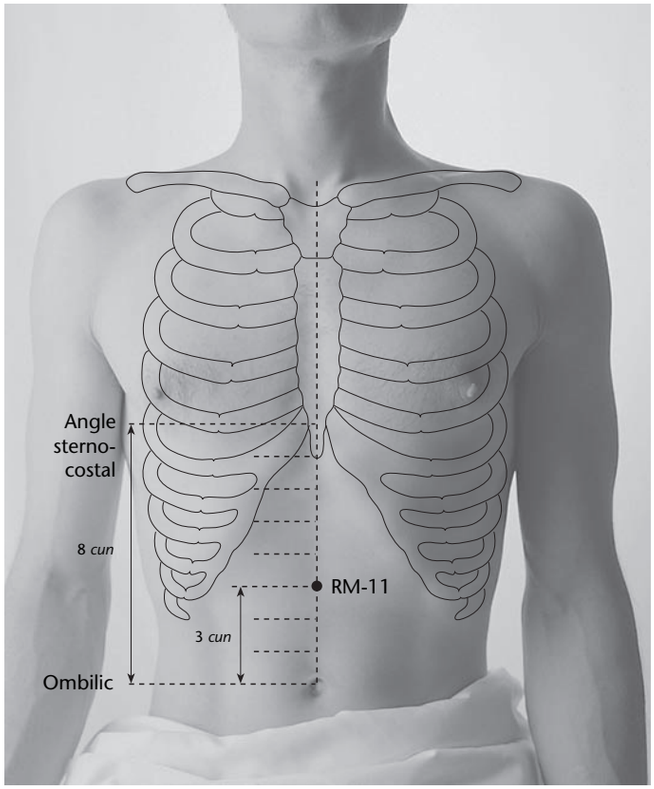



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fortifie l'intérieur JIANLI RM-11



Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 3 *cun* au-dessus du centre de l'ombilic.

Comment le trouver

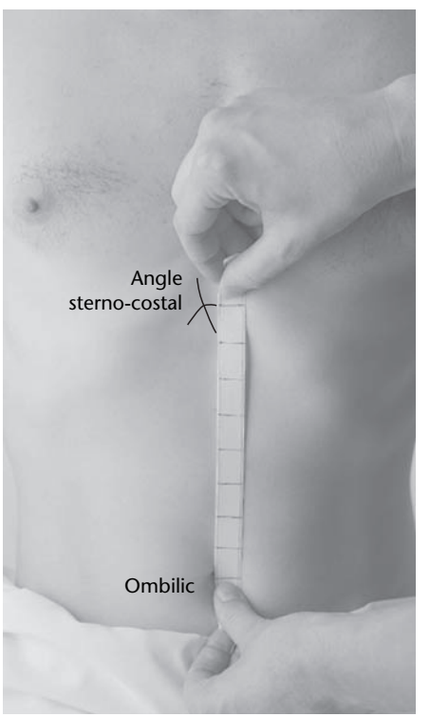
On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 3 *cun* vers le haut et localiser **RM-11** sur la ligne médiane antérieure. Au même niveau, on trouve → **Rn-18** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-22** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-16** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane).

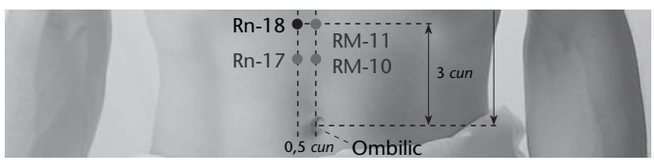
Insertion de l'aiguille

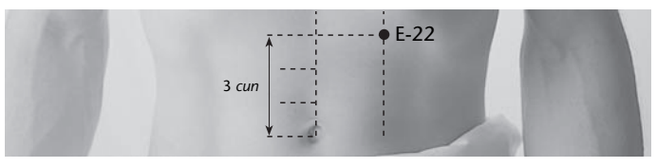
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

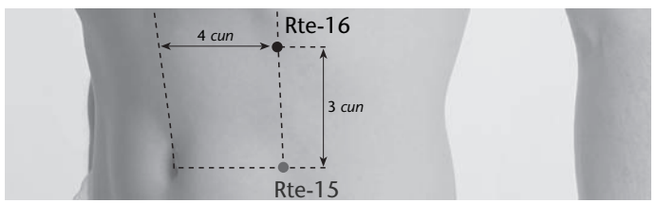
Actions/indications

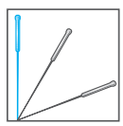
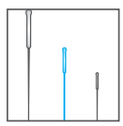
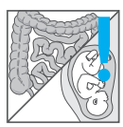
- Harmonise le Réchauffeur Moyen, régule la circulation du Qi.

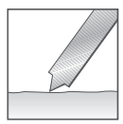












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-12 *Cavité du centre* ZHONGWAN

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 4 *cun* au-dessus de l'ombilic et 4 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal.

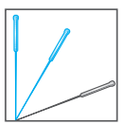
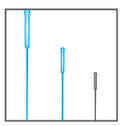
Comment le trouver

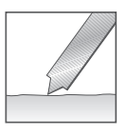
On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 4 *cun* vers le haut ou 4 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal, et localiser **RM-12** sur la ligne médiane antérieure. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : mettre les auriculaires respectivement sur le centre de l'ombilic et sur l'angle sterno-costal ; les index se rejoignent au centre de la distance comprise entre les deux auriculaires (= **RM-12**).

Au même niveau, on trouve → **Rn-19** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **E-21** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,8 à 1,5 *cun* de profondeur ou insertion oblique en direction des points environnants (→ **E-21**, **RM-10**, **RM-15**). Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse. Les moxas sont recommandés dans certains cas.

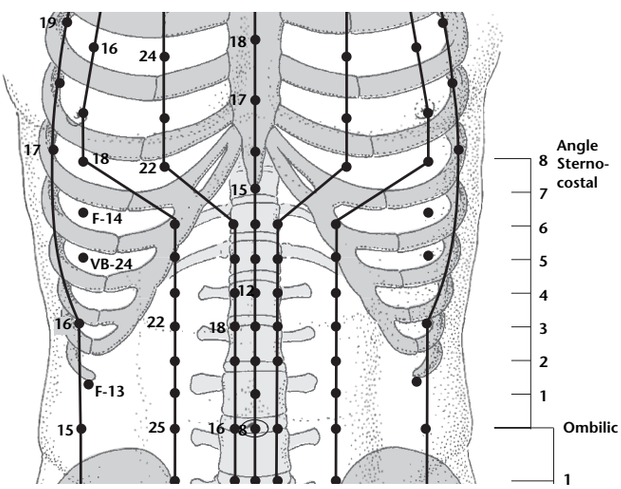


Actions/indications

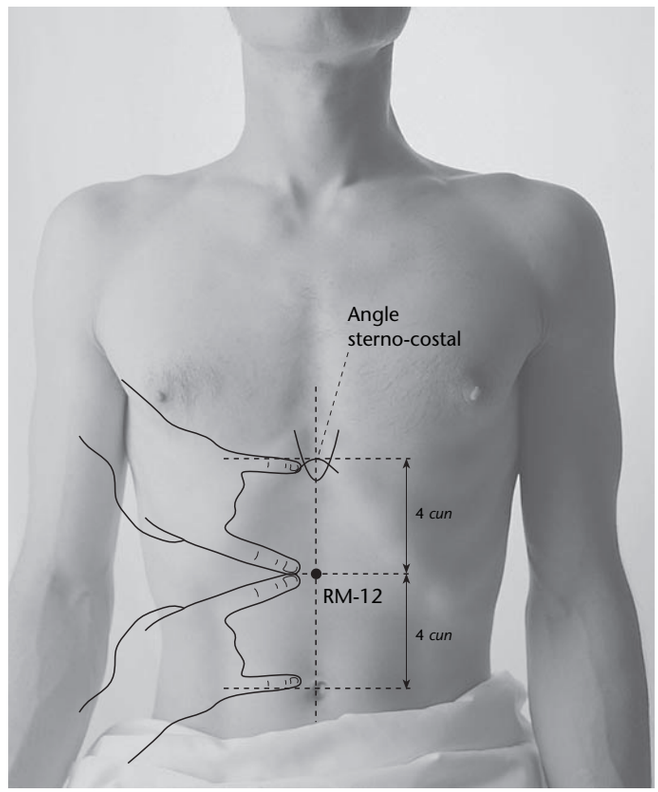
- Harmonise et tonifie le Réchauffeur Moyen, fait descendre le Qi qui va à contresens, régule la circulation du Qi et soulage la douleur, transforme l'Humidité.

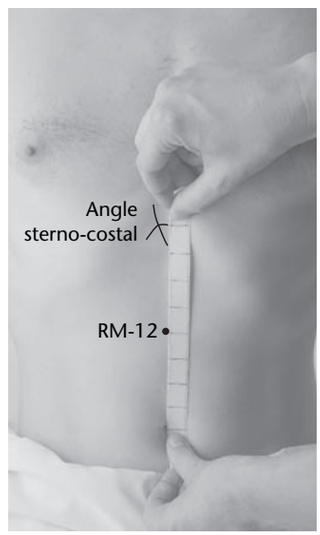
Caractéristiques particulières

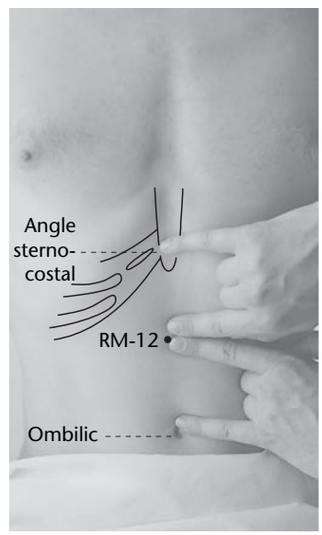
Point *mu* antérieur de l'Estomac, point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur* et de l'Estomac, point de réunion (*hui*) des Entrailles (*fu*). Point majeur pour traiter les troubles (fonctionnels) de l'Estomac.

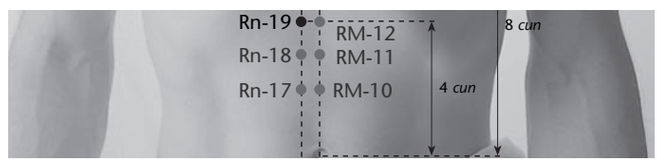


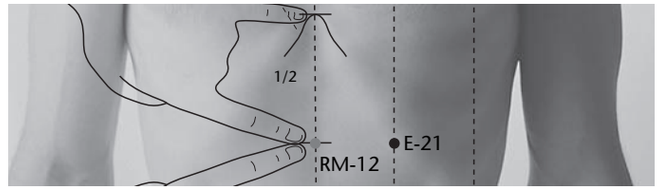
* Mentionné uniquement par certains auteurs





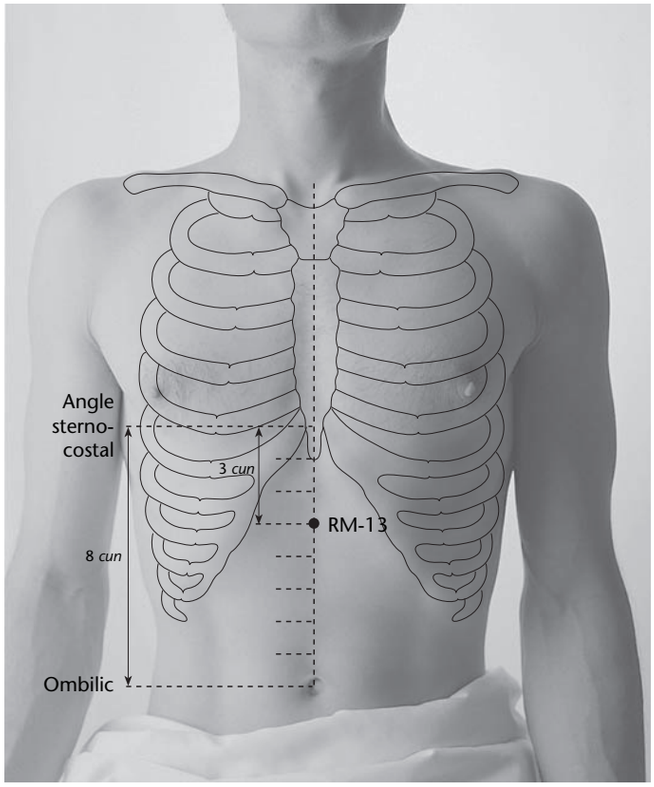






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cavité du haut SHANGWAN — RM-13



Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 3 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal.

Comment le trouver

On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'angle sterno-costal, mesurer 3 *cun* vers le bas et localiser **RM-13** sur la ligne médiane antérieure.

Au même niveau, on trouve → **Rn-20** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **E-20** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **VB-24** (approximativement à ce niveau, dans le 7ème espace intercostal, sur la ligne mamelonnaire).

Insertion de l'aiguille

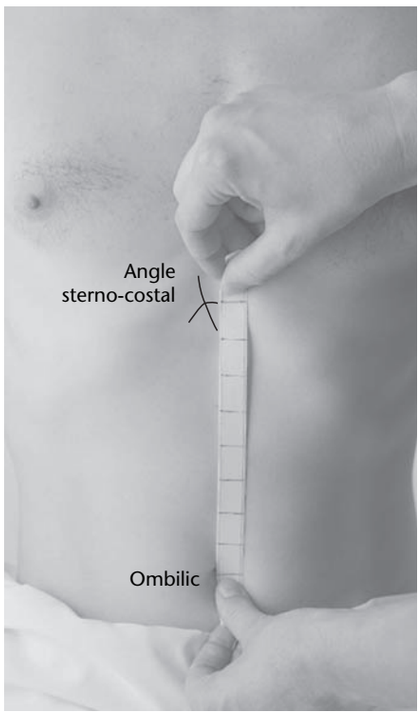
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

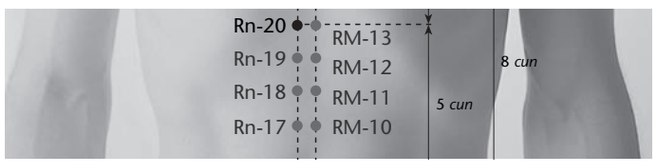
Actions/indications

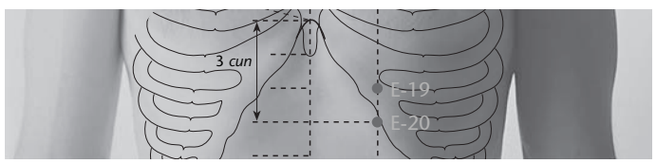
- Régule l'Estomac et le Qi qui va à contresens.
- Régule le Cœur.

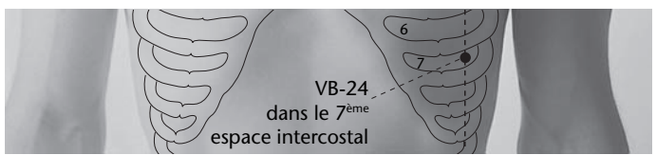
Caractéristiques particulières

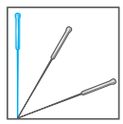
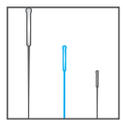
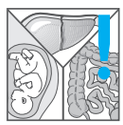
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de l'Estomac et de l'Intestin Grêle.

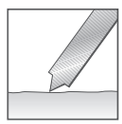












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-14 *Grand portail* JUQUE

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal et 6 *cun* au-dessus de l'ombilic.

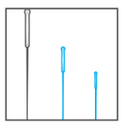
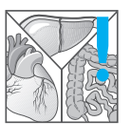
Comment le trouver

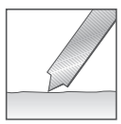
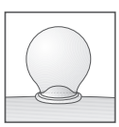
On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic (précision : il s'agit d'unités proportionnelles en *cun*, → 2.2). **RM-14** se trouve sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal et 6 *cun* au-dessus de l'ombilic. **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ Chapitre 2) : mettre les auriculaires respectivement sur le centre de l'ombilic et sur l'angle sterno-costal et déterminer le milieu de la distance qui les sépare (→ **RM-12**). Puis localiser **RM-14** au milieu de la distance entre → **RM-12** et l'angle sterno-costal.

Au même niveau, on trouve → **Rn-21** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **E-19** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **F-14** (approximativement à ce niveau, dans le 6ème espace intercostal, sur la ligne mamelonnaire).

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,8 *cun* de profondeur ou, souvent, insertion oblique dirigée vers le bas, ou insertion transversale (sous-cutanée) pouvant aller jusqu'à 1,5 *cun*. En fonction de la morphologie de chacun, ce point peut se situer sur le processus xiphoïde. Attention : présence du péritoine, possibilité de lésion d'organes hypertrophiés (à gauche : le cœur ; à droite : le foie) selon l'épaisseur de la paroi abdominale.

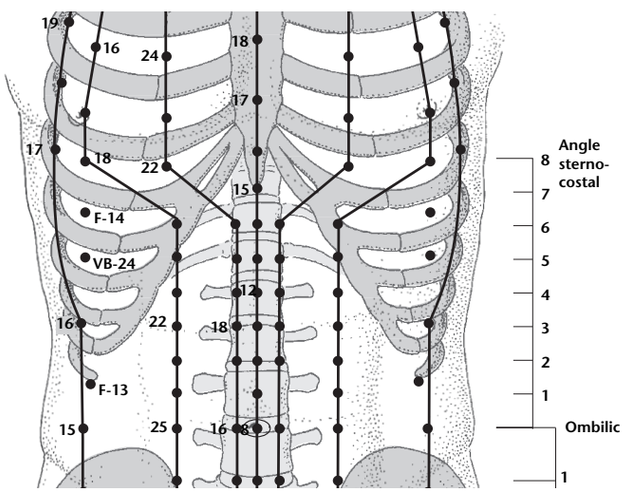



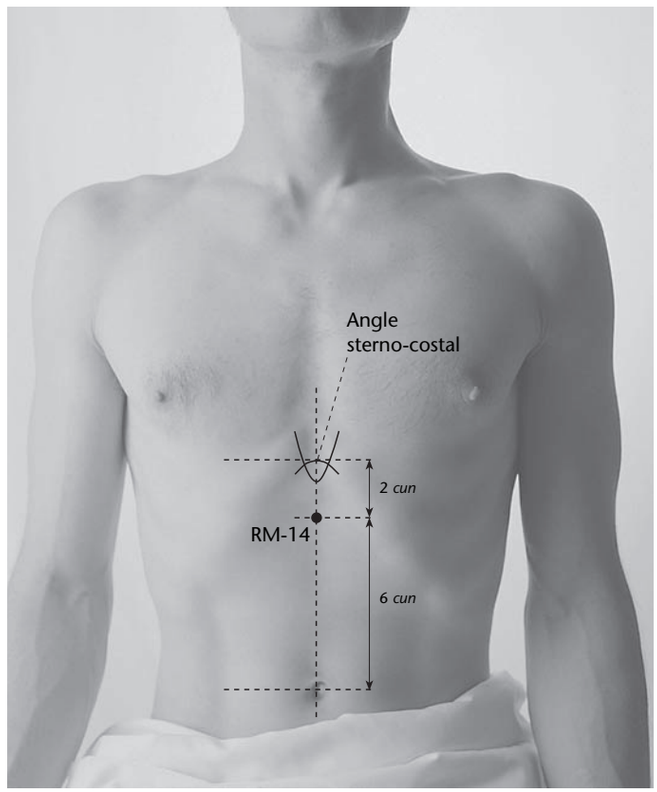

Actions/indications

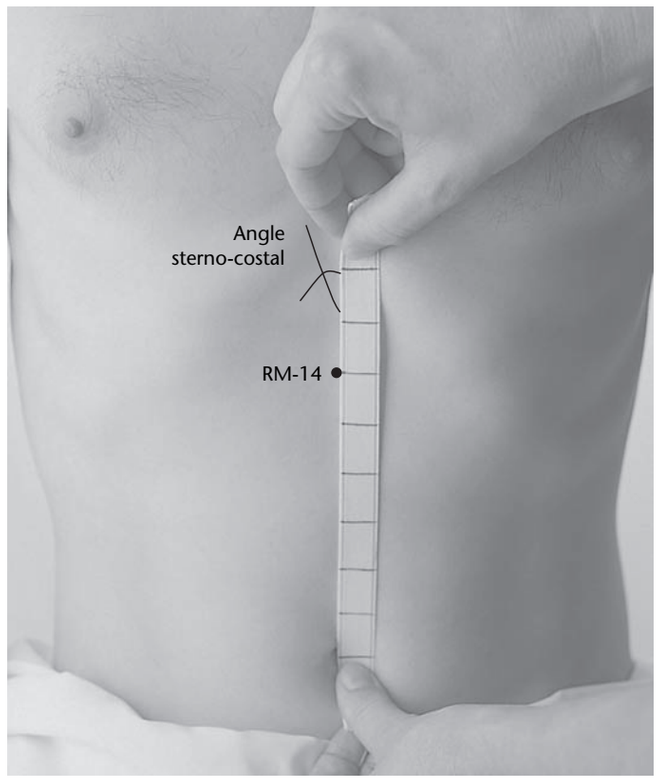
- Régule le Cœur, disperse les Glaires qui stagnent, soulage la douleur, libère la poitrine, fait descendre le Qi.
- Harmonise l'Estomac et fait descendre le Qi de l'Estomac.
- Transforme les Glaires, calme l'Esprit (*shen*).

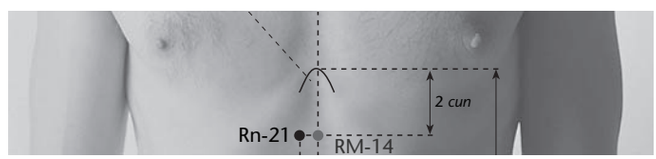
Caractéristiques particulières

Point *mu* antérieur du Cœur. Point local majeur pour les douleurs thoraciques provoquées par des stases de sang ou un blocage par les Glaires.



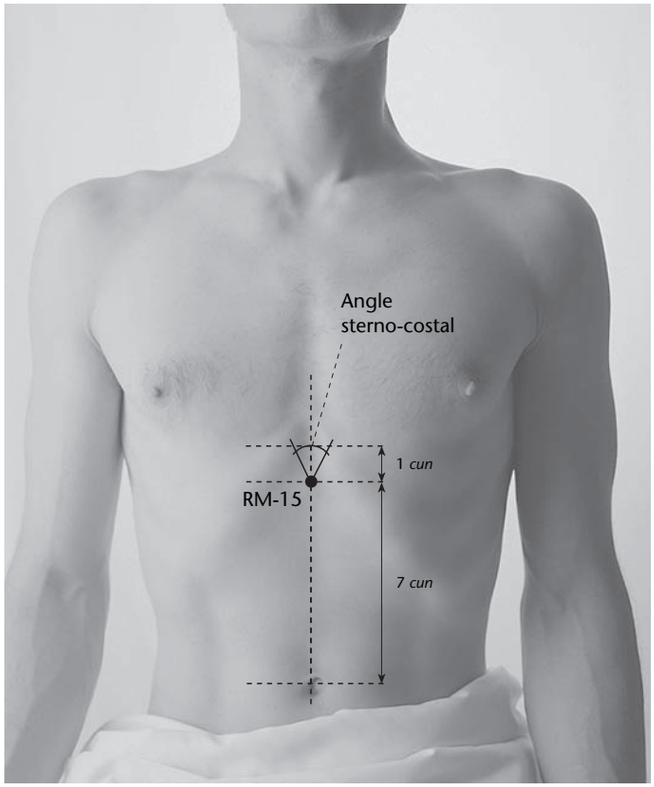


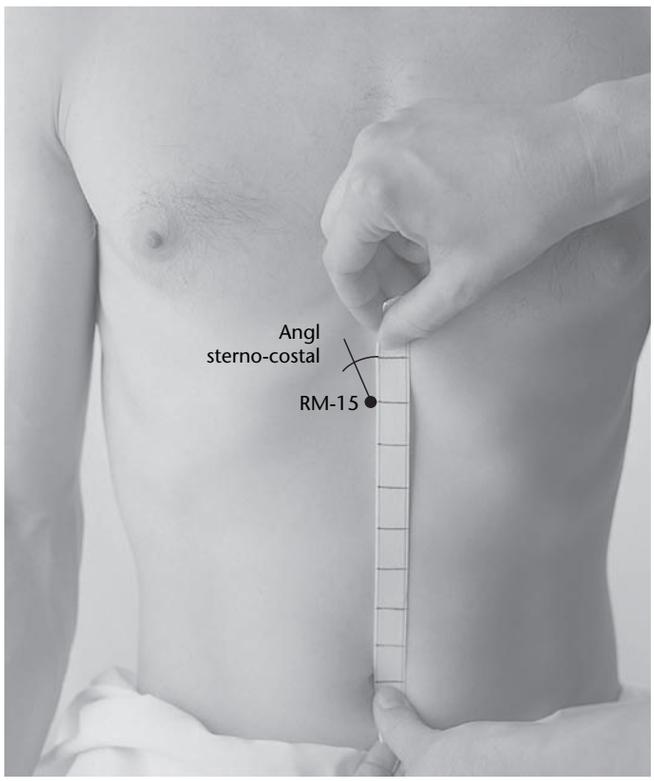




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Queue de colombe JIUWEI RM-15





Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* en dessous de l'angle sterno-costal et 7 *cun* au-dessus de l'ombilic.

Comment le trouver

On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal (→ 3.5) et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'angle sterno-costal, mesurer 1 *cun* vers le bas et localiser **RM-15** sur la ligne médiane antérieure. Il se trouve souvent juste en dessous de cet endroit ou parfois, en fonction de la morphologie de la personne, sur le processus xiphoïde.

Insertion de l'aiguille

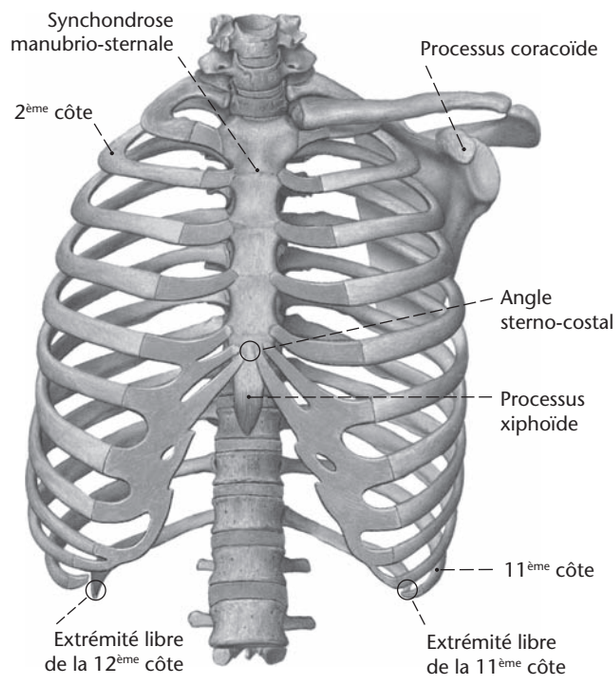
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas. Le patient doit se tenir bien droit. Attention : possibilité de lésion des organes si l'insertion est trop profonde. On peut aussi pratiquer une insertion oblique dirigée vers le haut, surtout chez les patients qui présentent des organes hypertrophiés (à gauche : le cœur ; à droite : le foie). Selon certains textes classiques, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

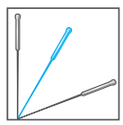
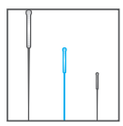
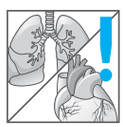
Actions/indications

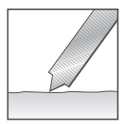
- Régule le Cœur, calme l'Esprit (*shen*).
- Fait descendre le Qi qui va à contresens dans le Poumon et l'Estomac.
- Régule les méridiens *luo* de communication et le vaisseau Conception (*ren mai*).

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication du vaisseau Conception (*ren mai*). Point important pour calmer.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-16 *Cour centrale* ZHONGTING

Localisation

Sur la ligne médiane, au niveau de l'angle sterno-costal.

Comment le trouver

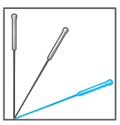
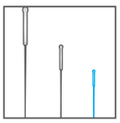
RM-16 est situé au niveau de l'angle sterno-costal, là ou se rejoignent les deux bords de la cage thoracique (→ 3.5). Pour localiser ce point, remonter avec un doigt, d'un côté ou de l'autre, le long du bord inférieur de la cage thoracique jusqu'à ce que ce doigt arrive à l'angle sterno-costal. C'est là que se trouve **RM-16**, dans une légère dépression entre le sternum et le processus xiphoïde. Au même niveau (approximativement dans le 5ème espace intercostal), on trouve → **Rn-22** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-18** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-17** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

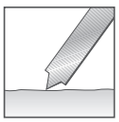
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers haut ou vers le bas. Attention : possibilité de lésion du cœur si la personne présente un processus xiphoïde fendu ou un foramen sternal. C'est pourquoi seule une insertion transversale est préconisée.

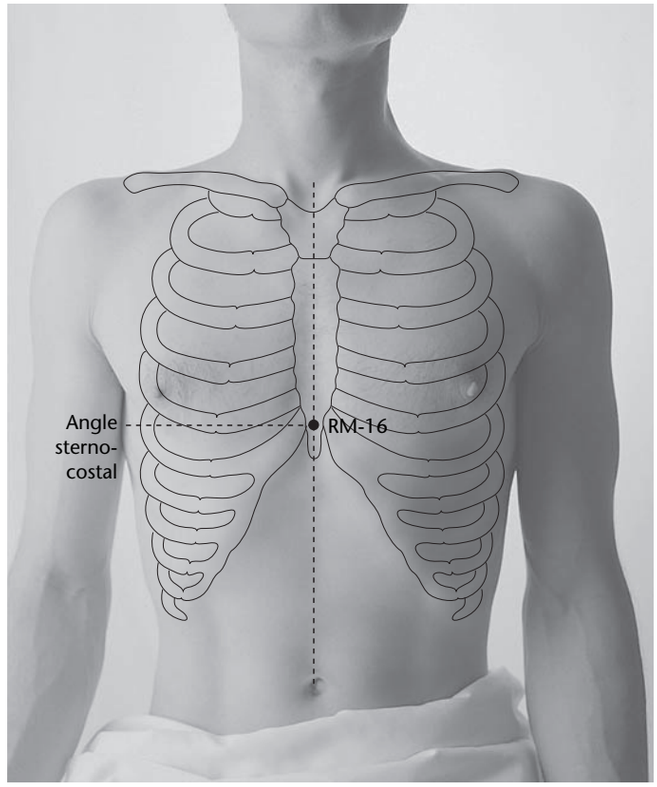
Actions/indications

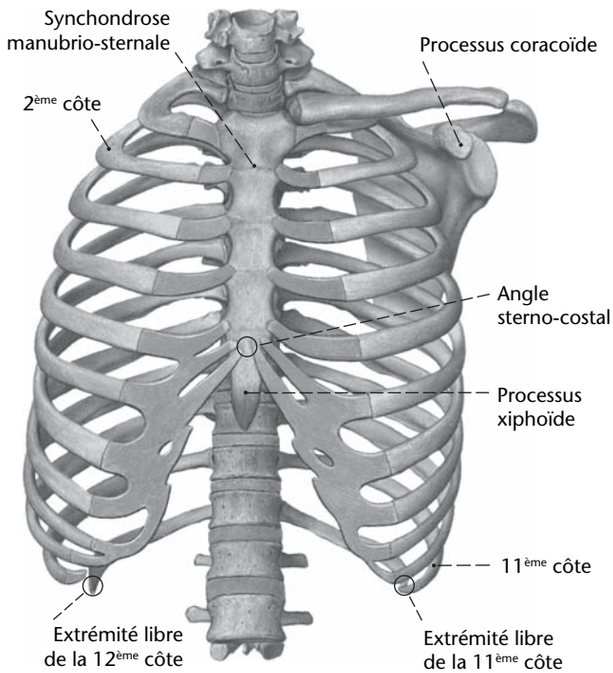
- Libère la poitrine.
- Régule l'Estomac et le Qi rebelle de l'Estomac.

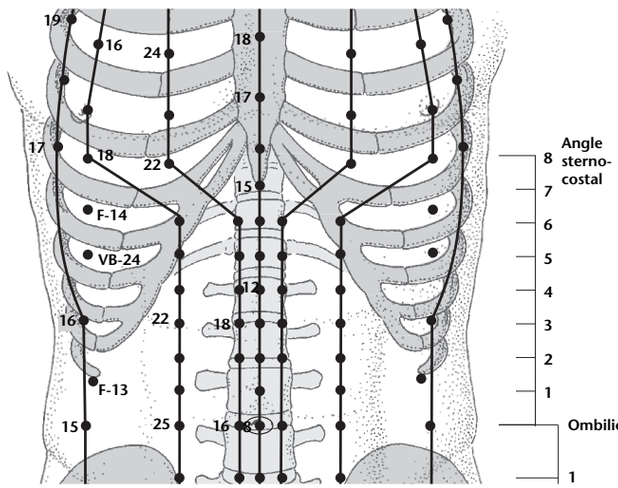



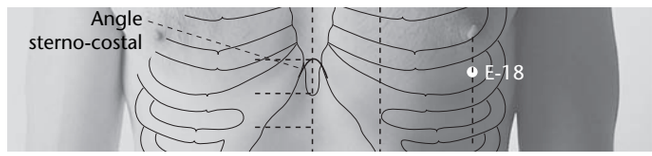



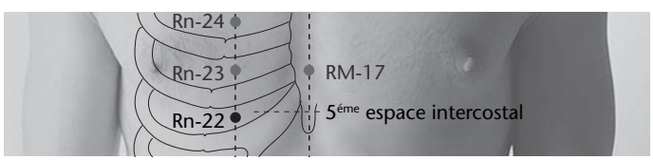


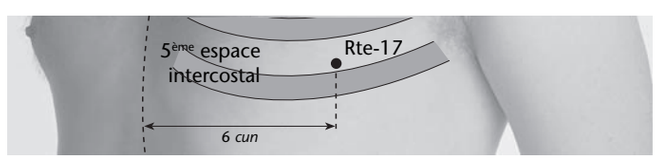






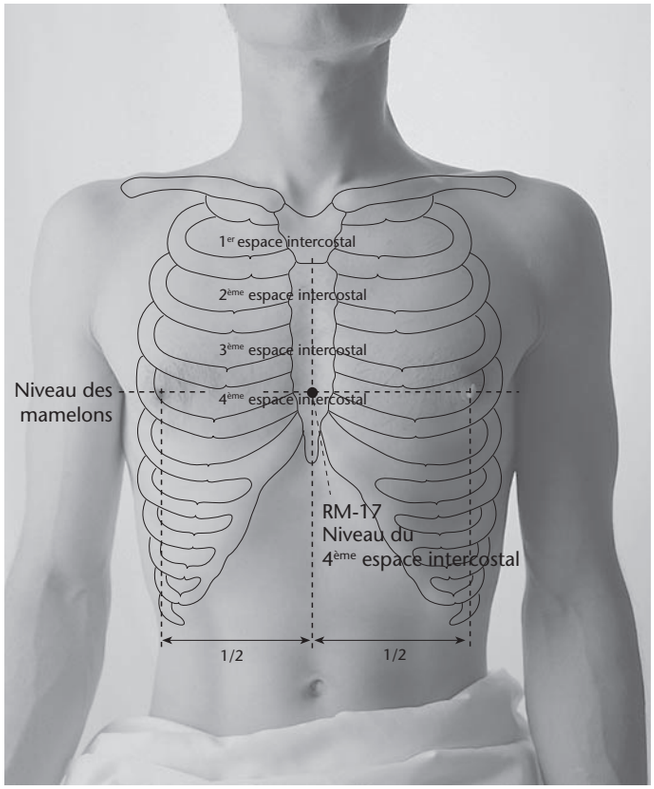


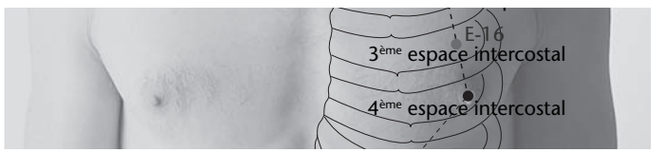


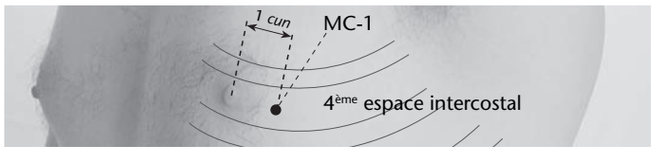


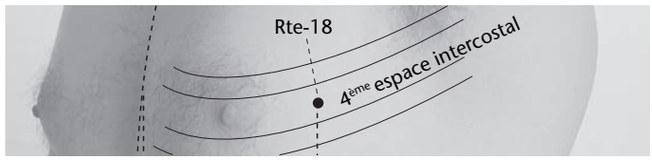
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

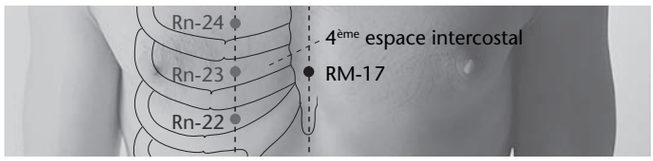
Centre de la poitrine SHANZHONG (DANZHONG) RM-17

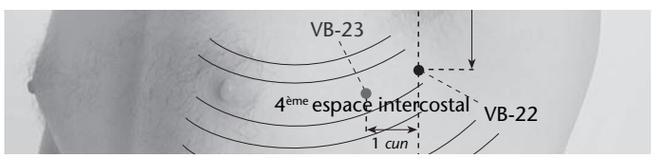












Localisation

Sur la ligne médiane, au niveau du 4ème espace intercostal.

Comment le trouver

Méthode rapide, surtout chez les hommes : localiser **RM-17** sur le sternum, entre les deux mamelons. Pour plus de détails sur l'anatomie de la région intercostale, → 3.5. Commencer par localiser la synchondrose manubrio-sternale, structure osseuse horizontale située sur le sternum, au niveau du cartilage costal, puis le 2ème espace intercostal, qui est juste en dessous. À partir de là, faire courir le doigt jusqu'au 4ème espace intercostal. **RM -17** est à ce niveau, sur de la ligne médiane du sternum.
Au même niveau, dans le 4ème espace intercostal, on trouve → **Rn-23** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-17** (sur le mamelon), → **MC-1** (1 *cun* en dehors du mamelon), → **Rte-18** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **VB-22** (sur la ligne axillaire) et → **VB-23** (1 *cun* en avant de → **VB-22**).

Insertion de l'aiguille

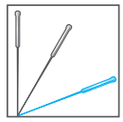
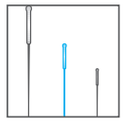
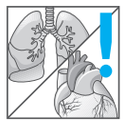
En fonction des indications, insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers haut ou vers le bas, ou en direction des mamelons (pathologies du sein). Attention : présence du cœur, risque de pneumothorax. Le sternum peut être très mince dans cette zone en cas de troubles d'ossification embryonnaire ! La moxibustion est recommandée pour tonifier le Qi mais elle doit être utilisée avec prudence chez les personnes asthmatiques.

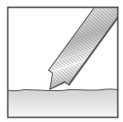
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur le Qi, qu'elle régule, libère la poitrine, fait descendre le Qi rebelle du Poumon et de l'Estomac.
- A des effets bénéfiques sur les seins.

Caractéristiques particulières

Point *mu* antérieur du Maître du Cœur, point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Rate, du Rein, de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur, point de réunion (*hui*), point de la Mer du Qi. Point important pour les troubles respiratoires.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

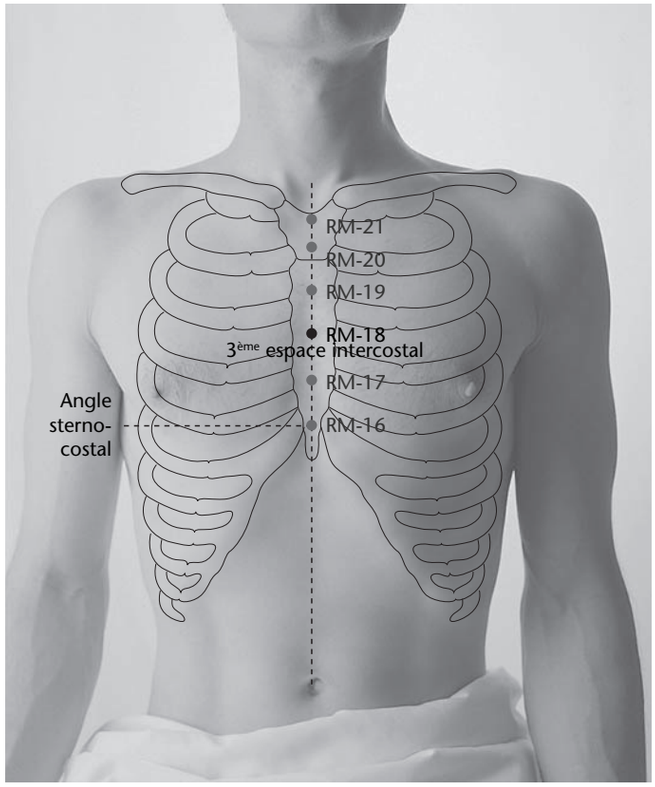
RM-18 *Salle de jade* YUTANG

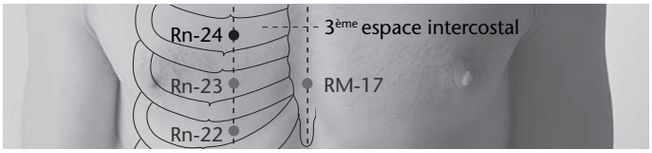
Localisation
Sur la ligne médiane, au niveau du 3ème espace intercostal.

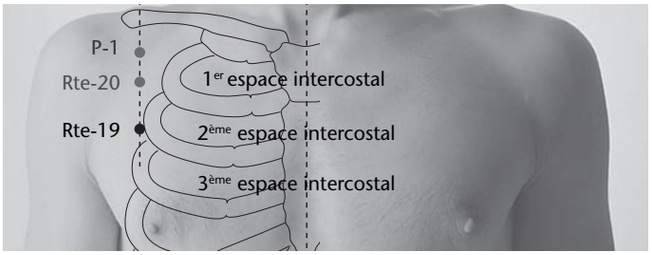
Comment le trouver
Localiser le 3ème espace intercostal en palpant la région parasternale à partir de la clavicule ou en comptant les espaces intercostaux vers le bas à partir de la synchondrose manubriosternale (→ 2ème côte) (→ 3.5).
Au même niveau, dans le 3ème espace intercostal, on trouve → **Rn-24** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-16** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-19** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

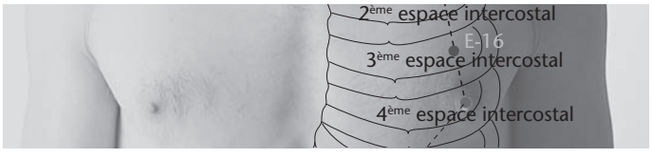
Insertion de l'aiguille
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers haut ou vers le bas. Attention : risque de lésion du cœur ou de la plèvre chez les personnes présentant un foramen sternal. C'est pourquoi seule une insertion transversale, qu'elle soit dirigée vers le haut ou vers le bas, est préconisée.

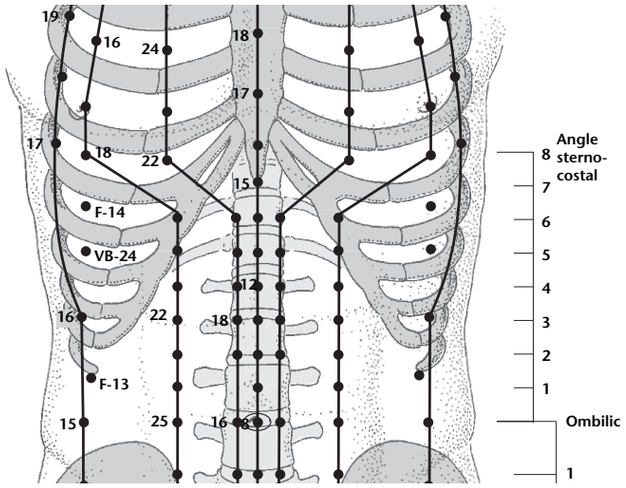
Actions/indications
- Libère la poitrine, régule et fait descendre le Qi.

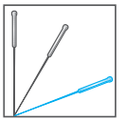
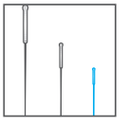
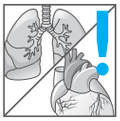


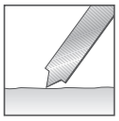
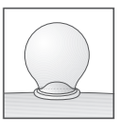






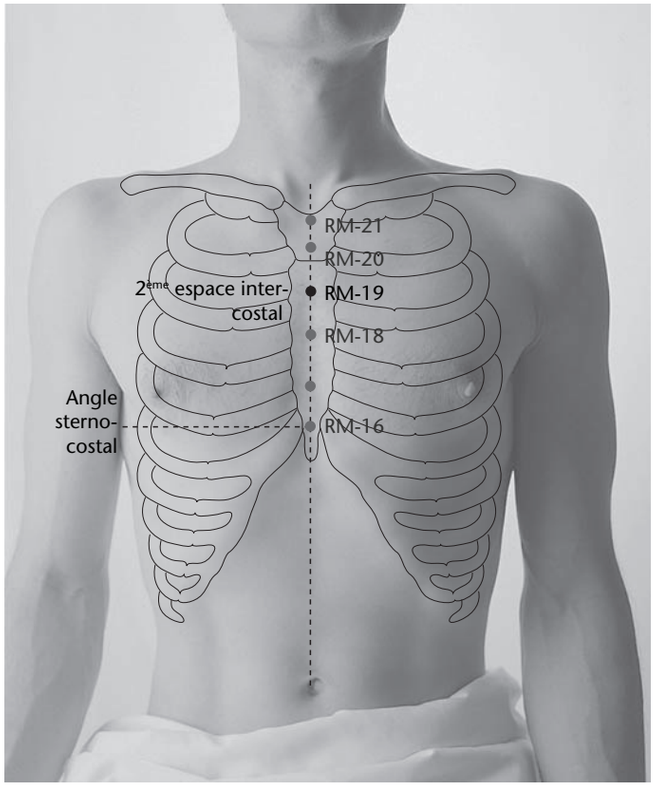



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Palais pourpre ZIGONG RM-19



Localisation

Sur la ligne médiane, au niveau du 2ème espace intercostal.

Comment le trouver

Localiser le 2ème espace intercostal en palpant la région para-sternale à partir de la clavicule ou en comptant les espaces intercostaux vers le bas à partir de la synchondrose manubrio-sternale (→ 2ème côte) (→ 3.5).

Au même niveau (2ème espace intercostal), on trouve → **Rn-25** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-15** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **Rte-20** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

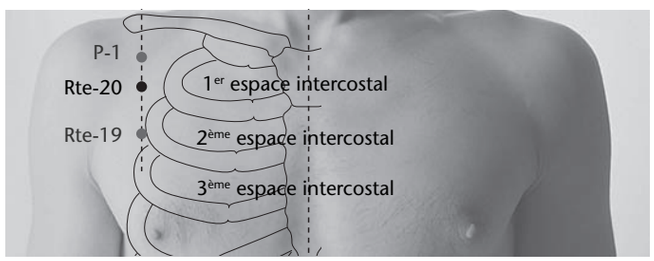
Insertion de l'aiguille

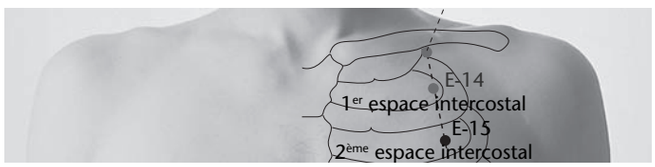
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers haut ou vers le bas. Attention : risque de lésion du cœur ou de la plèvre chez les personnes présentant un foramen sternal. C'est pourquoi seule une insertion transversale, qu'elle soit dirigée vers le haut ou vers le bas, est préconisée.

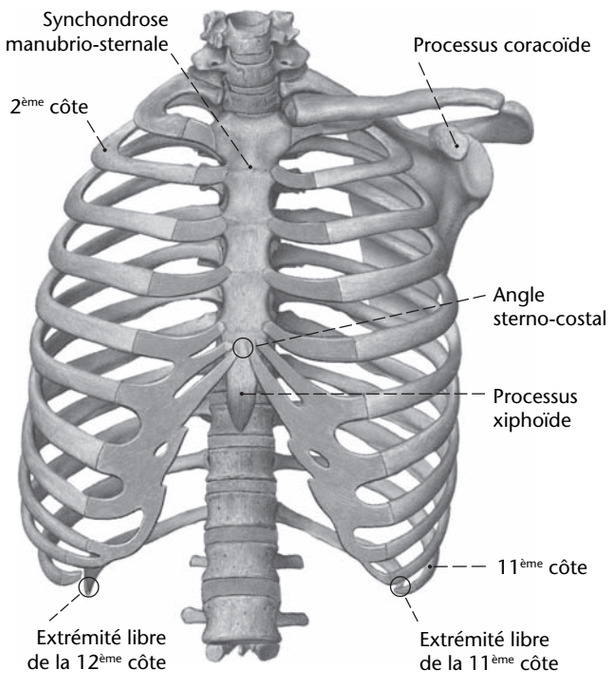
Actions/indications

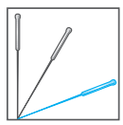
- Libère la poitrine.
- Régule et fait descendre le Qi.

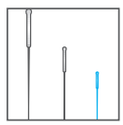


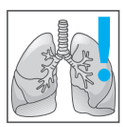




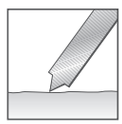
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-20 *Voûte magnifique* HUAGAI

Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, sur la partie inférieure du manubrium sternal, au niveau du 1er espace intercostal.

Comment le trouver

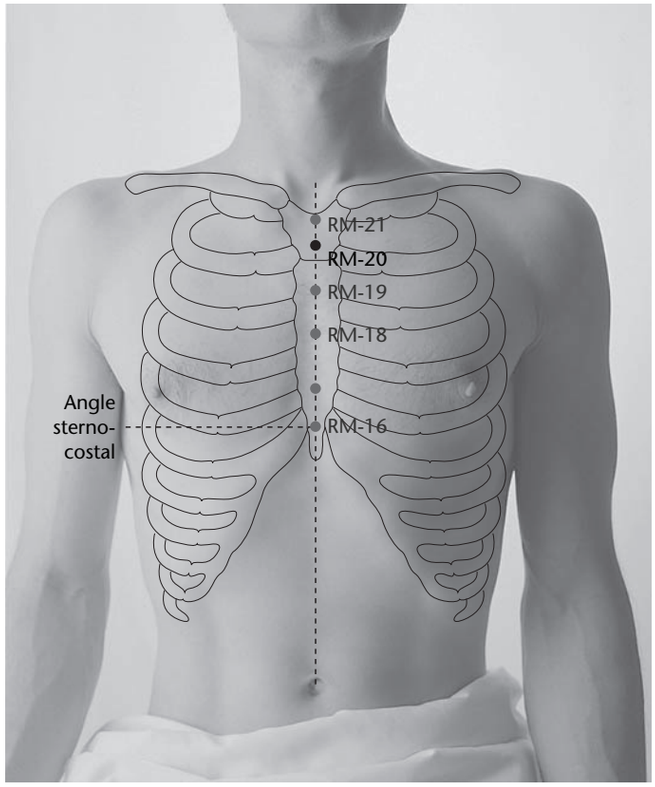
La synchondrose manubrio-sternale forme généralement une structure osseuse horizontale bien nette sur le haut du sternum. Localiser **RM-20** légèrement au-dessus de cette synchondrose, sur la ligne médiane, au niveau du 1er espace intercostal.
Au même niveau (1er espace intercostal), on trouve → **Rn-26** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-14** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **P-1** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

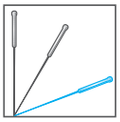
Insertion de l'aiguille

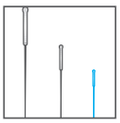
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers haut ou vers le bas. Attention : chez les personnes présentant un foramen sternal, risque de lésion de la plèvre ou du médiastin. C'est pourquoi seule une insertion transversale, qu'elle soit dirigée vers le haut ou vers le bas, est préconisée.

Actions/indications

- Libère la poitrine.
- Régule et fait descendre le Qi.

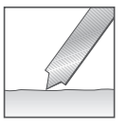






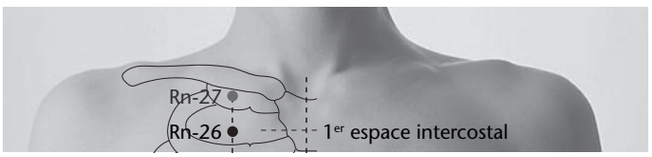


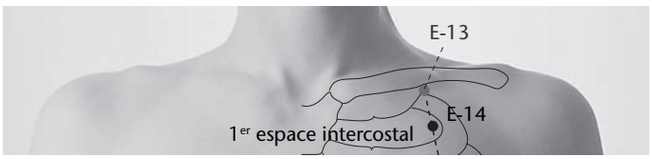


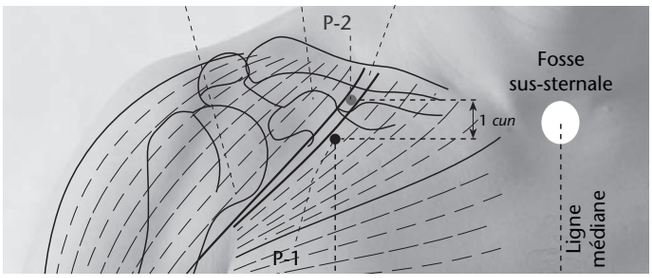


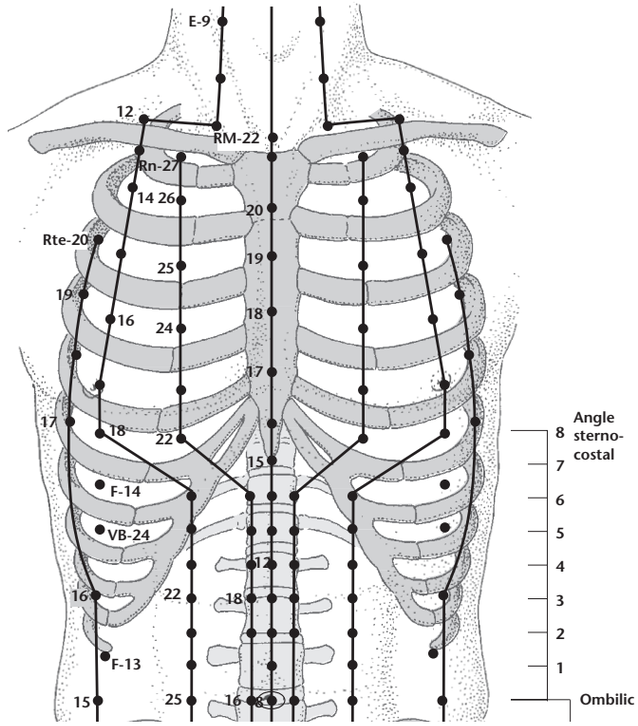






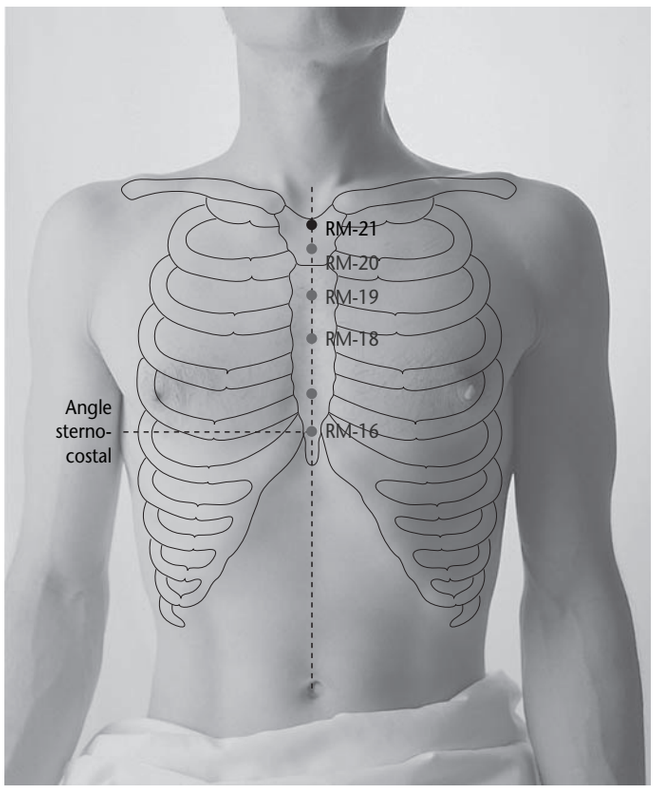






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Pivot de jade XUANJI RM-21



Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, en dessous de la partie inférieure du manubrium sternal.

Comment le trouver

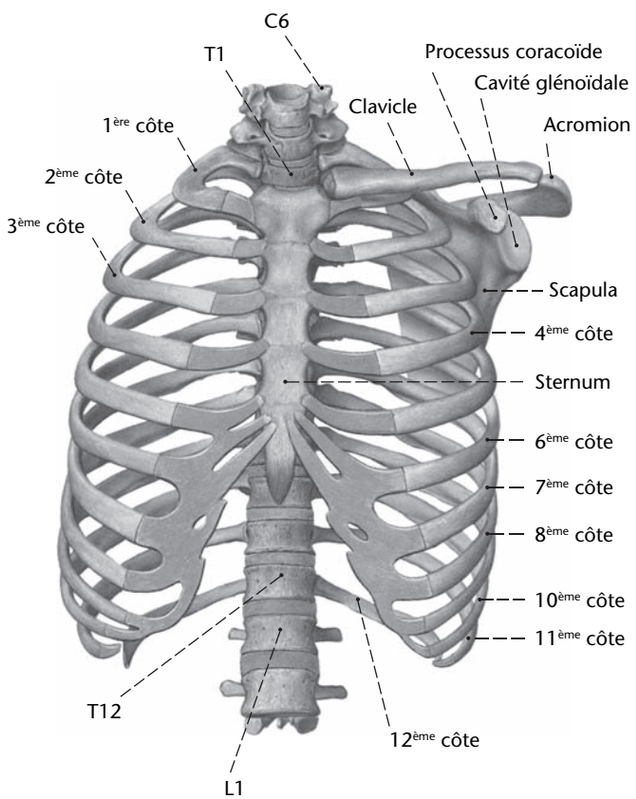
Le bord supérieur du manubrium sternal constitue le bord inférieur de la fosse supra-sternale. Localiser **RM-21** sur la ligne antérieure, en dessous du bord osseux du sternum.
Approximativement au même niveau (en dessous de la clavicule), on trouve → **Rn-27** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure), → **E-13** (4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **P-2** (6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

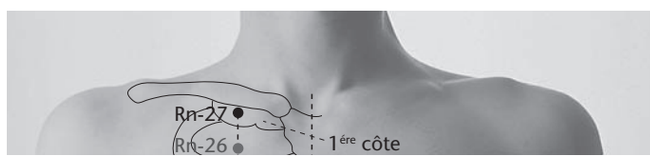
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur dirigée vers le haut ou vers le bas. Attention : chez les personnes présentant un foramen sternal, risque de lésion de la plèvre ou du médiastin. C'est pourquoi seule une insertion transversale, qu'elle soit dirigée vers le haut ou vers le bas, est préconisée.

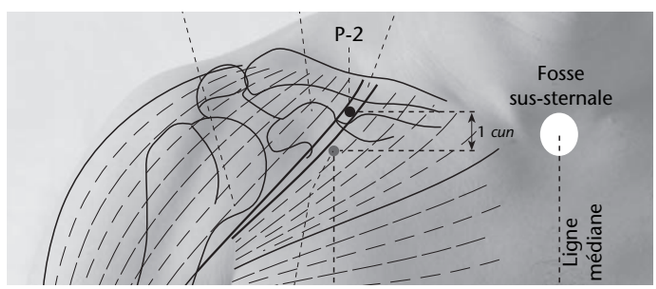
Actions/indications

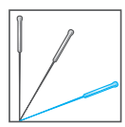
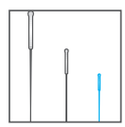
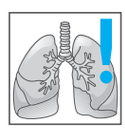
- Libère la poitrine.
- A des effets bénéfiques sur la gorge.
- Fait descendre le Qi rebelle.

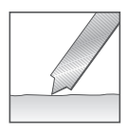
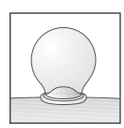








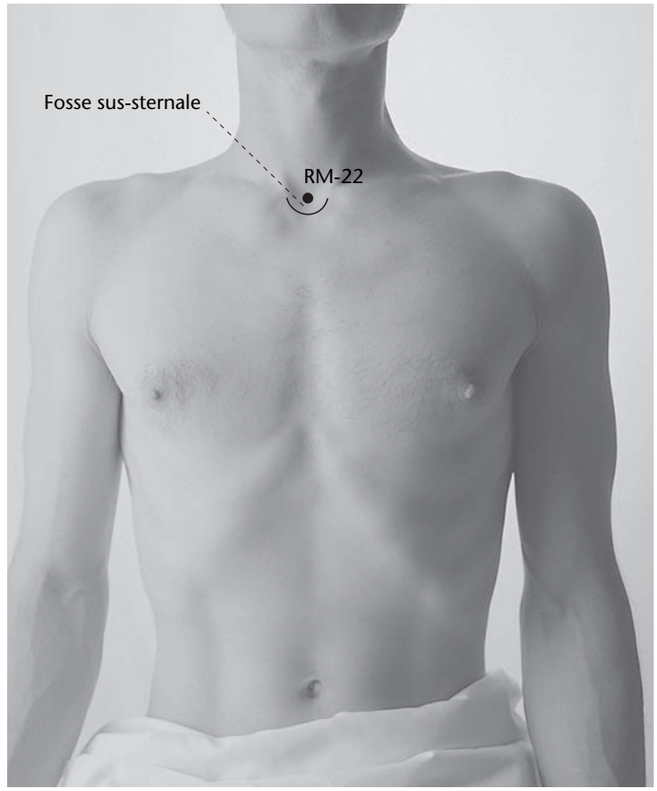




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-22 *Saillie céleste* TIANTU

Localisation

0,5 *cun* au-dessus du sternum, au centre de la fosse supra-sternale.



Comment le trouver

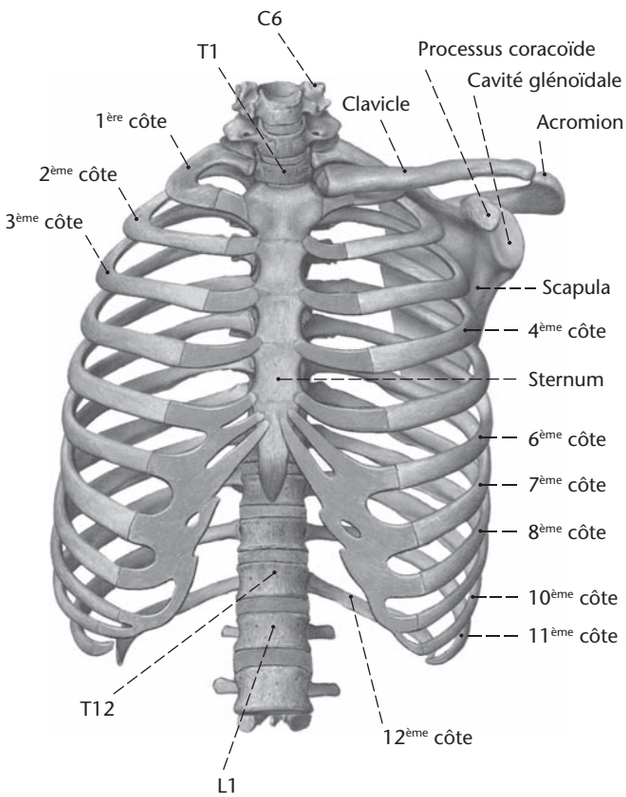
On localise plus facilement ce point lorsque le patient est couché sur le dos, un coussin sous les épaules, ou assis, la tête confortablement installée sur un repose-tête stable. Localiser le centre de la fosse supra-sternale, environ 0,5 *cun* au-dessus du sternum, puis **RM-22**.

Insertion de l'aiguille

Au début, insérer l'aiguille perpendiculairement sur 0,2 *cun* de profondeur (pour percer la peau), puis diriger la pointe de l'aiguille vers le bas en continuant de l'insérer parallèlement à la face postérieure du sternum sur une profondeur de 0,5 à 1 *cun*. Attention : point dangereux. Une mauvaise technique d'insertion (par exemple, insertion verticale ou oblique rétro-sternale) peut endommager les gros vaisseaux et les organes situés dans le médiastin. Ce point ne doit être piqué que par des praticiens confirmés.

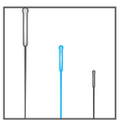
Actions/indications

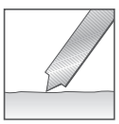
- Fait descendre le Qi rebelle du Poumon, calme la toux et la dyspnée, a des effets bénéfiques sur la gorge.



Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*), point Fenêtre du Ciel. Point important pour traiter les crises d'asthme aiguës.

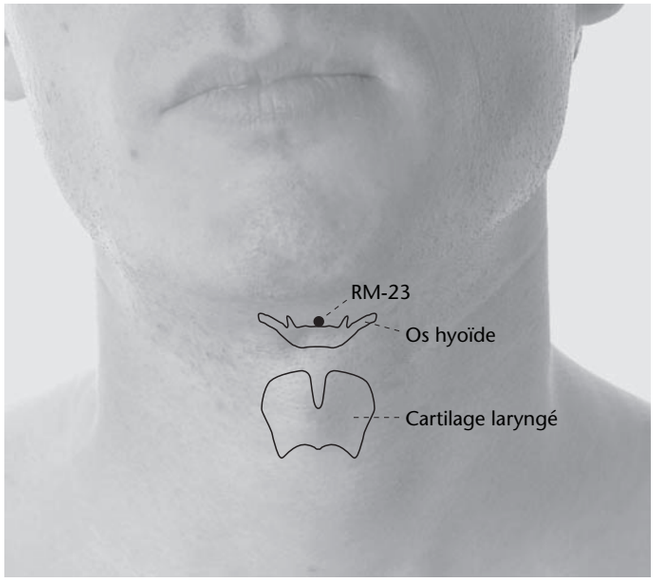



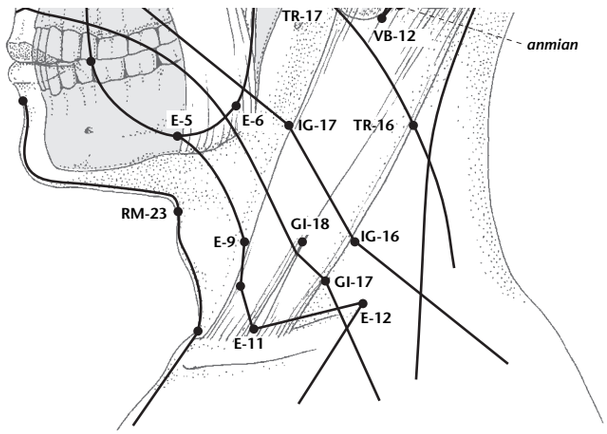





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source de l'angle LIANQUAN RM-23





Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, au bord supérieur de l'os hyoïde.

Comment le trouver

L'os hyoïde est une structure osseuse fragile située légèrement au-dessus du bord supérieur de la proéminence laryngée. Il ne faut pas que le patient mette la tête trop en arrière car les tissus seraient alors trop tendus, ce qui rendrait la palpation de l'os plus difficile. **RM-23** se trouve sur la ligne médiane, au bord supérieur de l'os hyoïde, à la jonction de la face verticale du cou et du plancher horizontal de la bouche (lorsque les tissus sont disposés normalement).

Insertion de l'aiguille

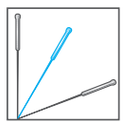
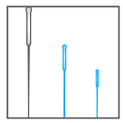
Insertion oblique en direction du vertex, de 0,3 à 1 *cun* de profondeur. Selon certains textes, la moxibustion est contre-indiquée sur ce point.

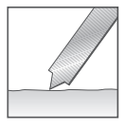
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur la langue.
- A des effets bénéfiques sur la gorge, élimine les Glaires et la Chaleur.
- Renforce la voix.

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-24 *Réservoir des liquides* CHENGJIANG

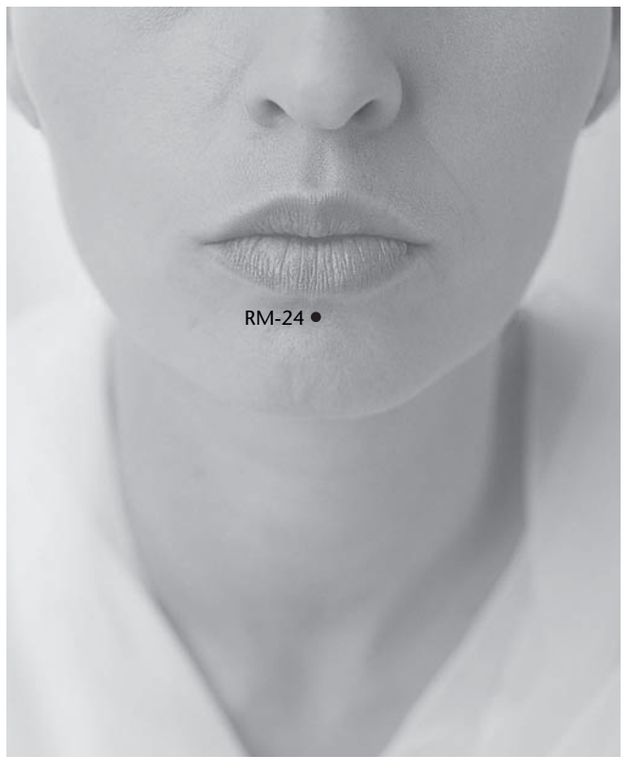
Localisation
Sur la ligne médiane antérieure, en dessous de la lèvre inférieure, dans le sillon mento-labial.

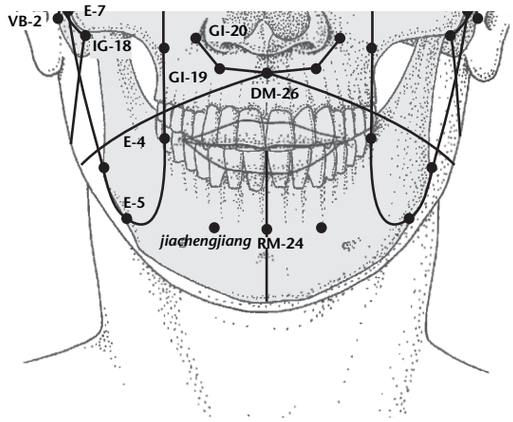
Comment le trouver
Sur le menton, localiser le sillon mento-labial (→ 3.1.3), qui forme une dépression horizontale à la transition entre le menton et la lèvre inférieure. Localiser **RM-24** dans ce sillon, sur la ligne médiane.

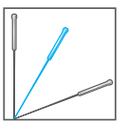
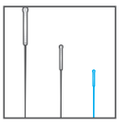
Insertion de l'aiguille
Insertion oblique dirigée vers le haut, de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur.

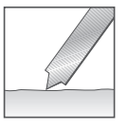
Actions/indications
- Élimine le Vent (externe), ouvre les méridiens *luo* de communication, soulage la douleur et les gonflements, régule le vaisseau Conception (*ren mai*).
- En tant que point des fantômes de Sun Si Miao, traite l'épilepsie et les états maniaques.

Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et les méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac, point des fantômes de Sun Si Miao. Point local important.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.3 Vaisseau Gouverneur (*du mai*)

Relations (→ 1.7.3)

- **Yin/Yang :** vaisseau Conception (*ren mai*)/vaisseau Gouverneur (*du mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Gouverneur (*du mai*)/vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : canthus interne de l'œil, occiput, épaules, dos, méridiens de l'Intestin Grêle et de la Vessie. Point d'ouverture : **IG-3** (*houxi*), point couplé : **V-62** (*shenmai*).

Trajet

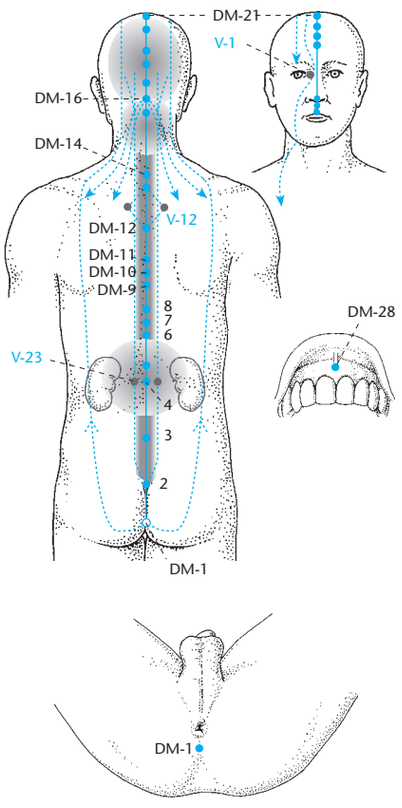
Le vaisseau Gouverneur (*du mai*), comme le vaisseau Pénétrant (*chong mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*), prend naissance dans le bas abdomen (*bao zhong*) ou, selon certains auteurs, au Rein. Il émerge au périnée et se divise en plusieurs branches :

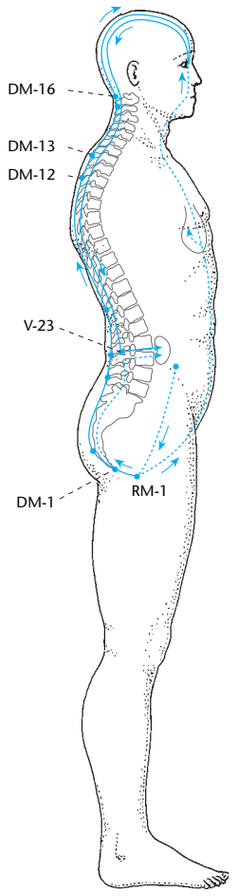
➡ le **trajet principal** du vaisseau Gouverneur (*du mai*) commence au périnée, au point → **RM-1** (*huiyin*), passe par **DM-1** (*changqiang*), entre l'anus et le coccyx, et monte le long de la colonne vertébrale, sur la ligne médiane. Au point **DM-12** (*shenzhu*), en dessous du processus épineux de T3, une branche se sépare de chaque côté pour atteindre → **V-12** (*fengmen*), rejoignant le trajet principal au point **DM-13** (*taodao*), en dessous du processus épineux de T1. Elle continue jusqu'à **DM-16** (*fengfu*), au bord inférieur de l'os occipital. Là, une **branche interne** pénètre dans le cerveau. Le trajet externe continue à monter à la tête, au point **DM-20** (*baihui*), puis il commence à descendre le long de la ligne médiane de la tête jusqu'au front et au nez jusqu'à **DM-26** (*renzhong*), où il croise les méridiens de l'Estomac et du Gros Intestin. Il se termine à l'intérieur de la bouche, au point **DM-28** (*yinjiao*), où il croise le méridien de l'Estomac et le vaisseau Conception (*ren mai*) ;

➡ une **branche** du vaisseau Gouverneur (*du mai*) (la branche spinale) commence au point → **RM-1** (*huiyin*), va à l'extrémité du coccyx, où elle croise le méridien principal du Rein et monte **à l'intérieur** du canal spinal jusqu'à l'espace situé entre L2 et L3, puis pénètre dans le Rein ;

➡ la **seconde branche** du vaisseau Gouverneur (*du mai*) (la branche abdominale) commence aussi au point → **RM-1** (*huiyin*), encercle les organes génitaux externes, monte jusqu'au milieu de l'ombilic, traverse le Cœur, monte à la gorge, encercle les lèvres, va aux joues, passe par → **E-1** (*chengqi*), au bord infra-orbitaire et atteint → **V-1** (*jingming*) ;

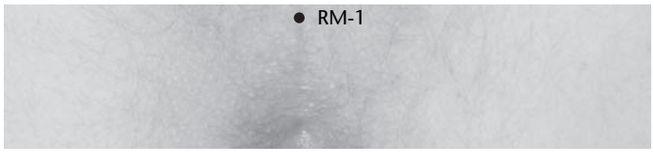
➡ la **troisième branche** du vaisseau Gouverneur (*du mai*) suit le méridien de la Vessie des deux côtés à partir de → **V-1** (*jingming*) et va au vertex. De là, une branche **interne** pénètre dans le cerveau. Le trajet externe descend en suivant les branches médiales du méridien de la Vessie et pénètre dans le corps au niveau du bord inférieur du processus épineux de L2, au point → **V-23** (*shenshu*), pour se terminer aux reins (*shen*).



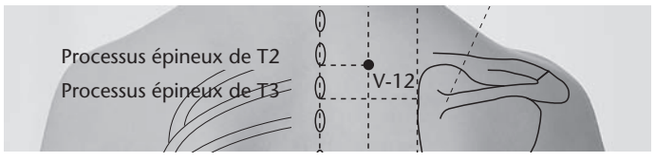


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

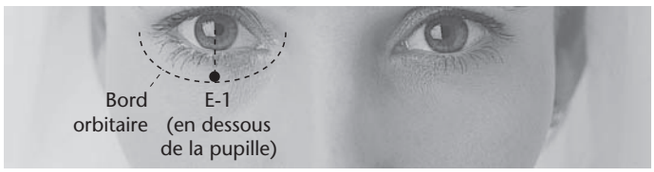
Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*)



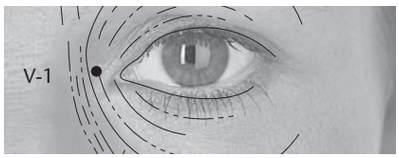
RM-1 (*huiyin*) : au centre du périnée.



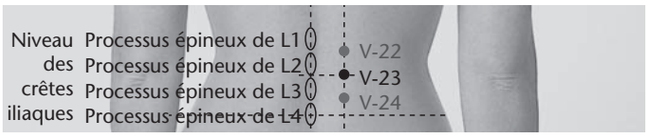
V-12 (*fengmen*) : 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre thoracique (T2).



E-1 (*chengqi*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, juste en dessous du centre de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire.



V-1 (*jingming*) : 0,1 *cun* au-dessus du canthus interne de l'œil en direction médiale, dans une dépression.



V-23 (*shenshu*) : 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 2ème vertèbre lombale (L2).

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Vaisseau Conception (*ren mai*), vaisseau Pénétrant (*chong mai*), méridiens principaux du Rein et de la Vessie.
- Utérus, Rein, Cerveau.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Mer du Yang Qi**, fournit le Yang Qi afin de réchauffer les Viscères et les méridiens.
- Protège et régule tous les méridiens Yang, surtout ceux du haut du dos et de la tête.
- Influence et renforce les fonctions du Cerveau, de la Moelle et des organes des sens.
- Renforce la constitution du corps et protège le système immunitaire (circulation du Qi Protecteur (*wei qi*)).
- Stocke le Qi de l'Essence (*jing qi*) qui déborde des méridiens Yang.
- Absorbe les excès des méridiens Yang, surtout l'excès de Chaleur et le Vent interne.

Remarque sur le vaisseau Gouverneur (*du mai*)

Le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) occupent tous deux une place unique parmi les huit merveilleux vaisseaux. Ce sont les deux seuls merveilleux vaisseaux qui possèdent des points propres (l'accès aux autres merveilleux vaisseaux ne se fait que par l'intermédiaire des points de méridiens principaux). C'est pour cette raison que le vaisseau Conception (*ren mai*) et le vaisseau Gouverneur (*du mai*) sont souvent associés aux douze méridiens principaux pour former les 14 méridiens. Cette perspective n'est toutefois pas correcte du point de vue des fonctions énergétiques car les merveilleux vaisseaux ont une place particulière pour ce qui est à la fois du développement et de la fonction des méridiens (→ 1.7).

Le trajet du vaisseau Gouverneur (*du mai*) comme celui du vaisseau Conception (*ren mai*), se limite au torse et à la tête. Bien qu'ils ne parcourent pas les membres, sur lesquels ils n'ont pas de points (pas plus qu'ils n'ont de point spécifiques comme les point *shu*, les point source (*yuan*), etc.), ils ont néanmoins un point d'ouverture (→ 8.1.8).

On dit aussi que le vaisseau Gouverneur (*du mai*) est la Mer du Yang et qu'il gouverne le Yang du corps entier. C'est sur son trajet que se situe la face postérieure des centres d'énergies (les chakras de la tradition yogi), alors que la face antérieure de ceux-ci se trouve sur le trajet du vaisseau Conception (*ren mai*). Dans la tradition taoïste, le vaisseau Gouverneur (*du mai*) joue un rôle important dans le développement du Qi et plus particulièrement dans celui de « l'enfant de l'esprit », sur lequel on peut avoir une influence en ouvrant et en activant les centres d'énergie situés sur la colonne vertébrale.

De plus, le vaisseau Gouverneur (*du mai*) comporte de nombreux points appartenant à d'autres méridiens, ce qui montre clairement l'importance exceptionnelle du vaisseau Gouverneur (*du mai*).

Points spécifiques selon leur fonction

- **Point source (*yuan*) (→ 8.1.1) : –**
- **Point *luo* de communication (→ 8.1.2) : DM-1** (*changqiang*).
- **Point d'accumulation (*xi*) (→ 8.1.3) : –**
- **Point *shu* du dos associé (→ 8.1.4) : –**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

- **Point *mu* antérieur associé (→ 8.1.5) : –**
- **Cinq points *shu* (→ 8.1.6) : –**
- **Point de réunion (*hui*) (→ 8.1.7) : –**
- **Point d'ouverture (→ 8.1.8) : IG-3** (*houxi*).
- **Point couplé : V-62** (*shenmai*).
- **Point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) : –**
- **Points de croisement (*jiaohui*) (→ 8.1.10) :**
  - avec les méridiens de la Vésicule Biliaire et du Rein, et avec le vaisseau Conception (*ren mai*) : **DM-1** (*changqiang*),
  - avec le méridien de la Vessie : **DM-13** (*taodao*),
  - avec tous les méridiens Yang : **DM-14** (*dazhui*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **DM-15** (*yamen*) ■■,
  - avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)* : **DM-16** (*fengfu*) ■■,
  - avec le méridien de la Vessie : **DM-17** (*naohu*),
  - avec les méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, du Triple Réchauffeur et du Foie : **DM-20** (*baihui*) ■■,
  - avec les méridiens de la Vessie et de l'Estomac : **DM-24** (*shenting*) ■■,
  - avec les méridiens de l'Intestin Grêle et de l'Estomac : **DM-26** (*renzhong*) ■■,
  - avec le vaisseau Conception (*ren mai*) et le méridien de l'Estomac* : **DM-28** (*yinjiao*),
  - d'autres méridiens avec le vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **RM-1, V-12, E-1, V-1, V-23**.
- **Point de commande de Gao Wu (→ 8.1.11) : –**
- **Point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) : DM-16** (*fengfu*) ■■.
- **Point des Quatre Mers (→ 8.1.13) :**
  - Mer du Qi : **DM-14** (*dazhui*) ■■, **DM-15** (*yamen*) ■■,
  - Mer de la Moelle : **DM-16** (*fengfu*) ■■ ; **DM-20** (*baihui*) ■■.
- **Point Étoile Céleste de Ma Dan Yang (→ 8.1.14) : –**
- **Point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) : DM-16** (*fengfu*) ■■, **DM-26** (*renzhong*) ■■.
- **Autres points fonctionnels :**
  - point très important pour renforcer le Yang (avec moxibustion) : **DM-4** (*mingmen*) ■■,
  - point d'urgence important : **DM-26** (*renzhong*) ■■.

Points selon les régions du corps

- **Points locaux (→ 8.2.1) :** région de la tempe – **DM-20** (*baihui*) ■■ ; nez – **DM-25** (*suliao*) ; rectum – **DM-1** (*changqiang*) ; colonne lombale – **DM-3** (*yaoyangguan*), **DM-4** (*mingmen*) ■■.
- **Points adjacents (→ 8.2.1) :** région occipitale : **DM-14** (*dazhui*) ■■ ; région de la tempe, yeux – **DM-23** (*shangxing*) ; nez – **DM-23** (*shangxing*), **DM-24** (*shenting*) ■■ ; Poumon – **DM-14** (*dazhui*) ■■ ; Cœur – **DM-11** (*shendao*) ; colonne cervicale – **DM-14** (*dazhui*) ■■.
- **Points distaux (→ 8.2.1) :** langue – **DM-15** (*yamen*) ■■ ; rectum – **DM-20** (*baihui*) ■■ ; colonne lombale – **DM-12** (*shenzhu*), **DM-26** (*renzhong*) ■■.

Points spécifiques sur le trajet du méridien (par numéro d'ordre)

- **DM-1** (*changqiang*) : point *luo* de communication (→ 8.1.2) ; point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Vésicule Biliaire et du Rein, et avec le vaisseau Conception (*ren mai*) (→ 8.1.10) ; point local pour le rectum (→ 8.2.1).
- **DM-3** (*yaoyangguan*) : point local pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **DM-4** (*mingmen*) ■■ : point très important pour renforcer le Yang (avec moxibustion).
- **DM-11** (*shendao*) : point adjacent pour le Cœur (→ 8.2.1).
- **DM-12** (*shenzhu*) : point distal pour la colonne lombale (→ 8.2.1).
- **DM-13** (*taodao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **DM-14** (*dazhui*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec tous les méridiens Yang (→ 8.1.10) ; point de la Mer du Qi (→ 8.1.13) ; point adjacent pour l'occiput et le Poumon (→ 8.2.1) ; point adjacent pour la colonne cervicale (→ 8.2.1).
- **DM-15** (*yamen*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) (→ 8.1.10) ; point de la Mer du Qi (→ 8.1.13) ; point distal pour la langue (→ 8.2.1).
- **DM-16** (*fengfu*) ■■ : point de la Mer de la Moelle (→ 8.1.13) ; point Fenêtre du Ciel (→ 8.1.12) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)* (→ 8.1.10).
- **DM-17** (*naohu*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie (→ 8.1.10).
- **DM-20** (*baihui*) ■■ point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, du Triple Réchauffeur et du Foie (→ 8.1.10) ; point de la Mer de la Moelle (→ 8.1.13) ; point local pour la région de la tempe, les yeux et le nez (→ 8.2.1) ; point distal pour le rectum (→ 8.2.1).
- **DM-23** (*shangxing*) : point adjacent pour la région de la tempe, les yeux et le nez (→ 8.2.1).
- **DM-24** (*shenting*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Vessie et de l'Estomac (→ 8.1.10) ; point adjacent pour le nez (→ 8.2.1).
- **DM-25** (*suliao*) : point local pour le nez (→ 8.2.1).
- **DM-26** (*renzhong*) ■■ : point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac (→ 8.1.10) ; point des fantômes de Sun Si Miao (→ 8.1.15) ; point distal pour la colonne lombale (→ 8.2.1) ; point d'urgence important.
- **DM-28** (*yinjiao*) : point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Conception (*ren mai*) et le méridien de l'Estomac*.

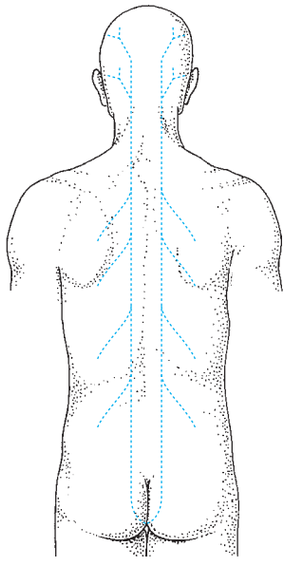
* Mentionné uniquement par certains auteurs

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Méridien *luo* de communication du vaisseau Gouverneur (*du mai*) (→ 1.6)

Trajet

Le méridien *luo* de communication du vaisseau Gouverneur (*du mai*) commence au point **DM-1** (*chengqiang*), entre l'anus et la pointe du coccyx, il monte des deux côtés le long de la colonne vertébrale jusqu'à la nuque et se déploie dans la région de l'occiput, où il se relie au méridien principal de la Vessie. Ces deux trajets rejoignent ensemble la région de l'épaule. Là, le méridiens *luo* de communication pénètre plus profondément dans le corps au niveau de la scapula et se déploie dans la musculature para-vertébrale.



Importance clinique

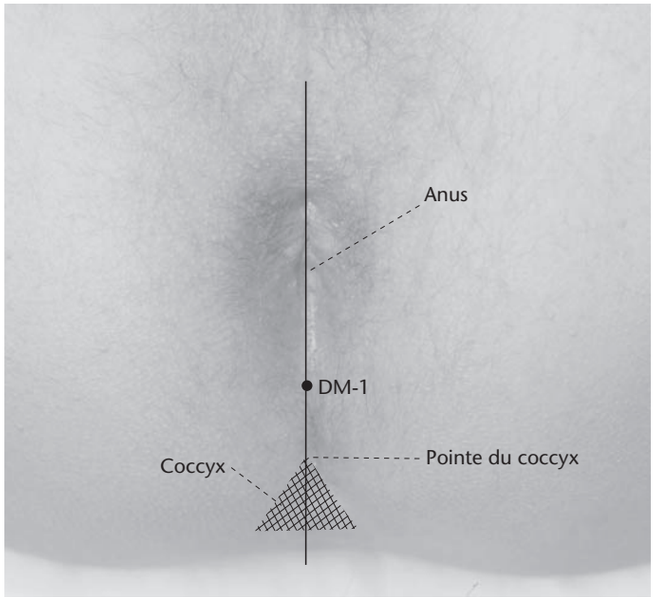
Pathologie

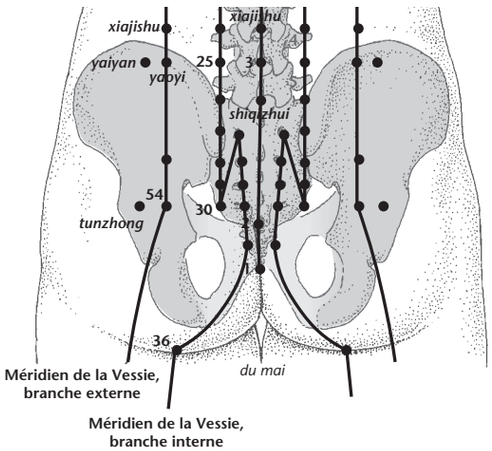
Plénitude (*shi*) : restriction de mouvement et raideur de la colonne vertébrale.

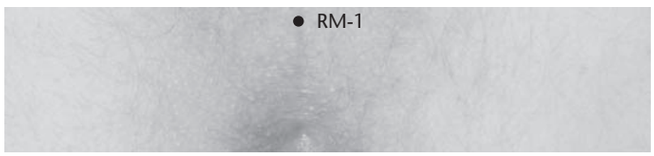
Vide (*xu*) : sensation de lourdeur de la tête, sensations vertigineuses, troubles de l'équilibre.

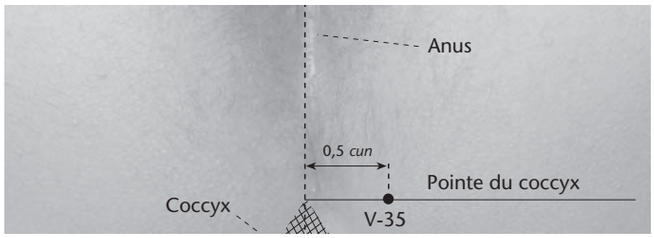
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Long et fort CHANGQIANG DM-1









Localisation

Sur la ligne médiane, à mi-chemin entre la pointe du coccyx et l'anus.

Comment le trouver

Commencer par localiser le haut du coccyx, puis rechercher son extrémité. À partir de cette extrémité, déplacer le doigt en direction de l'anus en exerçant une pression. **DM-1** peut souvent se localiser grâce à la forte sensation de *deqi* qu'il procure.

→ **RM-1** se trouve en avant de l'anus et en arrière des organes génitaux.

→ **V-35** se trouve 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau de la pointe du coccyx.

Insertion de l'aiguille

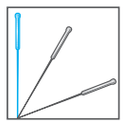
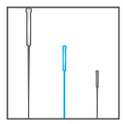
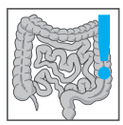
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur après avoir bien désinfecté la zone. Éviter de piquer le rectum.

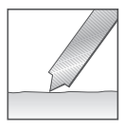
Actions/indications

- Élimine la Chaleur-Humidité, fait monter le Qi.
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.
- Calme l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point *luo* de communication, point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Conception (*ren mai*) et les méridiens de la Vésicule Biliaire et du Rein.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

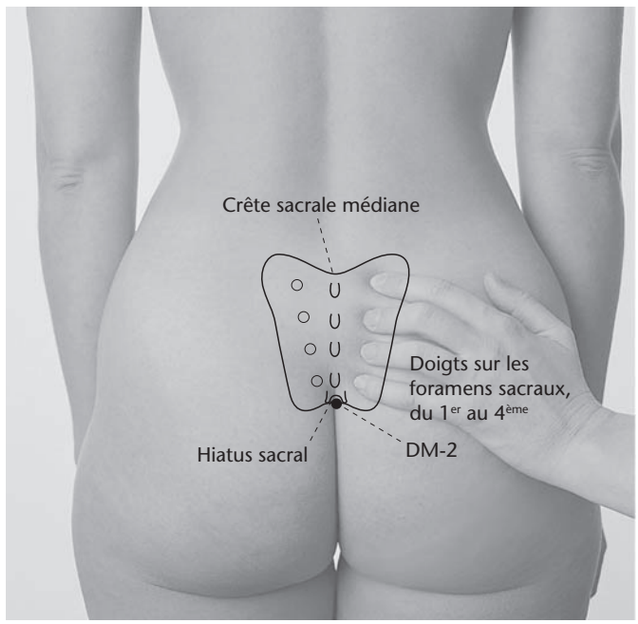
DM-2 *Shu des lombes* YAOSHU

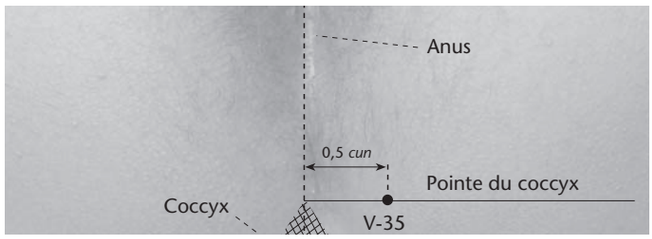
Localisation
Sur la ligne médiane, dans le hiatus sacral.

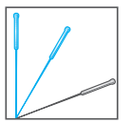
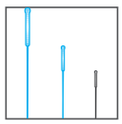
Comment le trouver
Rechercher le hiatus sacro-coccygien (→ 3.4.4) en partant du sacrum. On peut le sentir en dessous de l'extrémité inférieure de la crête iliaque médiane, sous la forme d'une dépression en U orientée vers le bas. **DM-2** se trouve sur la ligne médiane, juste en dessous de ce hiatus.
→ **V-35** se trouve légèrement plus bas, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau de la pointe du coccyx.

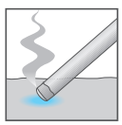
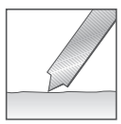
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire ou oblique jusqu'à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le haut.

Actions/indications
- Renforce la région lombale et les jambes.
- Expulse le Vent-Humidité.
- Réchauffe le Réchauffeur Inférieur.

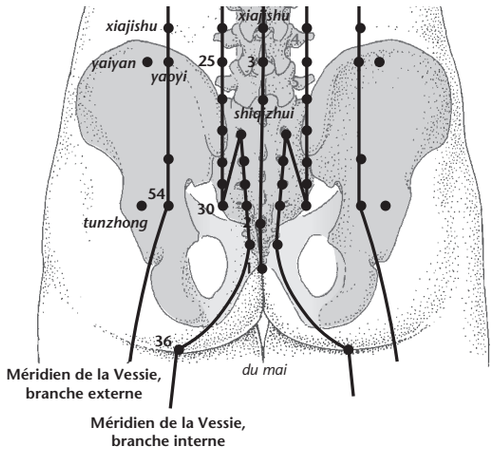


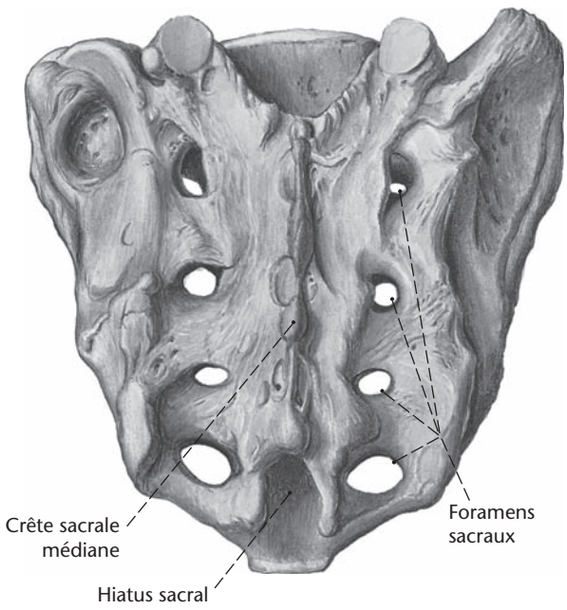


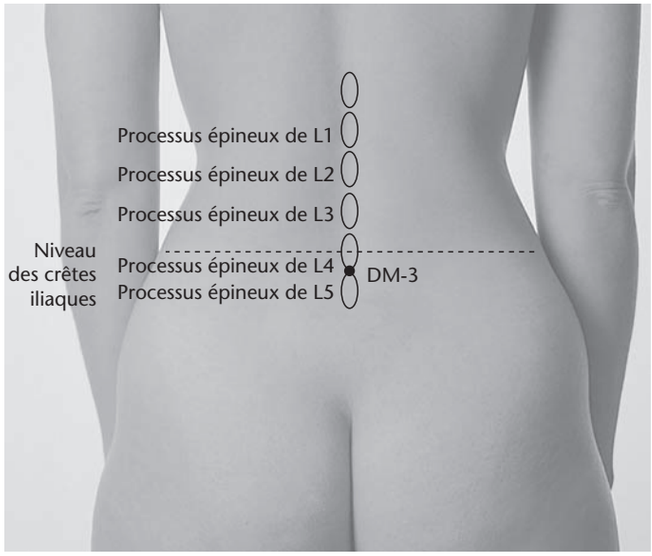


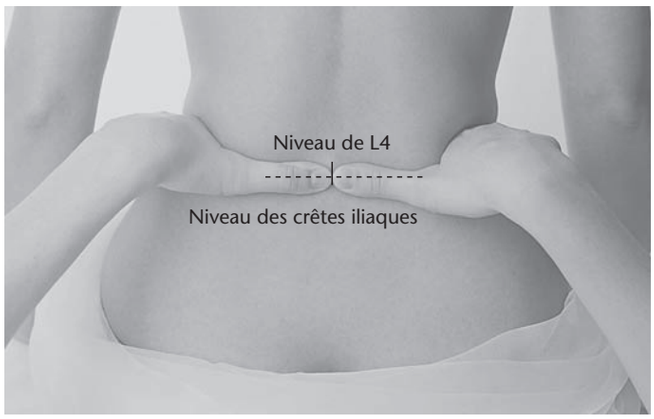


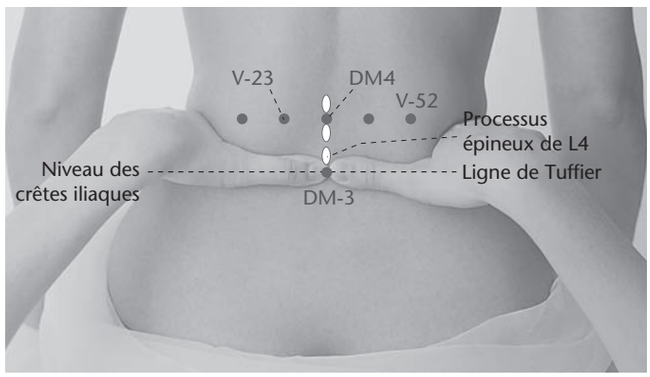


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte Yang des lombes YAOYANGGUAN DM-3







Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 4ème vertèbre lombale (L4).

Comment le trouver

Pour se repérer sur la région lombale (→ 3.4.3), commencer par identifier la ligne de Tuffier (ligne qui relie les deux sommets des crêtes iliaques), qui coupe généralement le processus épineux de L4. (Remarque : la localisation des points de la région lombale varie en fonction de la position du patient ; pour plus de détails, → 3.4). Localiser **DM-3** sur la ligne médiane du bas du dos, en dessous du processus épineux de la 4ème vertèbre lombale (L4).

Au même niveau, on trouve → ***huatuojiaoji*** (points HM), → **V-25**, → ***yaoyi*** (point HM) et → ***yaoyan*** (point HM) (respectivement 0,5/1,5/3/3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

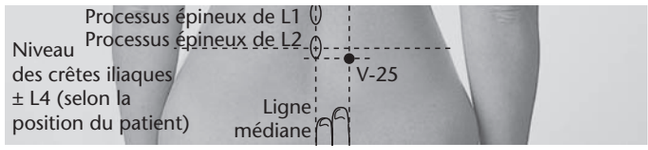
Insertion de 0,5 à 1 *cun* de profondeur exclusivement perpendiculaire à la peau ou oblique dirigée vers le bas (généralement, le risque de piquer accidentellement le canal spinal n'existe que si l'on pique au niveau de L2 en direction du crâne).

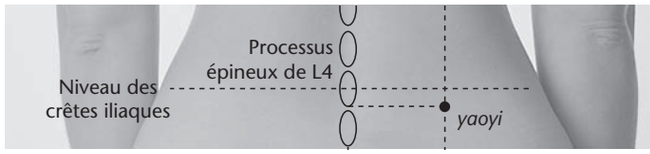
Actions/indications

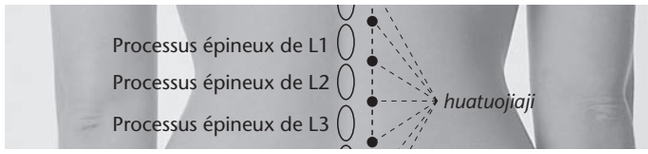
- Chasse le Vent, le Froid et l'Humidité.
- Régule le Qi dans le Réchauffeur Inférieur, renforce le Qi Originel (*yuan qi*).

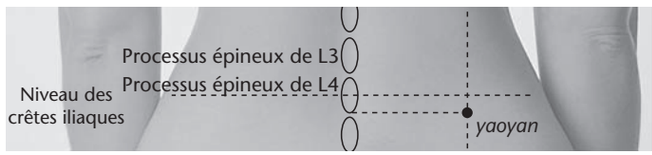
Caractéristiques particulières

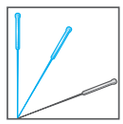
Point local important pour la douleur qui affecte à la fois le dos et la jambe.

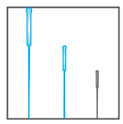


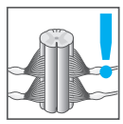


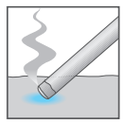


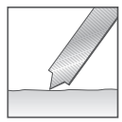
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-4 *Porte de la vie* MINGMEN

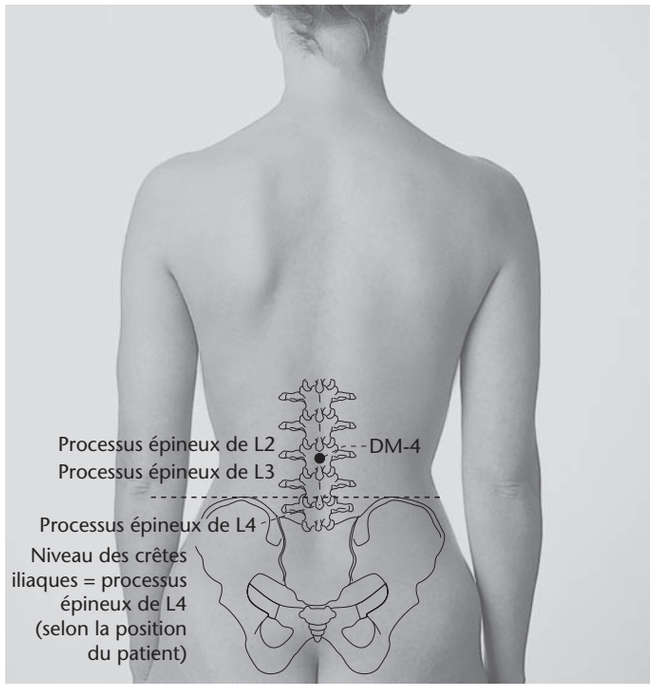
Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 2ème vertèbre lombale (L2).

Comment le trouver

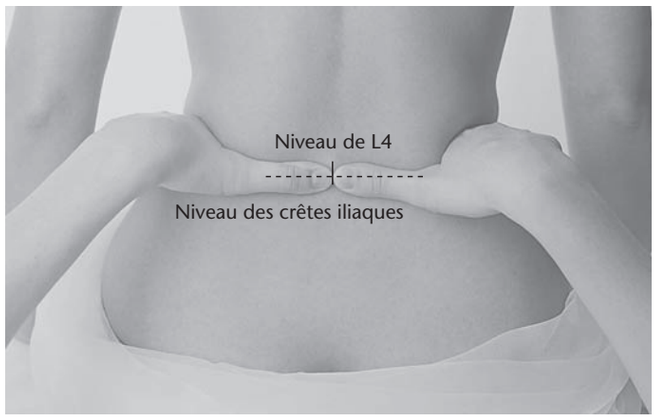
Pour se repérer sur la région lombale (→ 3.4.3), commencer par identifier la ligne de Tuffier en plaçant chaque main directement au-dessus et sur le côté du sommet de la crête iliaque ; les pouces vont se rejoindre au milieu de cette ligne, qui coupe généralement le processus épineux de L4. (Remarque : la localisation des points de la région lombale varie en fonction de la position du patient ; pour plus de détails, → 3.4). De là, monter jusqu'au 2ème processus épineux et localiser **DM-4** sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux.

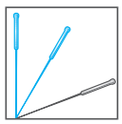
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-23** et → **V-52** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

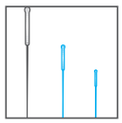


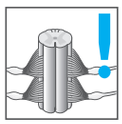
Insertion de l'aiguille

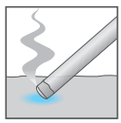
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi. Le canal spinal se termine généralement entre la 1ère et la 2ème vertèbre lombale, mais la littérature ne mentionne pratiquement pas d'atteinte spinale par une insertion profonde et/ou une insertion dirigée vers le haut.









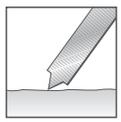


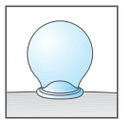
Actions/indications

- Tonifie le Yang du Rein (surtout avec moxibustion), réchauffe la Porte de la Vie (*mingmen*), renforce le Rein, régule le vaisseau Gouverneur (*du mai*), a des effets bénéfiques sur la région lombale.
- Pacifie le Vent dans le vaisseau Gouverneur (*du mai*).

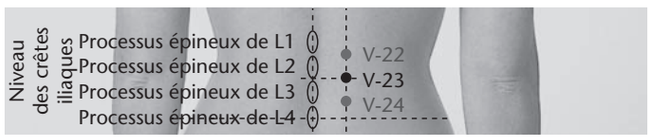
Caractéristiques particulières

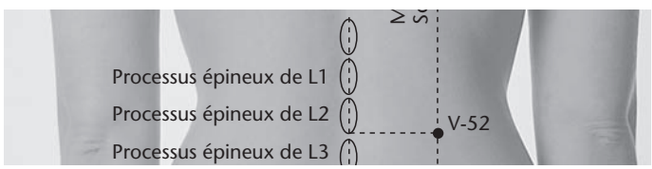
Point majeur pour tonifier le Yang, surtout le Yang du Rein.

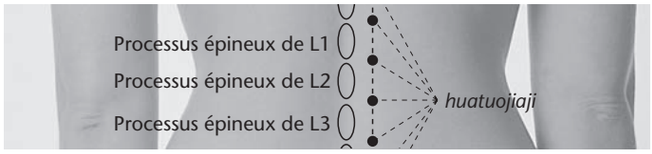


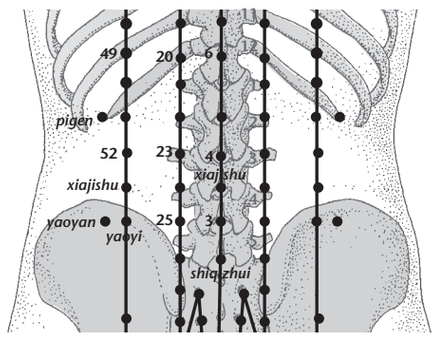






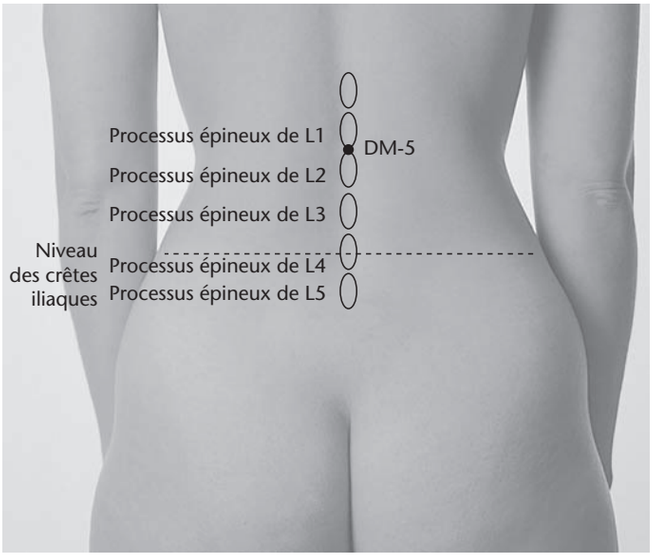


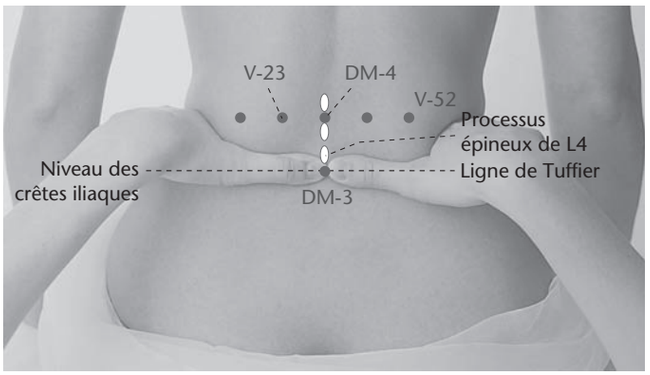


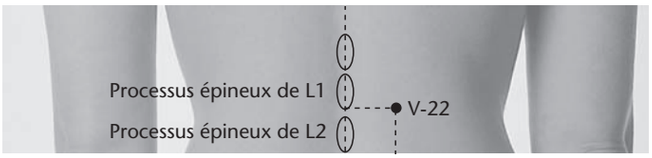


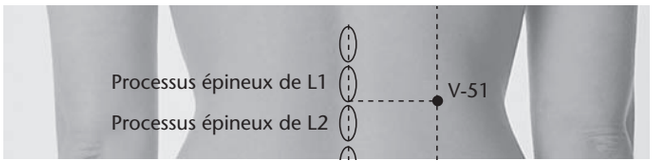
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

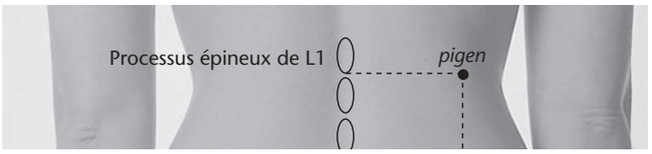
Axe suspendu XUANSHU DM-5











Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 1ère vertèbre lombale (L1).

Comment le trouver

Pour se repérer sur la région lombale (→ 3.4.3), commencer par identifier la ligne de Tuffier en plaçant chaque main directement au-dessus et sur le côté du sommet de la crête iliaque ; les pouces vont se rejoindre au milieu de cette ligne, qui coupe généralement le processus épineux de L4. (Remarque : la localisation des points de la région lombale varie en fonction de la position du patient ; pour plus de détails, → 3.4). De là monter jusqu'au 1er processus épineux et localiser **DM-5** sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux. **Ou** : prendre comme repère le processus épineux de T7 (en dessous de l'angle de la scapula, → 3.4.2).

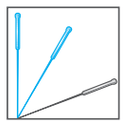
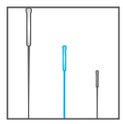
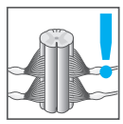
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji*, → V-22, → V-51** et → ***pigen*** (point HM) (respectivement 0,5/1,5/3/3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

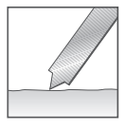
Insertion de l'aiguille

Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre le méridien.
- Régule le Qi dans le Réchauffeur Inférieur.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-6 *Centre de la colonne vertébrale* JIZHONG

Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 11ème vertèbre thoracique (T11).

Comment le trouver

Localiser le processus épineux de T7 (→ 3.4.2) puis T11, 4 processus épineux plus bas. **DM-6** se trouve sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T11. **Ou** : prendre la ligne de Tuffier comme point de repère (→ 3.4.3). Localiser T11 en comptant 5 processus épineux vers le haut à partir de L4, puis localiser **DM-6** sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux.

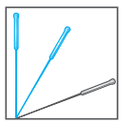
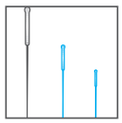
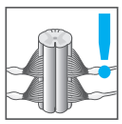
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-20** et → **V-49** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

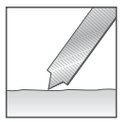
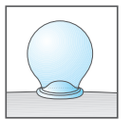
Insertion de l'aiguille

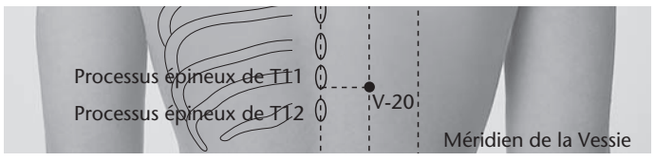
Insertion strictement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

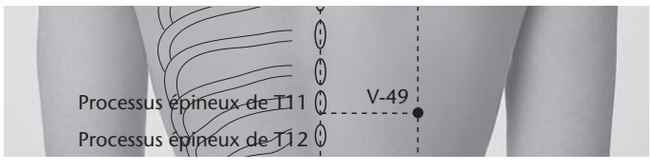
Actions/indications

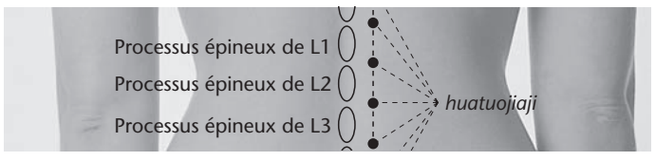
- Renforce la Rate et ses fonctions de transformation de l'Humidité.
- A des effets bénéfiques sur la colonne vertébrale.

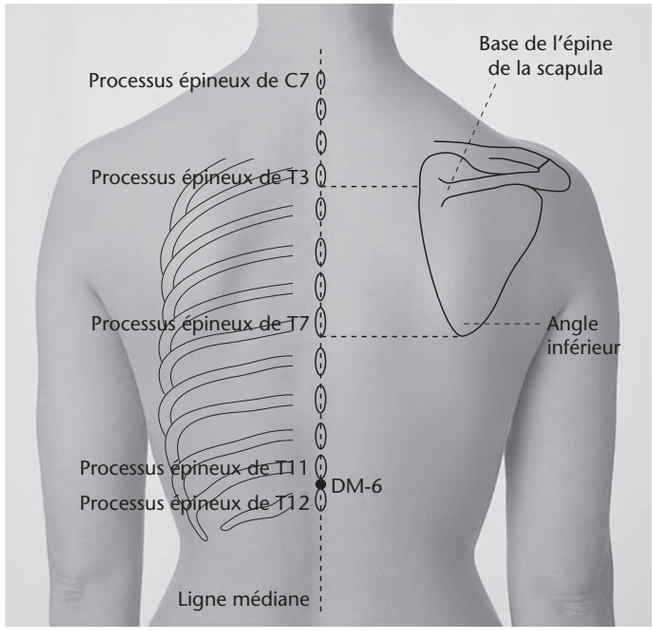




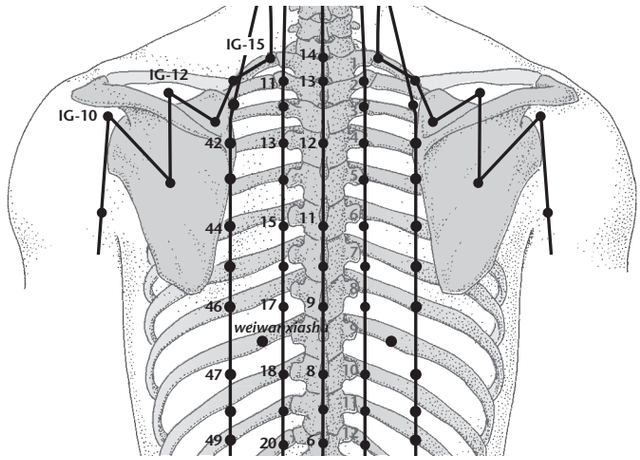



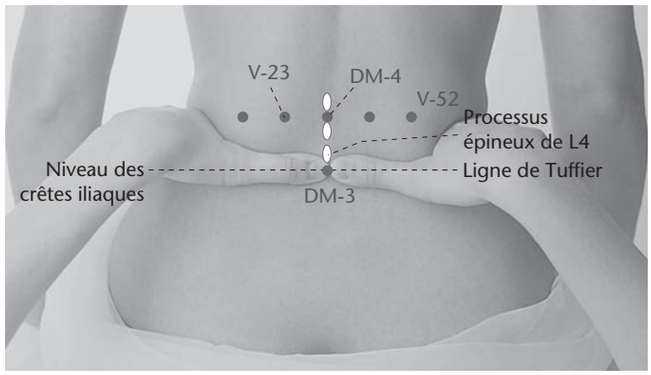







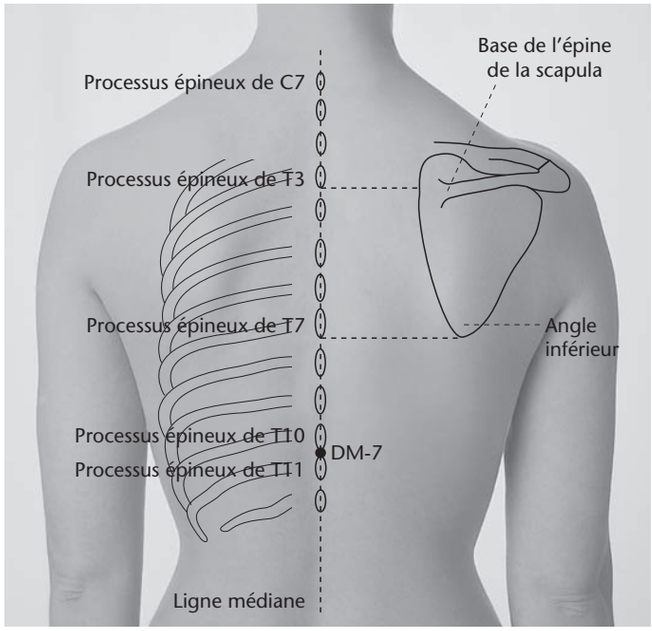


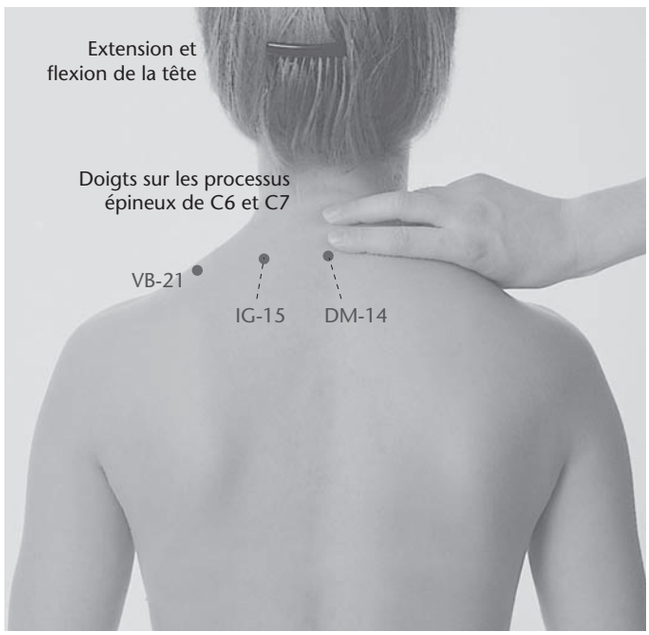


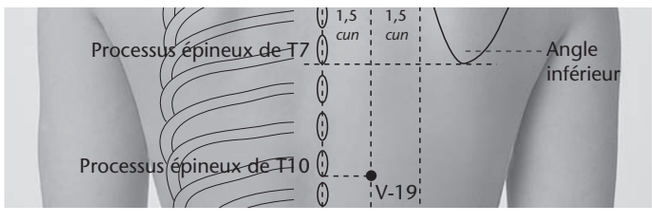


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Axe central ZHONGSHU DM-7









Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 10ème vertèbre thoracique (T10).

Comment le trouver

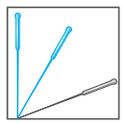
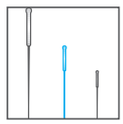
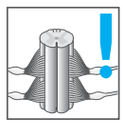
Localiser le processus épineux de T7 (→ 3.4.2) puis T10, 3 processus épineux plus bas. **DM-7** se trouve sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T10. **Ou** : prendre la ligne de Tuffier comme point de repère (→ 3.4.3). Localiser T10 en comptant 6 processus épineux vers le haut à partir de L4, puis localiser **DM-7** sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux.
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-19** et → **V-48** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

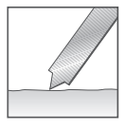
Insertion de l'aiguille

Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Tonifie le Réchauffeur Moyen.
- A des effets bénéfiques sur la colonne vertébrale.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-8 *Spasme du tendon* JINSUO

Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 9ème vertèbre thoracique (T9).

Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) puis T9, 2 processus épineux plus bas. **DM-8** se trouve sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T9. **Ou** : prendre la ligne de Tuffier comme point de repère (→ 3.4.3). Localiser T9 en comptant 4 processus épineux vers le haut à partir de L4, puis localiser **DM-8** sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux.

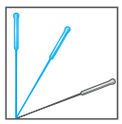
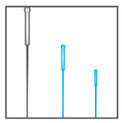
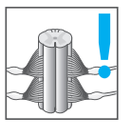
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-18** et → **V-47** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

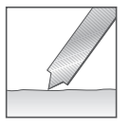
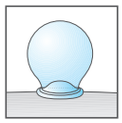
Insertion de l'aiguille

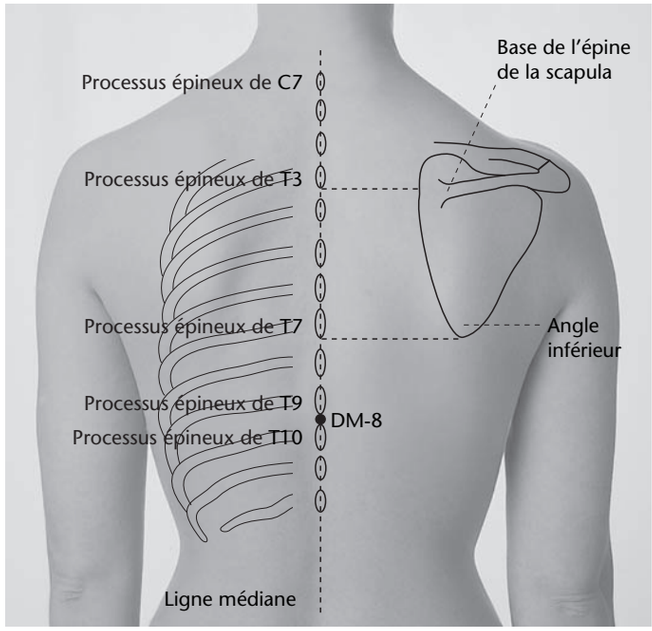
Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

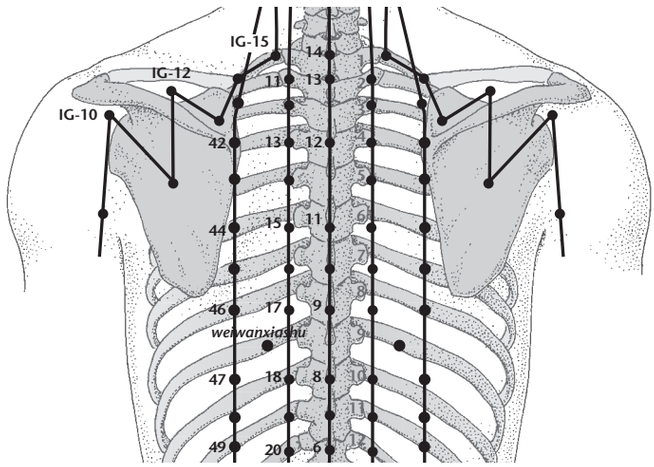
Actions/indications

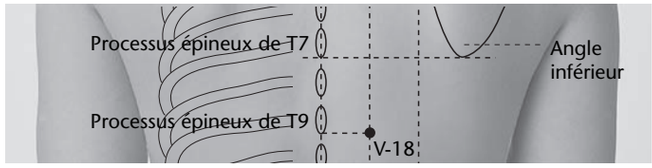
- Apaise le Foie.
- Chasse le Vent.
- Calme l'Esprit (*shen*).

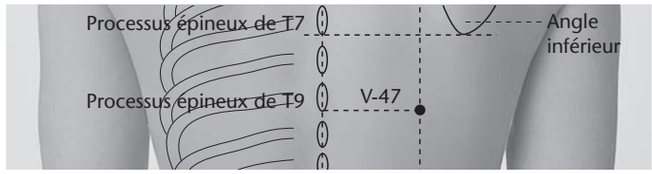




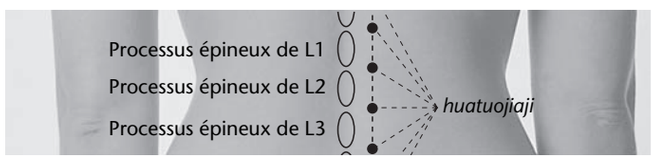





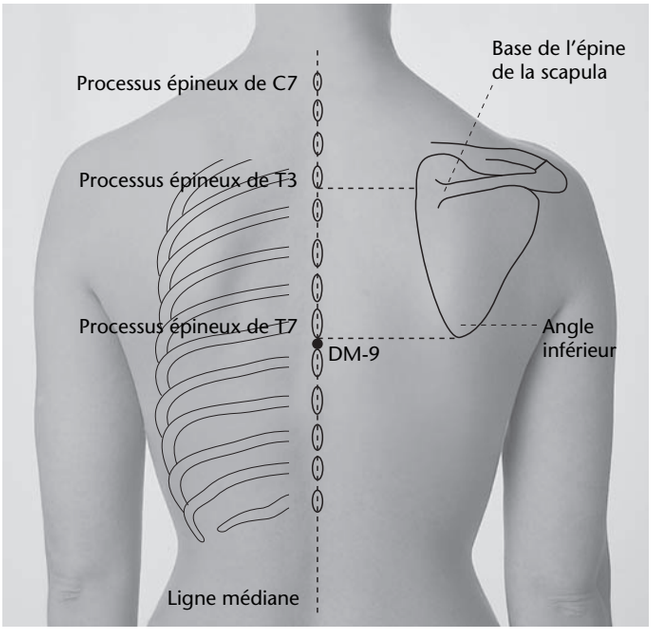






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Atteint le Yang ZHIYANG DM-9



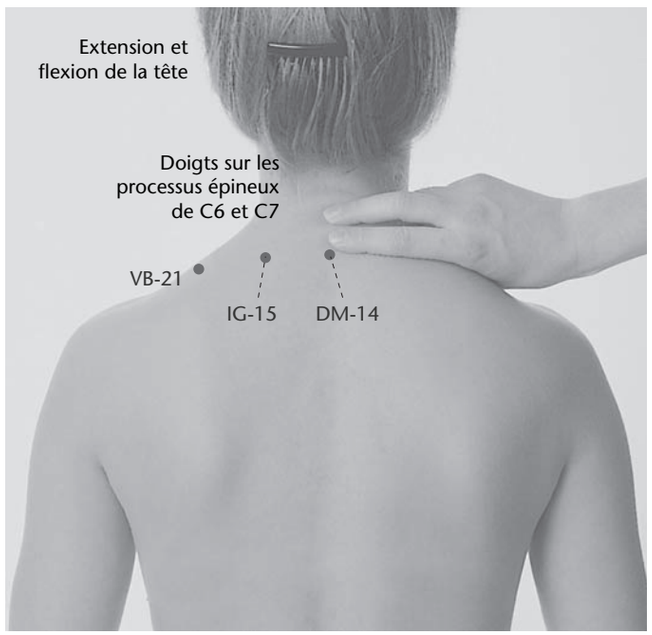
Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 7ème vertèbre thoracique (T7).

Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) puis **DM-9** en dessous de son processus épineux, sur la ligne médiane. **Ou** : localiser la ligne de Tuffier et L4 (→ 3.4.3). Remonter alors les processus épineux de L3 à L1 et de T12 à T7.

Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-17** et → **V-46** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

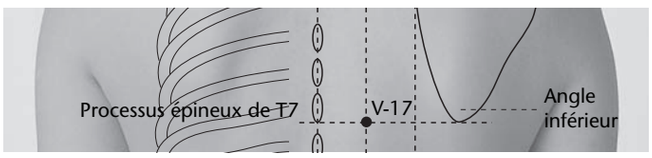


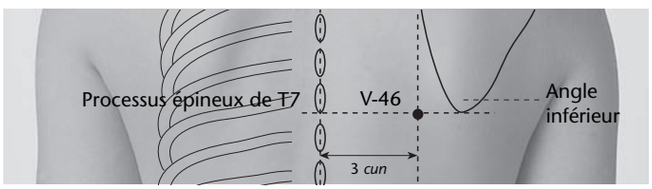
Insertion de l'aiguille

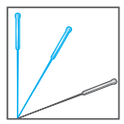
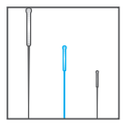
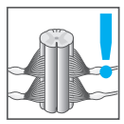
Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

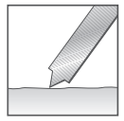
Actions/indications

- Renforce la Rate et ses fonctions de transformation de l'Humidité.
- Élimine la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Moyen.
- Harmonise le Réchauffeur Supérieur.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-10 *Tour de l'Esprit* LINGTAI

Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 6ème vertèbre thoracique (T6).

Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) puis **DM-10** sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T6. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1). On peut localiser **DM-10** en comptant 6 processus épineux vers le bas (T1-T6).

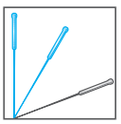
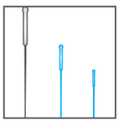
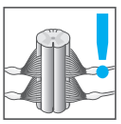
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-16** et → **V-45** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

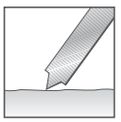
Insertion de l'aiguille

Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

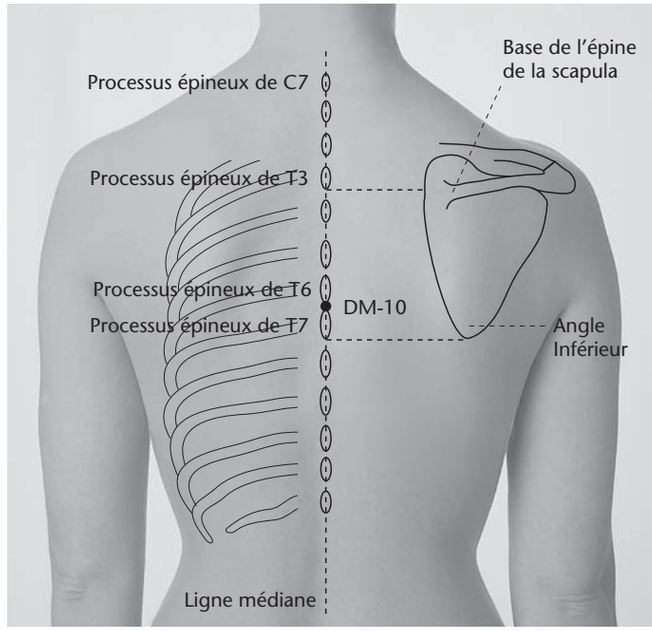
Actions/indications

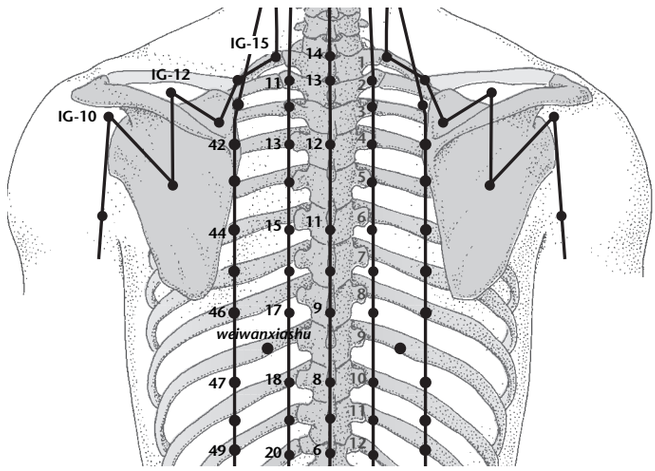
- Harmonise le Réchauffeur Supérieur.
- Élimine la Chaleur et le Feu poison.

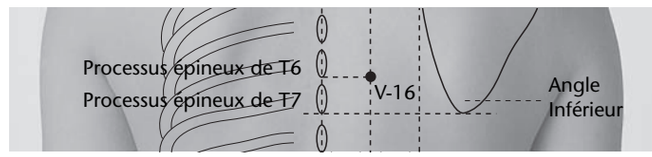




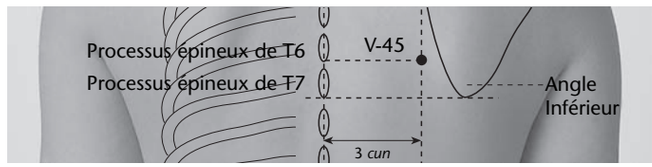






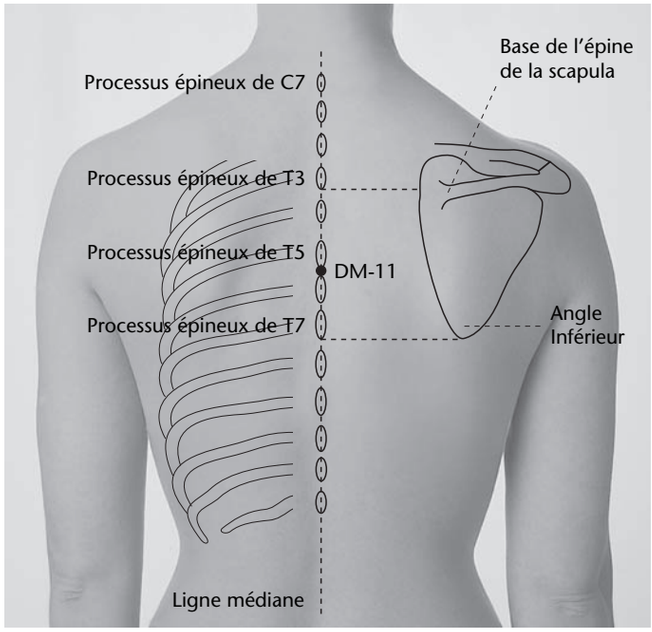






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Chemin de l'Esprit SHENDAO DM-11



Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 5ème vertèbre thoracique (T5).

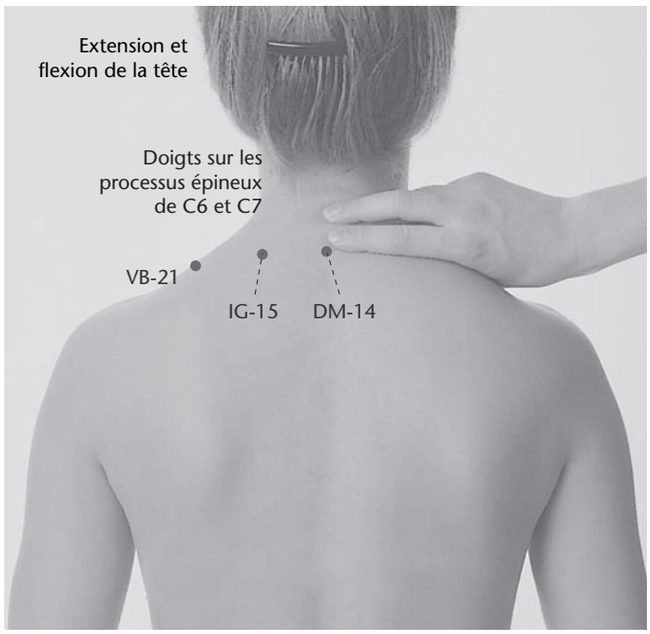
Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) puis compter 2 processus épineux vers le bas. **DM-11** se trouve sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T5. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1). On peut localiser **DM-11** en comptant 5 processus épineux vers le bas (T1-T5).

Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji***, → **V-15** et → **V-44** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

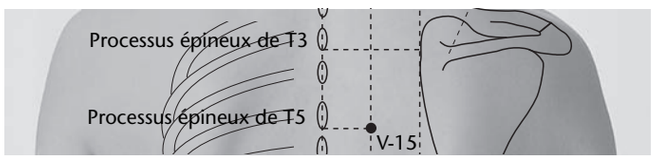
Insertion de l'aiguille

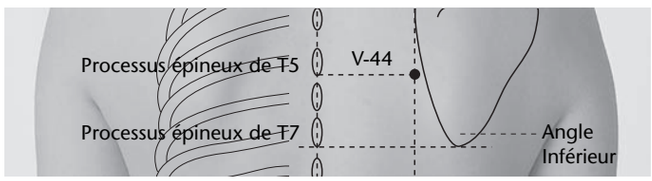
Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

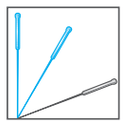
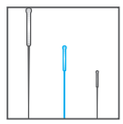
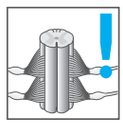


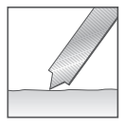
Actions/indications

- Tonifie le Cœur et le Poumon.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Chasse le Vent et la Chaleur.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-12 *Pilier du corps* SHENZHU

Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 3ème vertèbre thoracique (T3).

Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) puis compter 4 processus épineux vers le bas. **DM-12** se trouve sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de T3. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1). On peut localiser **DM-12** en comptant 3 processus épineux vers le bas (T1-T3).

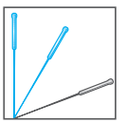
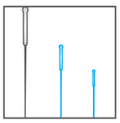
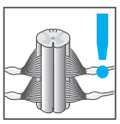
Au même niveau, on trouve un des points hors méridien → ***huatuojiaoji*, → V-13** et → **V-42** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

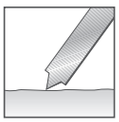
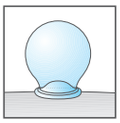
Insertion de l'aiguille

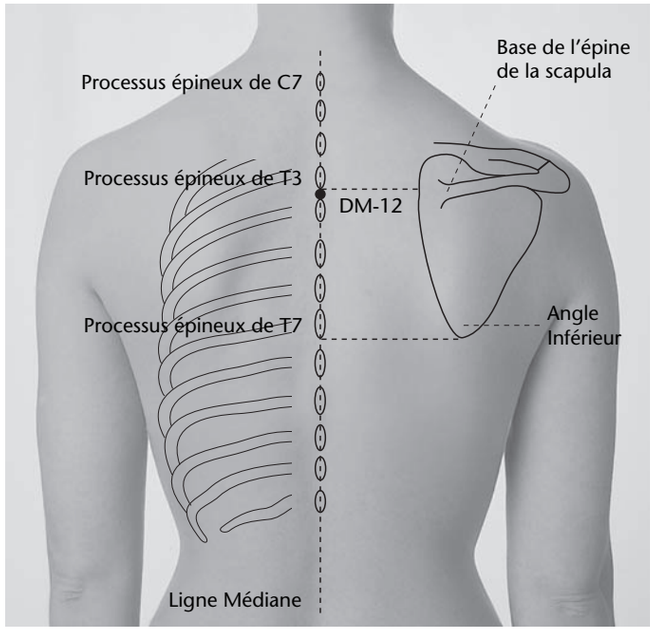
Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

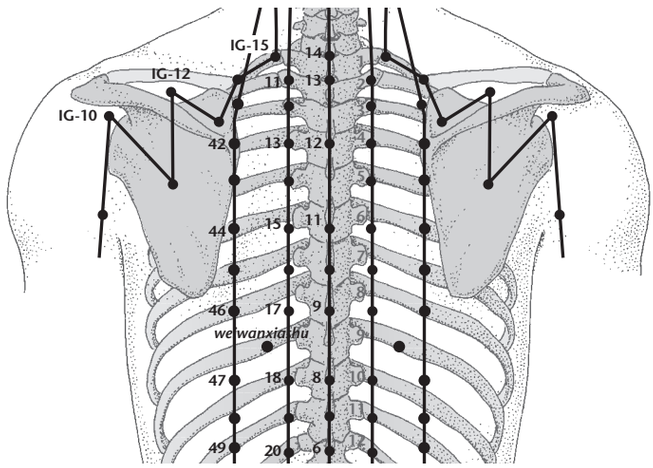
Actions/indications

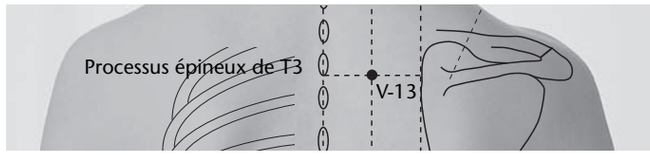
- Disperse le Vent interne et le Vent externe.
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Tonifie le Poumon.

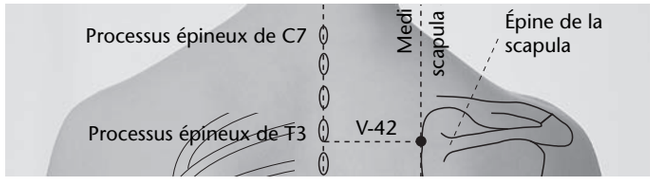




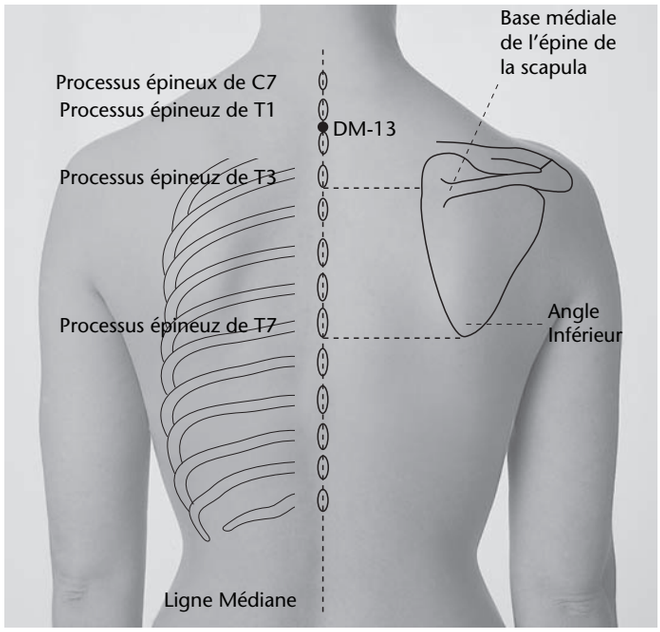






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Chemin du bonheur TAODAO DM-13



Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 1ère vertèbre thoracique (T1).

Comment le trouver

Localiser C7 (→ 3.4.2) puis trouver le processus épineux qui est juste en dessous (T1). **DM-13** se trouve sur la ligne médiane, en dessous de ce processus épineux. **Ou** : prendre C7 comme point de repère (→ 3.4.1).

Au même niveau, on trouve un des points hors méridien **→ *huatuojiaoji*, → V-11** et **→ IG-14** (respectivement 0,5/1,5/3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

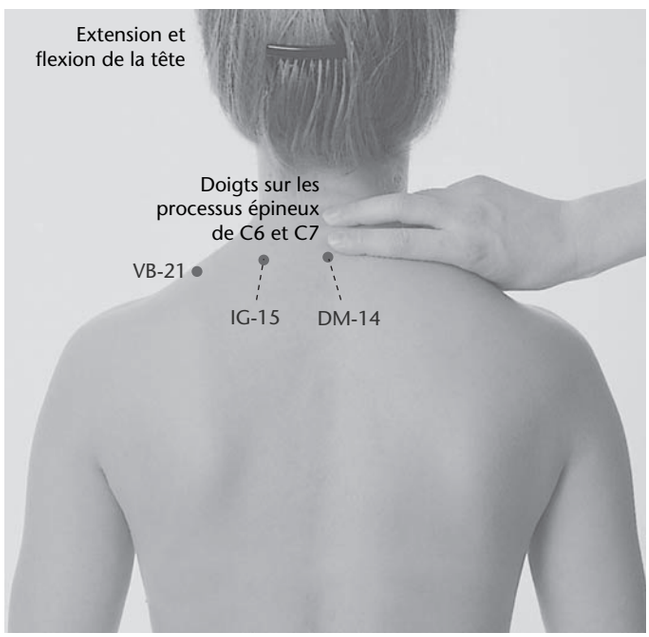
Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur.

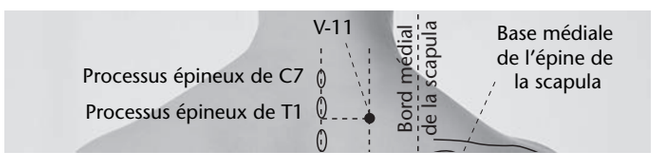
Actions/indications

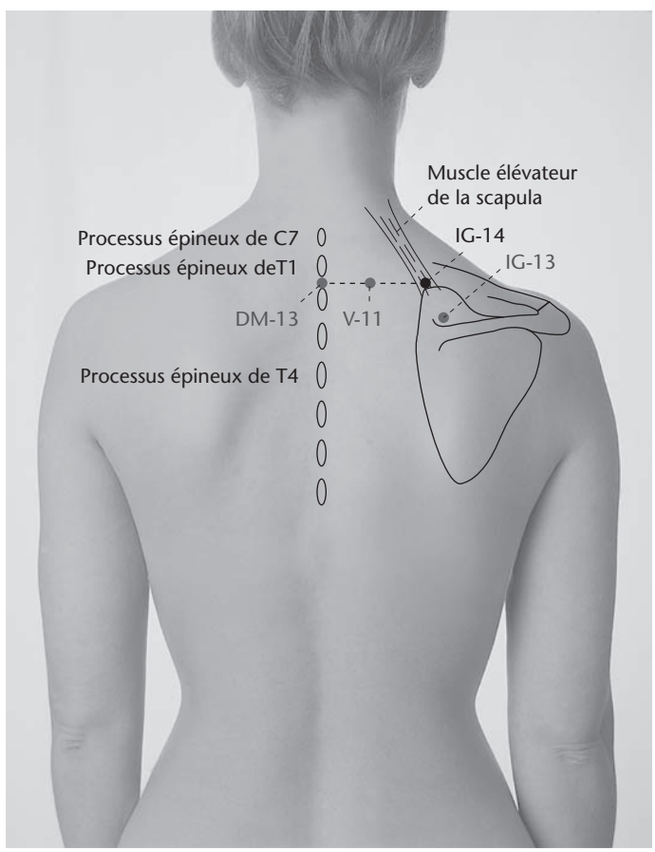
- Chasse les facteurs pathogènes.
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

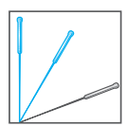
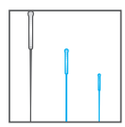
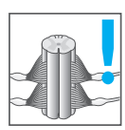
Caractéristiques particulières

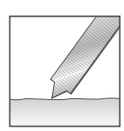
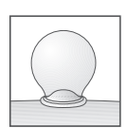
Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-14 *Grande vertébre* DAZHUI

Localisation

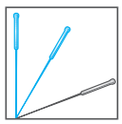
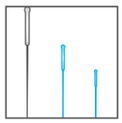
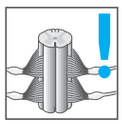
Sur la ligne médiane postérieure, en dessous du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale (C7).

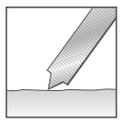
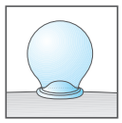
Comment le trouver

Commencer par trouver C7 (→ 3.4.1) : mettre 2 doigts sur les processus épineux que l'on pense être ceux de C6 et de C7, et demander au patient de bouger la tête d'avant en arrière. Lorsque la colonne vertébrale est pleinement fonctionnelle et que les doigts sont correctement positionnés, C6 glisse vers l'avant lorsque le cou est en extension alors que C7 reste fixe. Si la vertèbre située sous le doigt du dessus ne bouge pas lors de l'extension du cou, il est très probable que les doigts sont alors sur C7 et T1.
Localiser **DM-14** en dessous du processus épineux de C7.
Au même niveau, on trouve → ***dingchuan*** (point HM), → **IG-15** et → ***jiehexue*** (point HM) (respectivement 0,5/2/3,5 *cun* en dehors de **DM-14**).

Insertion de l'aiguille

Insertion exclusivement perpendiculaire à la peau ou légèrement oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur. En cas d'épistaxis persistant, mettre un objet froid (par exemple, une cuillère) ou un linge froid sur **DM-14**. Poser des ventouses sur ce point en cas de rhumes aigus.

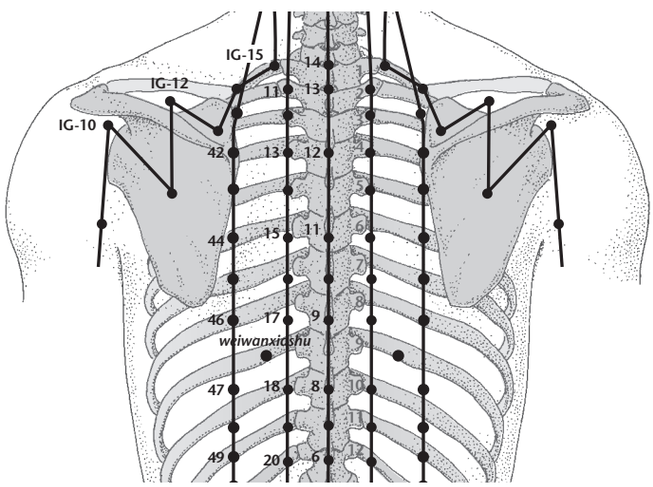



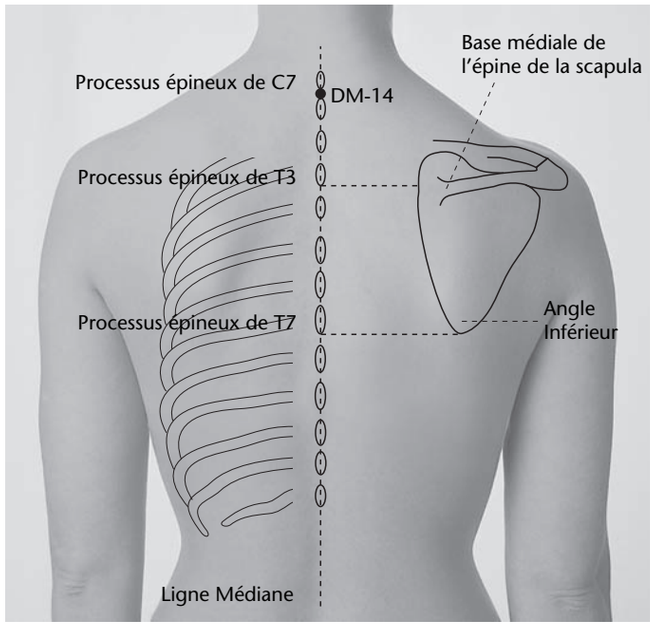

Actions/indications

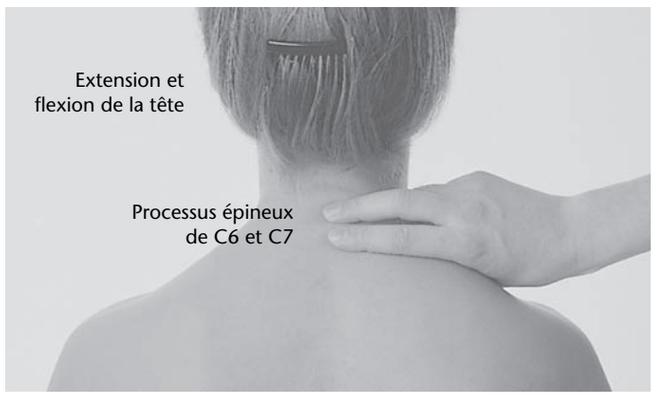
- Élimine le Vent, raffermit et régule l'extérieur, chasse les facteurs pathogènes.
- Élimine la Chaleur.
- Calme le Vent (interne) et apaise l'Esprit (*shen*).
- Renforce le Qi et le Yang dans les pathologies de type vide.
- A des effets bénéfiques sur la colonne vertébrale, surtout la colonne cervicale.

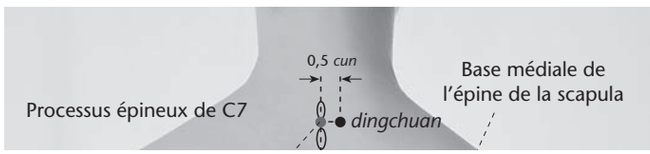
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec tous les méridiens Yang, point de la Mer du Qi.





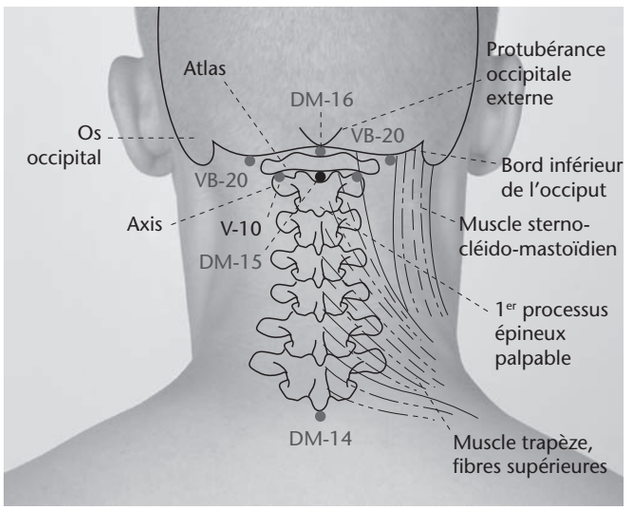






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte de la mutité YAMEN DM-15



Localisation

Sur l'occiput, sur la ligne médiane postérieure, dans le creux situé entre la 1ère vertèbre cervicale (l'atlas) et la 2ème vertèbre cervicale (l'axis), environ 0,5 *cun* en dessous de → **DM-16** (directement en dessous de la protubérance occipitale externe).

Comment le trouver

La protubérance occipitale externe (→ 3.1.5) forme une sorte de bosse sur la face postérieure de l'os occipital, sur la ligne médiane, légèrement au-dessus de la jonction cranio-cervicale (→ 3.1.5). → **DM-16** se trouve dans une dépression que l'on peut sentir sur la ligne médiane postérieure, juste en dessous de la protubérance. De là, faire glisser le doigt 0,5 *cun* vers le bas et localiser **DM-15** au-dessus du 1er processus épineux palpable (celui de l'axis ; l'atlas ne possède pas de processus épineux), environ 0,5 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux. Au même niveau, on trouve → **V-10** (sur la face latérale du muscle trapèze).

Insertion de l'aiguille

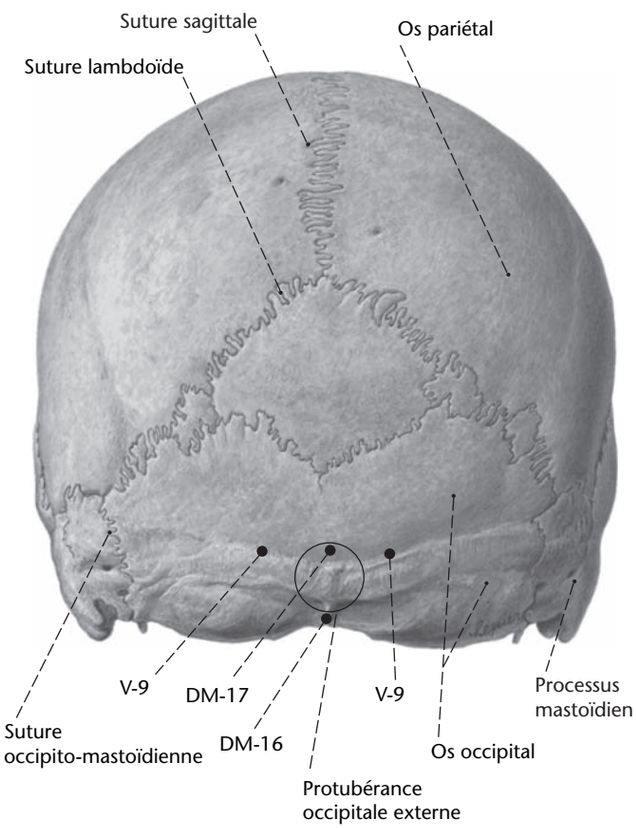
Insertion exclusivement perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas. Attention : risque de lésion de la moelle cervicale. Selon certains classiques, la moxibustion est interdite sur ce point.

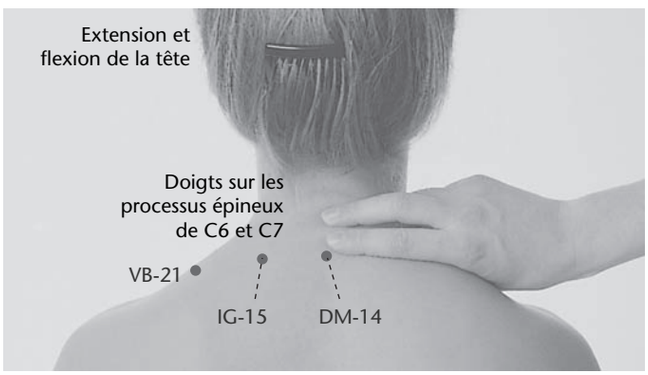
Actions/indications

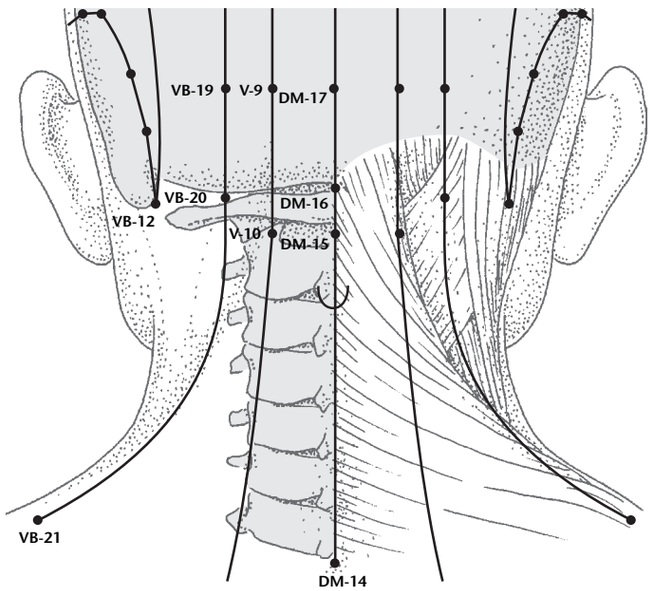
- A des effets bénéfiques sur la langue.
- Chasse le Vent.
- Élimine la Chaleur ou la plénitude Yang.

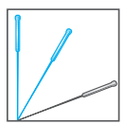
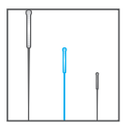
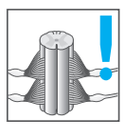
Caractéristiques particulières

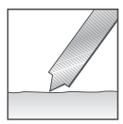
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*), point de la Mer du Qi.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-16 *Palais du vent* FENGFU

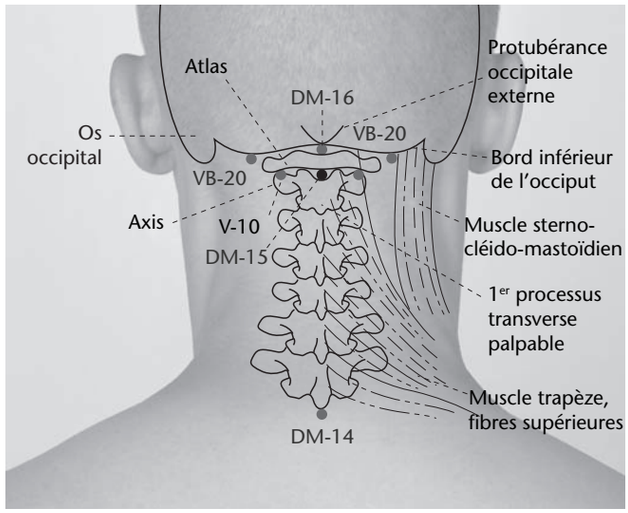
Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, directement en dessous de la protubérance occipitale externe, dans la dépression qui se trouve à la naissance du muscle trapèze.

Comment le trouver

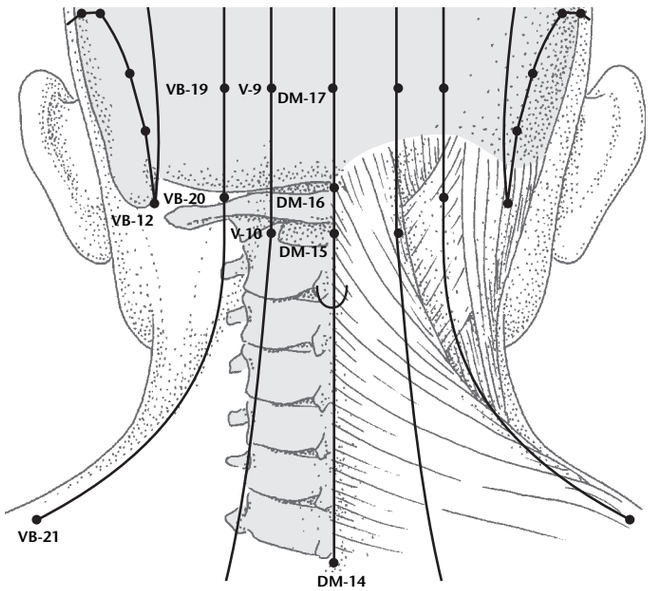
La protubérance occipitale externe (→ 3.1.5) forme une sorte de bosse sur la face postérieure de l'os occipital, sur la ligne médiane, légèrement au-dessus de la jonction cranio-cervicale (→ 3.1.5). **DM-16** se trouve dans une dépression sur l'on peut sentir sur la ligne médiane postérieure, juste en dessous de la protubérance et entre les deux départs du muscle trapèze. Généralement, **DM-16** se trouve environ 1 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux.

Au même niveau, en dessous de l'occiput, on trouve → **VB-20**, dans une dépression située entre les origines du muscle sterno-cléido-mastoïdien et du muscle trapèze.



Insertion de l'aiguille

Insertion légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* dirigée légèrement vers le bas. Demander au patient de baisser un peu la tête. Attention : une insertion d'aiguille profonde sur ce point est dangereuse ! Ne pas stimuler ce point. Une insertion dirigée vers le haut est strictement interdite sous peine de piquer la citerne cérébello-médullaire (c'est aussi l'endroit de la ponction sous-occipitale). Il faut insérer l'aiguille dans le ligament nuchal. Selon certains auteurs, la moxibustion est interdite sur ce point.

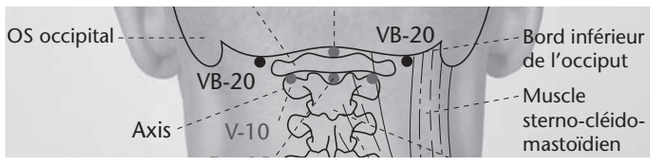


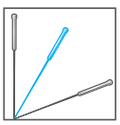
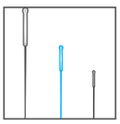
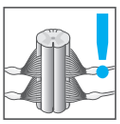
Actions/indications

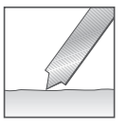
- Chasse le Vent (externe).
- Calme le Vent interne et apaise l'Esprit (*shen*).
- Nourrit la Mer de la Moelle, redonne de la vivacité à l'Esprit (*shen*).

Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) et, selon certains auteurs, avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*). Point de la Mer de la Moelle, point Fenêtre du Ciel, point des fantômes de Sun Si Miao. Point utilisé pour tous les troubles engendrés par le Vent, que celui-ci soit interne ou externe, lorsqu'ils se caractérisent par une apparition soudaine, un changement de localisation et/ou d'intensité, et des mouvements involontaires.



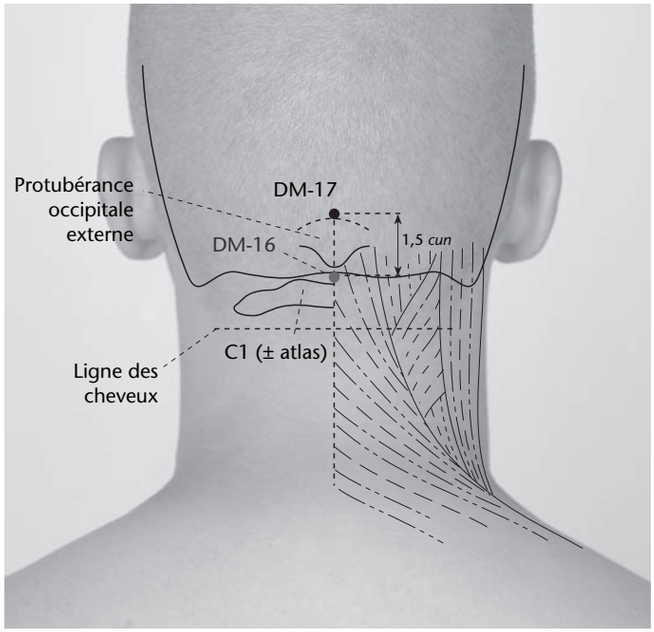








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du cerveau NAOHU DM-17



Localisation

Dans une dépression au-dessus de la protubérance occipitale externe, environ 2,5 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux ou 1,5 *cun* en dehors de → **DM-16**.

Comment le trouver

Commencer par localiser la protubérance occipitale externe (→ 3.1.5), qui forme une sorte de bosse sur la face postérieure de l'os occipital, sur la ligne médiane, légèrement au-dessus de la jonction cranio-cervicale (→ 3.1.5). **DM-17** se trouve sur la ligne médiane postérieure, dans une dépression au-dessus de cette protubérance, soit environ 2,5 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux (→ 3.1.5).

→ **DM-16** se trouve juste en dessous de la protubérance occipitale externe alors que → **V-9** est situé 1,3 *cun* en dehors de **DM-17**.

Insertion de l'aiguille

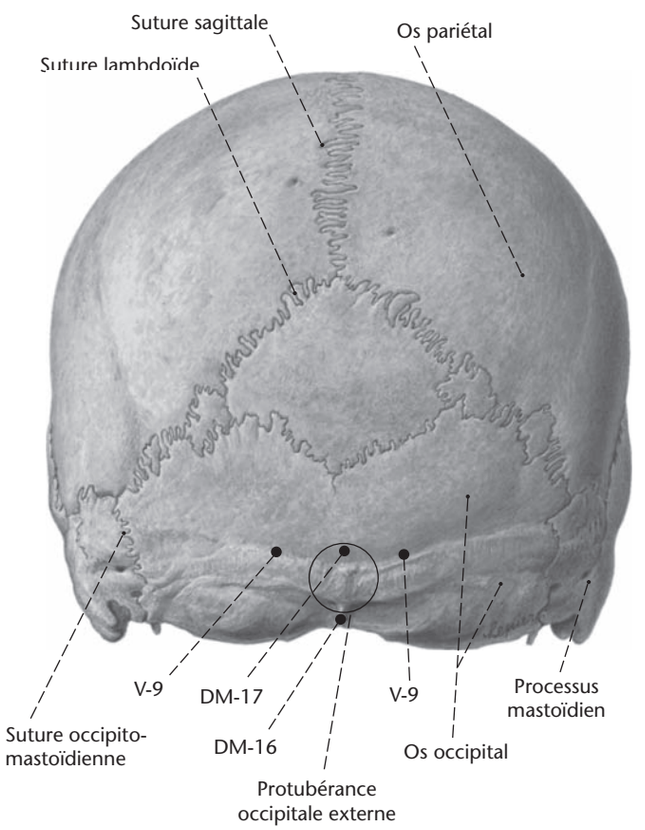
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le bas ou vers le haut. La moxibustion sur ce point est sujet à controverse.

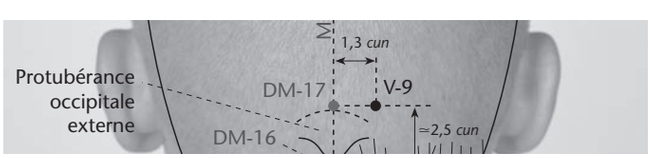
Actions/indications

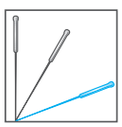
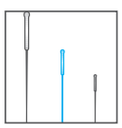
- Chasse le Vent.
- Ouvre le méridien.
- A des effets bénéfiques sur les yeux.
- Calme l'Esprit (*shen*).

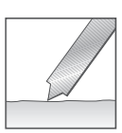
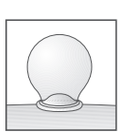
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec le méridien de la Vessie.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-18 *Espace inflexible* QIANGJIAN

Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, 1,5 *cun* au-dessus de → **DM-17** (directement au-dessus de la protubérance occipitale externe) ou 3 *cun* en dessous de → **DM-20** (sur le vertex).

Comment le trouver

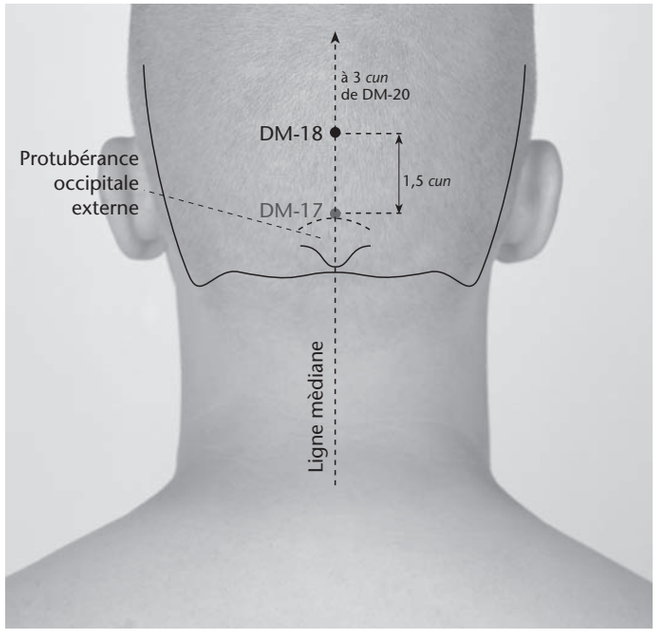
Commencer par localiser → **DM-17** dans la dépression qui est juste au-dessus de la protubérance occipitale externe (→ 3.1.5), qui forme une sorte de bosse sur la face postérieure de l'os occipital. De là, faire glisser le doigt en direction supérieure et localiser **DM-18** sur la ligne médiane postérieure.
→ **DM-20** se trouve 3 *cun* au-dessus, sur le vertex.

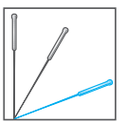
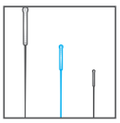
Insertion de l'aiguille

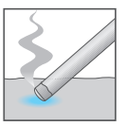
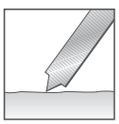
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

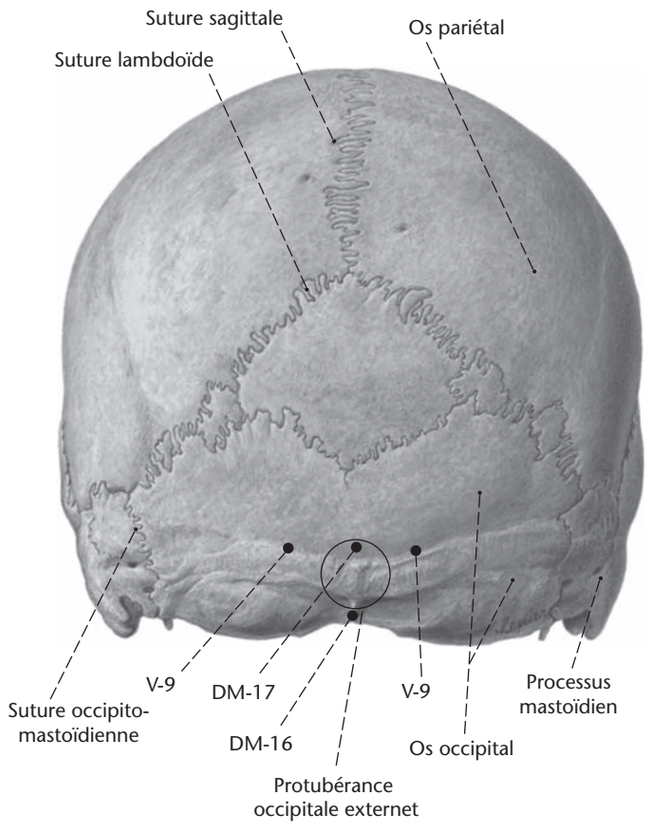
- Chasse le Vent, surtout le Vent interne.
- Ouvre le méridien.
- Calme l'Esprit (*shen*).

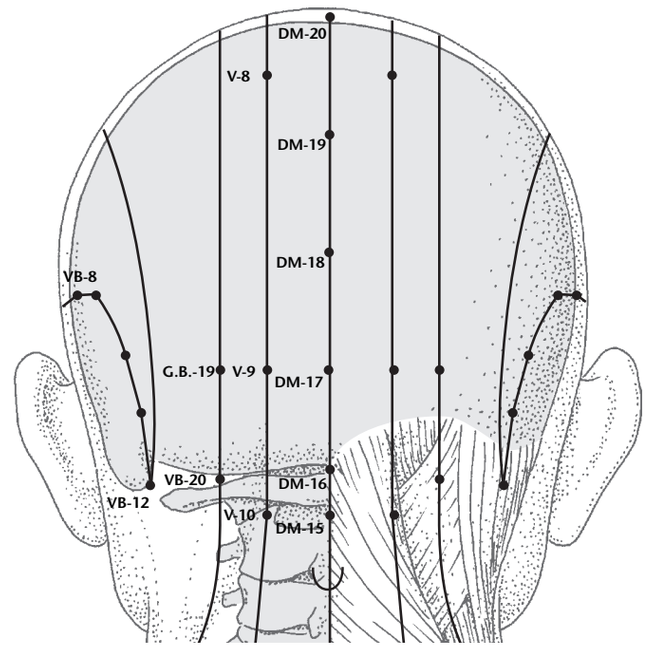


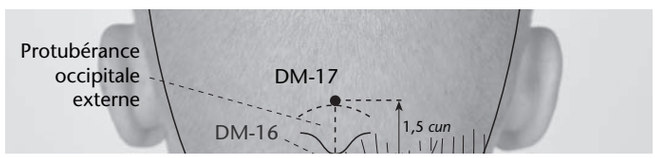





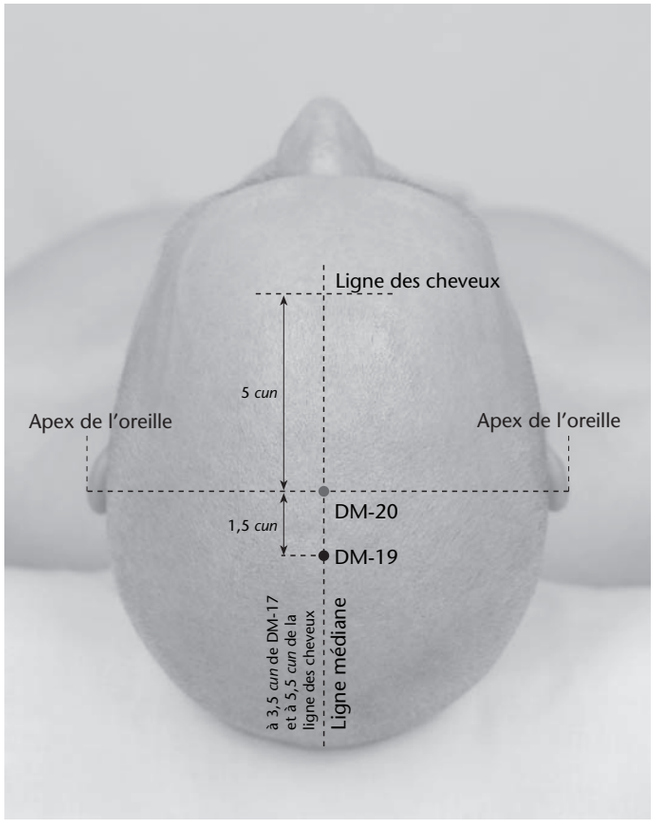


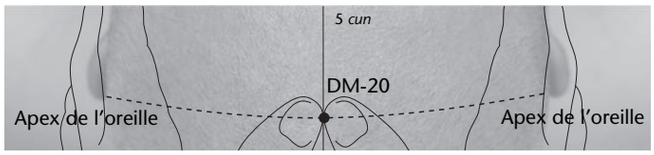




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Derrière la couronne HOUDING DM-19





Localisation

Sur la ligne médiane postérieure, 3 *cun* au-dessus de → **DM-17** (directement au-dessus de la protubérance occipitale externe) ou 1,5 *cun* en arrière de → **DM-20**.

Comment le trouver

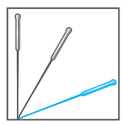
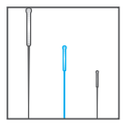
On localise généralement ce point en prenant → **DM-20** comme point de repère (à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles). **DM-19** se trouve 1,5 *cun* en arrière de → **DM-20**. **Ou** : commencer par localiser → **DM-17**, au-dessus de la protubérance occipitale externe (→ 3.1.5), puis localiser **DM-19** sur la ligne médiane, 3 *cun* au-dessus de → **DM-17**.

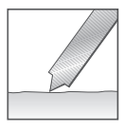
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Chasse le Vent.
- Ouvre le méridien.
- Calme l'Esprit (*shen*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-20 *Les cent réunions* BAIHUI

Localisation

À l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles, 5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux ou 7 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux.

Comment le trouver

Technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : mettre les mains de chaque côté de la tête, les auriculaires étant sur l'apex des oreilles. Faire se rejoindre les pouces sur la ligne médiane et localiser **DM-20** dans une légère dépression située sur le vertex de la tête (autre possibilité : utiliser un ruban élastique). La contrepartie symbolique de **DM-20** (point le plus haut du corps qui est en contact avec le ciel) est → **Rn-1**, point le plus bas du corps qui est en contact avec la terre.

Insertion de l'aiguille

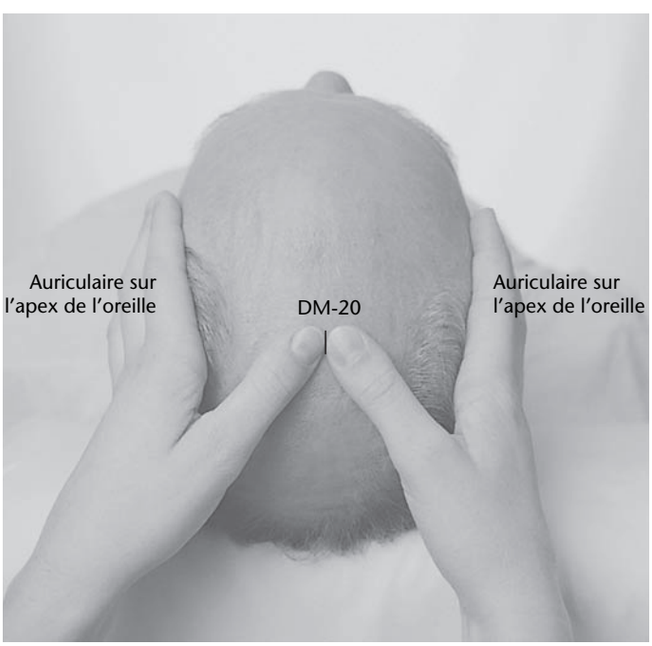
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun* vers l'arrière (en cas de dispersion) ou vers l'avant (en cas de tonification). Attention : appuyer fortement sur les points de la tête après avoir retiré l'aiguille pour éviter qu'ils ne saignent. Ne pas oublier d'enlever l'aiguille après le traitement.

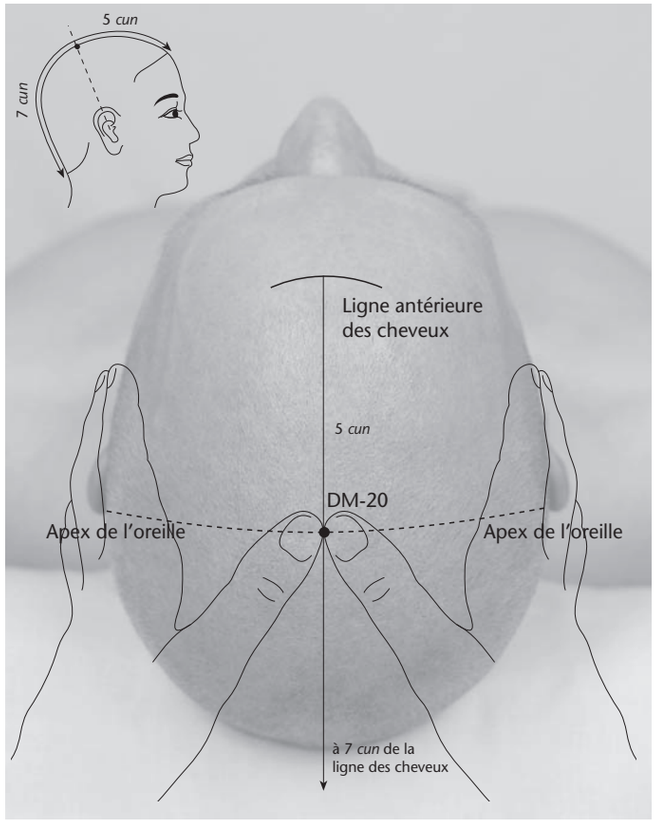
Actions/indications

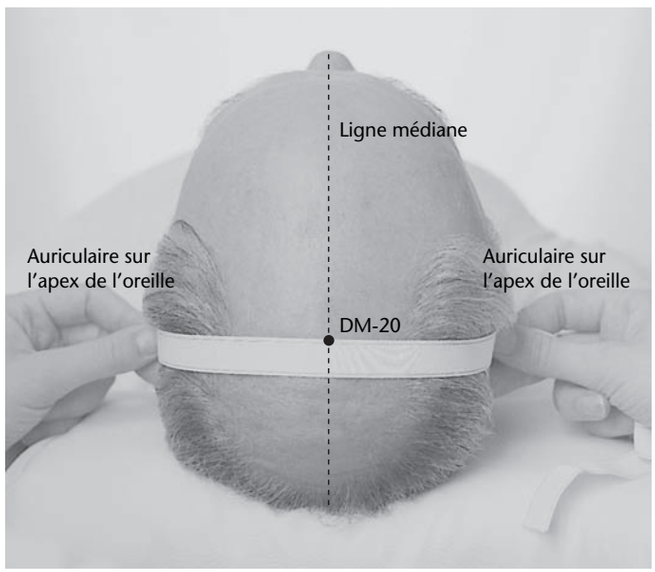
- Pacifie le Vent, soumet le Yang, a des effets bénéfiques sur le Cerveau et les organes des sens, calme l'Esprit (*shen*).
- Nourrit la Mer de la Moelle ; lui appliquer des moxas fait monter le Yang.

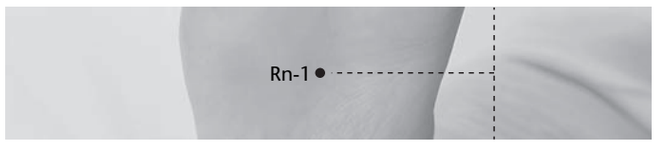
Caractéristiques particulières

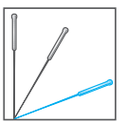
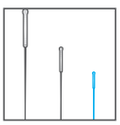
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, du Triple Réchauffeur et du Foie ; point de la Mer de la Moelle. Point important pour faire descendre le Yang (avec la technique de dispersion) ou pour le faire monter (avec la technique de tonification et les moxas).

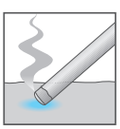
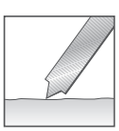
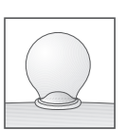






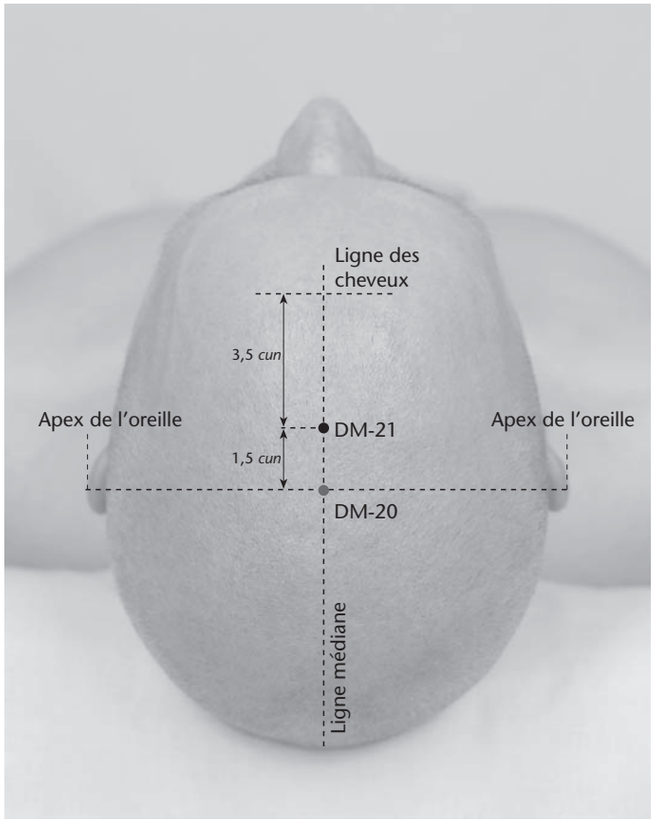



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Devant la couronne QIANDING DM-21



Localisation

Sur la ligne médiane, 3,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux et 1,5 *cun* en avant de → **DM-20**.

Comment le trouver

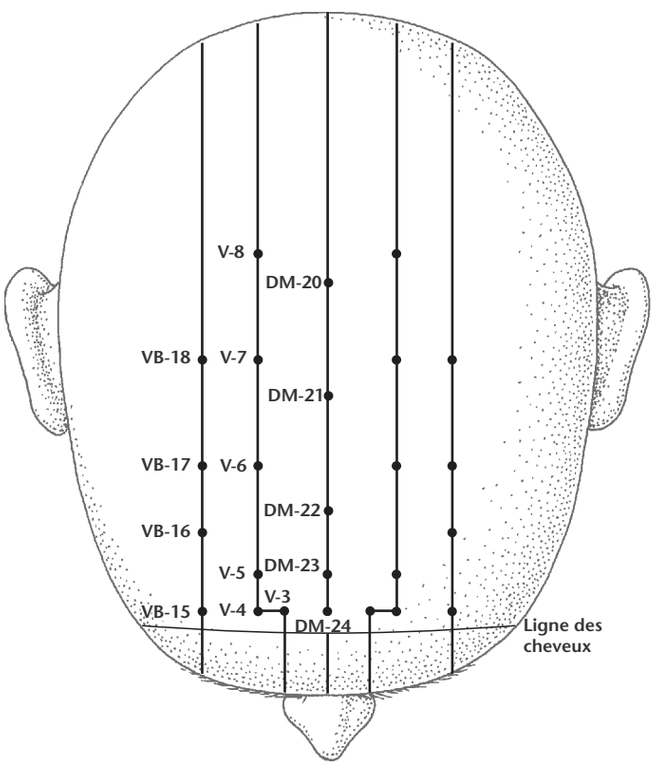
Commencer par localiser **DM-20** (à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles) et de là, mesurer 1,5 *cun* vers l'avant. **Ou** : localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1 ; la distance qui sépare la ligne antérieure des cheveux et → **DM-20** est de 5 *cun*) et déplacer le doigt 3,5 *cun* vers le haut/l'arrière. C'est là que se trouve **DM-21**, sur la ligne médiane.

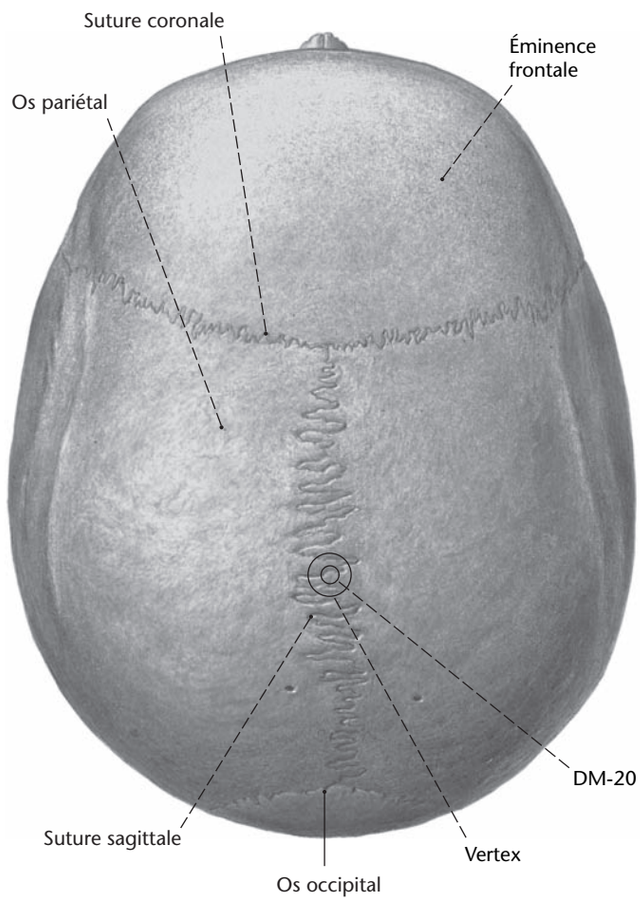
Insertion de l'aiguille

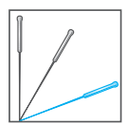
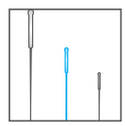
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun*. Prudence avec les enfants dont la fontanelle n'est pas encore fermée. Moxibustion possible.

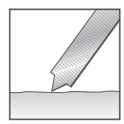
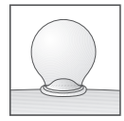
Actions/indications

- Chasse le Vent et l'Humidité.
- Ouvre le méridien.
- Calme l'Esprit (*shen*).






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-22 *Réunion de la fontanelle* XINHUI

Localisation

Sur la ligne médiane, 2 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.

Comment le trouver

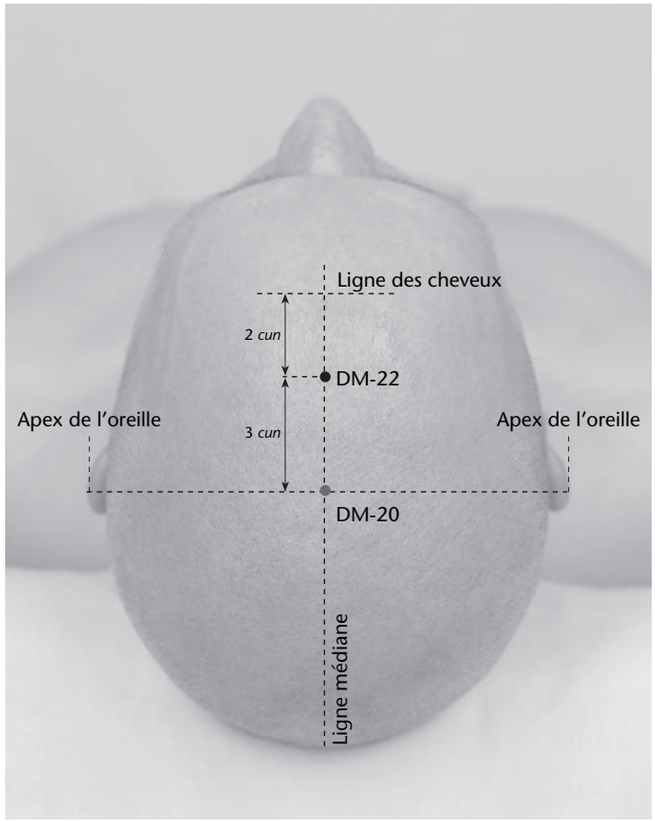
Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1) et de là, déplacer le doigt 2 *cun* vers le haut. C'est là que se trouve **DM-22**, sur la ligne médiane. Point de repère : la distance entre la ligne antérieure des cheveux et → **DM-20** est de 5 *cun*. **Ou** : à partir de → **DM-20** (à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles), mesurer 3 *cun* vers l'avant et localiser **DM-22**, sur la ligne médiane.

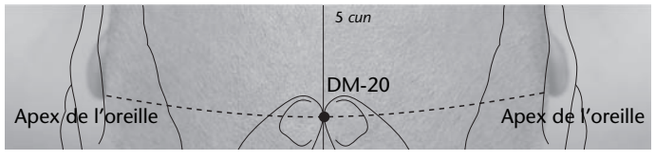
Insertion de l'aiguille

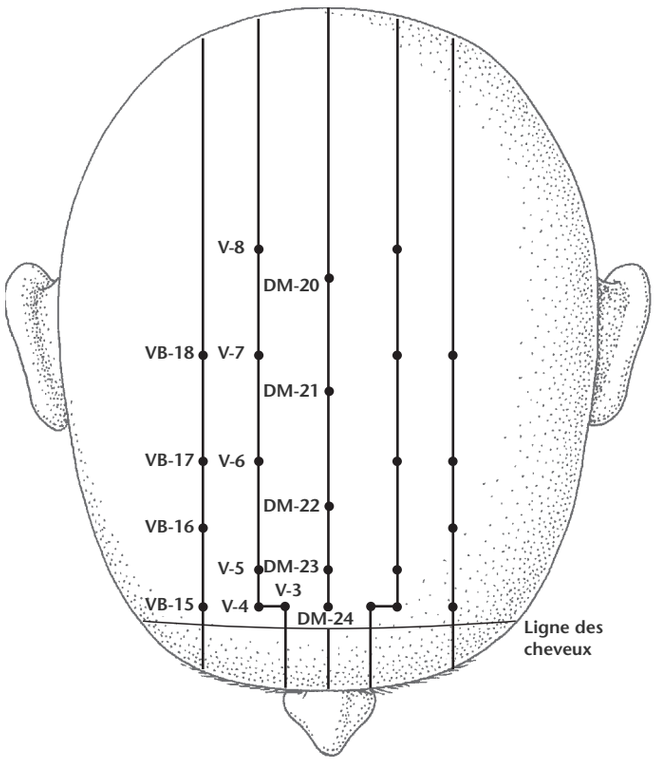
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 à 1 *cun*. Prudence avec les enfants dont la fontanelle n'est pas encore fermée (**DM-22** se trouve au bord antérieur de la fontanelle). Moxibustion possible.

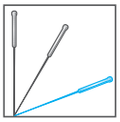
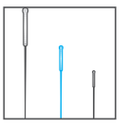
Actions/indications

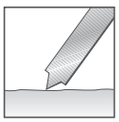
- Chasse le Vent.
- Calme l'Esprit (*shen*).







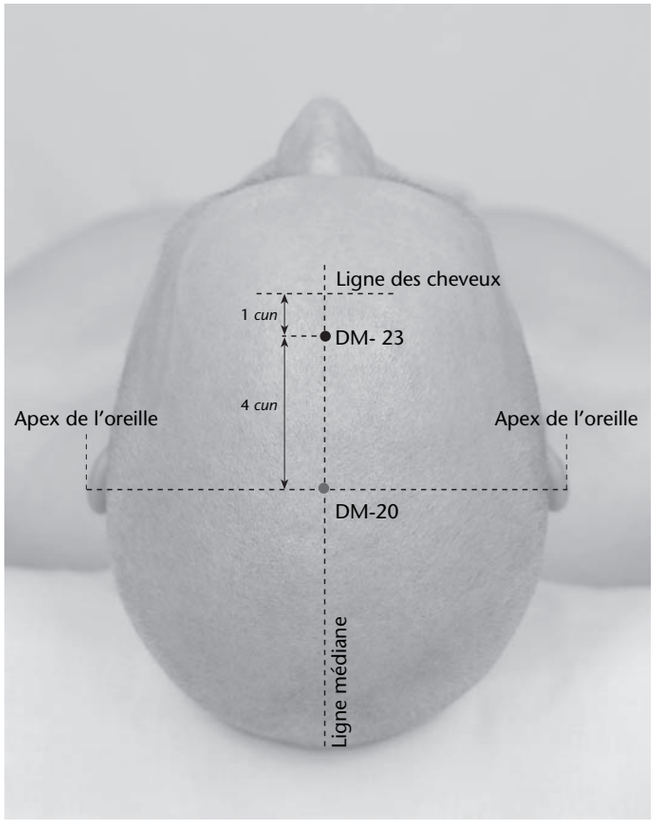





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Étoile la plus haute SHANGXING DM-23



Localisation

Sur la ligne médiane, 1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 4 *cun* en avant de ➞ **DM-20**.

Comment le trouver

Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (➞ 3.1.1) et de là, déplacer le doigt 1 *cun* vers le haut. C'est là que se trouve **DM-23**, sur la ligne médiane. Point de repère : la distance entre la ligne antérieure des cheveux et ➞ **DM-20** est de 5 *cun*.

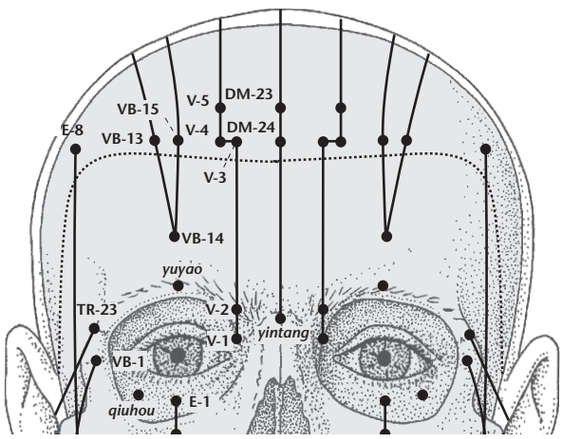
Au même niveau, on trouve ➞ **V-5** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

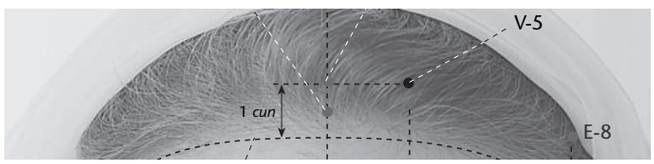
Insertion de l'aiguille

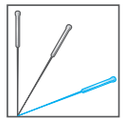
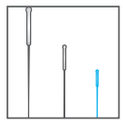
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 0,5 *cun*. Moxibustion possible.

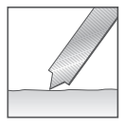
Actions/indications

- Chasse les facteurs pathogènes du nez (surtout le Vent et la Chaleur).
- Chasse les facteurs pathogènes de la face (surtout la Chaleur).
- Calme l'Esprit (*shen*).







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-24 *Cour de l'Esprit* SHENTING

Localisation

Sur la ligne médiane, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 4,5 *cun* en avant de → **DM-20**.

Comment le trouver

Commencer par localiser la ligne antérieure des cheveux (→ 3.1.1) et de là, déplacer le doigt 0,5 *cun* vers le haut. C'est là que se trouve **DM-23**, sur la ligne médiane. Point de repère : la distance entre la ligne antérieure des cheveux et → **DM-20** (à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles) est de 5 *cun*.

Au même niveau (0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **V-3** (au-dessus du canthus interne de l'œil), → **V-4** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **VB-15** (sur la ligne verticale qui passe par la pupille ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **VB-13** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

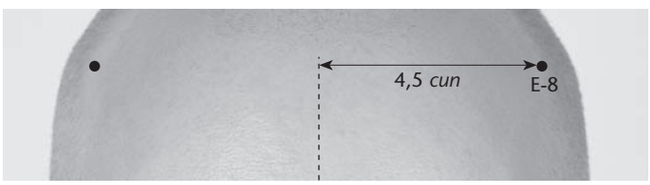
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,3 à 0,5 *cun*. Moxibustion possible.

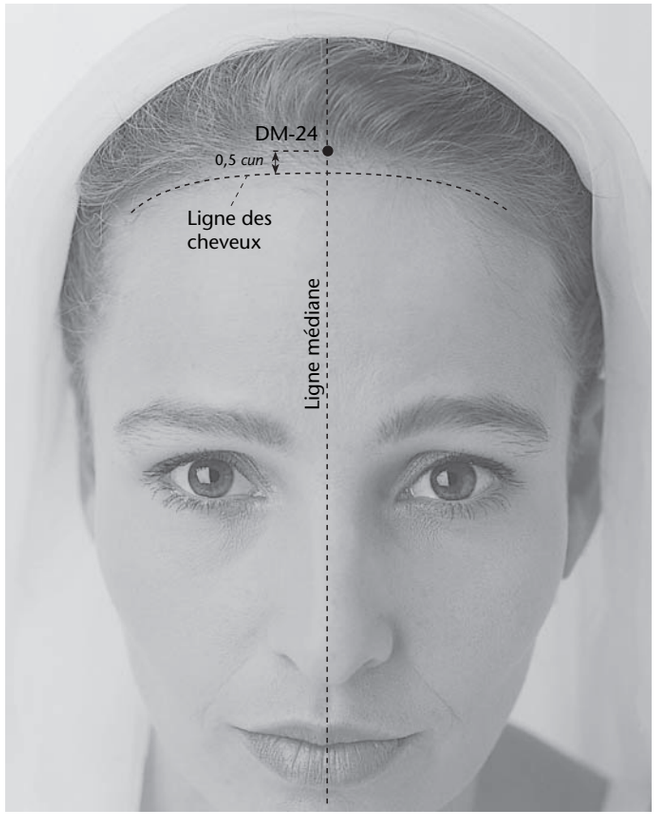
Actions/indications

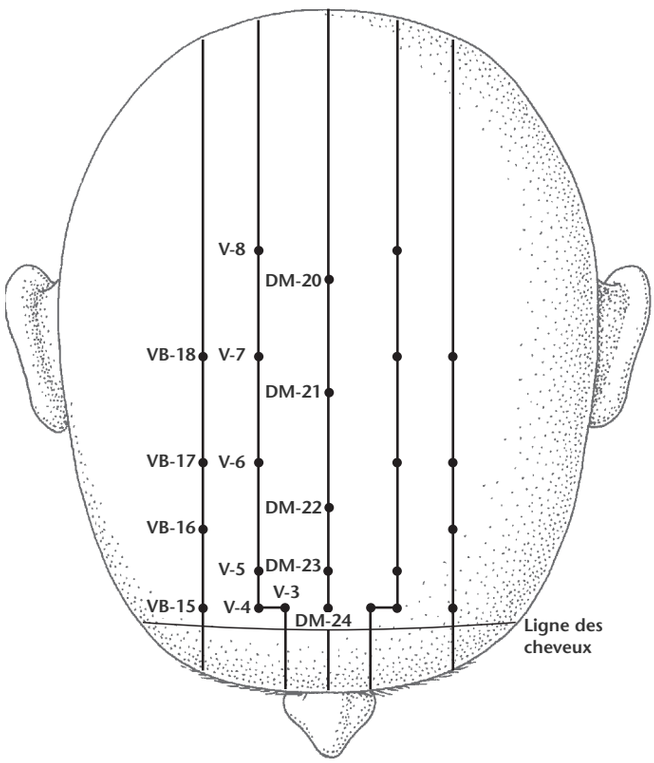
- Calme l'Esprit (*shen*).
- Chasse le Vent (interne).
- Élimine les facteurs pathogènes des yeux et du nez.

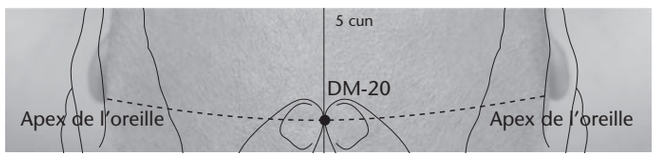
Caractéristiques particulières

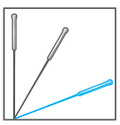
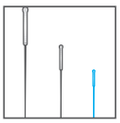
Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens de la Vessie et de l'Estomac. Un des points majeurs pour calmer l'Esprit (*shen*).

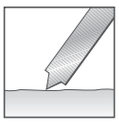










Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Crevasse blanche SULIAO DM-25



Localisation

Dans une dépression située au bout du nez.

Comment le trouver

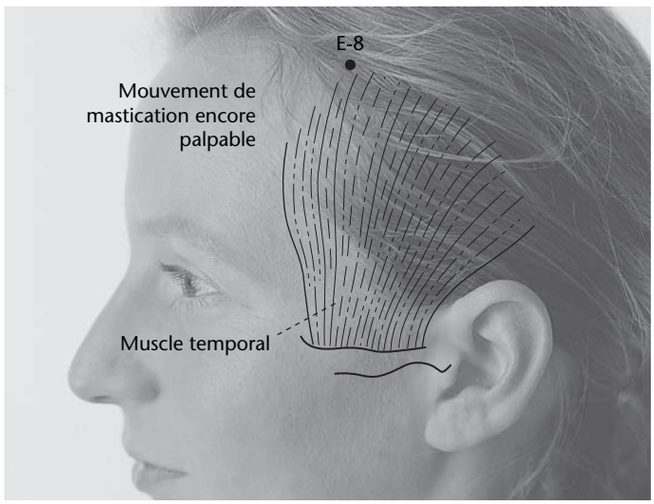
Comme son nom l'indique, **DM-25** est situé dans une dépression que l'on peut généralement sentir facilement au bout du nez.

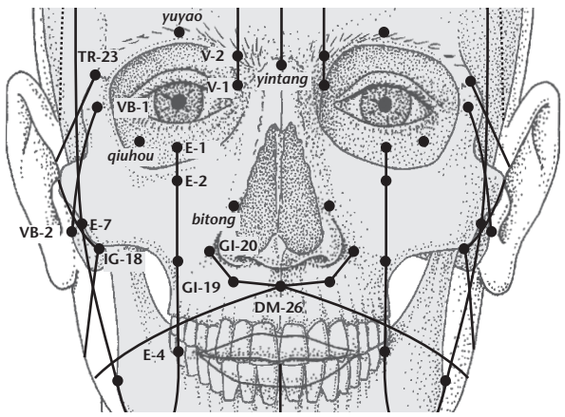
Insertion de l'aiguille

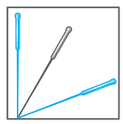
Insertion perpendiculaire de 0,2 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée) jusqu'à 1 *cun* dirigée vers le haut. Ou piquer et faire saigner. La moxibustion sur ce point est sujet à controverse.

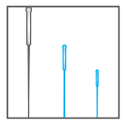
Actions/indications

- A des effets bénéfiques sur le nez.



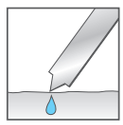
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

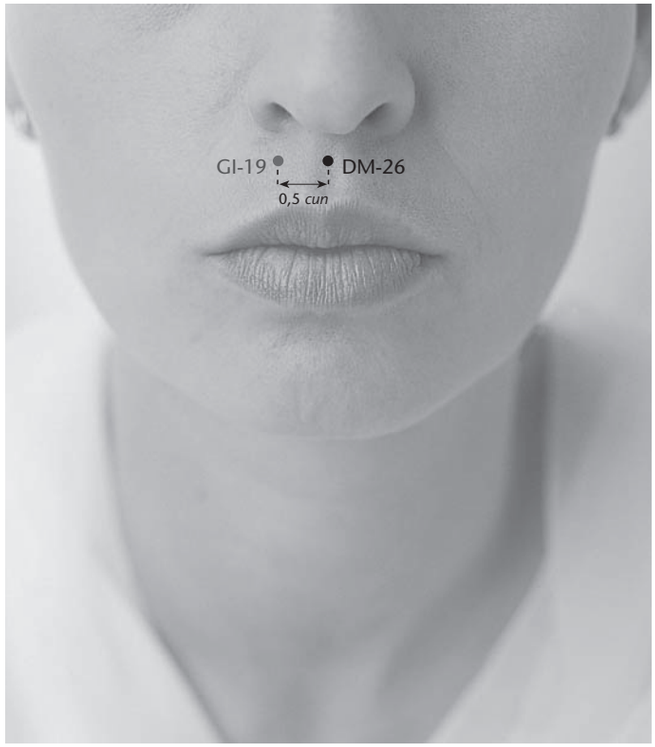
DM-26 *Centre de l'homme* RENZHONG

Localisation

En dessous du nez, au tiers supérieur du philtrum. Remarque : ce point est aussi appelé *shuigou* (Fossé d'eau).

Comment le trouver

Localiser le philtrum, sillon marqué qui se trouve sur la ligne médiane, entre la base du nez et le bord de la lèvre supérieure. **DM-26** est légèrement au-dessus du milieu du philtrum.
Au même niveau, on trouve → **GI-19**, 0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane.



Insertion de l'aiguille

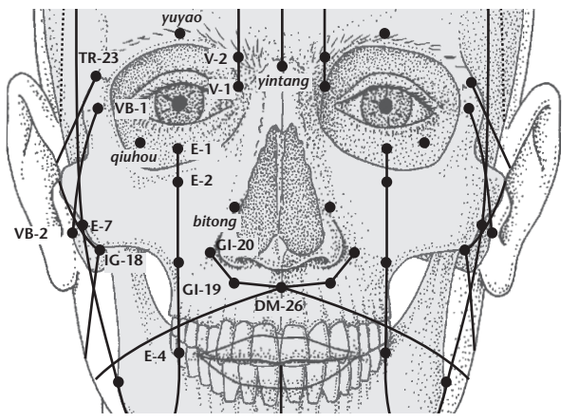
Insertion oblique de 0,3 à 0,5 *cun* dirigée vers le haut. Attention : piquer ce point peut être douloureux.

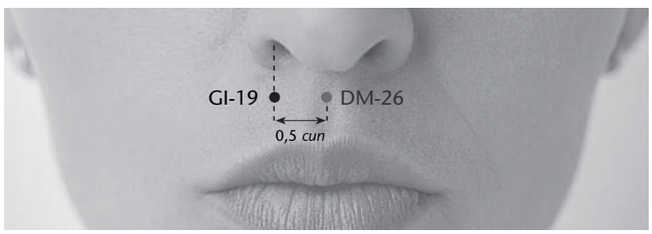
Actions/indications

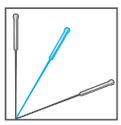
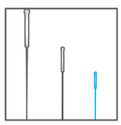
- Restaure la conscience.
- A des effets bénéfiques sur la face et le nez, élimine le Vent (externe).
- A des effets bénéfiques sur la colonne vertébrale.

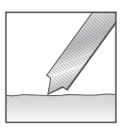
Caractéristiques particulières

Point de croisement (*jiaohui*) avec les méridiens du Gros Intestin et de l'Estomac, point des fantômes de Sun Si Miao. Point important en cas d'urgence. Piquer et disperser fortement. En l'absence d'aiguilles d'acupuncture, utiliser une autre aiguille ou appuyer fortement sur ce point avec l'ongle du pouce ou de l'index tout en maintenant le menton du patient avec la même main. On peut l'utiliser en cas de collapsus dû à la pose d'aiguilles d'acupuncture, après les avoir toutes enlevées.





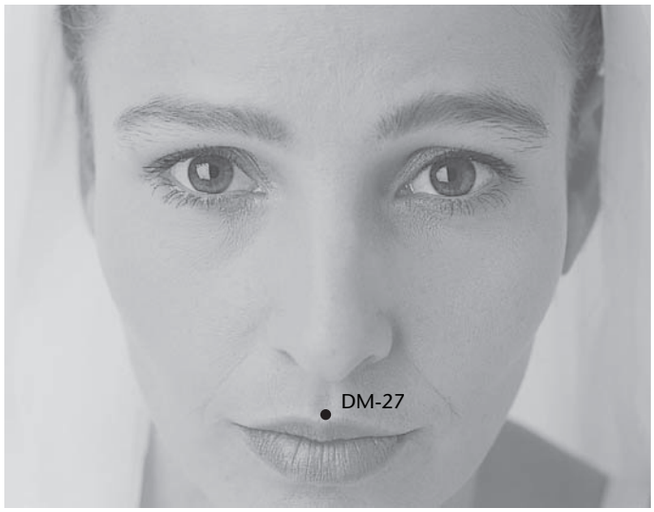





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Extrémité de la bouche DUIDUAN P-27



Localisation

Sur la ligne médiane, au bord de la lèvre supérieure et du philtrum.

Comment le trouver

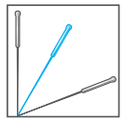
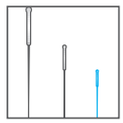
Conseil pour le localiser : comme son nom l'indique, **DM-27** est situé sur la ligne médiane, à la jonction de la lèvre supérieure et du philtrum.

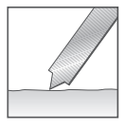
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique jusqu'à 0,3 *cun* dirigée vers le haut. Pas de moxibustion.

Actions/indications

- Élimine la Chaleur.
- Humidifie le corps.
- Point local pour la bouche.
- Calme l'Esprit (*shen*).

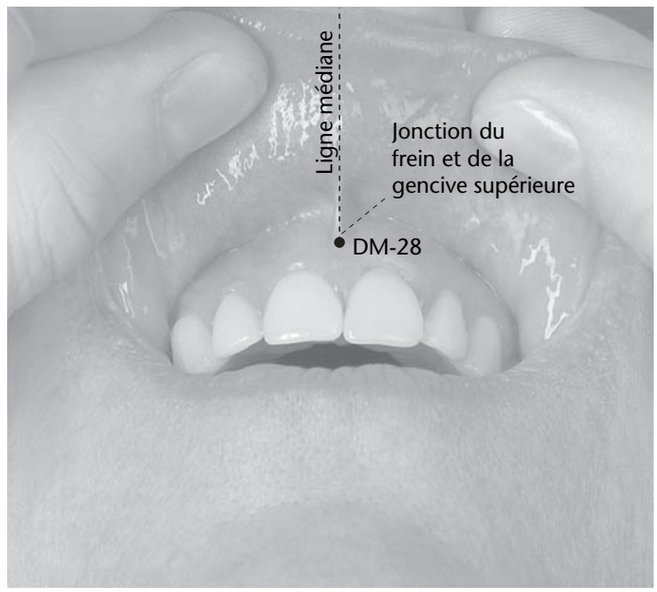


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DM-28 *Intersection des gencives* YINJIAO

Localisation
Sur la face interne de la lèvre supérieure, à la jonction du frein de la lèvre et de la gencive supérieure.

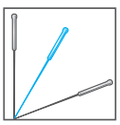
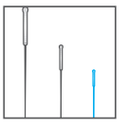
Comment le trouver
Relever le bord de la lèvre supérieure de façon à ce que le frein de la lèvre et la gencive supérieure soient visibles. Localiser **DM-28** sur la ligne médiane, à la jonction du frein de la lèvre et de la gencive supérieure.

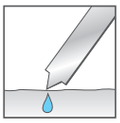


Insertion de l'aiguille
Insertion oblique de 0,1 à 0,2 *cun* dirigée vers le haut, ou piquer et faire saigner. Ne pas piquer le frein.

Actions/indications
- Élimine la Chaleur (surtout des yeux et de la bouche).

Caractéristiques particulières
Point de croisement (*jiaohui*) avec le vaisseau Conception (*ren mai*) et le méridien de l'Estomac.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.4 Vaisseau Ceinture (*dai mai*)

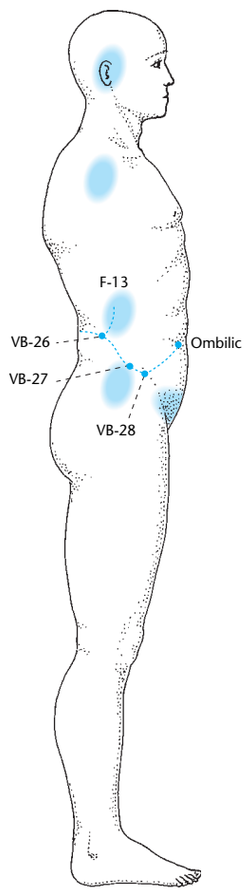
Le vaisseau Ceinture est le seul méridien (en dehors des méridiens *luo* de communication) à avoir un trajet horizontal.

Relations (→ 1.7.3)

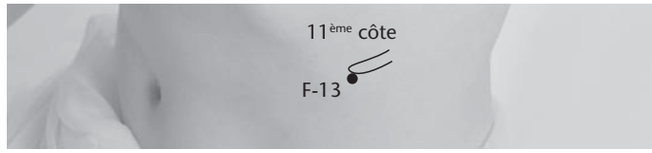
- **Yin/Yang :** vaisseau Pénétrant (*chong mai*)/vaisseau Ceinture (*dai mai*).
- **Centre/périphérie** : vaisseau Ceinture (*dai mai*)/vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : région latérale de l'œil et région des tempes, oreilles, joues, occiput et épaules. Point d'ouverture : **VB-41** (*zulinqi*), point couplé : **TR-5** (*waiguan*)

Trajet

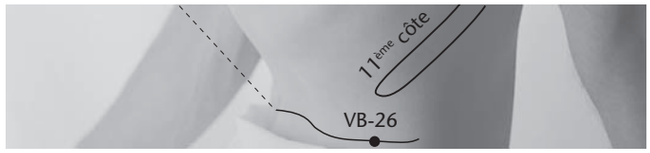
Le vaisseau Ceinture (*dai mai*) naît aux hypochondres, au niveau de L2 ou, selon un grand nombre d'auteurs, au point → **F-13** (*zhangmen*), à l'extrémité libre de la 11ème côte. Il encercle la taille comme une ceinture. Ce faisant, il passe par → **VB-26** (*daimai*), au niveau de l'ombilic et en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte, puis par → **VB-27** (*wushu*) et → **VB-28** (*weidao*).



Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Ceinture (dai mai)



F-13 (*zhangmen*) : en avant et en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte.



VB-26 (*daimai*) : sur la face latérale de la taille, à la jonction d'une ligne verticale qui passe par l'extrémité libre de la 11ème côte et une ligne horizontale qui passe par l'ombilic, environ 1,8 *cun* en dessous de → **F-13**.



VB-27 (*wushu*) : dans une dépression médiale par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure, environ au même niveau que → **RM-4**.



VB-28 (*weidao*) : en avant et en dessous de l'épine iliaque antéro-supérieure, 0,5 *cun* en avant et en dessous de → **VB-27**.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (zangfu)

- Méridiens principaux de la Vésicule Biliaire et du Foie, méridien divergent du Rein.
- Rein, Utérus.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Contrôle** et **encercle** les méridiens horizontaux comme une **ceinture**.
- **Relie** les moitiés supérieure et inférieure du corps au niveau de la taille.
- **Régule** les écoulements vaginaux.
- **Élimine** la Chaleur-Humidité du Réchauffeur Inférieur, surtout des organes génitaux.
- **Contrôle** les méridiens shao yang, surtout le méridien de la Vésicule Biliaire.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.5 Vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*)

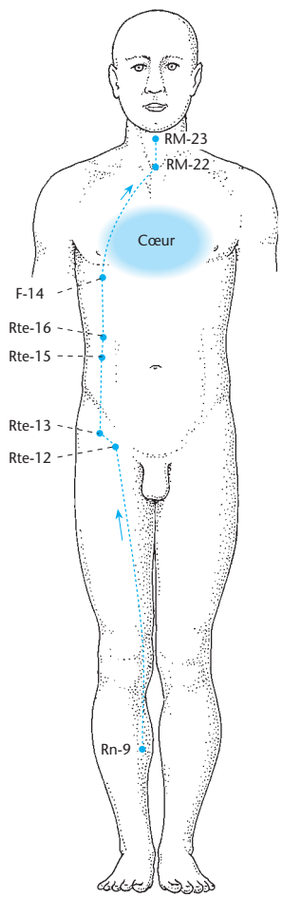
Synonymes : vaisseau régulateur du Yin.

Relations (→ 1.7.3)

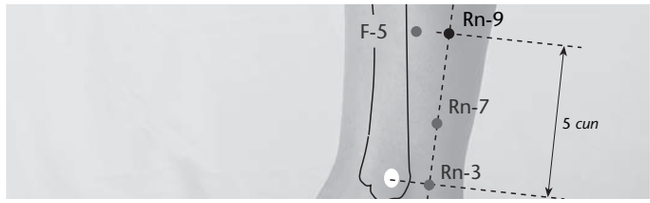
- **Yin/Yang :** vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*)/vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Pénétrant (*chong mai*)/vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : Cœur, thorax, Estomac. Point d'ouverture : **MC-6** (*neiguan*), point couplé : **Rte-4** (*gongsun*).

Trajet

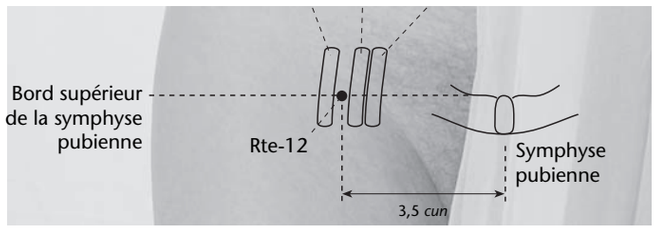
Le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) naît aux hypochondres, au point → **Rn-9** (*zhubin*), 5 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole médiale, il monte sur la face médiale de la jambe jusqu'à la région inguinale, suit le trajet des méridiens principaux de la Rate et du Foie, passant par les points → **Rte-12** (*chongmen*) et → **Rte-13** (*fushe*). Il passe ensuite par → **Rte-15** (*daheng*) et → **Rte-16** (*fuai*), et croise à nouveau les méridiens principaux de la Rate et du Foie au point → **F-14** (*qimen*). Ce vaisseau traverse alors le thorax, passe par → **RM-22** (*tiantu*), dans la fosse sus-sternale, puis suit le trajet du vaisseau Conception (*ren mai*) jusqu'au point → **RM-23** (*lianquan*), où il se termine.



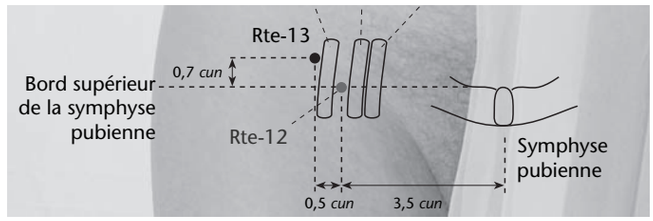
Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*)



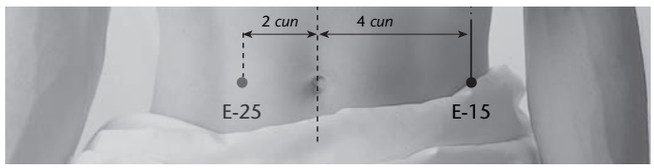
Rn-9 (*zhubin*) : 5 *cun* en direction proximale par rapport à → **Rn-3** et 5 *cun* en arrière du bord médial du tibia.



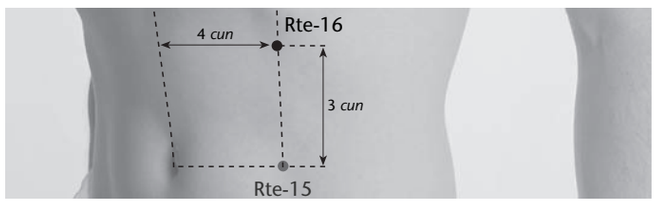
Rte-12 (*chongmen*) : 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du bord supérieur de la symphyse pubienne, au bord latéral de l'artère fémorale.



Rte-13 (*fushe*) : 4 *cun* en dehors de la ligne médiane (ligne mamelonnaire) et 0,7 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

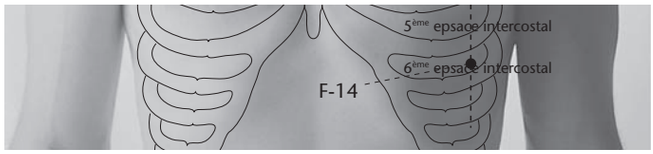


Rte-15 (*daheng*) : 4 *cun* en dehors du centre de l'ombilic.

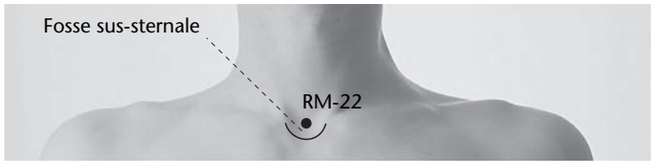


Rte-16 (*fuai*) : 3 *cun* au-dessus du centre de l'ombilic et 4 *cun* en dehors de la ligne médiane, sur la ligne mamelonnaire.

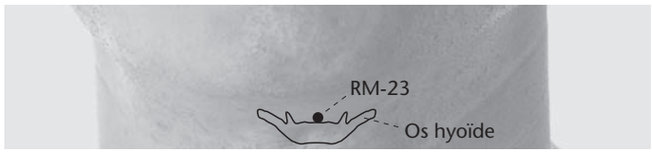
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



F-14 (*qimen*) : dans le 6ème espace intercostal, sur la ligne mamelonnaire, 4 *cun* en dehors de la ligne médiane.



RM-22 (*tiantu*)) : 0,5 *cun* au-dessus du sternum, au centre de la fosse sus-sternale.



RM-23 (*lianquan*) : sur la ligne médiane antérieure, au bord supérieur de l'os hyoïde.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Méridiens principaux du Rein, de la Rate et du Foie, vaisseau Conception (*ren mai*).
- Organes internes.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Relie** et **régule** tous les **méridiens Yin** du corps. Il relie les méridiens du Rein, de la Rate et du Foie, et le vaisseau Conception (*ren mai*), et il contrôle l'**Intérieur** du corps (les organes internes).
- **Renforce** le Yin et le Sang du Cœur, surtout chez les femmes.
- **Régule** les émotions.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.6 Vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)

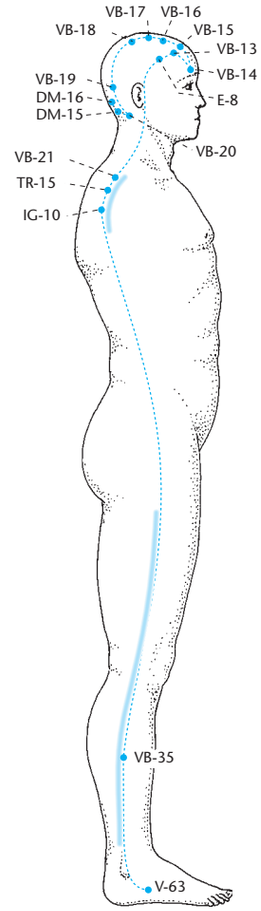
Synonymes : vaisseau régulateur du Yang.

Relations (→ 1.7.3)

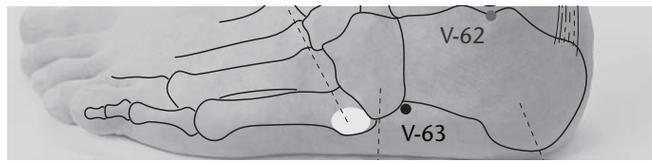
- **Yin/Yang :** vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*)/vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Ceinture (*dai mai*)/vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : région latérale de l'œil et région des tempes, oreilles, joues, occiput et épaules. Point d'ouverture : **TR-5** (*waiguan*), point couplé : **VB-41** (*zulinqi*).

Trajet

Le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) commence au point → **V-63** (*jinmen*), dans la dépression située en arrière de la tubérosité du 5ème os métatarsien, il parcourt l'arrière de la malléole latérale, passe par → **VB-35** (*yangjiao*), monte sur la face latérale de la jambe, passe par la hanche, monte sur la face postérieure de la région costale jusqu'à l'épaule, passe par → **IG-10** (*naoshu*), → **TR-15** (*tianliao*) et → **VB-21** (*jianjing*), puis monte au cou. Ce vaisseau monte ensuite à l'oreille (selon certains auteurs, par exemple, Solinas et al. (1998), à l'arrière de l'oreille), et atteint le front, passant par → **E-8** (*touwei*), → **VB-13** (*benshen*) et → **VB-14** (*yangbai*). Il suit alors le méridien de la Vésicule Biliaire, de **VB-15** à **VB-20**, sur l'occiput, passant par → **VB-15** (*toulinqi*), → **VB-16** (*muchuang*), → **VB-17** (*zhengying*), → **VB-18** (*chengling*), → **VB-19** (*naokong*) et → **VB-20** (*fengchi*). À partir de **VB-20**, il continue jusqu'à la ligne médiane postérieure, passant par → **DM-16** (*fengfu*) et → **DM-15** (*yamen*), où il se termine.



Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*)

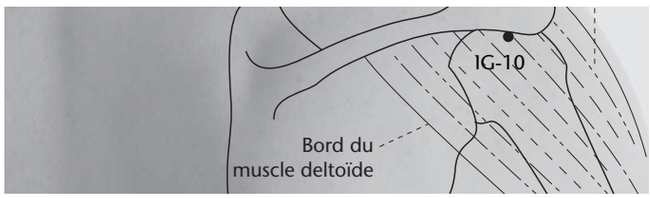


V-63 (*jinmen*) : dans une dépression située en avant et en dessous de → **V-62**, entre le calcanéus et l'os cuboïde, en direction proximale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien.

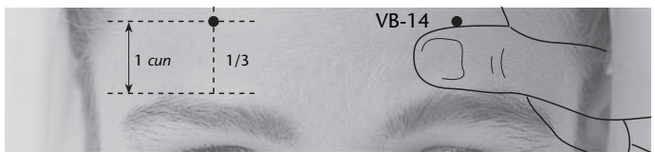


VB-35 (*yangjiao*) : *7 cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole latérale, au bord postérieur de la fibula.

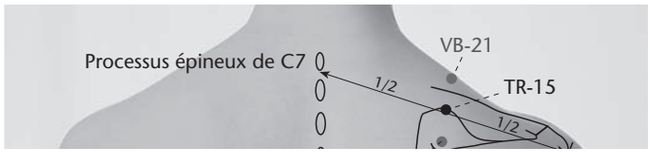
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



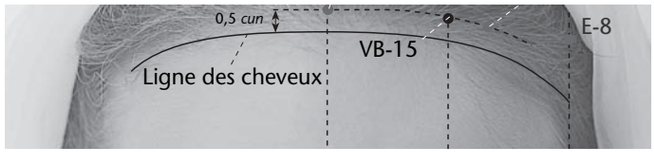
IG-10 (*naoshu*) : lorsque le bras est en adduction, sur une ligne qui va vers le haut à partir de la ligne axillaire postérieure, au bord inférieur de l'épine de la scapula.



VB-14 (*yangbai*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, environ 1 *cun* au-dessus du milieu des sourcils, à la jonction de l'éminence frontale et de l'arcade sourcilière.



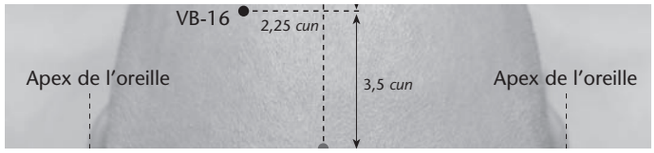
TR-15 (*tianliao*) : au milieu d'une ligne imaginaire qui relie le processus épineux de C7 et l'extrémité latérale de l'acromion.



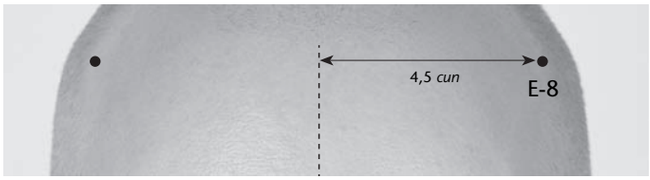
VB-15 (*toulinqi*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, au-dessus de la pupille, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.



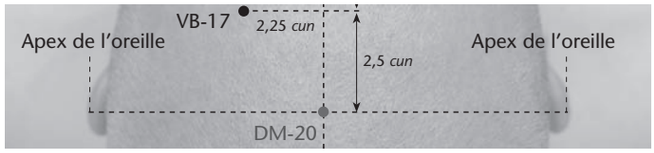
VB-21 (*jianjing*) : au sommet de l'épaule, à mi-distance entre le bord inférieur du processus épineux de C7 et l'extrémité latérale de l'acromion.



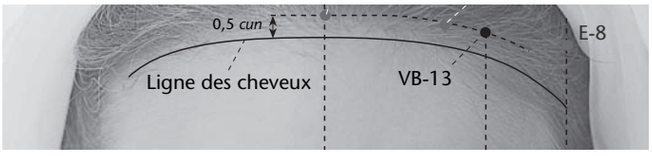
VB-16 (*muchuang*) : 1,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane (= à mi-distance entre → **DM-24** et → **E-8**).



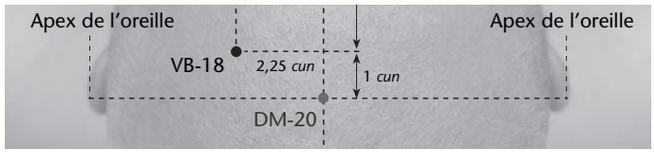
E-8 (*touwei*) : au coin temporal du front, au bord inférieur du muscle temporal et 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, ou 4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (→ **DM-24**).



VB-17 (*zhengying*) : 2,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux et 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.

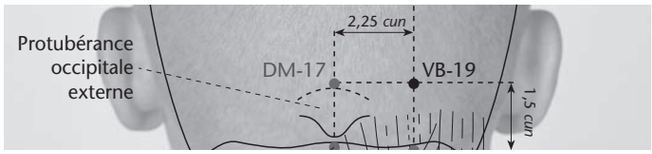


VB-13 (*benshen*) : 3 *cun* en dehors de → **DM-24** (sur la ligne médiane antérieure, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux).

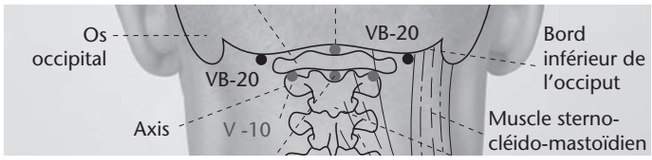


VB-18 (*chengling*) : 4 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 1 *cun* en avant de → **DM-20**, 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.

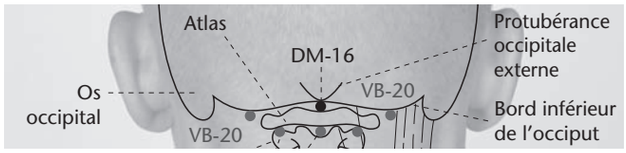
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



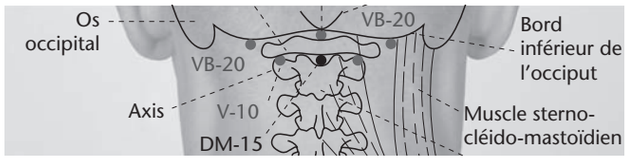
VB-19 (*naokong*) : sur l'occiput, au niveau du bord supérieur de la protubérance occipitale externe (→ **DM-17**), 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane.



VB-20 (*fengchi*) : au bord inférieur de l'os occipital, dans une dépression située aux origines des muscles sterno-cléido-mastoïdien et trapèze.



DM-16 (*fengfu*) : sur la ligne médiane postérieure, directement en dessous de la protubérance occipitale externe, dans une dépression située aux origines du muscle trapèze.



DM-15 (*yamen*) : sur l'occiput, sur la ligne médiane postérieure, dans une dépression située entre la 1ère vertèbre cervicale (atlas) et la 2ème vertèbre cervicale (axis), environ 0,5 *cun* en dessous de → **DM-16.**

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Méridiens principaux de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, de l'Estomac, de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et du Gros Intestin, vaisseau Gouverneur (*du mai*).

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- **Relie** et **régule** tous les **méridiens Yang** du corps. Il relie les méridiens principaux de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, de l'Estomac, de l'Intestin Grêle, du Triple Réchauffeur et du Gros Intestin, de même que le vaisseau Gouverneur (*du mai*), et il contrôle l'**Extérieur** du corps entier (surtout les méridiens *tai yang* et *shao yang*).
- Harmonise le Qi Nourricier (*ying qi*) et le Qi Protecteur (*wei qi*).
- Expulse le Vent-Froid externe, surtout dans le cadre de syndromes du *shao yang*.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.7 Vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)

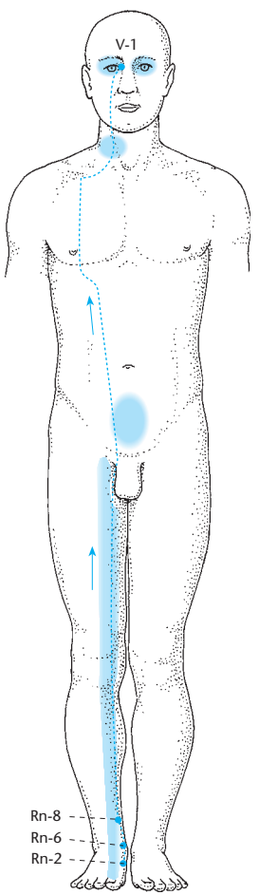
Synonymes : vaisseau Yin de la Motilité, vaisseau Yin de la Marche.

Relations (→ 1.7.3)

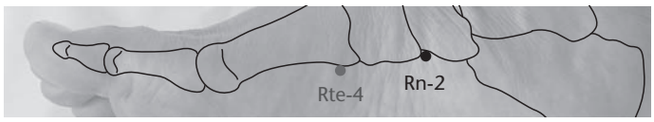
- **Yin/Yang :** vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)/vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Conception (*ren mai*)/vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : face, gorge, thorax, Poumon, diaphragme, abdomen. Point d'ouverture : **Rn-6** (*zhaohai*), point couplé : **P-7** (*lieque*)

Trajet

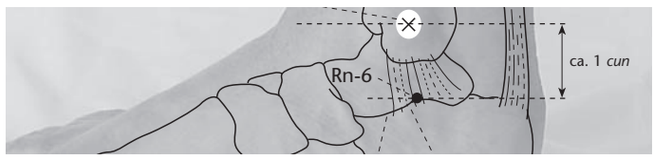
Le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) part de → **Rn-2** (*rangu*), en dessous de la tubérosité naviculaire (selon certains auteurs, il commence seulement à → **Rn-6**), il va à → **Rn-6** (*zhaohai*) et → **Rn-8** (*jiaoxin*), monte sur la face postéro-médiale de la jambe jusqu'aux organes génitaux, monte à l'abdomen et à la poitrine, traverse la fosse sus-claviculaire et poursuit son chemin jusqu'à la gorge et au visage. Il va ensuite au canthus interne de l'œil où il rencontre le Vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) au point → **V-1** (*jingming*). Il monte ensuite pénétrer dans le Cerveau.



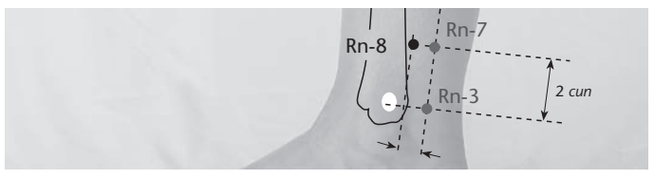
Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)



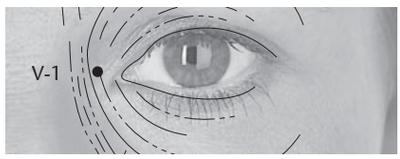
Rn-2 (*rangu*) : dans une dépression au bord antérieur/inférieur de la tubérosité naviculaire, à la frontière entre « la peau rouge et la peau blanche ».



Rn-6 (*zhaohai*) : dans la dépression située en dessous du sommet de la malléole médiale, sur l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus.



Rn-8 (*jiaoxin*) : 2 *cun* en direction proximale par rapport au sommet de la malléole médiale, en arrière du bord du tibia.



V-1 (*jingming*) : dans une dépression située 0,1 *cun* au-dessus du canthus interne de l'œil, en direction médiale.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Méridiens principaux du Rein et de la Vessie.
- Cerveau.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- Avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), il contrôle les muscles des membres inférieurs.
- Avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*), il régule l'ouverture et la fermeture des yeux.
- Il régule les fonctions du Cerveau.
- Il lève les stagnations (de Qi, de Sang ou d'Humidité) dans le Réchauffeur Inférieur, surtout dans l'Utérus chez les femmes.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

5.8 Vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)

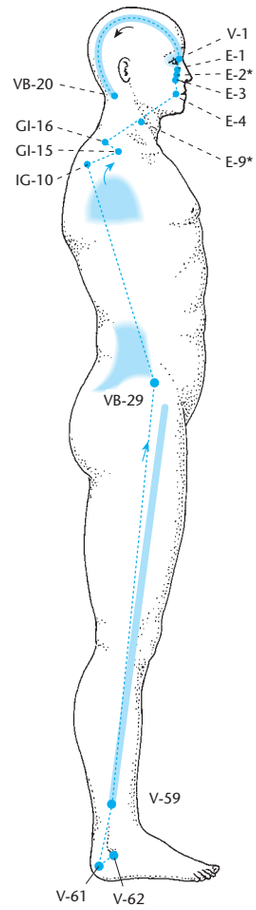
Synonymes : vaisseau Yang de la Motilité, vaisseau Yang de la Marche.

Relations (→ 1.7.3)

- **Yin/Yang :** vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*)/vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*).
- **Centre/périphérie :** vaisseau Gouverneur (*du mai*)/vaisseau Yang du Talon (*yin qiao mai*). Régions contrôlées par ce couple de méridiens : canthus interne de l'œil, occiput, épaules et dos. Point d'ouverture : **V-62** (*shenmai*), point couplé : **IG-3** (*houxi*).

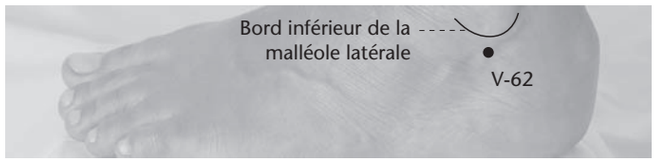
Trajet

Le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) prend naissance au point → **V-62** (*shenmai*), en dessous du sommet de la malléole latérale, il encercle brièvement la malléole jusqu'à → **V-61** (*pucan*) et monte en arrière du tendon d'Achille jusqu'à → **V-59** (*fuyang*), puis monte sur la face latérale de la jambe, traverse la hanche, passe par → **VB-29** (*juliao*), parcourt les flancs et la face postérieure de l'épaule, passe par → **IG-10** (*naoshu*), continue jusqu'à → **GI-15** (*jianyu*) et décrit une courbe jusqu'à → **GI-16** (*jugu*), puis il traverse la fosse sus-claviculaire et, selon certains auteurs, passe par → **E-9** (*renyin*) avant d'atteindre la face. Là, ce vaisseau passe par les points → **E-4** (*dicang*) et → **E-3** (*juliao*), et également, selon certains auteurs, par → **E-1** (*chengqi*), dans la région sous-orbitaire. Il atteint ensuite → **V-1** (*jingming*), où il rencontre le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), parcourt le front jusqu'au vertex et descend à l'arrière jusqu'à → **VB-20** (*fengchi*) ; selon le *Nan Jing* et le *Nei Jing*, il atteint aussi → **DM-16** (*fengfu*), où il pénètre dans le Cerveau.

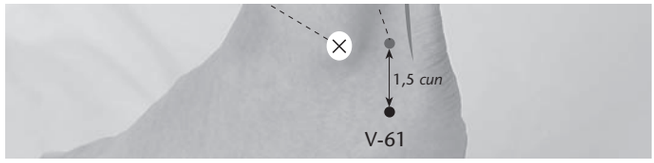


* Selon Deadman et al. (1998)

Points de rencontre d'autres méridiens avec le vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*)

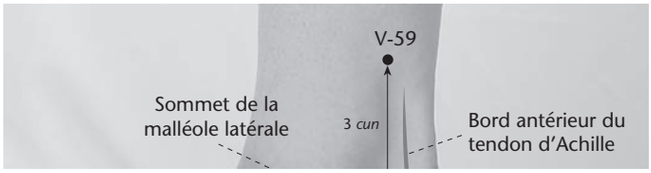


V-62 (*shenmai*) : dans la dépression située juste en dessous du sommet de la malléole latérale, sur l'espace entre le talus et le calcanéus.

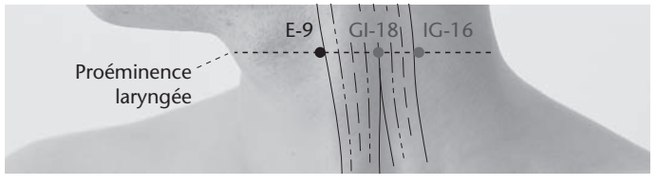


V-61 (*pucan*) : dans une dépression sur le calcanéus, environ 1,5 *cun* en dessous de → **V-60**.

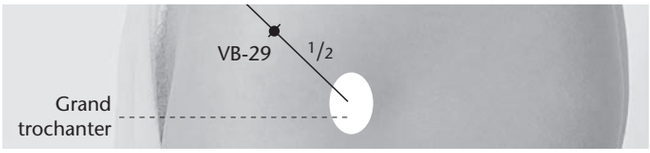
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



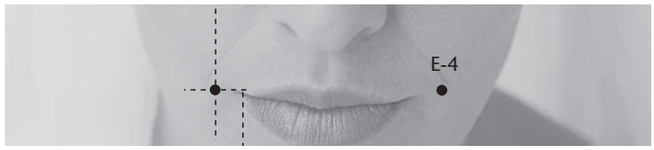
V-59 (*fuyang*) : 3 *cun* au-dessus de → **V-60** (dans la dépression située entre le sommet de la malléole latérale et le tendon d'Achille).



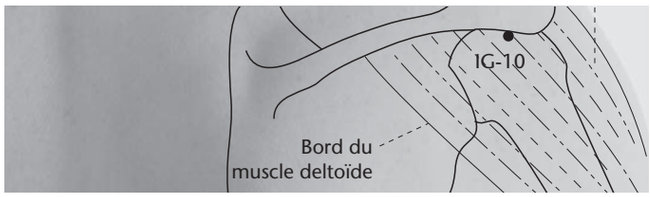
E-9 (*renying*) : environ 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau de la proéminence laryngée, au bord inférieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.



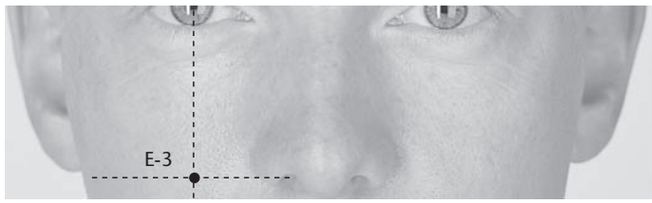
VB-29 (*juliao*) : au milieu d'une ligne qui relie l'épine iliaque antéro-supérieure et le grand trochanter, au bord antérieur de la crête iliaque.



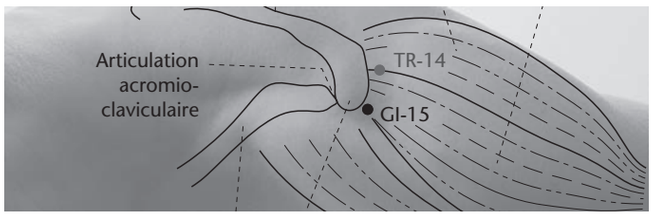
E-4 (*dicang*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, environ 0,4 *cun* en dehors du coin de la bouche.



IG-10 (*naoshu*) : lorsque le bras est en adduction, sur une ligne qui va vers le haut à partir de la ligne axillaire postérieure, au bord inférieur de l'épine de la scapula.



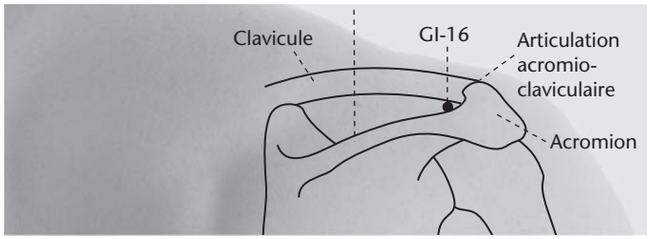
E-3 (*juliao*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, directement en dessous du centre de la pupille, environ au niveau du bord inférieur de l'aile du nez.



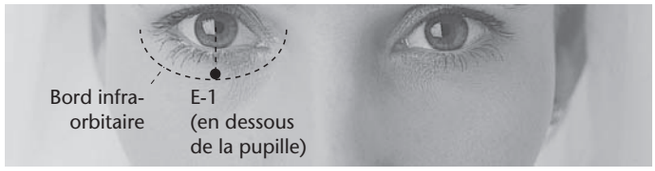
GI-15 (*jianyu*) : dans la dépression qui est distale et antérieure par rapport à l'acromion, entre les parties claviculaire et acromiale du muscle deltoïde.



E-2 (*sibai*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, directement en dessous du centre de la pupille, dans une dépression du foramen infra-orbitaire.

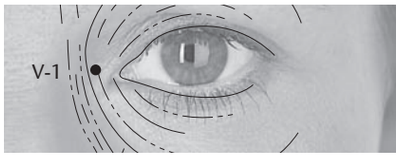


GI-16 (*jugu*) : dans la dépression qui est entre l'extrémité acromiale de la clavicule et la jonction de l'épine de la scapula et de l'acromion.

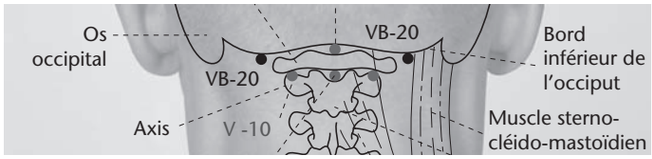


E-1 (*chengqi*) : lorsque la personne regarde droit devant elle, directement en dessous du centre de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire.

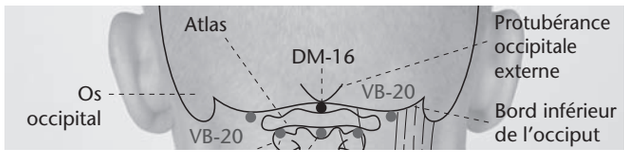
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



V-1 (*jingming*) : dans une dépression qui se trouve 0,1 *cun* au-dessus du canthus interne de l'œil, en direction médiale.



VB-20 (*fengchi*) : au bord inférieur de l'os occipital, dans une dépression située aux origines des muscles sterno-cléido-mastoïdien et trapèze.



DM-16 (*fengfu*) : sur la ligne médiane postérieure, directement en dessous de la protubérance occipitale externe, dans une dépression située aux origines du muscle trapèze.

Connexions avec les autres méridiens et le système des Viscères (*zangfu*)

- Méridiens principaux du Rein, de la Vessie, de la Vésicule Biliaire, de l'Estomac, du Gros Intestin et de l'Intestin Grêle.
- Cerveau.

Importance clinique (→ 1.7.2, 1.7.3)

- Avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), il contrôle les muscles des membres inférieurs.
- Avec le vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*), il régule l'ouverture et la fermeture des yeux.
- Régule les fonctions du Cerveau et élimine le Vent interne et externe de la tête.
- Lève les blocages et la stagnation de la colonne vertébrale, surtout à la suite de blessures traumatiques.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

6 Les points hors méridiens

Claudia Focks, Ulrich März

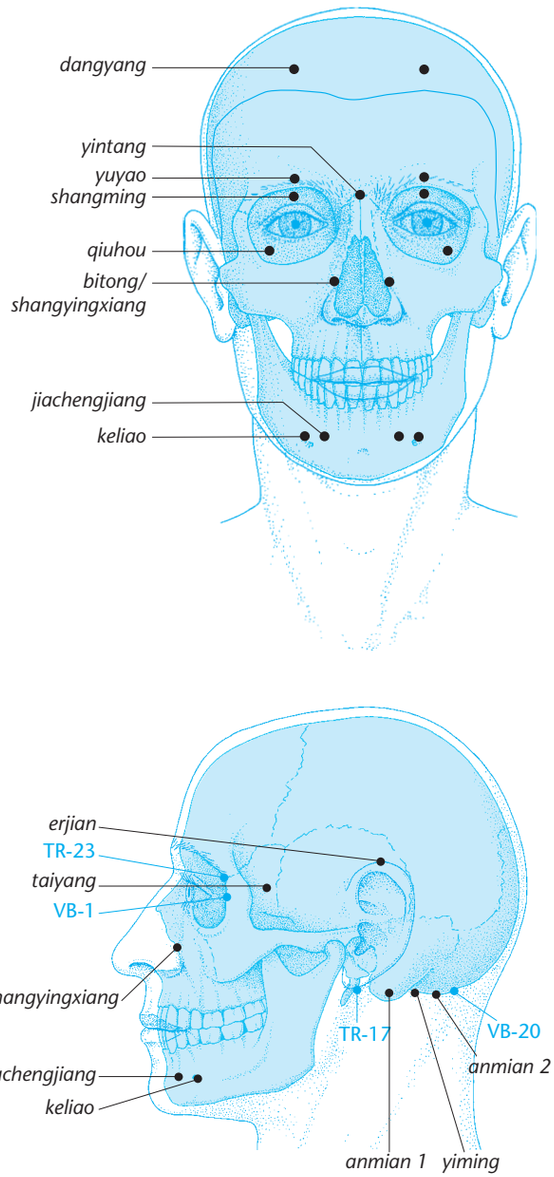
Outre les 361 points d'acupuncture classiques situés sur les méridiens, on compte un certain nombre de points **H**ors **M**éridien (**HM**) qui, à quelques exceptions près, se trouvent en dehors du trajet des méridiens principaux. En 1991, la nouvelle nomenclature de ces points hors méridien a été reconnue par la République populaire de Chine, qui en a répertorié 48 (*The Location of Acupoints, State Standard of the People's Republic of China*, Foreign Languages Press, Beijing, 1990).

Par le passé, certains auteurs ont élaboré différentes modalités d'identification de ces points en leur attribuant un nom ou un chiffre.

- Nguyen Van Nghi ; König and Wancura parlent de « **P**unkte **a**ußerhalb der **M**eridiane » (points qui ne sont pas sur les méridiens) (PaM) et « **N**eu-**P**unkte » (nouveaux points) (NP). Schnorrenberger (schémas traduits du chinois) utilise le même système de numérotation que Nguyen Van Nghi mais parle des points qui ne sont pas sur les méridiens (**PaM)** comme étant des points additionnels (« **Z**usatz**p**unkte ») (ZP) ou des « nouveaux points » (« **N**eu-**P**unkte » (NP)).
- Le Shanghai College for Traditional Medicine (*Acupuncture – a Comprehensive Text*, traduit en anglais par O'Connor J, Bensky D, qui est également l'ouvrage de base utilisé par Deadman et al. (1998) et par Ellis et Wiseman (1991)) parle de « **M**iscellaneous (M) and **N**ew (N) Points » (points divers et points nouveaux).
- Hempen (1995) les nomme « **E**xtrapunkte » (Ex) (points extraordinaires).

Le tableau ci-dessous donne un aperçu des points hors méridiens les plus couramment utilisés dans cet atlas.

6.1 Points hors méridiens de la tête et du cou



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nomenclature anglaise	Noms en *pinyin*	Nguyen Van Nghi, König et Wancura, Schnorrenberger	Shanghai College	Ex (Hempen)
Ex-HN-1	*sishencong*	PaM ou ZP1	M-HN-1	Ex6
Ex-HN-2	*dangyang*		M-HN	
Ex-HN-3	*yintang*	PaM ou ZP3	M-HN-3	Exl
Ex-HN-4	*yuyao*	PaM ou ZP6	M-HN-6	
Ex-HN-5	*taiyang*	PaM ou ZP9	M-HN-9	Ex2
Ex-HN-6	*erjian*	PaM ou ZP10	M-HN-10	
Ex-HN-7	*qiuhou*	PaM ou ZP8	M-HN-8	
Ex-HN-8	*shangyingxiang/bitong*	NP12 (PaM ou ZP14*)	M-HN-14	Ex3
Ex-HN-9	*neiyingxiang*		M-HN-35	
Ex-HN-10	*juquan*		M-HN-36	
Ex-HN-11	*haiquan*		M-HN-37	
Ex-HN-12	*jinjin*†	PaM ou ZP20	M-HN-20	
Ex-HN-13	*yuye*†	PaM ou ZP20	M-HN-20	
Ex-HN-14	*yiming*	PaM ou ZP13	M-HN-13	Ex4
Ex-HN-15	*jing* (*bailao*)	PaM ou ZP30	M-HN-30	
Autres points hors méridiens				
Ex-HN	*shangming*		N-HN-4	
Ex-HN	*anmian*	NP27 et 28 (*anmian*‡ 1 et 2)	N-HN-54 M-HN-54 (Deadman)	Ex5
Ex-HN	*jiabi*	PaM ou ZP15		
Ex-HN	*jiachengjiang*	PaM ou ZP18 (*heliao/keliao*)	M-HN-18	Ex7
Ex-HN	*chonggu/zhuidong*	PaM ou ZP31	M-HN-31	
Ex-HN	*jingbi*		M-HN-41	

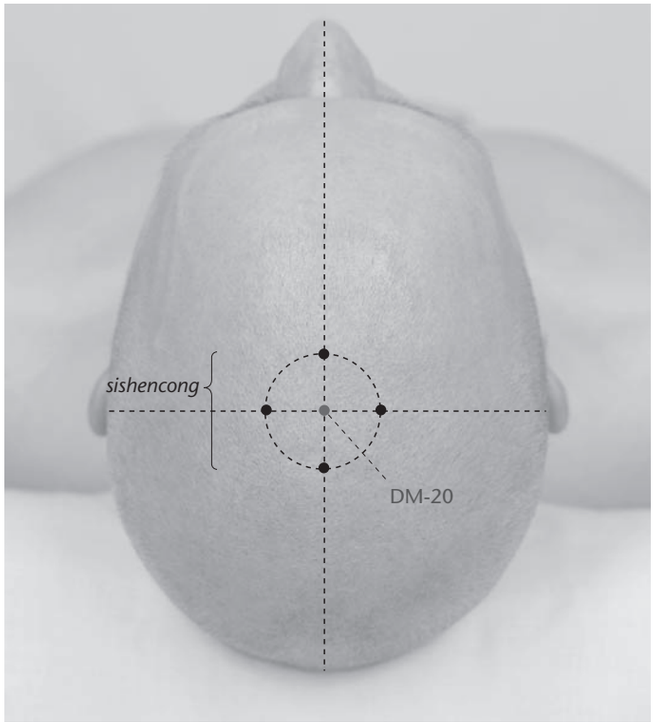
* Nguyen Van Nghi et Schnorrenberger donnent une autre localisation pour le point qui a cette transcription *pinyin* (localisation : 0.5 *cun* en dessous du canthus interne de l'œil) ; la localisation anglaise standard le décrit comme étant *bitong* ou *bicong* (NP12).

† La nomenclature de Shanghai, de même que Nguyen Van Nghi, König et Wancura, et Schnorrenberger décrivent les points *jinjin* and *yuye* comme étant un couple de points.

‡ Il existe des informations différentes quant au point hors méridien *anmian* ; par exemple, le Shanghai College (de même que Wiseman) décrivent *anmian* comme étant N-HN-54 (pour Deadman, M-HN-54) et lui affectent la localisation suivante : à mi-chemin entre VB-20 et TR-17. Nguyen Van Nghi et Schnorrenberger décrivent *anmian* comme deux nouveaux points localisés ainsi : *anmian* 1 est situé à mi-distance entre TR-17 et *yiming* (PaM13 ou Ex-HN-14), *anmian* 2 est à mi-chemin entre VB-20 et *yiming* (la localisation de *anmian* selon le Shanghai College est présentée à la page réservée à ce point ; la localisation de *anmian* 1 et 2 selon Nguyen et Schnorrenberger est présentée sur la figure 6.1).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les quatre points de l'Esprit vigilant SISHENCONG



Localisation

Ensemble de quatre points regroupés autour de ➞ **DM-20** et situés 1 *cun* en arrière, en avant et de chaque côté de ce point (➞ 3.1.1).

Comment les trouver

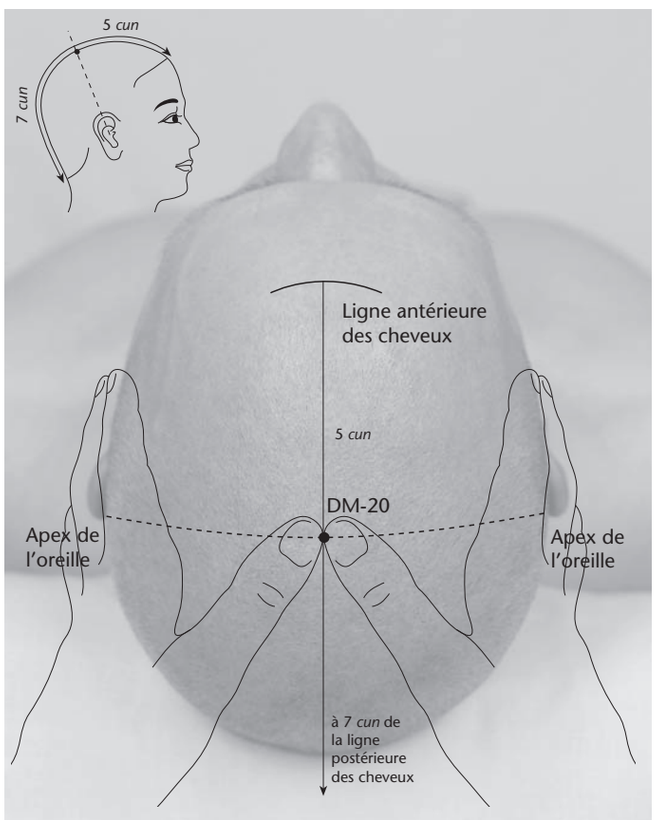
Commencer par localiser ➞ **DM-20** au sommet de la tête, à la jonction d'une ligne qui relie l'apex des oreilles et la ligne médiane verticale. Autre méthode pour localiser ce point : ➞ **DM-20** se trouve 5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux et 7 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux. Les points ***sishencong*** dessinent une étoile autour de ➞ **DM-20** : deux de ces points sont situés à 1 *cun* de celui-ci, sur le vaisseau Gouverneur (*du mai*), et les deux autres sont également à 1 *cun* de ➞ **DM-20** en direction latérale.

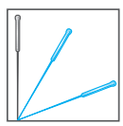
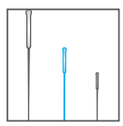
Insertion de l'aiguille

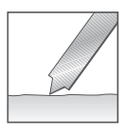
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de ➞ **DM-20**.

Actions/indications

- Calme l'Esprit (*shen*).
- Soulage la douleur.
- Calme le vent.
- A des effets bénéfiques sur les yeux et les oreilles.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DANGYANG *Au-dessus du Yang*

Localisation

Lorsque la personne regarde droit devant elle, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, 1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.

Comment le trouver

Chez les patients dont la ligne des cheveux a commencé à reculer, on peut déterminer la ligne originelle grâce à une modification de la texture de la peau. Aide à la localisation (→ 3.1.1) : demander au patient de plisser le front, ce qui permet de voir où était la ligne originelle des cheveux. Demander au patient de regarder droit devant lui, puis localiser ***dangyang*** 1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur la ligne verticale qui passe par la pupille.

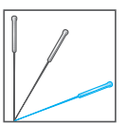
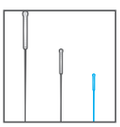
→ **VB-14** se trouve aussi sur la ligne qui passe par la pupille (au bord inférieur de la proéminence frontale). Au même niveau (1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux), on trouve → **V-15** (plus médial, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **DM-23** (sur la ligne médiane antérieure).

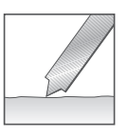
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,5 *cun* de profondeur en direction de la région affectée.

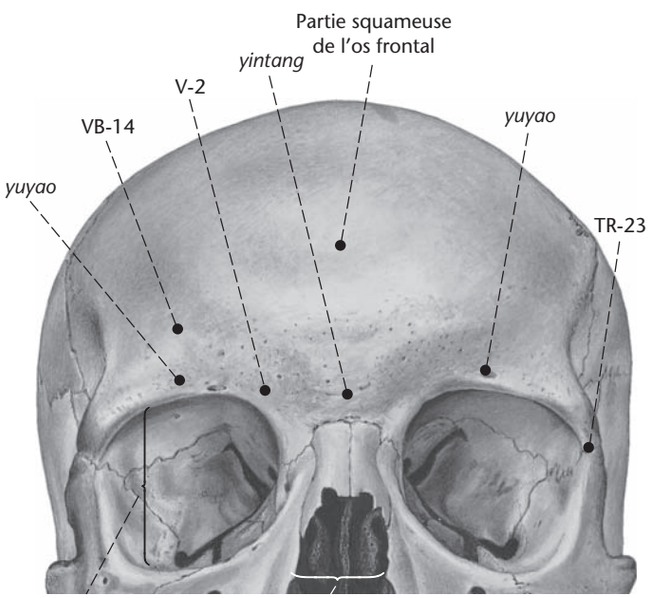
Actions/indications

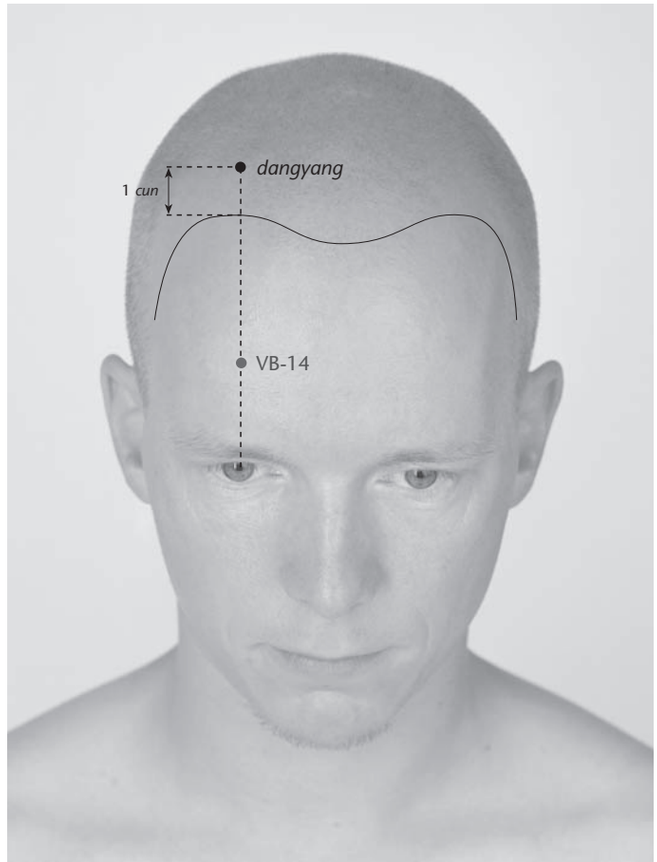
- Disperse le Vent et la Chaleur, soulage la douleur.

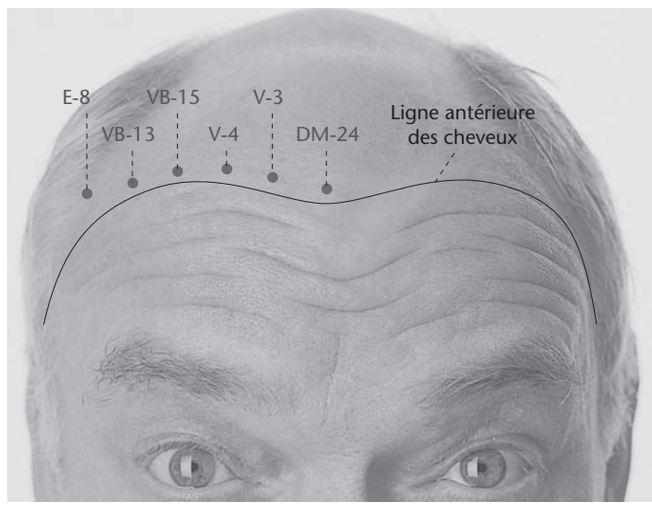



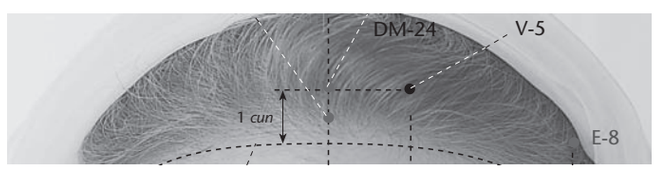












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Pièce du sceau YINTANG



Localisation

Sur la ligne antérieure médiane (vaisseau Gouverneur (*du mai*)) entre les sourcils.

Comment le trouver

Localiser la glabelle (→ 3.1.1), surface plane sur l'os frontal, juste au-dessus du nez, entre les deux arcades sourcilières. ***Yintang*** se trouve en son centre, sur la ligne médiane, entre les extrémités médiales des sourcils.

Sur l'arcade sourcilière, on trouve (de la direction médiale à la direction latérale) → **V-2**, → ***yuyao*** (point HM) et → **TR-23**.

Insertion de l'aiguille

Avec le pouce et l'index, pincer la peau pour former un pli au-dessus de ce point et insérer l'aiguille perpendiculairement vers le bas, en direction de la racine du nez, à une profondeur de 0,3 à 0,5 *cun*. Autre méthode : insertion oblique ou transversale (sous-cutanée) en direction du sourcil (→ **V-2**), ou piquer et faire saigner.

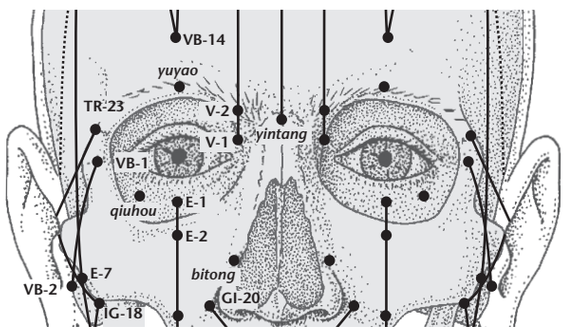
Actions/indications

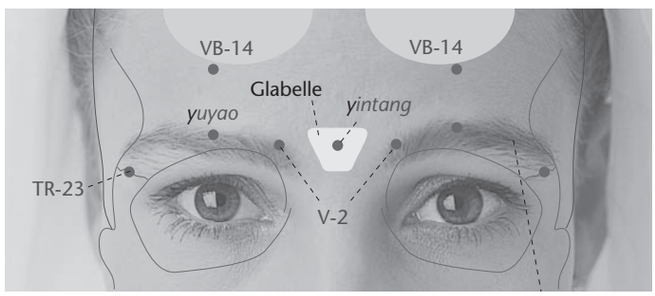
- Calme l'Esprit (*shen*).
- A des effets bénéfiques sur le nez.
- Calme le Vent (interne).
- Ouvre le méridien et soulage la douleur.

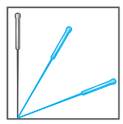
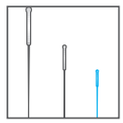
Caractéristiques particulières

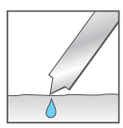
Point couramment utilisé pour harmoniser.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

YUYAO *Taille de poisson*

Localisation

Au centre du sourcil, juste au-dessus de la pupille quand la personne regarde droit devant elle.

Comment le trouver

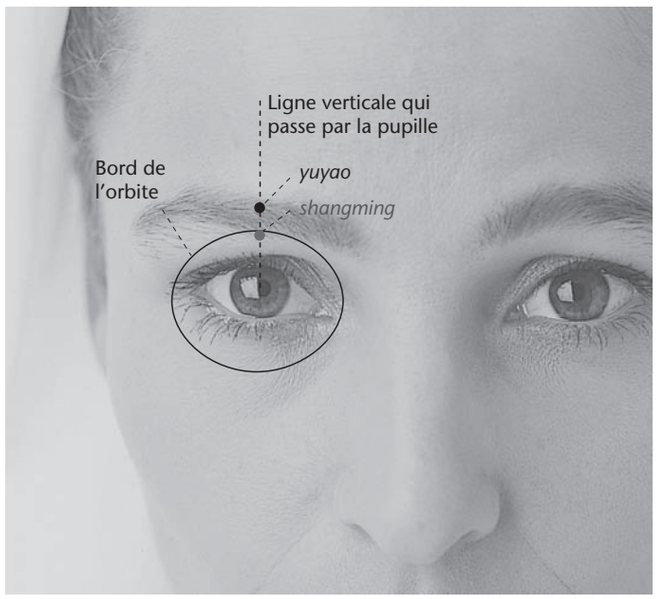
Lorsque la personne regarde droit devant elle, palper le sourcil juste au-dessus de la pupille, au-dessus de l'arcade sourcilière. ***Yuyao*** se trouve dans une petite dépression sur l'arcade sourcilière.

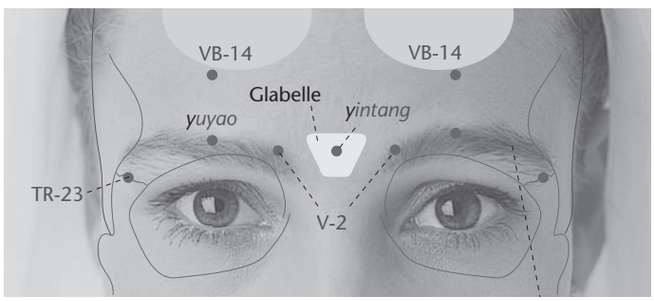
Insertion de l'aiguille

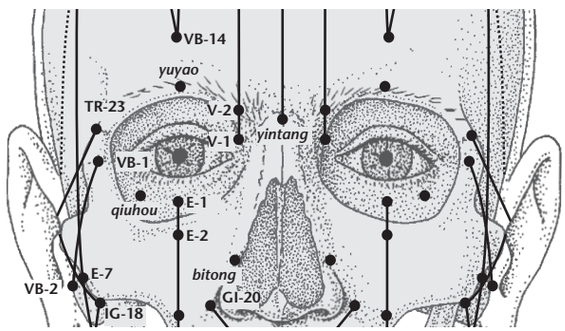
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, en direction de l'œil.

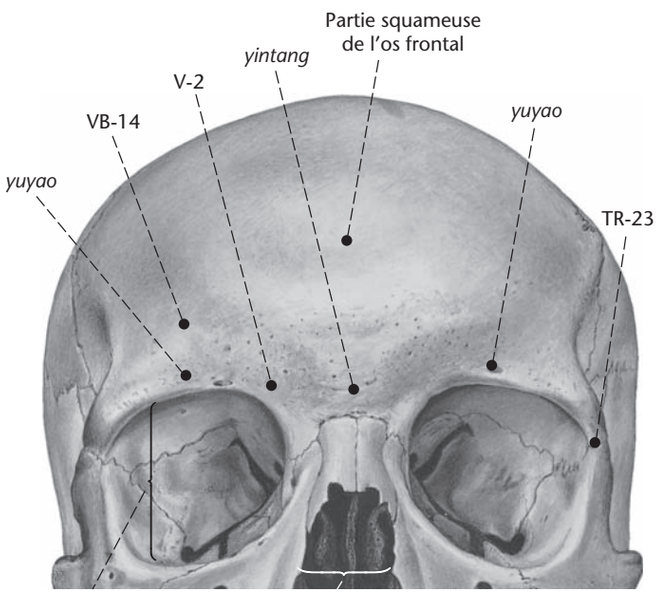
Actions/indications

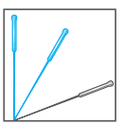
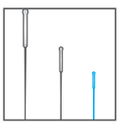
- A des effets bénéfiques sur les yeux.
- Dissipe la douleur.

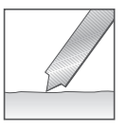








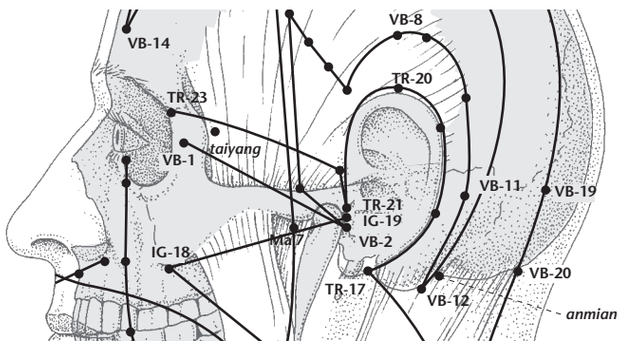


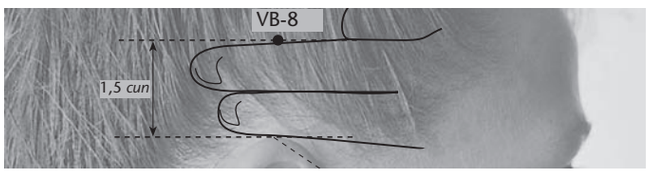
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Grand Yang TAIYANG









Localisation

Sur la tempe, dans le creux situé approximativement 1 *cun* en arrière du point médian de la ligne qui relie l'extrémité latérale du sourcil et le canthus externe de l'œil.

Comment le trouver

Sur la tempe, commencer par tracer une ligne imaginaire entre l'extrémité latérale du sourcil et le canthus externe de l'œil. Faire courir le doigt en direction latérale à partir du milieu de cette ligne jusqu'à ce qu'il sente une dépression nette sur l'os temporal : ***taiyang*** est au centre de cette dépression. Il a tendance à être sensible à la pression, surtout si la personne souffre de céphalées temporales. Les patients sont souvent soulagés par l'acupressure exercée sur ce point.

Insertion de l'aiguille

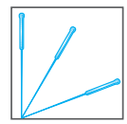
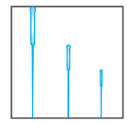
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,6 *cun* de profondeur dans le muscle temporal ou insertion oblique vers l'arrière, ou insertion transversale (sous-cutanée) en direction de → **VB-8**. Ce point saigne souvent lorsqu'on le pique. On peut le piquer et le faire saigner pour drainer la Chaleur.

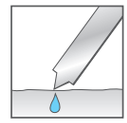
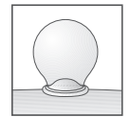
Actions/indications

- Élimine le Vent, disperse la Chaleur, réduit les gonflements, ouvre le méridien, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

C'est un des points hors méridien les plus importants et les plus fréquemment utilisés, surtout en cas de céphalées.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

ERJIAN *Bout de l'oreille*

Localisation

À l'apex de l'oreille, sur l'hélix.



Comment le trouver

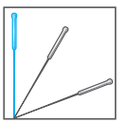
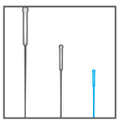
Plier l'oreille vers l'avant de façon à ce que la partie postérieure du haut de l'hélix recouvre sa partie antérieure : ***erjian*** est au sommet du pli ainsi formé. C'est également la localisation du point **78** en auriculothérapie.

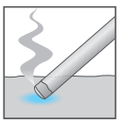
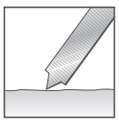
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,1 à 0,2 *cun* de profondeur. Certains auteurs conseillent de piquer et faire saigner ce point pour traiter les pathologies de type Chaleur, mais ce procédé n'est pas recommandé en raison du risque de provoquer une hémorragie otique. On pratique la moxibustion indirecte sur ce point en cas de troubles de la vision.

Actions/indications

- Élimine la Chaleur, soulage la douleur, a des effets bénéfiques sur les yeux et la gorge.

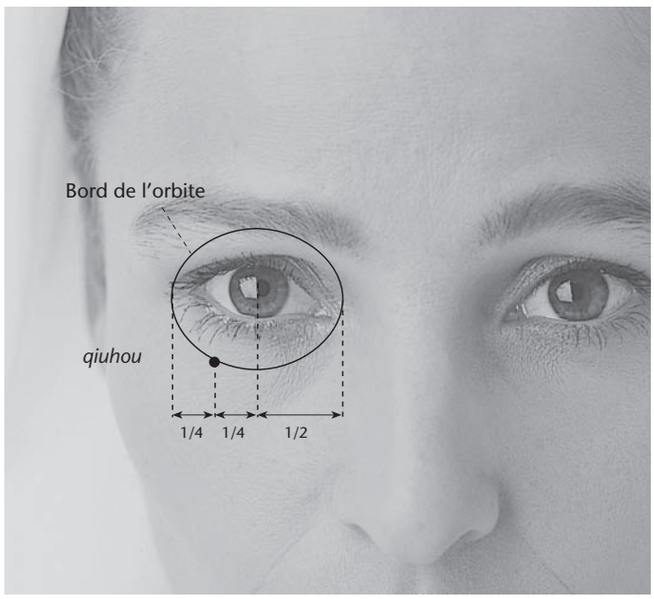





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Derrière le globe QIUHOU



Localisation

Au bord inférieur de l'orbite, à la jonction du quart latéral et des trois quarts médiaux du bord inférieur de l'orbite.

Comment le trouver

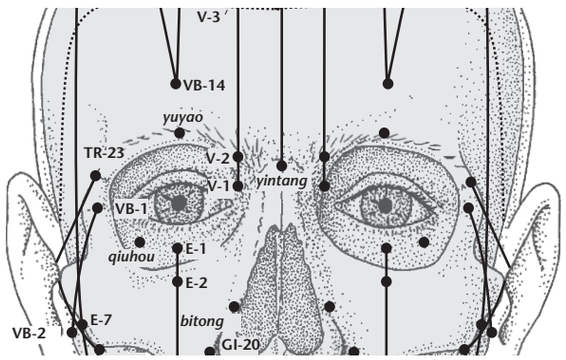
Diviser en quatre le diamètre horizontal de l'orbite, puis localiser ***qiuhou*** à l'intersection du premier et du second quart latéral, légèrement au-dessus du bord inférieur de l'orbite.

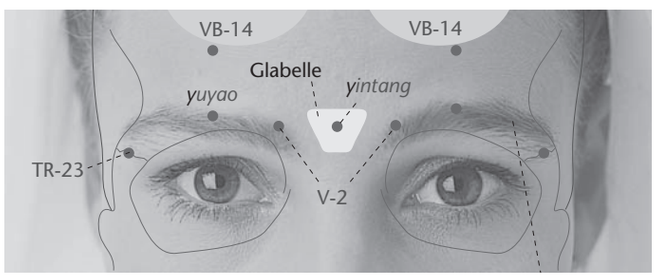
Insertion de l'aiguille

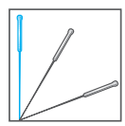
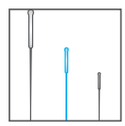
Demander au patient de regarder vers le haut et repousser délicatement le globe oculaire vers le haut en l'écartant de la paupière inférieure, puis insérer doucement l'aiguille à une profondeur de 0,5 à 1 *cun* dans le tissu graisseux immédiatement au-dessus de l'os. Attention : ne pas blesser le globe oculaire ni le périoste. Éviter le plexus veineux et les artères ! Être très vigilant en cas de douleur, même légère. Ne pas manipuler l'aiguille ! Une fois l'aiguille retirée, appuyer fermement sur ce point avec un coton pendant environ 10 mn. Un hématome peut néanmoins se former et il vaut mieux en informer le patient avant le traitement. La moxibustion est contre-indiquée sur ce point. Les autres points, moins difficiles à piquer, qui traitent aussi les pathologies oculaires sont : → **V-2**, → **TR-23**, → **VB-1**, → **E-2**, → ***taiyang*** (point HM) et → ***yuyao*** (point HM).

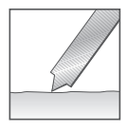
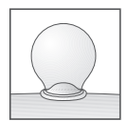
Actions/indications

- Pathologies de l'œil.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

BITONG *Passage du nez libre*/SHANGYINGXIANG *Yingxiang supérieur*

Localisation

À l'extrémité supérieure du sillon rhino-labial, à la jonction du maxillaire et de la cavité nasale. Remarque : ***shangyingxiang*** (*yingxiang* supérieur) est l'autre nom de ce point.

Comment le trouver

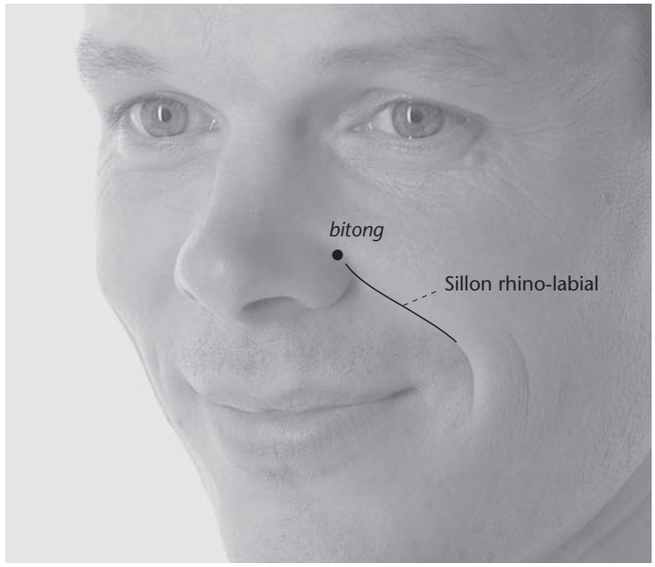
En haut du sillon rhino-labial, rechercher le bord osseux de la cavité nasale : ***bitong*** se trouve à la jonction du nez et de la joue.

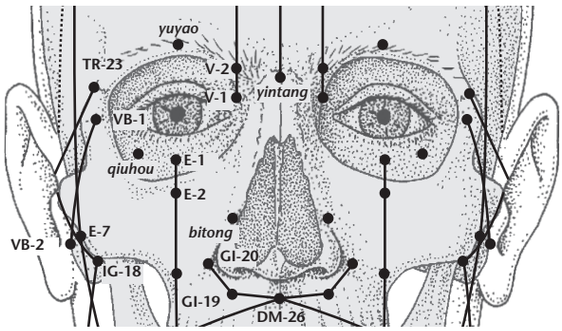
Insertion de l'aiguille

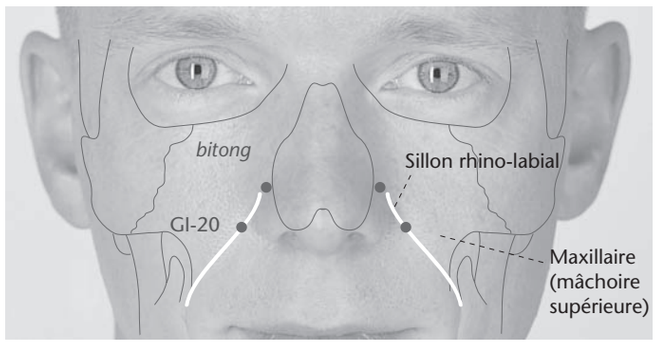
Insertion transversale en direction de l'arête du nez de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

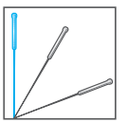
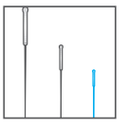
Actions/indications

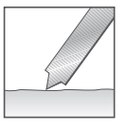
- Élimine la Chaleur, ouvre les passages du nez.







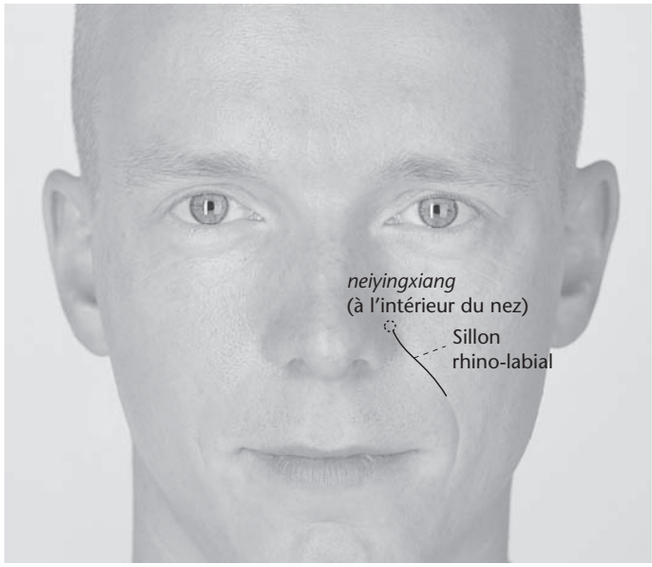



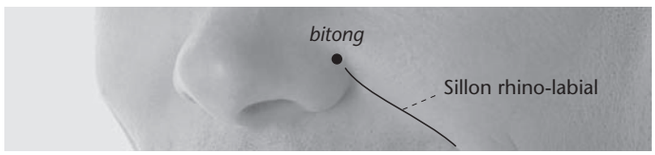





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Yingxiang intérieur NEIYINGXIANG





Localisation

Dans la cavité nasale, à la jonction de l'os nasal et du cartilage nasal.

Comment le trouver

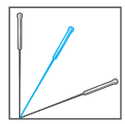
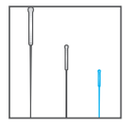
Ce point est à l'« opposé » du point extérieur → ***bitong*** (***shang-yingxiang***), situé au bord supérieur du sillon rhino-labial.

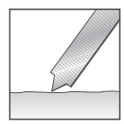
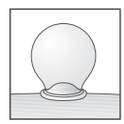
Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire. Attention : ce point est contre-indiqué chez les patients qui saignent facilement (ou qui prennent des anticoagulants). Piquer ce point peut être douloureux !

Actions/indications

- Élimine la Chaleur, draine le Feu.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

JUQUAN *Source qui se rassemble*

Localisation

Lorsque la langue est tirée au maximum, au centre du corps de la langue.

Comment le trouver

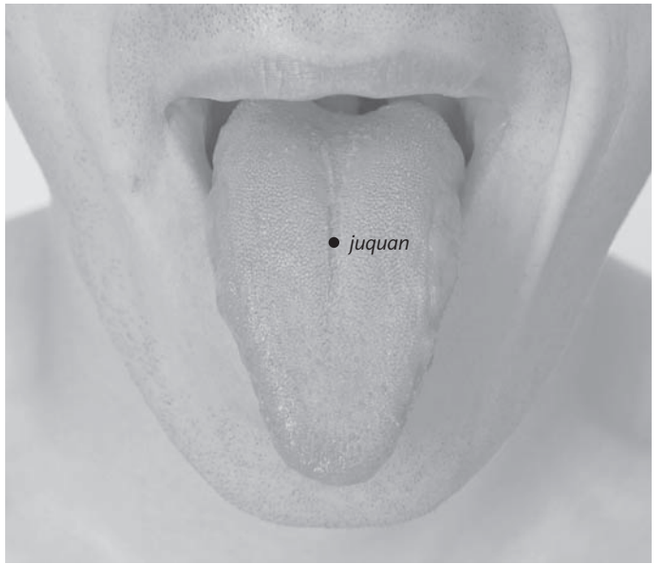
Lorsque la langue est tirée au maximum, au centre du corps de la langue.

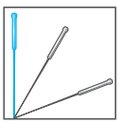
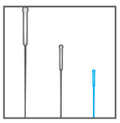
Insertion de l'aiguille

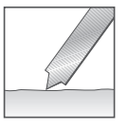
Insertion perpendiculaire de 0,2 *cun* de profondeur. Attention : ce point peut être douloureux !

Actions/indications

- Déviation de la langue, altération de la mobilité de la langue ou atrophie de la musculature de la langue, par exemple, à la suite d'une attaque d'apoplexie, ou en cas de perte du goût.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source de la mer HAIQUAN



Localisation

Sous la langue, au centre du frein, entre → ***jinjin*** (point HM) et → ***yuye*** (point HM).

Comment le trouver

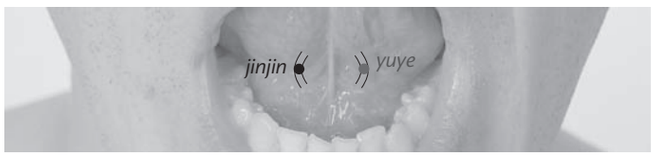
Demander au patient de mettre la langue vers l'arrière pour que le frein soit apparent. Pour éviter de blesser le frein, il faut localiser ce point à la base du celui-ci.

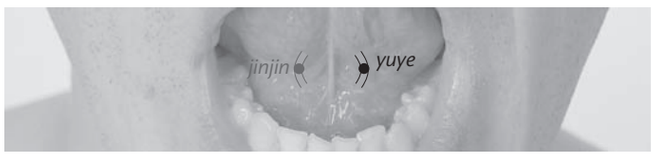
Insertion de l'aiguille

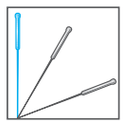
Insertion perpendiculaire de 0,2 *cun*. Retirer l'aiguille immédiatement après avoir brièvement tonifié ce point. Piquer ce point peut être douloureux.

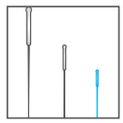
Actions/indications

- Ulcérations de la bouche et de la langue, hoquet.



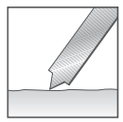














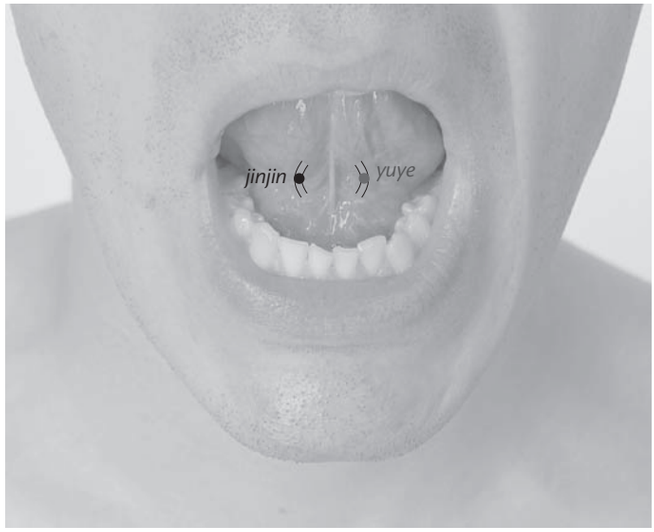


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

JINJIN *Liquide d'or*

Localisation

Sous la langue, sur la veine située à gauche du frein de la langue.



Comment le trouver

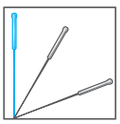
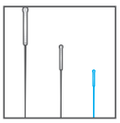
Demander au patient de mettre la langue vers l'arrière pour que les veines linguales soient visibles.

Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner. Piquer brièvement avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire, et laisser saigner. On utilise souvent ce point en association avec → ***yuye*** (point HM). Attention : ce point est contre-indiqué chez les patients qui saignent facilement ou qui prennent des anticoagulants.

Actions/indications

- Chasse la Chaleur et le Vent.

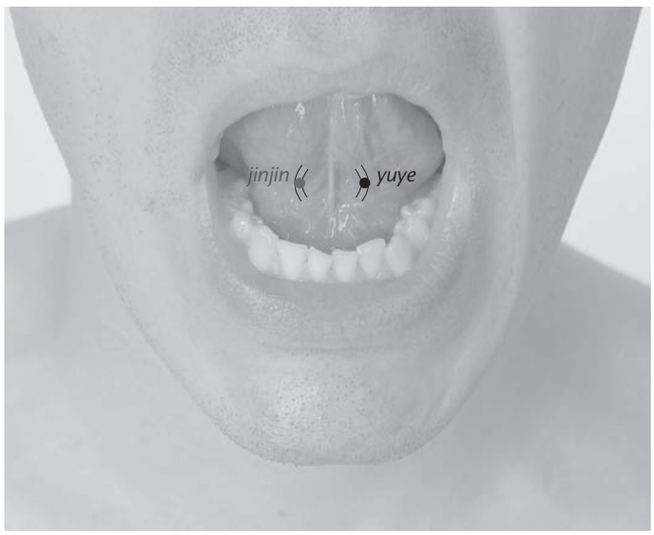








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fluide de jade YUYE



Localisation

Sous la langue, sur la grande veine située à droite du frein de la langue.

Comment le trouver

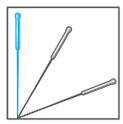
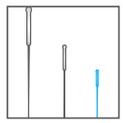
Demander au patient de mettre la langue vers l'arrière pour que les veines linguales soient visibles.

Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner. Piquer brièvement avec une aiguille classique, une lancette ou une aiguille triangulaire, et laisser saigner. On utilise souvent ce point en association avec → ***jinjin*** (point HM). Attention : ce point est contre-indiqué chez les patients qui saignent facilement ou qui prennent des anticoagulants.

Actions/indications

- Chasse la Chaleur et le Vent.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

YIMING *Redonne de l'éclat aux yeux*

Localisation

À la jonction de la tête et de l'occiput, en arrière de l'os mastoïdien.

Comment le trouver

Yiming se trouve sur une ligne qui relie → **TR-17** (en dessous du lobule de l'oreille, entre le processus mastoïdien et la mandibule) et → **VB-20** (à la jonction de la tête et de l'occiput, au centre de la dépression latéro-dorsale). À partir de → **TR-17**, mesurer 1 *cun* en arrière du processus mastoïdien. C'est là que se trouve ***yiming***.

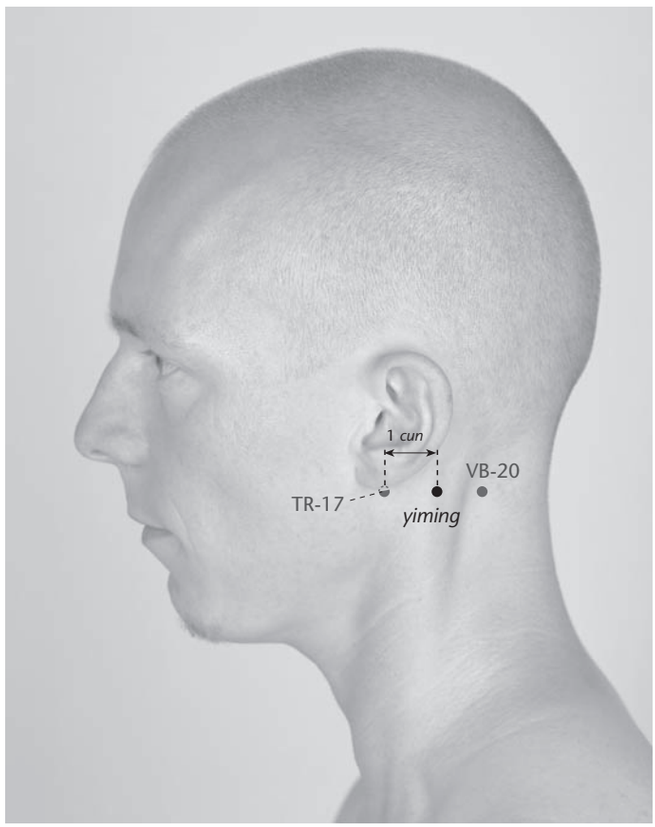
Légèrement au-dessus et en arrière de ***yiming***, on trouve → ***anmian*** (point HM), au coin situé entre le processus mastoïdien et l'occiput.

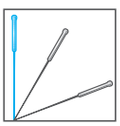
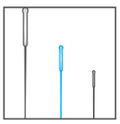
Insertion de l'aiguille

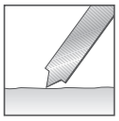
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur.

Actions/indications

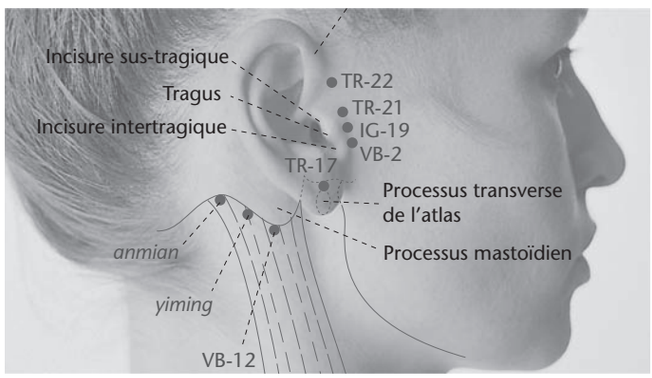
- Pathologies des yeux et des oreilles, sensations vertigineuses, insomnie.

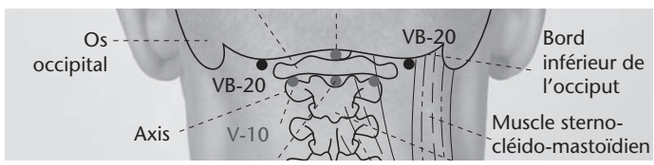


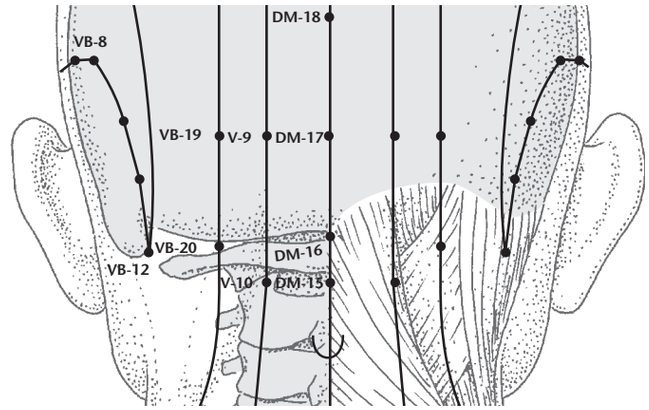



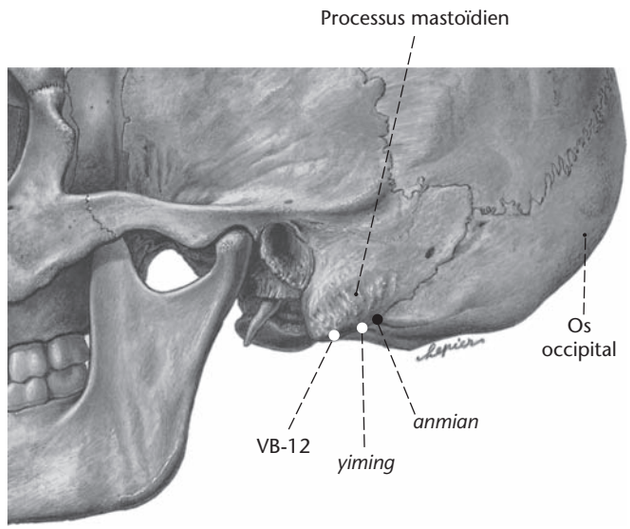







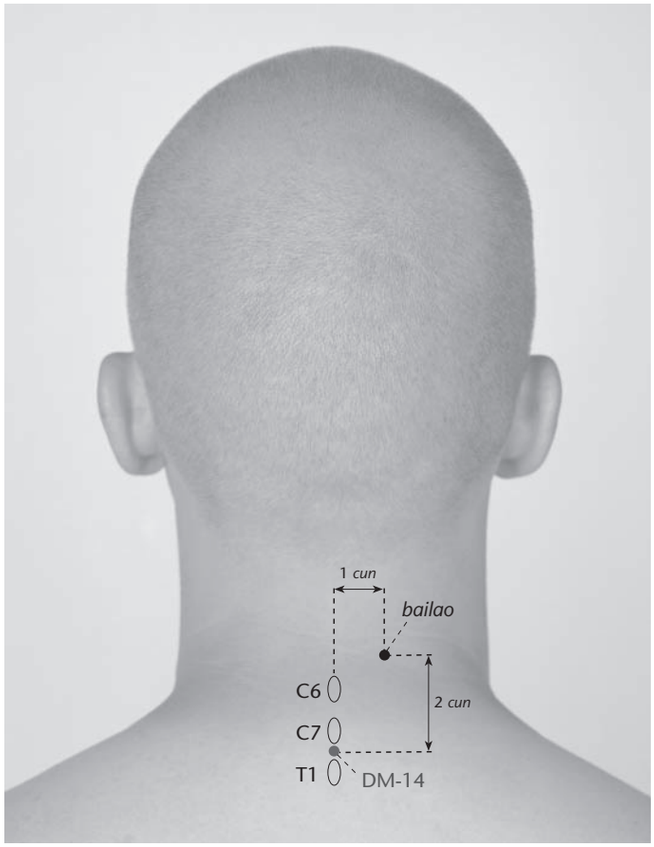






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les cent consomptions JINGBAILAO/BAILAO



Localisation

2 *cun* au-dessus du bord inférieur du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale (C7) et 1 *cun* en dehors de la ligne médiane.

Comment le trouver

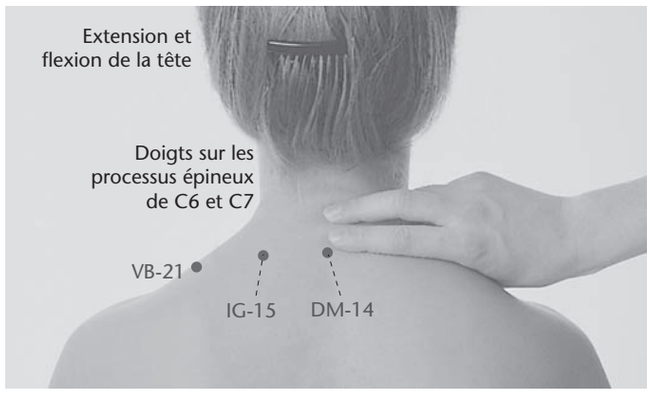
Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1). → **DM-14** se trouve en dessous du processus épineux de C7. À partir de ce point, mesurer 2 *cun* vers le haut et 1 *cun* en direction latérale pour trouver ***bailao***.

Insertion de l'aiguille

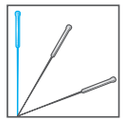
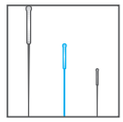
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

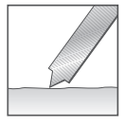
Actions/indications

- Chasse le Vent et l'Humidité.
- Ouvre le méridien.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

SHANGMING *Luminosité supérieure*

Localisation

Juste au-dessus de la pupille, en dessous du bord de l'orbite.

Comment le trouver

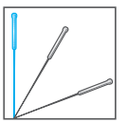
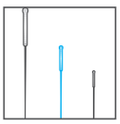
Lorsque le patient regarde droit devant lui, rechercher le bord de l'orbite juste au-dessus de la pupille : ***shangming*** se trouve entre le bord supérieur de l'orbite et le globe oculaire.

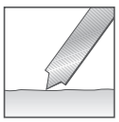
Insertion de l'aiguille

Repousser délicatement le globe oculaire vers le bas. Insérer doucement l'aiguille à une profondeur de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dans le tissu graisseux, immédiatement au-dessus de l'os. Attention : être très vigilant en cas de douleur, même légère. Ne pas manipuler l'aiguille ! Une fois l'aiguille retirée, appuyer fermement sur ce point avec un coton pendant environ 10 mn. Un hématome peut néanmoins se former et il vaut mieux en informer le patient avant le traitement. La moxibustion est contre-indiquée sur ce point. Les autres points, moins difficiles à piquer, qui traitent aussi les pathologies oculaires sont : → **V-2**, → **TR-23**, → **VB-1**, → **E-2**, → ***taiyang*** (point HM) et → ***yuyao*** (point HM).

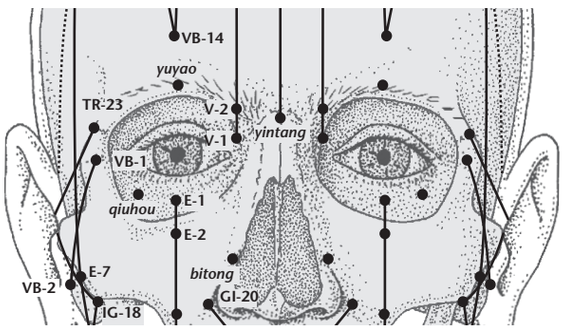
Actions/indications

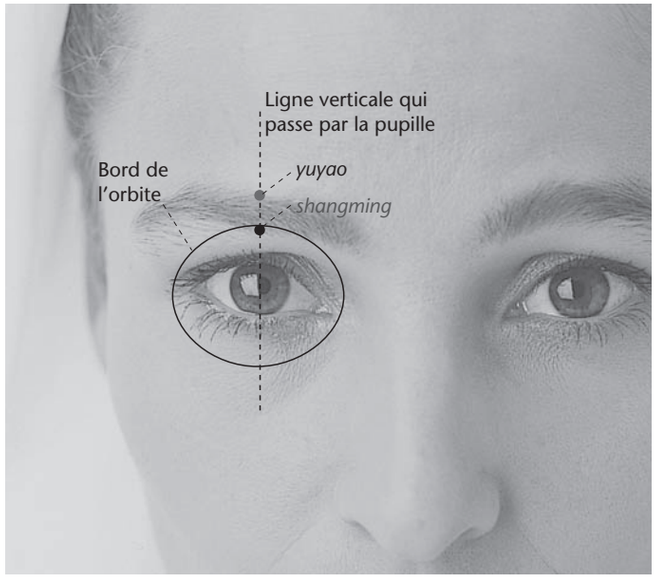
- Pathologies oculaires.

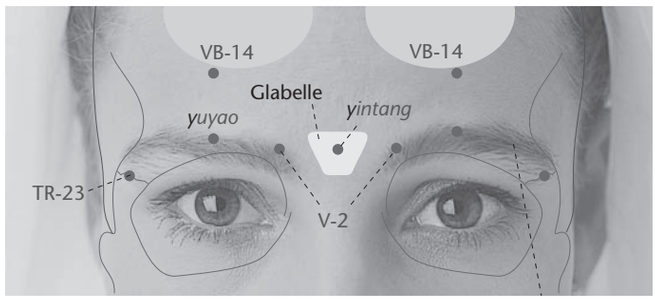



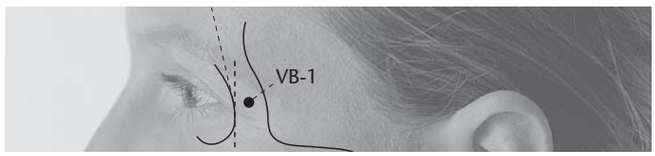



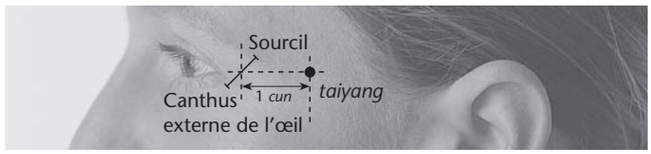








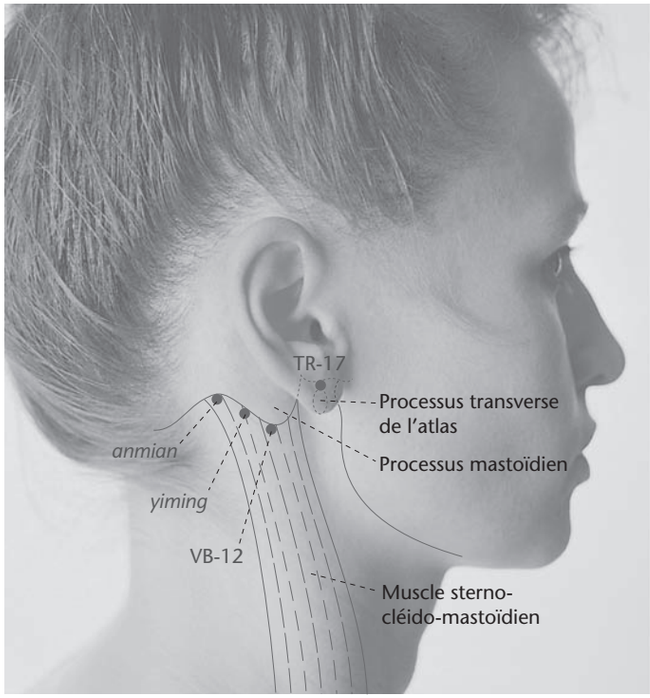






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Sommeil paisible ANMIAN



Localisation

Derrière l'oreille, entre → **TR-17** et → **VB-20**, en arrière du processus mastoïdien.

Comment le trouver

Commencer par localiser → **TR-17**, juste en dessous du lobule de l'oreille, dans la dépression entre la mâchoire inférieure et le processus mastoïdien (→ 3.1) lorsque la bouche est ouverte. Ensuite, localiser → **VB-20**, au bord inférieur de l'occiput, dans la dépression située entre les origines des muscles sterno-cléido-mastoïdien et trapèze. ***Anmian*** se trouve environ à mi-chemin entre ces deux points, légèrement en arrière de l'os mastoïdien et au-dessus de → **VB-12**, dans une dépression qui se trouve au bord inférieur de l'occiput.

Insertion de l'aiguille

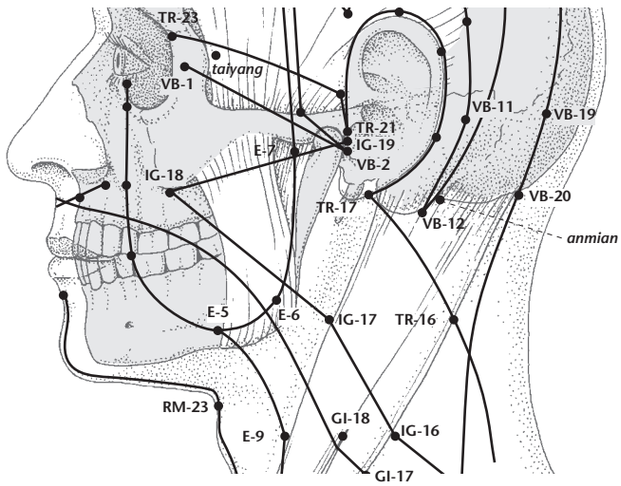
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de → **TR-17** ou de → **VB-20**.

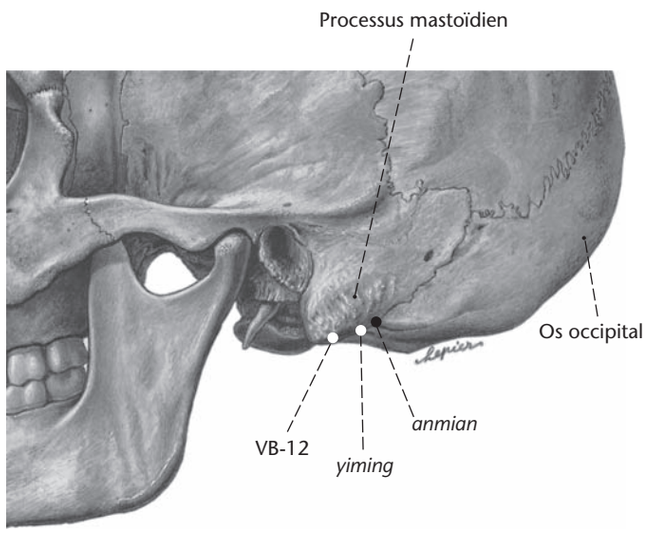
Actions/indications

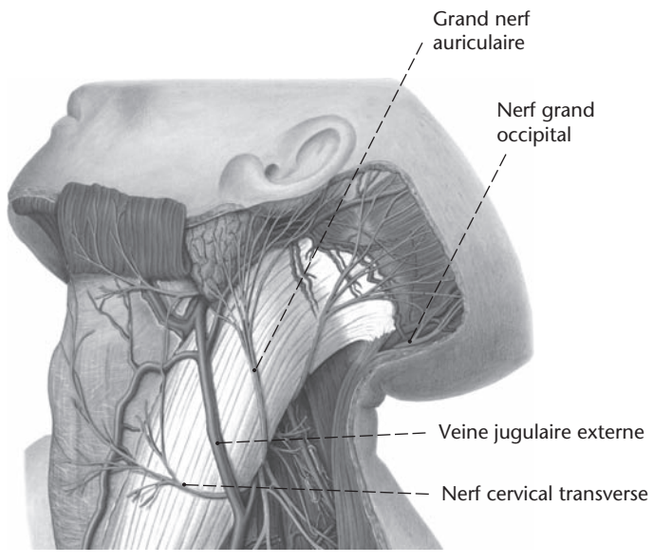
- Calme l'Esprit (*shen*).

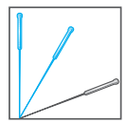
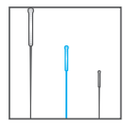
Caractéristiques particulières

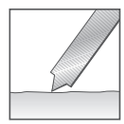
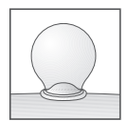
Point important pour traiter les troubles du sommeil. Ce point hors méridien ne fait pas partie des points hors méridiens traditionnellement répertoriés.








Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

JIALI *Centre de la joue*

Localisation

À l'intérieur de la bouche, sur la muqueuse, 1 *cun* en arrière du coin de la bouche.

Comment le trouver

Localiser ce point sur la muqueuse de la bouche, 1 *cun* en arrière du coin de la bouche.

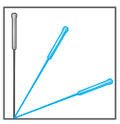
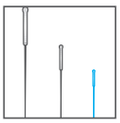
Insertion de l'aiguille

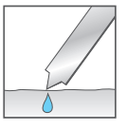
Insertion oblique vers l'arrière de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner.

Actions/indications

- Élimine la Chaleur.
- Traite l'inflammation de la bouche et de la gorge, et les gastrites.



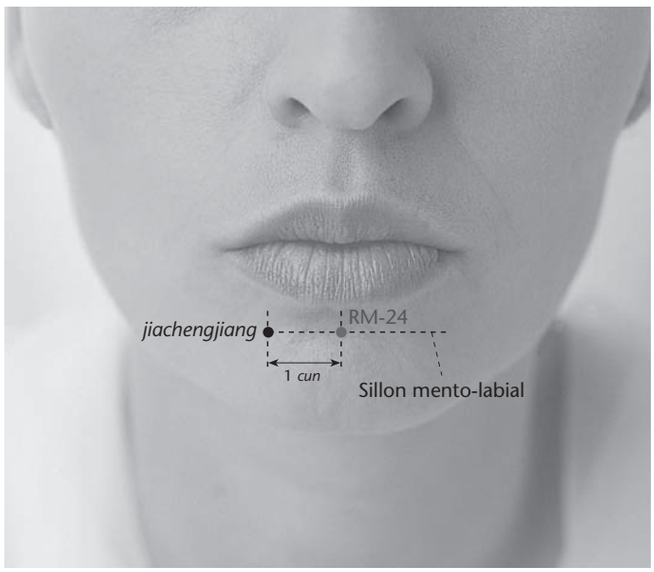





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Proche du réservoir des liquides JIACHENGJIANG



Localisation

1 *cun* en dehors du centre du sillon mento-labial.

Comment le trouver

Ce point se trouve sur le foramen du menton.

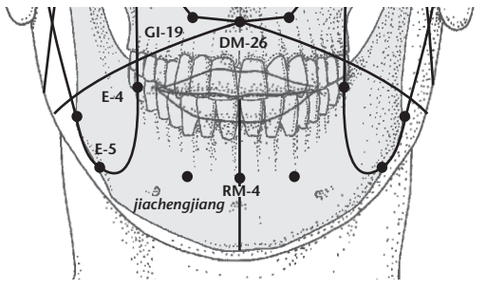
→ **RM-24** est situé au centre du sillon mento-labial.

Insertion de l'aiguille

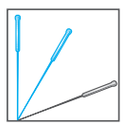
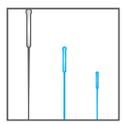
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur ou insertion oblique en direction du foramen du menton pouvant aller jusqu'à 1 *cun* de profondeur.

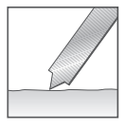
Actions/indications

- Disperse le Vent, ouvre le méridien.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

CHONGGU ZHUIDONG *Os proéminent*

Localisation

En dessous du processus épineux de la 6ème vertèbre cervicale (C6).

Comment le trouver

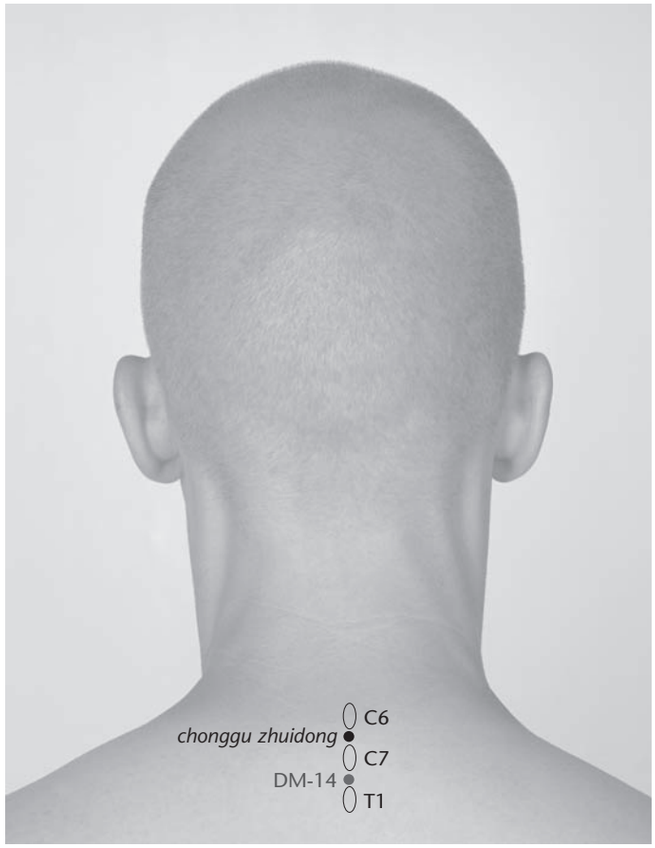
Ce point se situe sur la ligne médiane postérieure, et donc sur le vaisseau Gouverneur (*du mai*). En fait, l'« os proéminent » (vertebra prominens) qui est en dessous de ***chonggu zhuidong*** est le processus épineux de C7 ou de T1. → **DM-14** se trouve entre ces deux processus épineux. Pour localiser correctement C6 et C7, → 3.4.1.

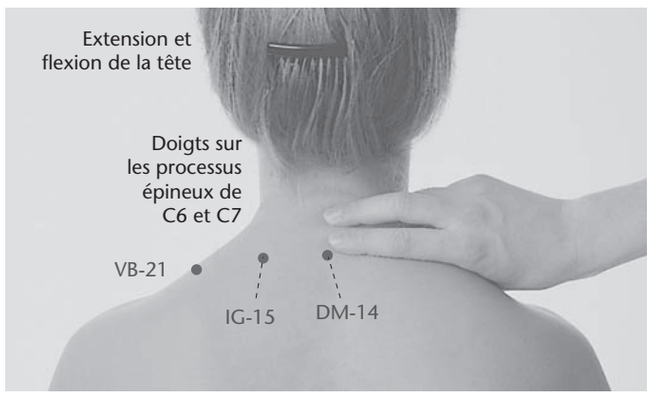
Insertion de l'aiguille

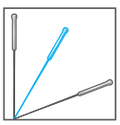
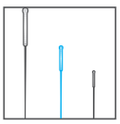
Insertion oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur dirigée vers le haut.

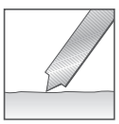
Actions/indications

- Disperse les facteurs pathogènes externes.
- Harmonise l'Esprit (*shen*).





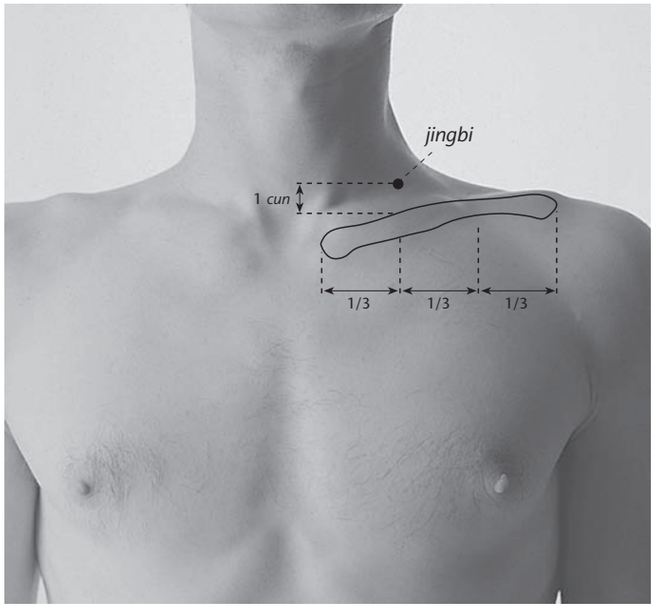





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Bras supérieur JINGBI



Localisation

1 *cun* au-dessus de la jonction du tiers proximal et du tiers moyen de la clavicule.

Comment le trouver

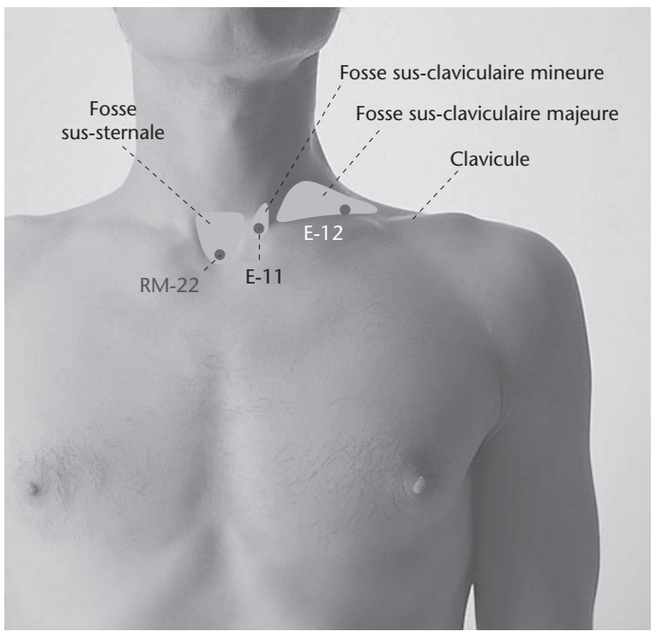
Mesurer un tiers de la clavicule à partir de son extrémité médiale, puis mesurer 1 *cun* vers le haut et localiser ***jingbi*** dans la fosse sus-claviculaire. Ce point est situé au-dessus du plexus brachial.
→ **E-12** est très près de ce point, juste au-dessus du milieu de la clavicule.

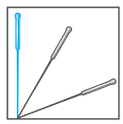
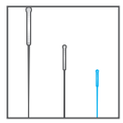
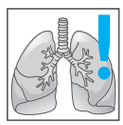
Insertion de l'aiguille

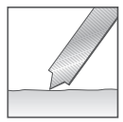
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur. Pendant l'insertion ou la stimulation, on peut sentir une sensation de chaleur ou de picotements dans les doigts. Attention : risque de pneumothorax.

Actions/indications

- Paresthésie ou paralysie des extrémités supérieures.



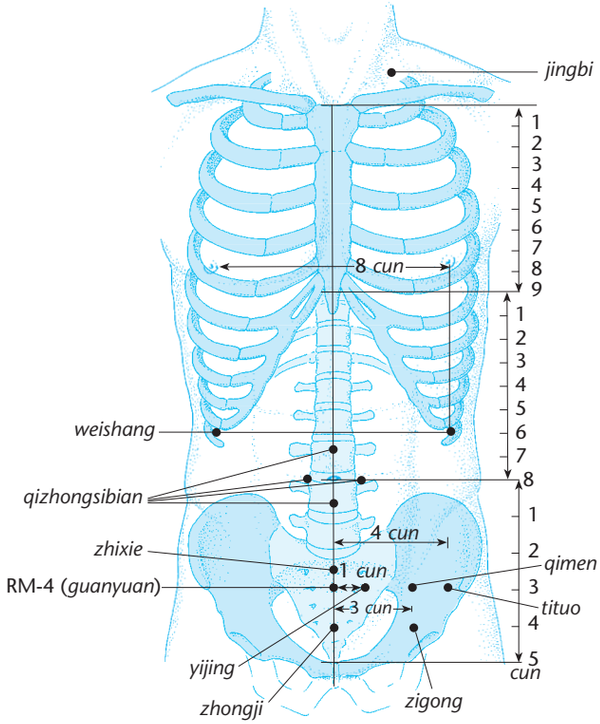




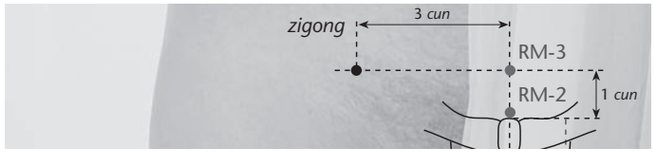


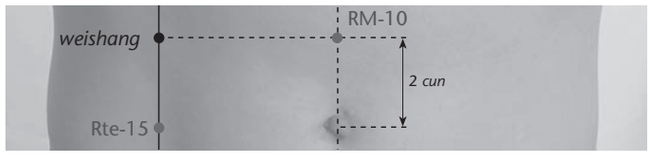


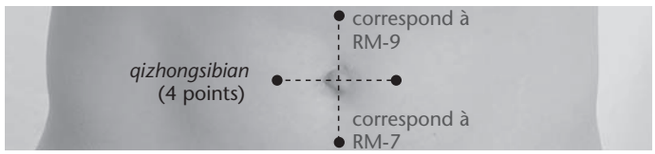
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

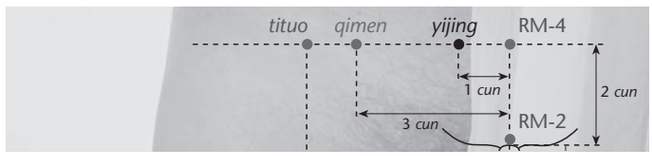
6.2 Points hors méridiens de la poitrine et de l'abdomen

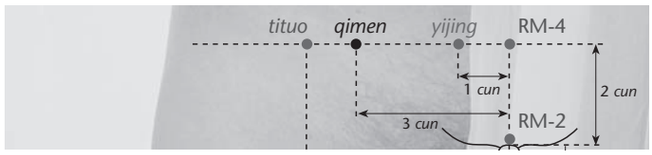


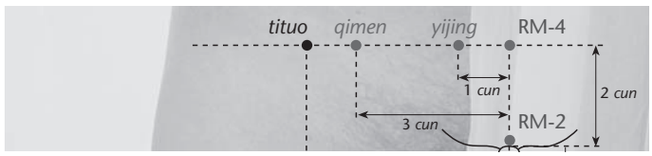








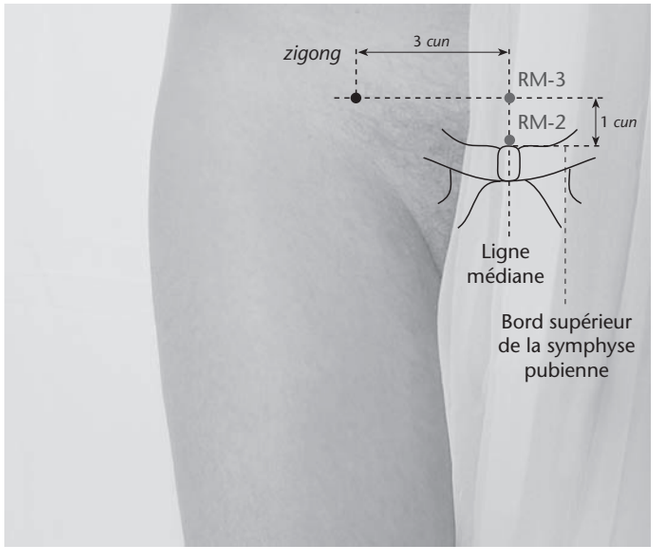




Nomenclature anglaise	Noms en *pinyin*	Nguyen Van Nghi, König et Wancura, Schnorrenberger	Shanghai College	Ex (Hempen)
Ex-CA-1	*zigong*	PaM ou ZP49	M-CA-18	Ex9
Autres points hors méridiens				
Ex-CA	*weishang*			
Ex-CA	*qizhongsibian*			Ex5
Ex-CA	*yijing*	PaM ou ZP45		
Ex-CA	*qimen*	PaM ou ZP46		Ex7
Ex-CA	*tituo*	NP39	M-CA-4	
Ex-CA	*zhixie*	NP38	N-CA31	

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Palais de l'enfant ZIGONG



Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser → **RM-3** sur la ligne médiane antérieure, 1 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne. ***Zigong*** se trouve 3 *cun* en dehors de ce point.

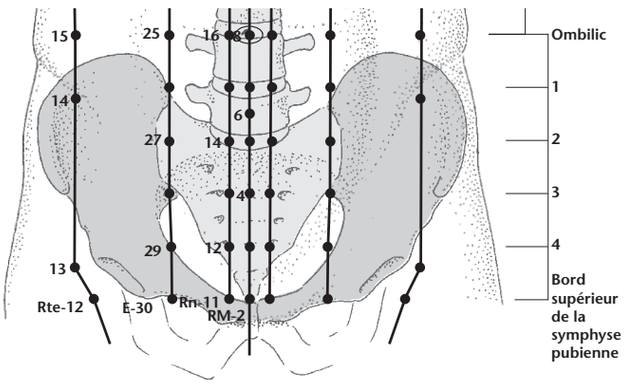
Au même niveau, on trouve → **Rn-12** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **E-29** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

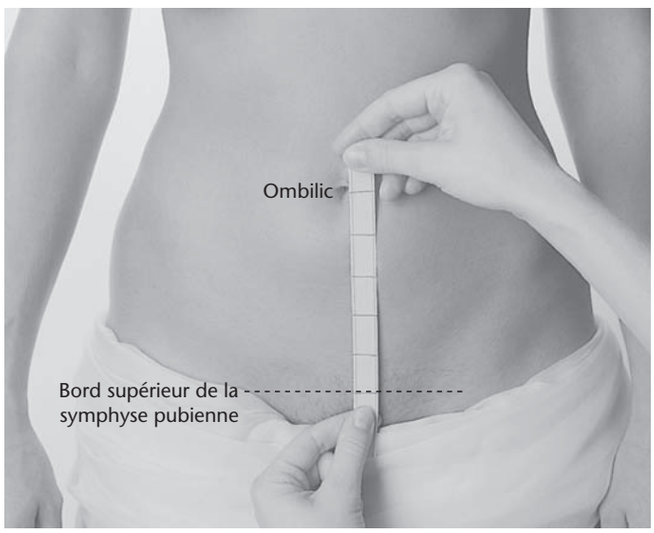
Insertion de l'aiguille

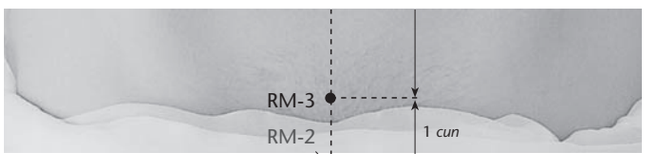
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur ou insertion oblique de 1 à 2 *cun* de profondeur en direction du bord supérieur de la symphyse pubienne. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse ou de vessie pleine.

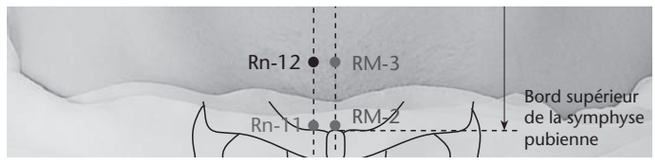
Actions/indications

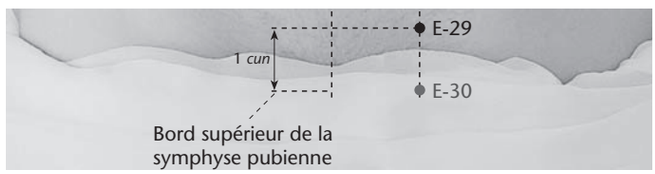
- Renforce et fait monter le Qi.
- Régule les menstruations.
- Soulage la douleur de l'abdomen et de la région lombale.

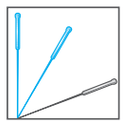
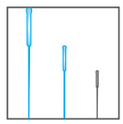
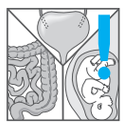


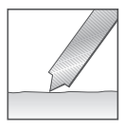












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

WEISHANG *Fait remonter l'Estomac*

Localisation

Sur le méridien de la Rate, 4 *cun* en dehors de l'ombilic et 2 *cun* au-dessus de celui-ci.

Comment le trouver

On divise en 8 unités proportionnelles la distance entre l'angle sterno-costal et le centre de l'ombilic, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). À partir du centre de l'ombilic, mesurer 2 *cun* vers le haut (localisation de → **RM-10**) puis localiser ***weishang*** 4 *cun* en dehors de la ligne médiane.

→ **Rte-16** se trouve 1 *cun* au-dessus de ***weishang***.

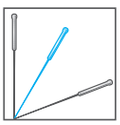
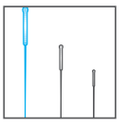
Au même niveau, on trouve → **RM-10** (sur la ligne médiane), → **Rn-17** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure) et → **E-23** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure).

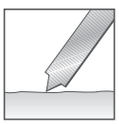
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique de 2 à 3 *cun* de profondeur en direction de l'ombilic. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

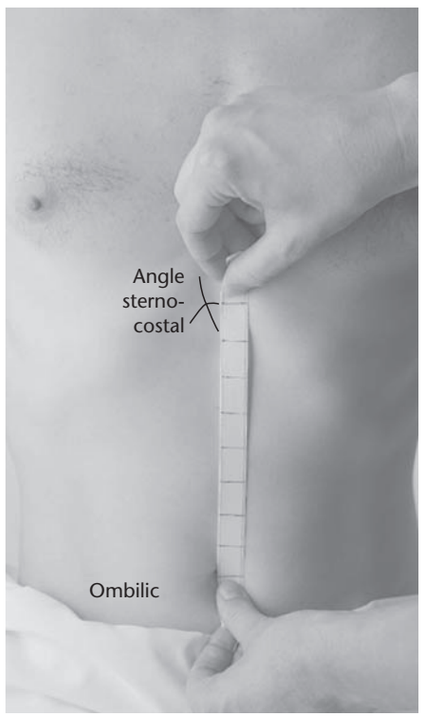
Actions/indications

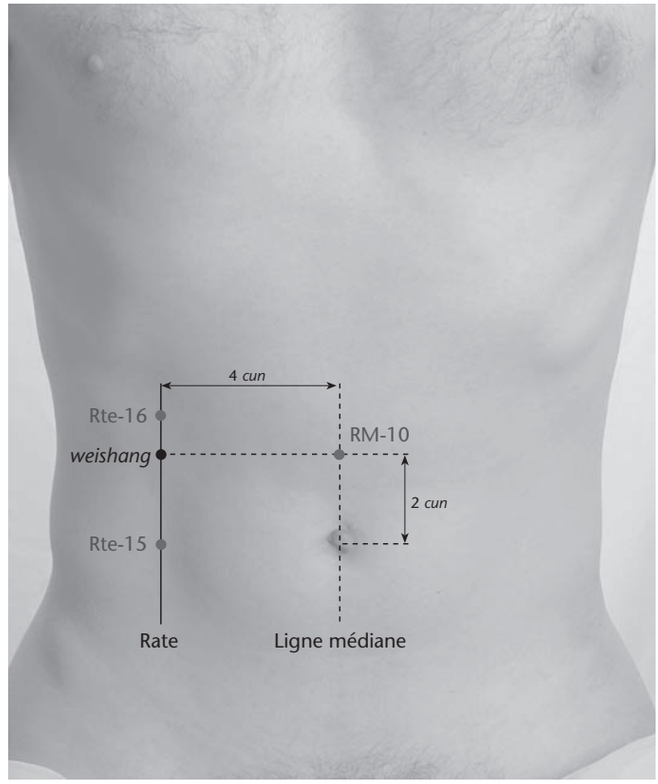
- Ptose de l'estomac, douleur abdominale.

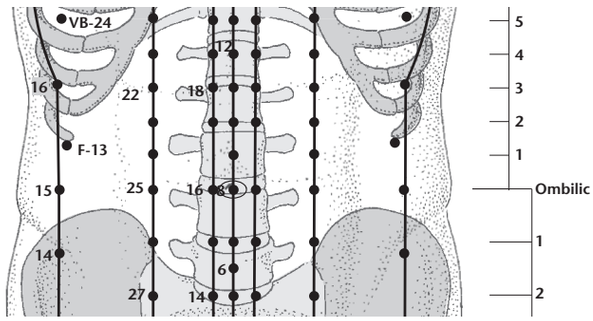



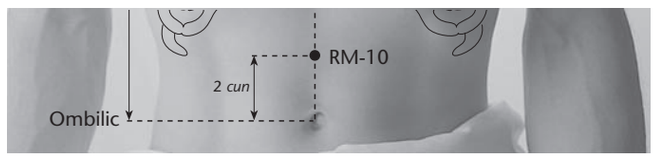



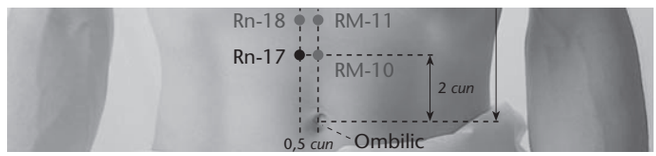


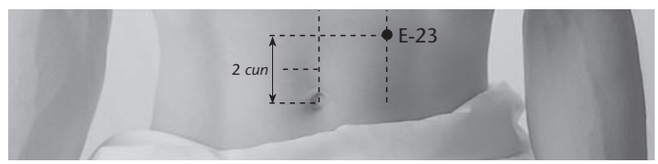






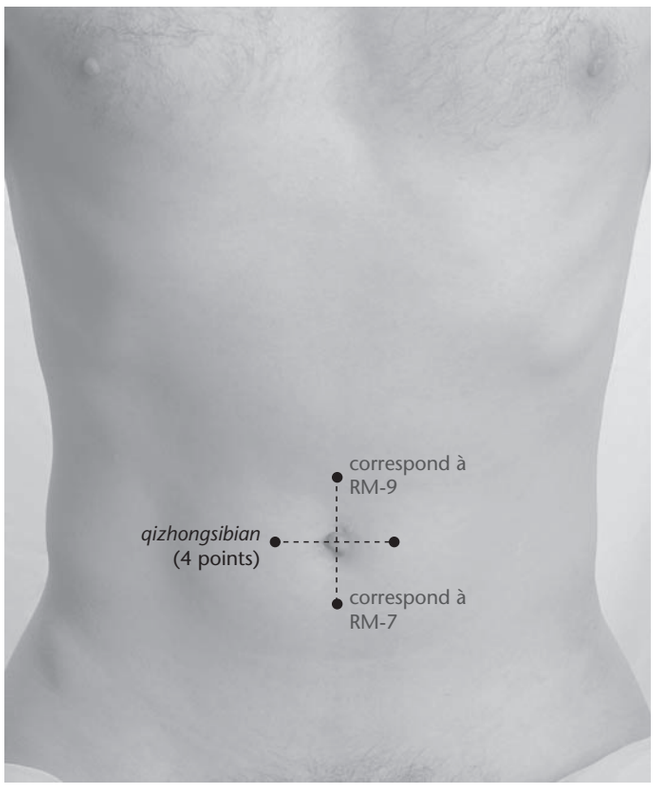






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Quatre points autour de l'ombilic QIZHONGSIBIAN



Localisation

Quatre points situés 1 *cun* en dessous, au-dessus et de chaque côté de l'ombilic.

Comment les trouver

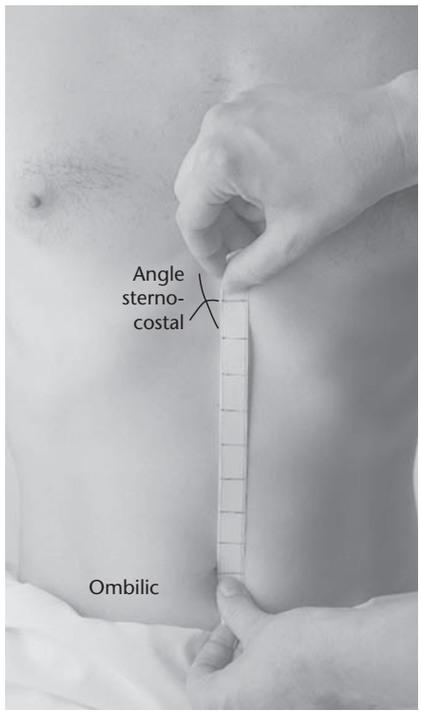
Ces quatre points dessinent une étoile autour de l'ombilic.

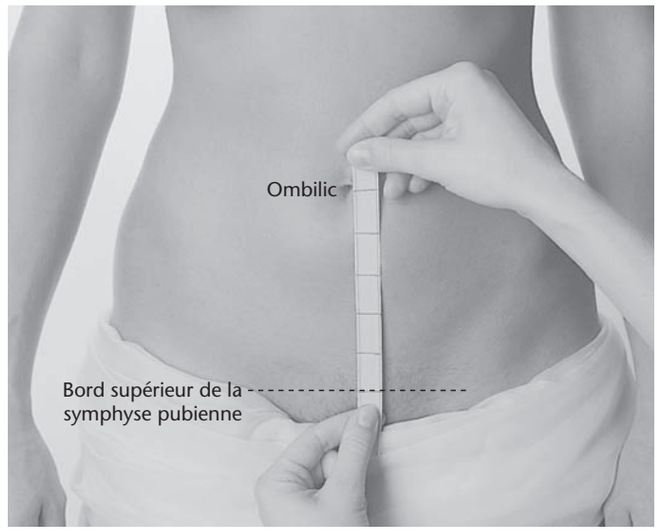
Insertion de l'aiguille

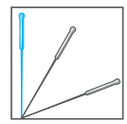
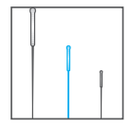
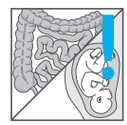
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

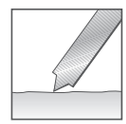
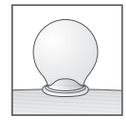
Actions/indications

- Distension, diarrhée, dyspepsie, dysménorrhée.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

YIJING *Perte de semence*

Localisation

1 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser → **RM-4** sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne. ***Yijing*** se trouve 1 *cun* en dehors de ce point.

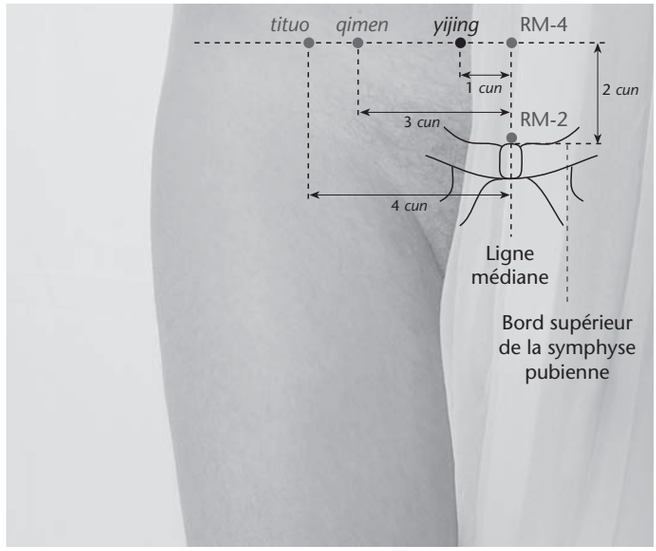
Au même niveau, on trouve → **Rn-13** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), ***qimen*** (point HM) (3 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **E-28** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → ***tituo*** (point HM) (4 *cun* en dehors de la ligne médiane). → **VB-27** est à peu près au même niveau, en direction médiale par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure.

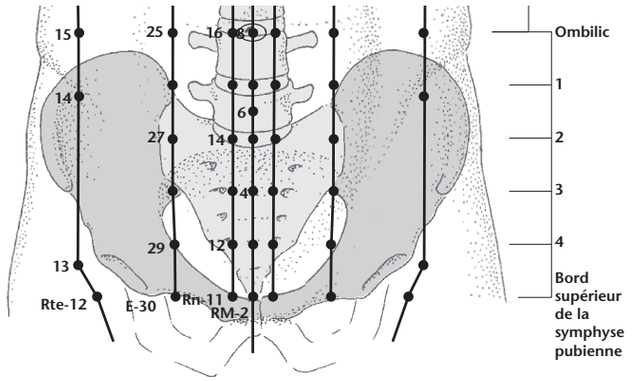
Insertion de l'aiguille

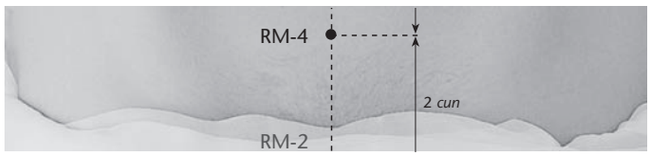
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Prudence en cas de grossesse et de vessie pleine.

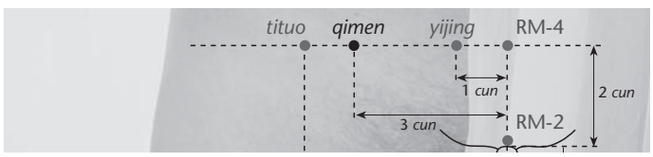
Actions/indications

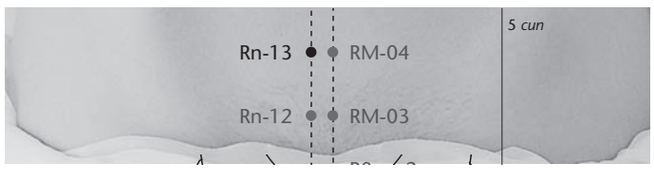
- Troubles de l'éjaculation, impuissance, eczéma du scrotum.

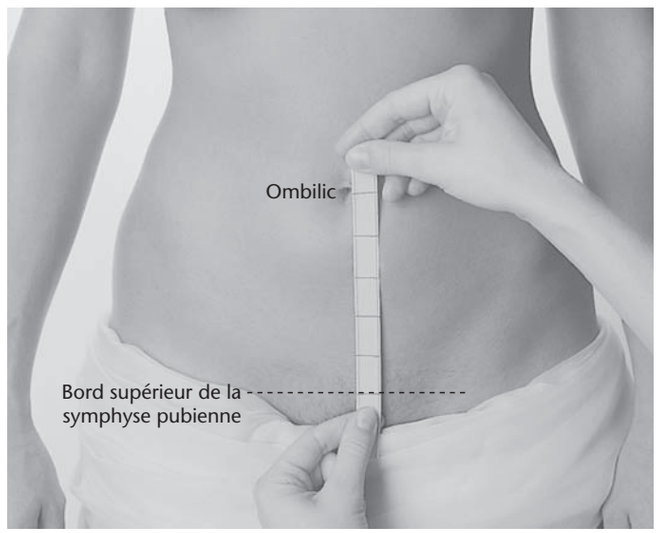


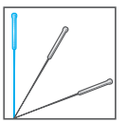


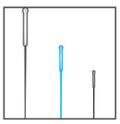


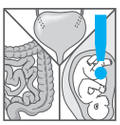




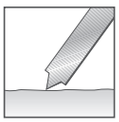










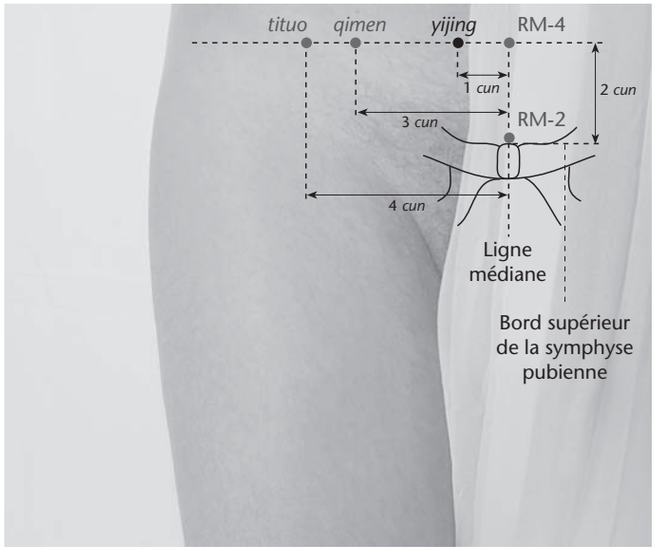






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Porte du Qi QIMEN



Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser → **RM-4** sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne. ***Qimen*** se trouve 3 *cun* en dehors de ce point.

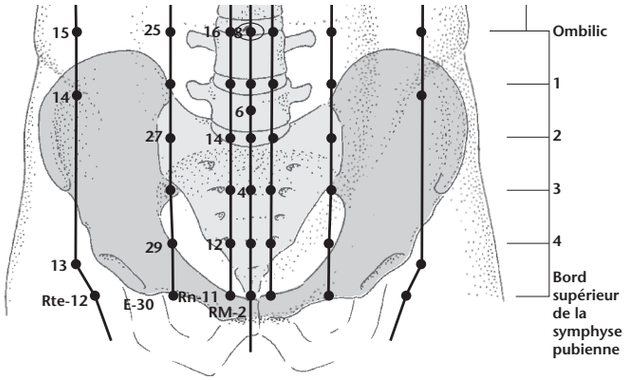
Au même niveau, on trouve → **Rn-13** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → ***yijing*** (point HM) (1 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **E-28** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane), → ***tituo*** (point HM) (4 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **VB-27** (à peu près au même niveau, en direction médiale par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure).

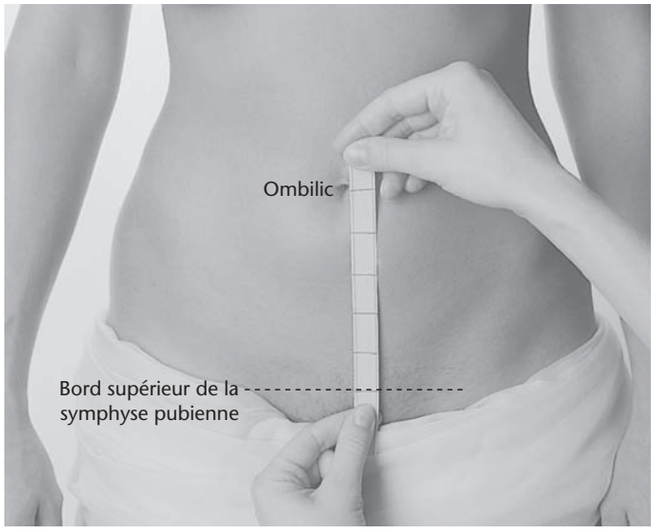
Insertion de l'aiguille

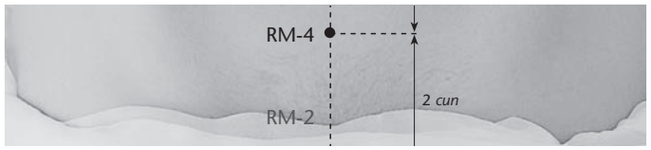
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

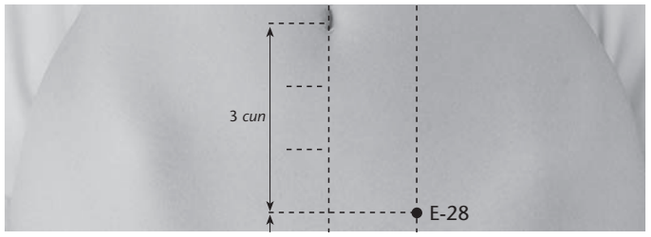
Actions/indications

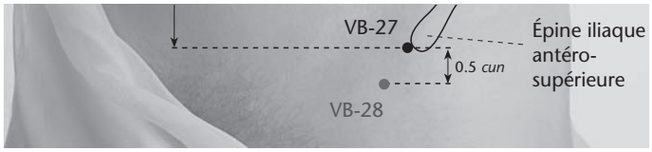
- Métrorragie, stérilité féminine, orchite, infection des voies urinaires, écoulement persistent de lochies.

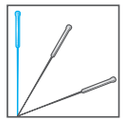


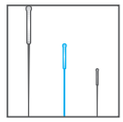


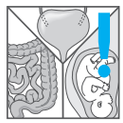




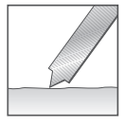
















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

TITUO *Soulève et soutient*

Localisation

4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.

Comment le trouver

On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). Localiser → **RM-4** sur la ligne médiane antérieure, 2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne. ***Tituo*** se trouve 4 *cun* en dehors de ce point, en direction médiale par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure.

Au même niveau, on trouve → **Rn-13** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → ***yijing*** (point HM) (1 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **E-28** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → ***qimen*** (point HM) (3 *cun* en dehors de la ligne médiane). → **VB-27** est à peu près au même niveau, en direction médiale par rapport à l'épine iliaque antéro-supérieure.

Insertion de l'aiguille

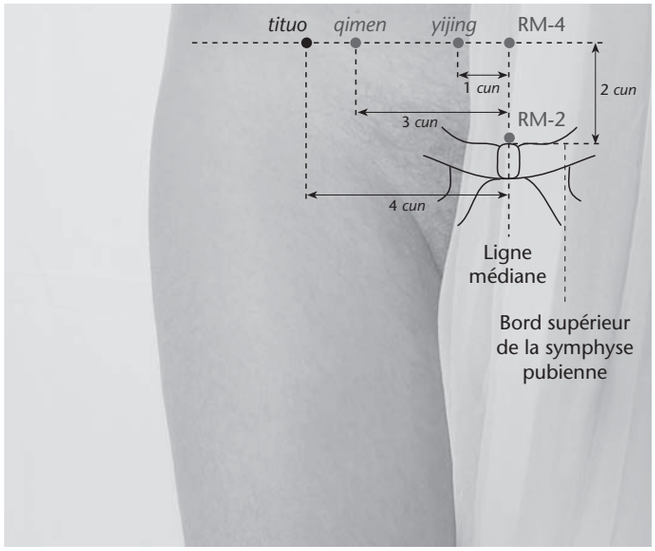
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse.

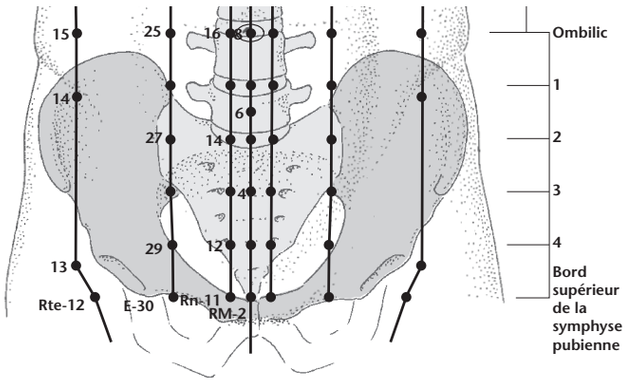
Actions/indications

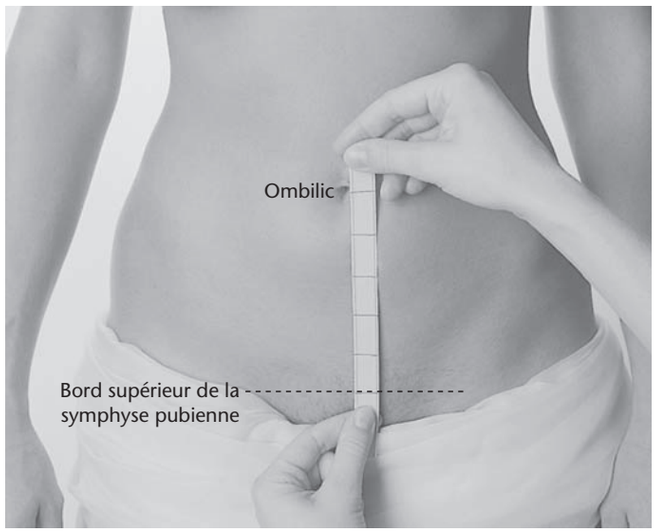
- Renforce et fait monter le Qi, traite le prolapsus d'organes.

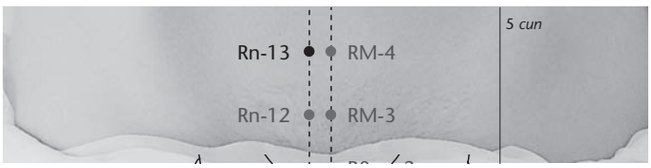
Caractéristiques particulières

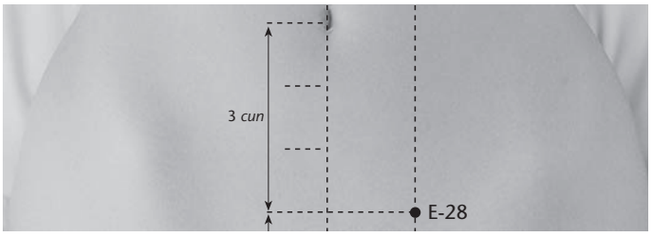
En MTC moderne, on considère ***tituo*** comme le point le plus important pour traiter le prolapsus de l'utérus.



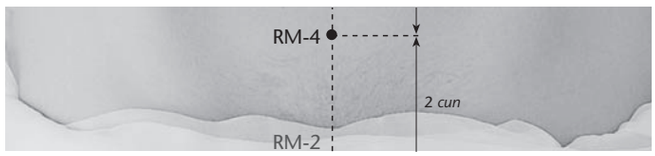


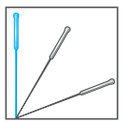
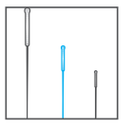


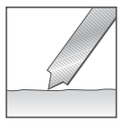








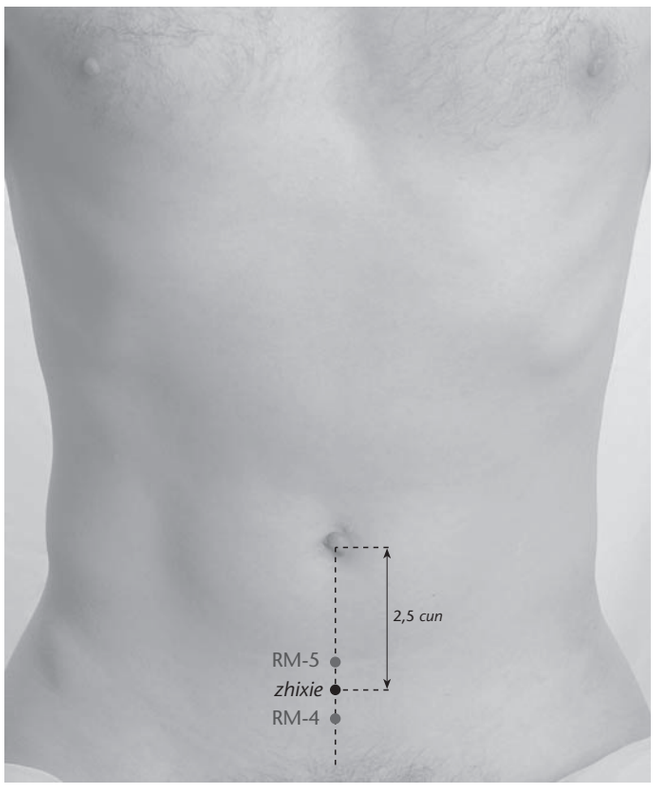



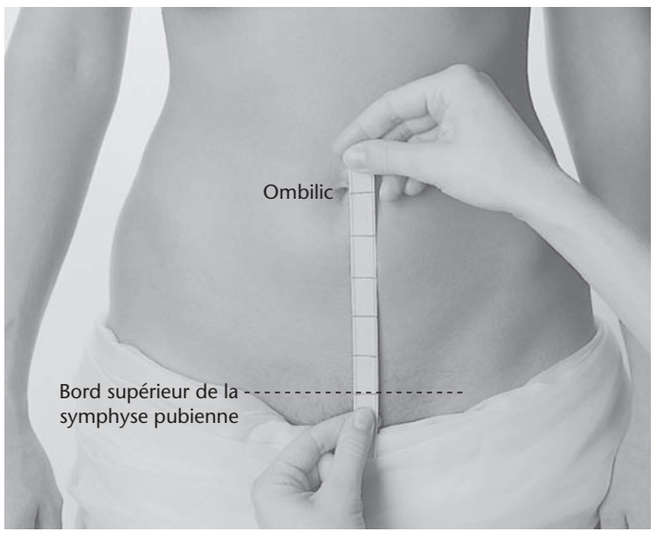



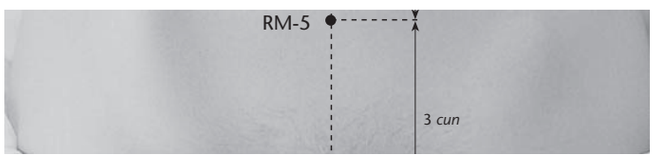


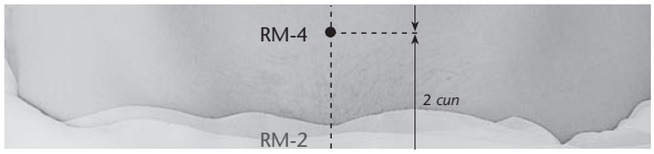
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Fin de la diarrhée ZHIXIE









Localisation

Sur la ligne médiane antérieure, 2,5 *cun* en dessous de l'ombilic.

Comment le trouver

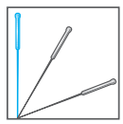
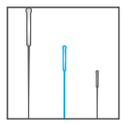
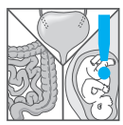
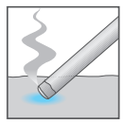
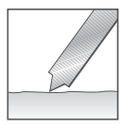
On divise en 5 unités proportionnelles la distance qui sépare le centre de l'ombilic et le bord supérieur de la symphyse pubienne, distance qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre si on la mesure avec le *cun* du doigt ; c'est pourquoi il est préférable de s'en tenir aux unités proportionnelles en *cun* (aide utile : ruban élastique, → 2.3.1). ***Zhixie*** se trouve au milieu de cette distance, entre → **RM-4** (2 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne) et → **RM-5** (2 *cun* en dessous de l'ombilic). **Ou** : technique de l'amplitude de la main (→ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement sur l'ombilic et sur le bord supérieur de la symphyse pubienne, et étendre les mains de façon égale ; les pouces vont se rejoindre au milieu de cette distance.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : présence du péritoine. Prudence en cas de grossesse et de vessie pleine.

Actions/indications

- Arrête les diarrhées.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

SANJAIOJIU *Triangle de la moxibustion*

Localisation

Ces trois points constituent les sommets d'un triangle équilatéral, le sommet supérieur étant sur l'ombilic et la base du triangle formant une ligne horizontale sur l'abdomen. Les côtés de ce triangle correspondent à la taille du sourire du patient.

Comment les trouver

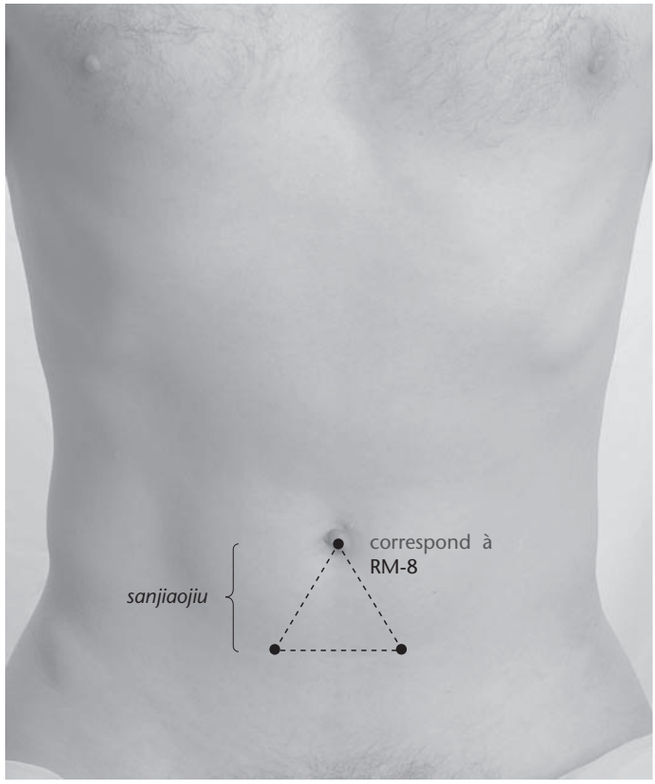
Il est utile d'expliquer la localisation de ce point au patient, ce qui va inévitablement le faire sourire, permettant alors au praticien de déterminer la longueur des côtés du triangle.

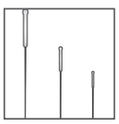
Insertion de l'aiguille

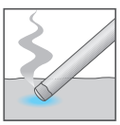
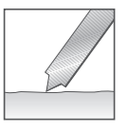
Moxibustion uniquement, pas d'insertion d'aiguille.

Actions/indications

- Régule le Qi et arrête la diarrhée.



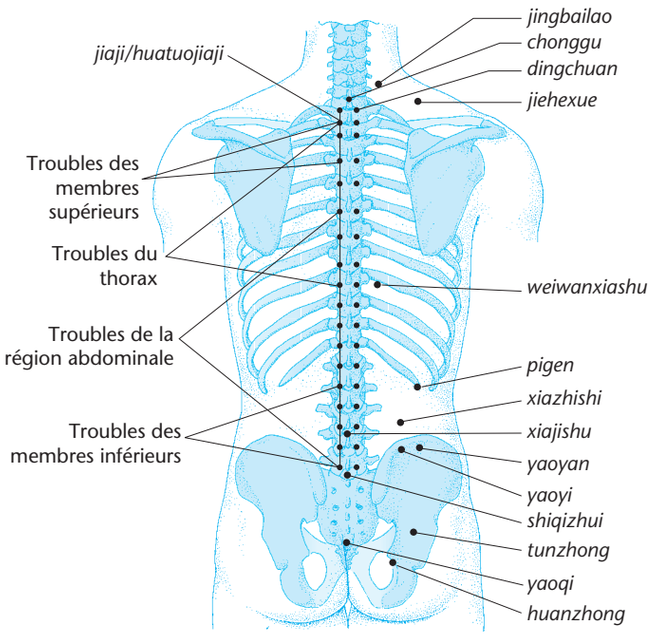





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

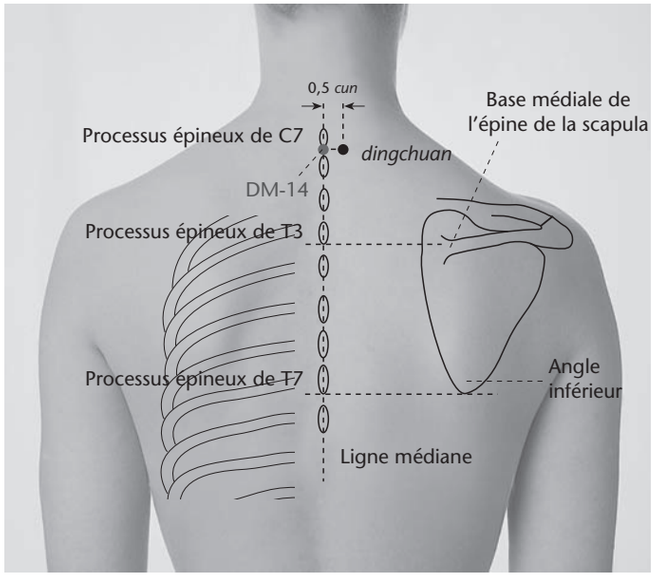
6.3 Points hors méridiens du dos



Nomenclature anglaise	Noms en *pinyin*	Nguyen Van Nghi, König et Wancura, Schnorrenberger	Shanghai College	Ex (Hempen)
Ex-B-1	*dingchuan*	NP45	M-BW-1	Ex10
Ex-B-2	*huatuojiaji/jiaji*	PaM ou ZP85	M-BW-35	Ex12
Ex-B-3	*waiguanxiashu/ weiwanxiashu/ bashu* ou *yishu*	PaM ou ZP62	M-BW-12	
Ex-B-4	*pigen*	PaM ou ZP66	M-BW-16	
Ex-B-5	*xiajishu*	PaM ou ZP71		
Ex-B-6	*yaoyi*	PaM ou ZP73		
Ex-B-7	*yaoyan*	PaM ou ZP74	M-BW-24	
Ex-B-8	*shiqizhui/shiqizhuixia*	PaM ou ZP75	M-BW-25	Ex11
Ex-B-9	*yaoqi*	PaM ou ZP79	M-BW-29	
Autres points hors méridiens				
Ex-B	*jiehexue*	NP47	M-BW-6	
Ex-B	*tunzhong*	PaM ou ZP83	M-BW-33	

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Calme la dyspnée DINGCHUAN



Localisation

0,5 *cun* en dehors du bord de l'apophyse épineuse de la 7ème vertèbre cervicale (C7).

Comment le trouver

Commencer par localiser C7 (→ 3.4.1), puis mesurer 0,5 *cun* en dehors du bord de son apophyse épineuse en direction latérale et localiser ***dingchuan***.

Au même niveau, on trouve → **DM-14** (sur la ligne médiane), → **IG-15** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → ***jiehexue*** (point HM) (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

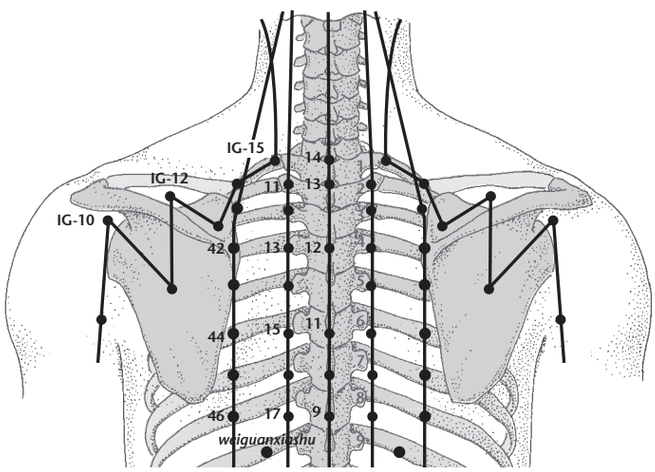
Insertion de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction médiale.

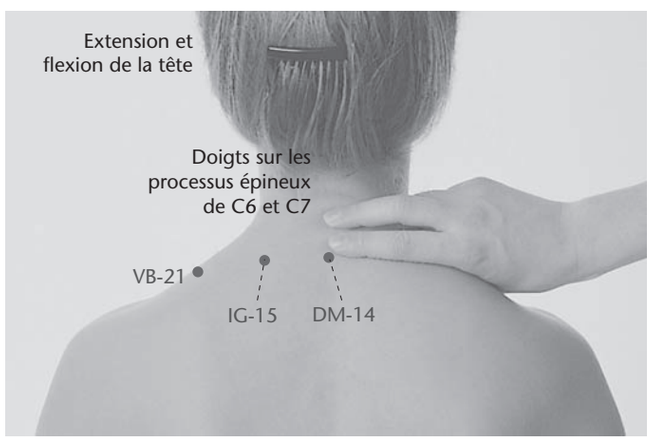
Actions/indications

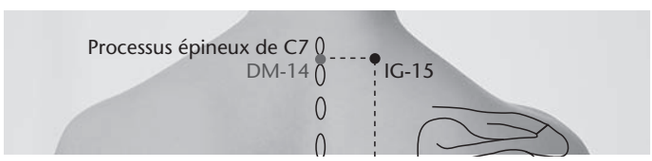
- Harmonise le Qi du Poumon.
- Point local pour le cou et les épaules.

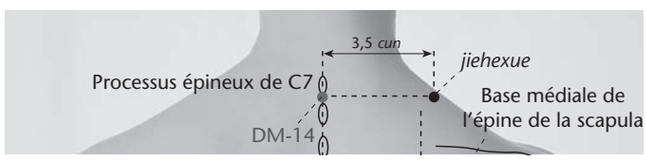
Caractéristiques particulières

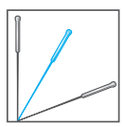
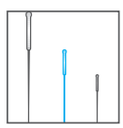
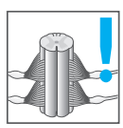
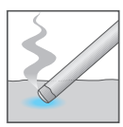
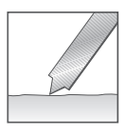
Point utilisé récemment pour la dyspnée.











Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

HUATUOJIAJI *Points para-vertébraux de Hua Tuo*

Localisation

Groupe de 17 couples de points situés à 0,5 *cun* en dehors des bords inférieurs des processus épineux, proches de la surface articulaire des vertèbres, à savoir :

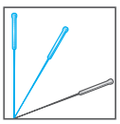
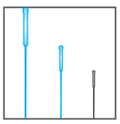
- 12 couples de points thoraciques (***xiongjiaji***) situés entre T1 et T12,
- 5 couples de points des lombes (***yaojiaji***) situés entre L1 et L5. En fonction des écoles, les points qui correspondent aux points latéraux par rapport à la colonne cervicale sont parfois décrits comme des « points ***huatuojiaji*** supplémentaires ».

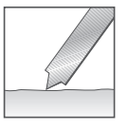
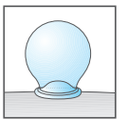
Comment les trouver

Le choix des points ***huatuojiaji*** dépend du trouble à traiter. Il faut localiser le processus épineux approprié et localiser ces couples de points 0,5 *cun* en dehors des bords inférieurs de ce processus.

Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou, mieux, insertion oblique en direction de la colonne vertébrale, de 0,5 à 1 *cun* et jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur au niveau de la région lombale. Le but, lorsqu'on pique ces points, est de stimuler la racine du nerf spinal local, ce qui veut dire qu'il va falloir adapter l'angle d'insertion en fonction de l'anatomie individuelle de chacun. Ne jamais piquer en direction latérale. Une fois la sensation d'aiguille (*deqi*) obtenue, il faut arrêter de stimuler l'aiguille ; on peut aussi utiliser l'électro-acupuncture sur ces points.

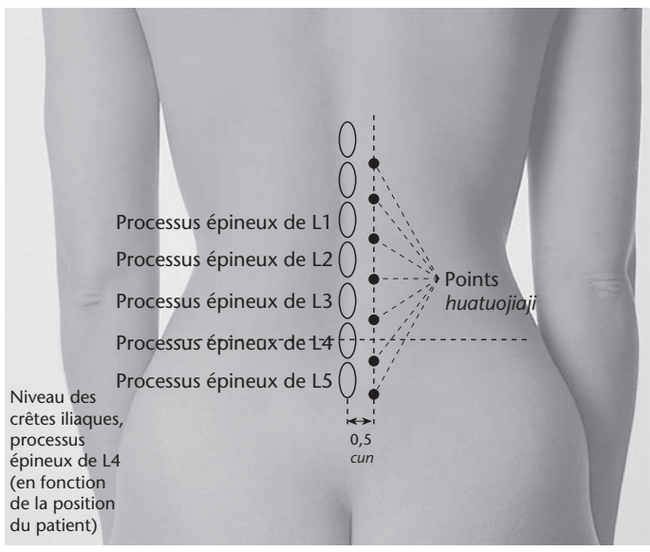




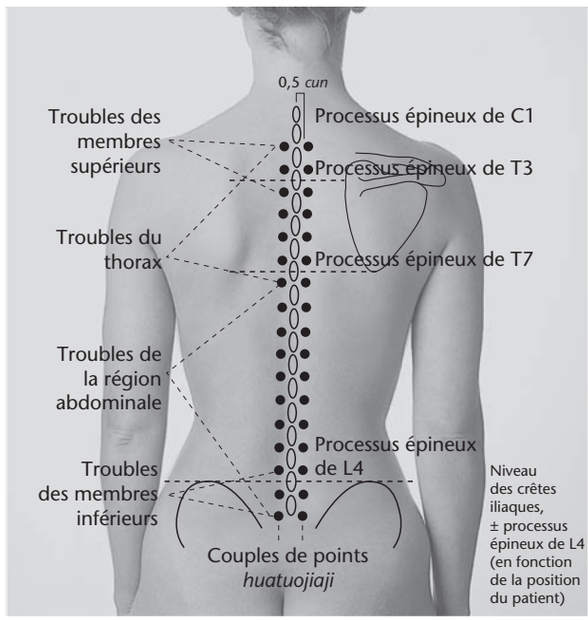

Actions/indications

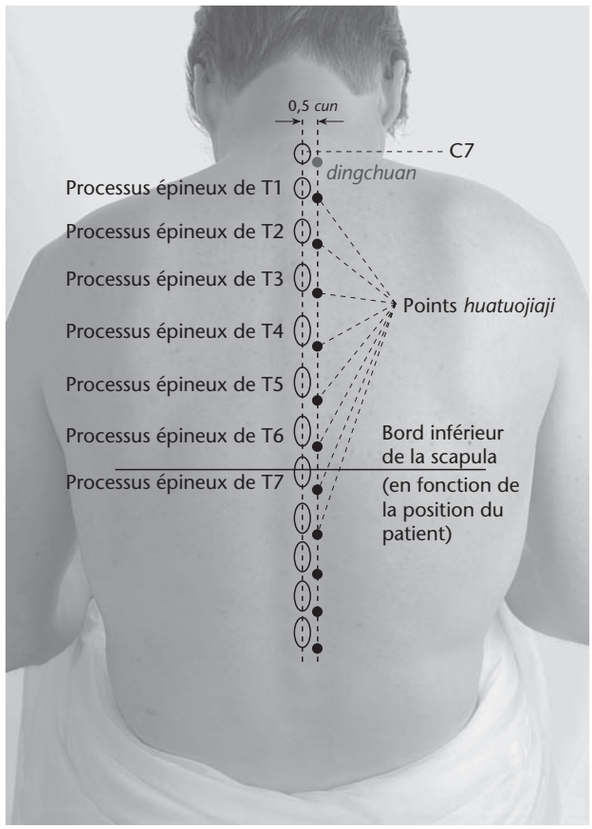
- Régule et harmonise les cinq Organes (*zang*) et les six Entrailles (*fu*) en fonction du point sélectionné.

Caractéristiques particulières

Lorsque ce sont les articulations de la colonne cervicale qui sont touchées, on trouve toujours des points sensibles 0,5 *cun* en dehors des bords inférieurs des processus épineux. En Chine, on pique ces points en cas de troubles chroniques de la colonne cervicale. Si l'on choisit de piquer des points de la branche interne du méridien de la Vessie avec une insertion oblique (d'un angle d'environ 45°) en direction médiale, la pointe de l'aiguille va souvent aller jusqu'aux points ***huatuojiaji***, ce qui va accroître leur effet thérapeutique.

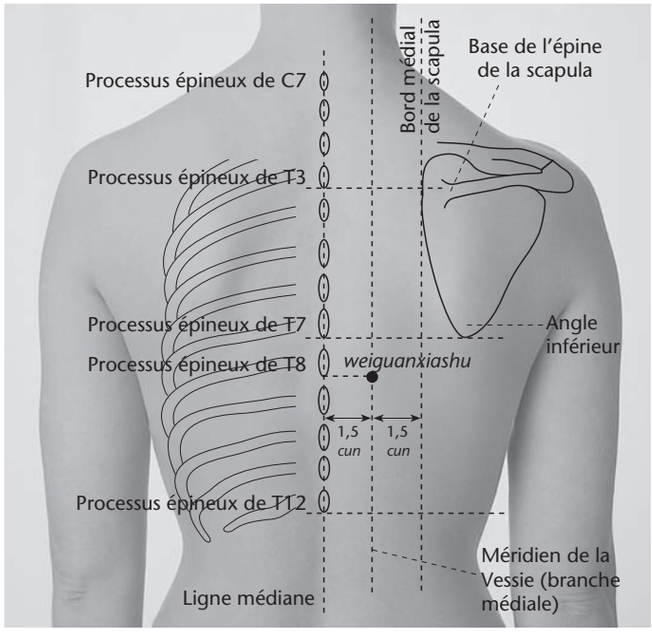






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Shu inférieur qui gouverne l'Estomac WEIGUANXIASHU



Localisation

1,5 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de la 8ème vertèbre thoracique (T8).

Comment le trouver

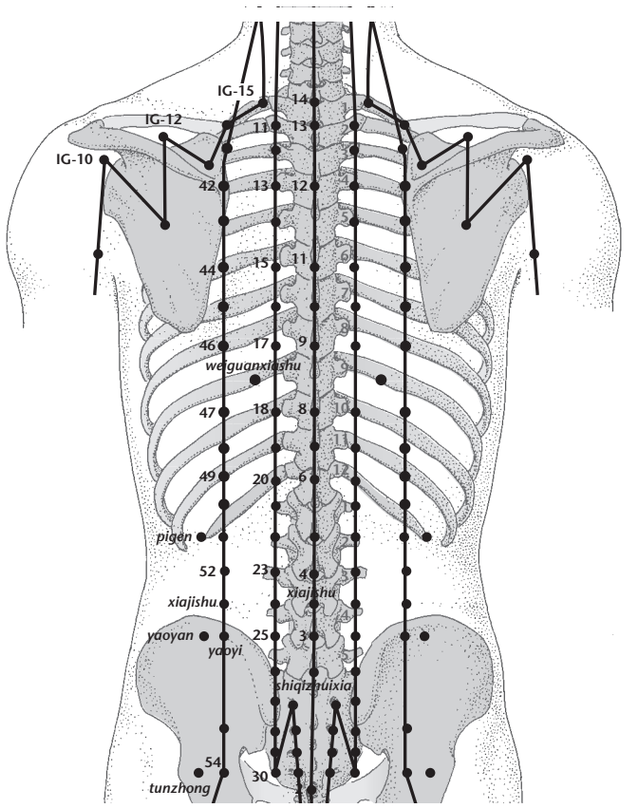
Localiser T7 (→ 3.4.2). De là, descendre d'un processus épineux (jusqu'à T8) et localiser ***weiguanxiashu*** 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane. Utiliser la ligne de Tuffier (L4, → 3.4.3) pour confirmer la localisation de ce point : à partir de L4, suivre les processus épineux de L3 à L1, de même que de T12 à T8.
Au même niveau, on trouve un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

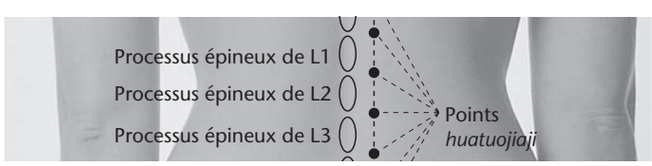
Insertion de l'aiguille

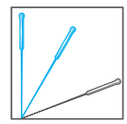
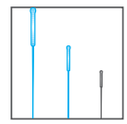
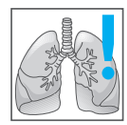
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 1 *cun* ou oblique jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur en direction médiale. Ne pas piquer en direction latérale. Attention : risque de pneumothorax.

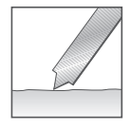
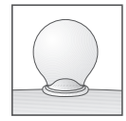
Actions/indications

- Ouvre localement le méridien.
- Humidifie le corps et élimine la Chaleur.





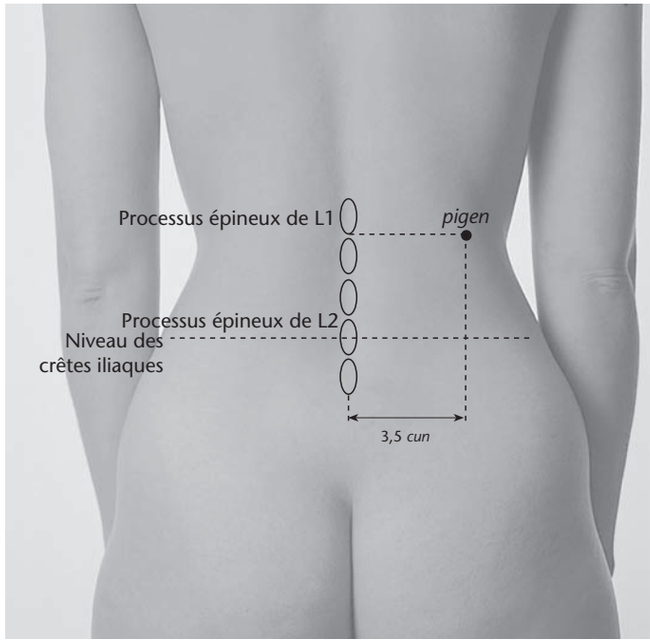




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

PIGEN *Racine de la plénitude*

Localisation

3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 1ère vertèbre lombale (L1).



Comment le trouver

Localiser T7 (→ 3.4.2) et compter 6 processus épineux vers le bas jusqu'à L1. Localiser ***pigen*** au niveau du bord inférieur du processus épineux, 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure. Utiliser la ligne de Tuffier (L4, → 3.4.3) pour confirmer la localisation de ce point : à partir de L4, compter les processus épineux de L3 à L1.

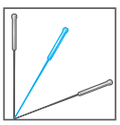
Au même niveau, on trouve → **DM-5** (sur la ligne médiane), un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-22** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-51** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane), de même que → **VB-25** (au bord inférieur de l'extrémité libre de la 12ème côte).

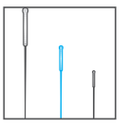
Insertion de l'aiguille

Insertion de 0,8 à 1 *cun* en direction médiale. Ne pas piquer en direction latérale. Attention : ne pas léser les reins !

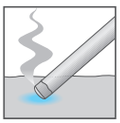
Actions/indications

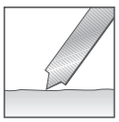
- Améliore la circulation du Qi entre les Réchauffeurs Supérieur et Moyen.
- Élimine la stagnation locale de Qi et de Sang.





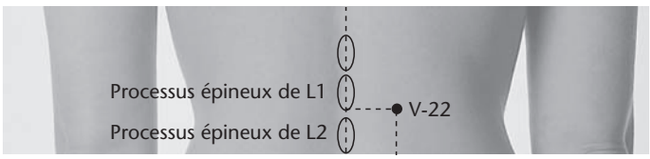


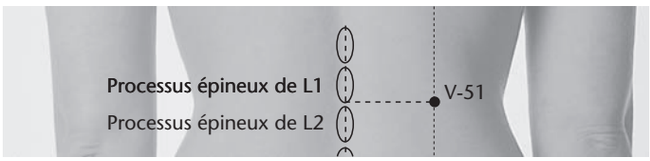


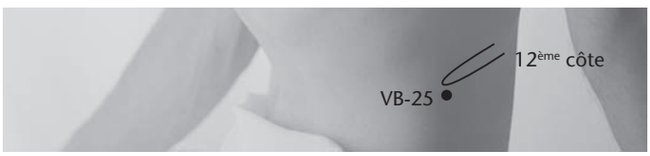


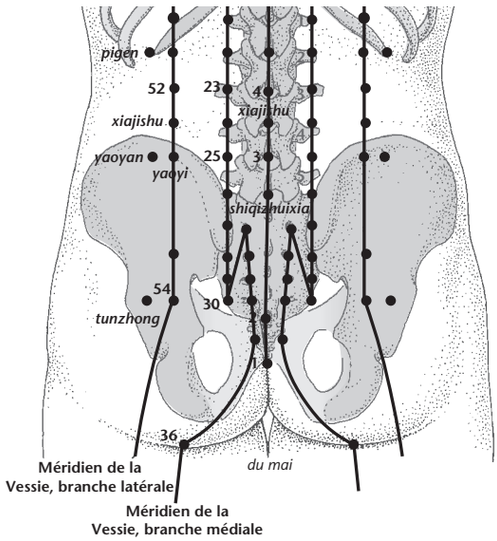


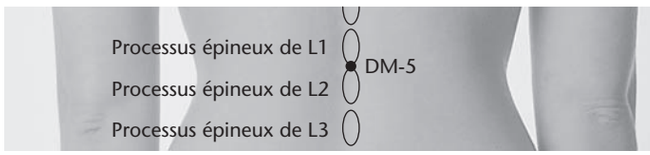






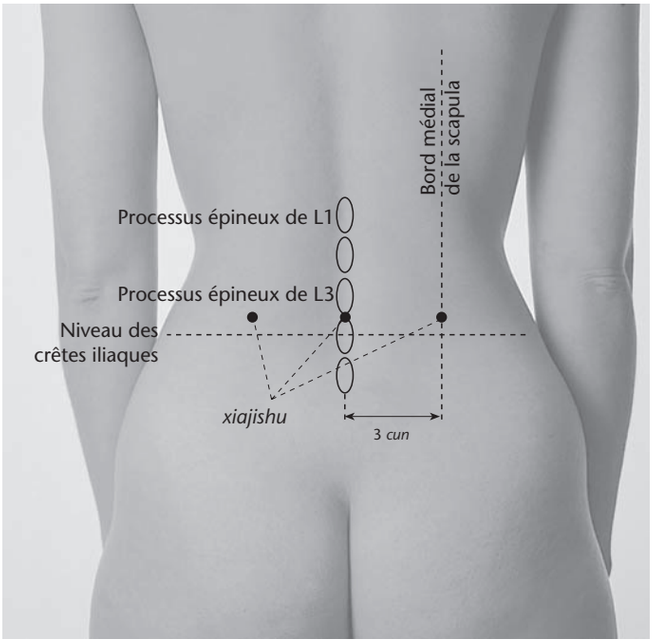


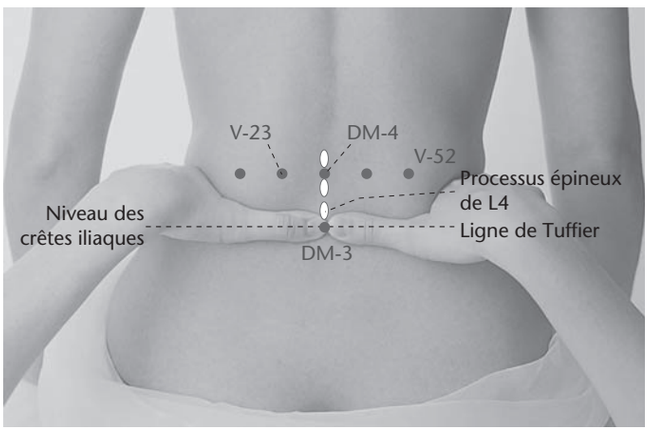


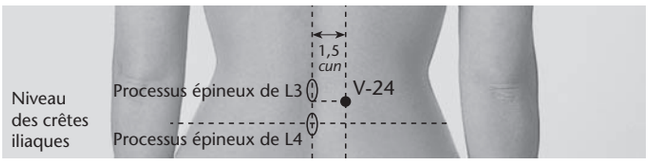


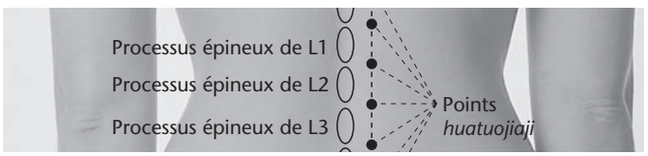
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Point shu inférieur XIAJISHU









Localisation

Certains auteurs considèrent que ***xiajishu*** se compose de trois points : un point sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de la 3ème vertèbre lombale (L3) (c'est la localisation la plus courante de ***xiajishu*** lorsqu'on considère qu'il se résume à un seul point), accompagné de deux point latéraux situés 3 *cun* en dehors du milieu de la ligne médiane.

Comment le trouver

Localiser la ligne de Tuffier (L4, → 3.4.3), puis ***xiajishu***, sur la ligne médiane, au bord inférieur du processus épineux de la 3ème vertèbre lombale (L3). Puis mesurer 3 *cun* en dehors du milieu de la ligne médiane et localiser ses deux points latéraux.

Au même niveau, on trouve un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-24** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

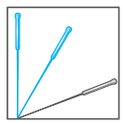
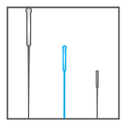
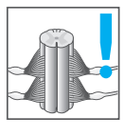
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur ou insertion oblique dirigée vers le bas. Ne pas piquer en direction latérale. Il faut que le patient ait le dos bien droit ou en extension complète pour éviter de piquer le canal spinal. Une insertion oblique dirigée vers le haut doit être réservée aux praticiens expérimentés car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur. Attention : chez les femmes enceintes qui ne sont pas loin d'accoucher, ce point peut avoir pour effet de déclencher le travail.

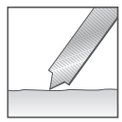
Actions/indications

- Tonifie le Yang du Rein.
- Ouvre localement le méridien.

Caractéristiques particulières

À strictement parler, il faut considérer ce point comme un point unique accompagné d'un couple de points possédant des indications différentes : selon les écoles et les besoins thérapeutiques, les points latéraux servent à éliminer la stagnation de Qi ou de Sang alors que le point central est préconisé pour tonifier le vide de Yang du Rein.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

YAOYI *Point pour la douleur du dos*

Localisation

3 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 4ème vertèbre lombale (L4).

Comment le trouver

Localiser la ligne de Tuffier et L4 (→ 3.4.3), puis ***yaoyi***, au niveau du bord inférieur du processus épineux de L4, 3 *cun* en dehors de la ligne médiane.

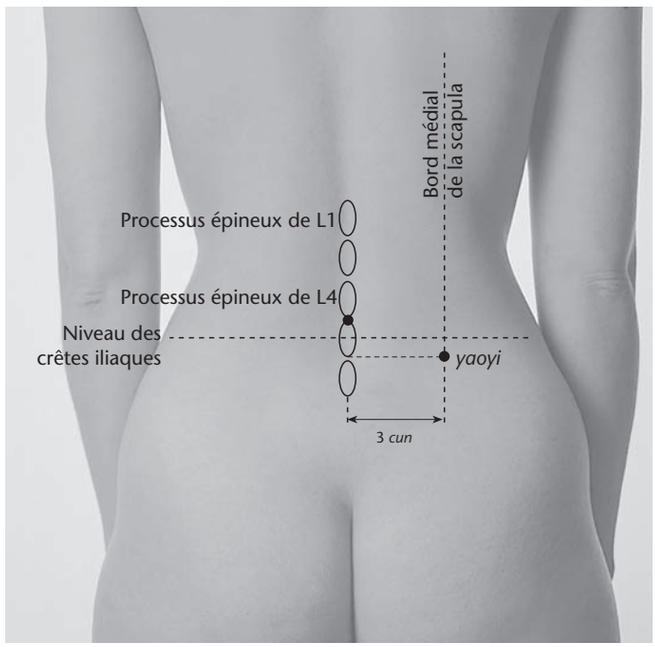
Au même niveau, on trouve → **DM-3** (sur la ligne médiane), un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-22** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **VB-25** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

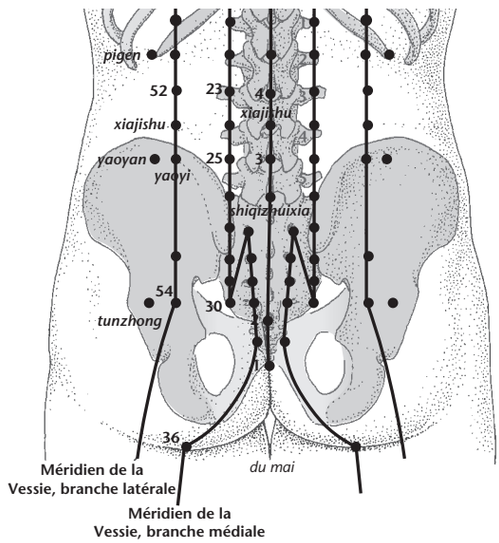
Insertion de l'aiguille

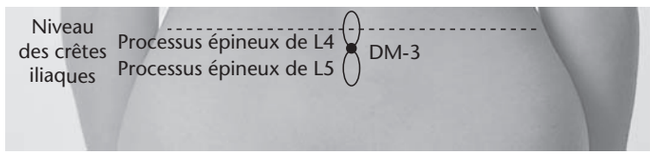
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

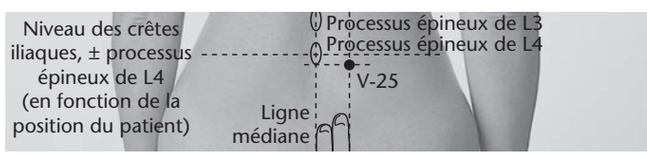
Actions/indications

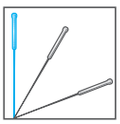
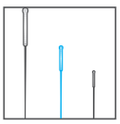
- Ouvre le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

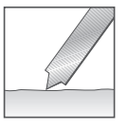








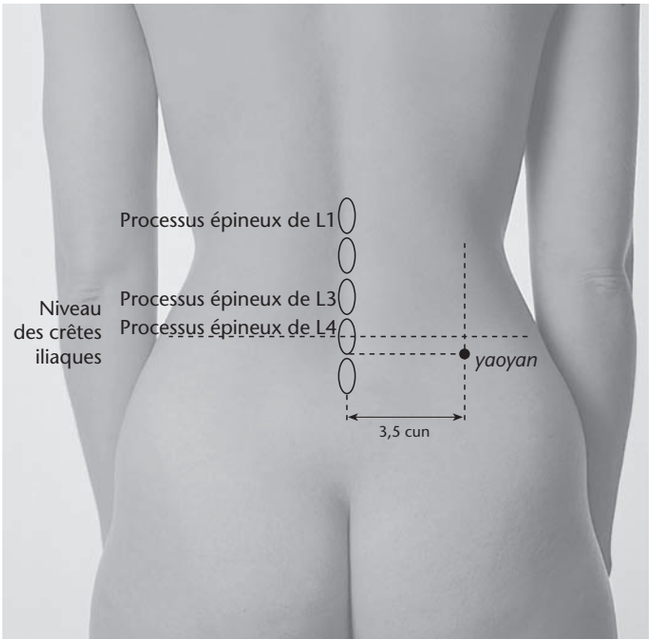





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les yeux des lombes YAOYAN



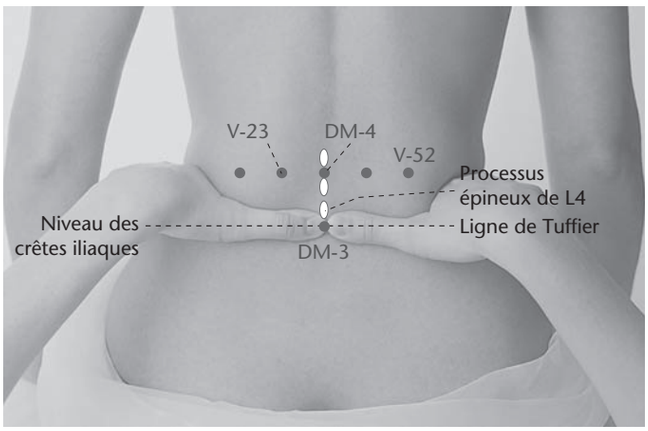
Localisation

3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du bord inférieur du processus épineux de la 4ème vertèbre lombale (L4).

Comment le trouver

Localiser la ligne de Tuffier et L4 (→ 3.4.3), puis ***yaoyan***, au niveau du bord inférieur du processus épineux de L4, 3,5 *cun* en dehors de celui-ci.

Au même niveau, on trouve → **DM-3** (sur la ligne médiane), un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane), → **V-25** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → ***yaoyi*** (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

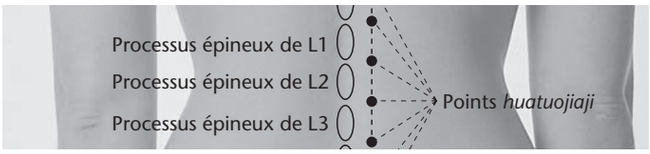


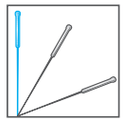
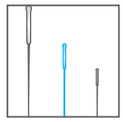
Insertion de l'aiguille

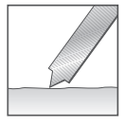
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre localement le méridien.
- Tonifie le Rein.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

SHIQIZHUIXIA/SHIQIZHUI *En dessous de la 17ème vertèbre*

Localisation

Sur la ligne médiane, en dessous du processus épineux de la 5ème vertèbre lombale (L5).

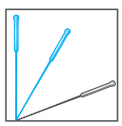
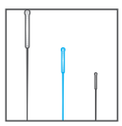
Comment le trouver

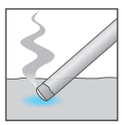
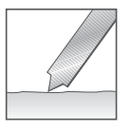
Localiser la ligne de Tuffier et L4 (→ 3.4.3). Ensuite, faire courir le doigt vers le bas jusqu'à la vertèbre suivante (L5) et localiser ***shiqizhuixia*** en dessous du bord de son processus épineux, sur l'articulation sacro-lombale.

Au même niveau, on trouve un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-26** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

Insertion strictement perpendiculaire à la peau de 0,5 à 1 *cun* de profondeur ou insertion oblique dirigée vers le bas, le dos du patient étant droit ou fléchi, pour éviter de piquer le canal spinal. L'insertion oblique doit être réservée aux praticiens expérimentés, car chez des personnes petites (quel que soit leur poids), le canal spinal peut être à seulement 1,25 *cun* de profondeur. Attention : chez les femmes enceintes qui ne sont pas loin d'accoucher, ce point peut avoir pour effet de déclencher le travail.

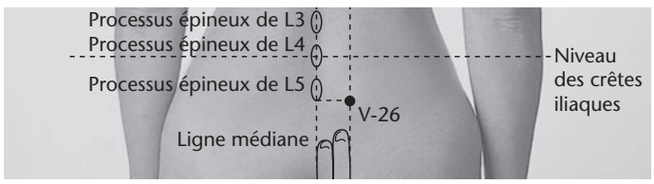



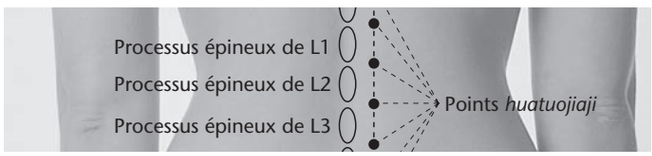



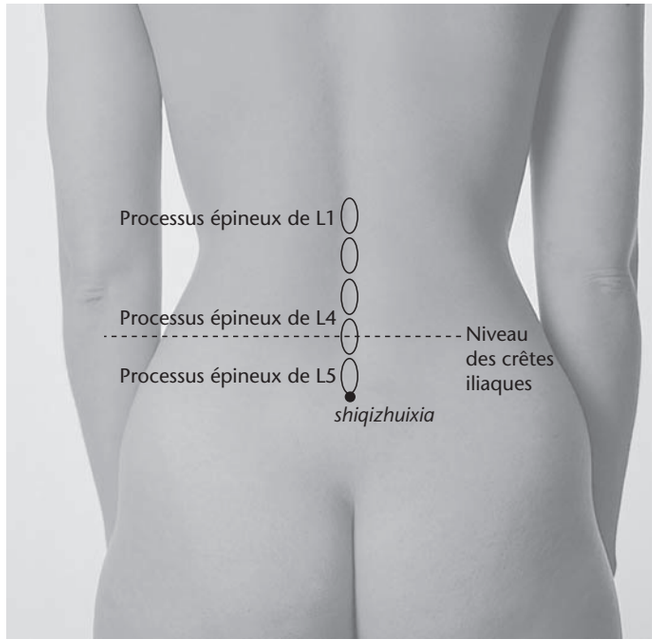


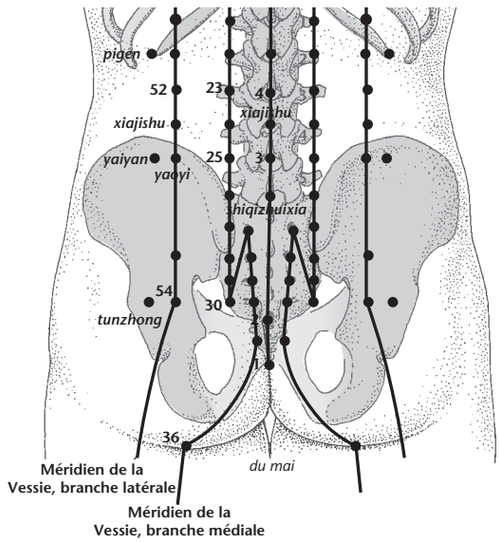
Actions/indications

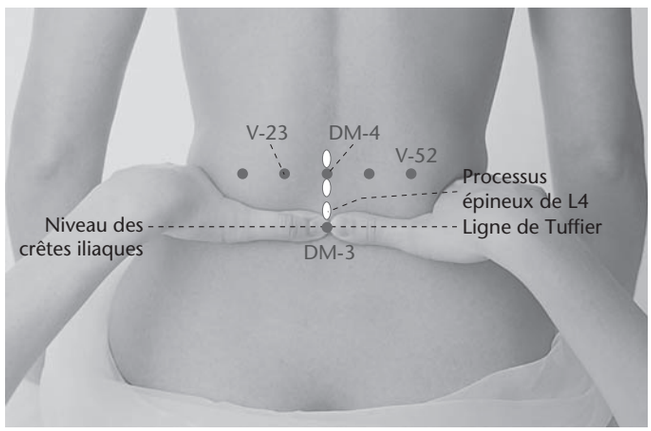
- Tonifie le Rein.
- Ouvre localement le méridien.





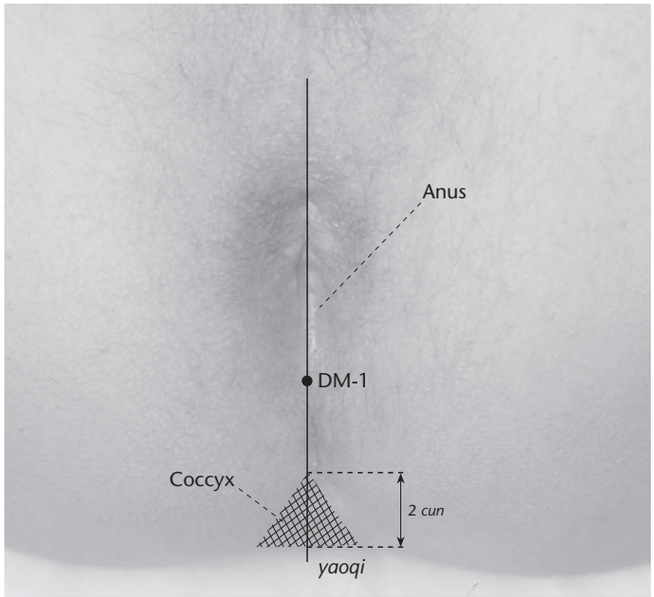






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Point miraculeux des lombes YAOQI



Localisation

2 *cun* au-dessus de l'extrémité (bord inférieur) du coccyx.

Comment le trouver

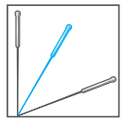
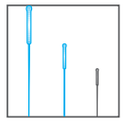
Localiser l'extrémité du coccyx, au-dessus de l'anus, et rechercher le hiatus sacral. De là, déplacer le doigt 2 *cun* en direction supérieure et localiser ***yaoqi*** dans la dépression située entre les processus sacraux.

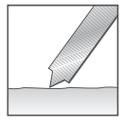
Insertion de l'aiguille

Insertion oblique jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Calme l'Esprit (*shen*).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

JIEHEXUE *Point de la tuberculose*

Localisation

3,5 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de la 7ème vertèbre cervicale (C7).

Comment le trouver

Localiser le processus épineux de C7 et, à ce niveau, déplacer le doigt 3,5 *cun* en direction latérale. C'est là que se trouve ***jiehexue***.

Au même niveau, on trouve → **DM-14** (sur la ligne médiane), un des points → ***huatuojiaji*** (0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **IG-15** (2 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

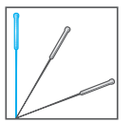
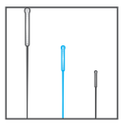
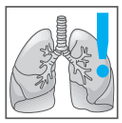
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur. Attention : risque de pneumothorax.

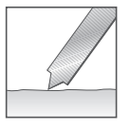
Actions/indications

- Tonifie le Poumon.
- Ouvre localement le méridien.

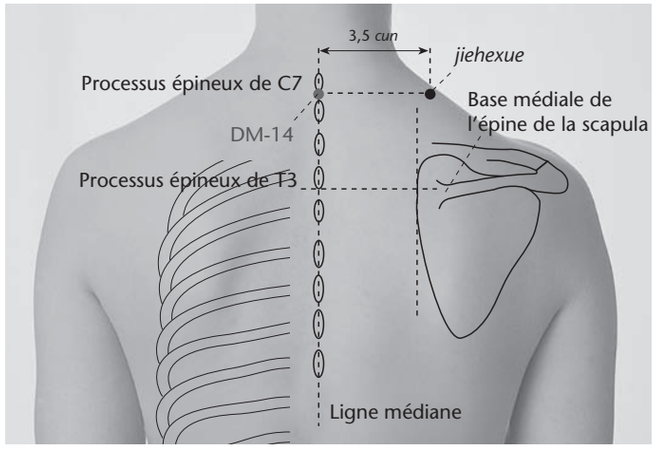
Caractéristiques particulières

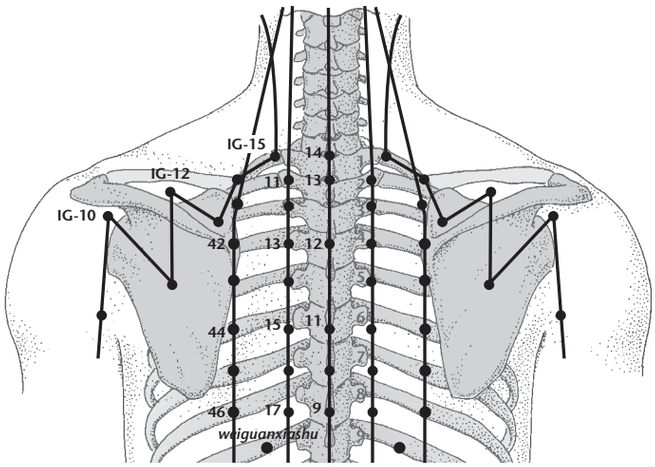
Ce point hors méridien n'est pas officiellement reconnu.

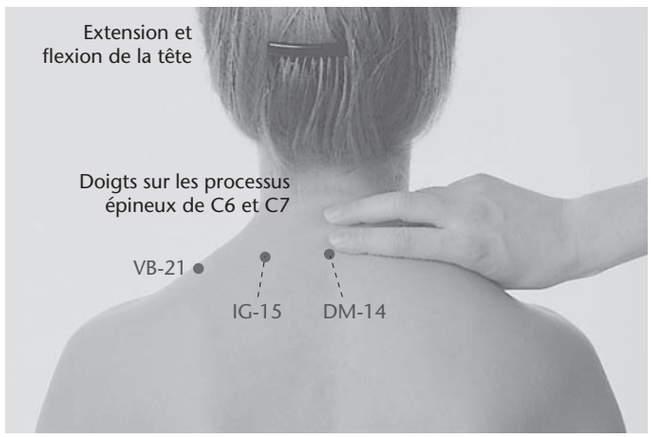






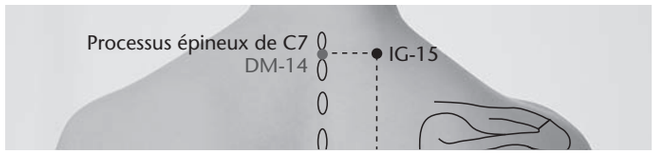






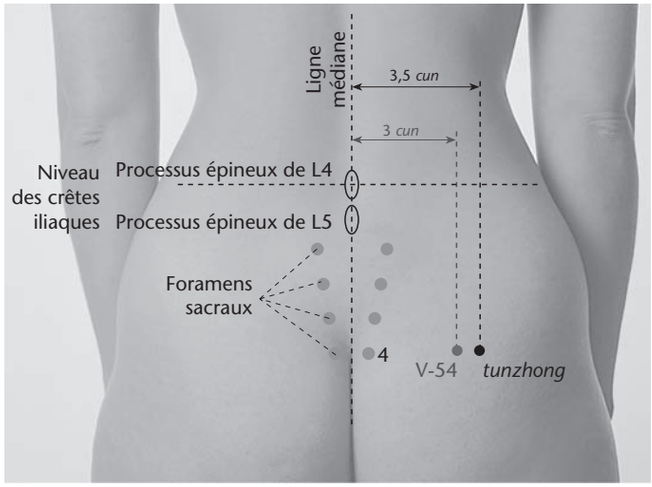


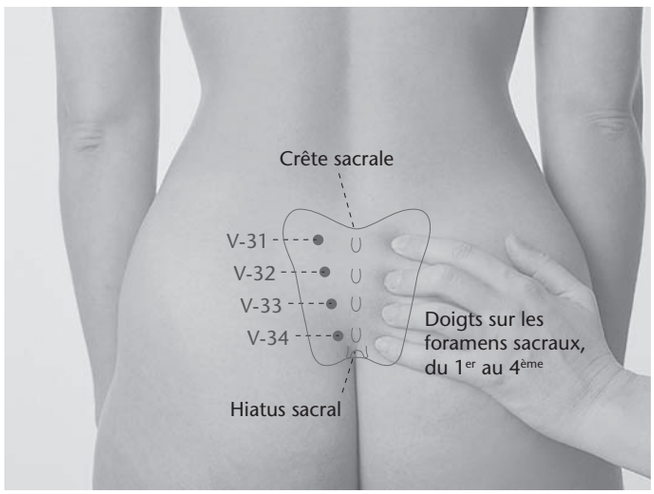


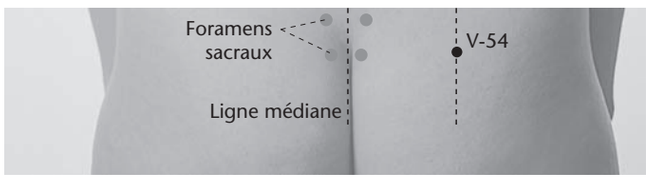


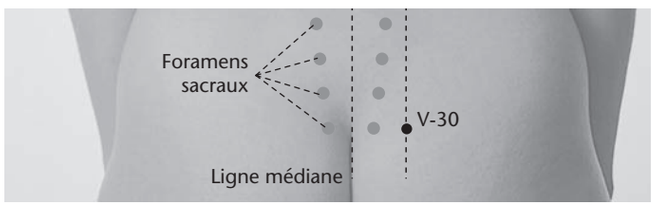
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Centre de la fesse TUNZHONG









Localisation

Au centre de la fesse, 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure, au niveau du 4ème foramen sacral.

Comment le trouver

Localiser l'articulation sacro-lombale qui forme une « anomalie » facilement palpable entre L5 et le sacrum. Ou bien, prendre la ligne de Tuffier (→ 3.4.3) comme point de repère. Rechercher alors le hiatus sacral sur la partie inférieure du sacrum (→ 3.4.4). Entre ces deux repères, les quatre couples de foramen sacraux forment un V de chaque côté de la ligne médiane et se sentent facilement sous forme de dépressions superficielles. ***Tunzhong*** se trouve 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane postérieure (= 4ème foramen sacral).

Au même niveau, on trouve → **V-34** (sur le 4ème foramen sacral), → **V-30** (1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane) et → **V-54** (3 *cun* en dehors de la ligne médiane).

Insertion de l'aiguille

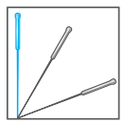
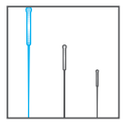
Insertion perpendiculaire de 2 à 3 *cun* de profondeur.

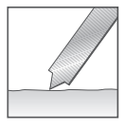
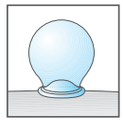
Actions/indications

- Ouvre localement le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

Caractéristiques particulières

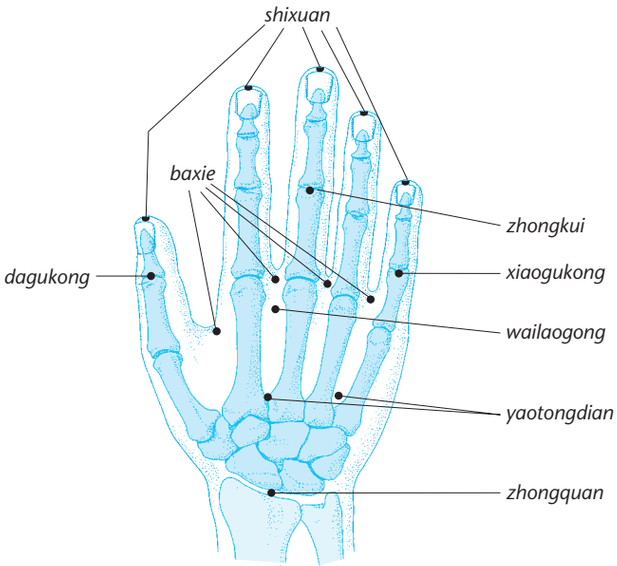
Ce point hors méridien n'est pas officiellement reconnu.

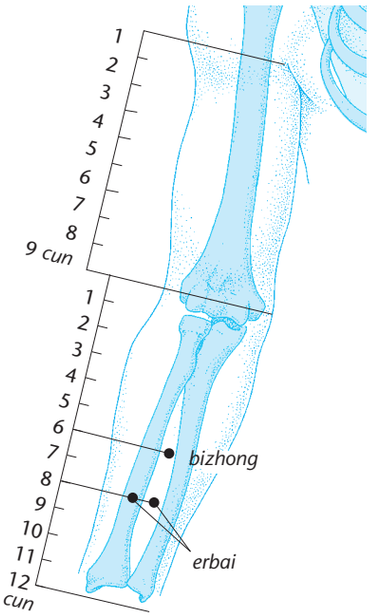



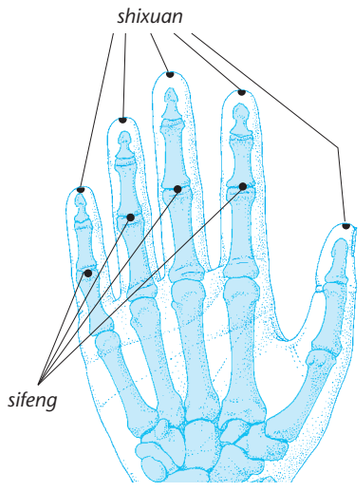





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

6.4 Points hors méridiens des membres supérieurs







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nomenclature anglaise	Noms en *pinyin*	Nguyen Van Nghi, König et Wancura, Schnorrenberger	Shanghai College	Ex (Hempen)
Ex-UE-1	*zhoujian*		M-UE-46	
Ex-UE-2	*erbai*	PaM ou ZP1 14	M-UE-29	
Ex-UE-3	*zhongquan*	PaM ou ZP118	M-UE-33	
Ex-UE-4	*zhongkui*	PaM101	M-UE-16	
Ex-UE-5	*dagukong*	PaM ou ZP100	M-UE-15	
Ex-UE-6	*xiaogukong*	PaM ou ZP102	M-UE-17	
Ex-UE-7	*yaotongxue/ yaotongdian*	Point 2 de la main PaM ou ZP110/111*	M-UE	Ex18
Ex-UE-8	*wailaogong*[†]*/luozhen*	PaM ou ZP108[†]	M-UE-24	Ex17
Ex-UE-9	*baxie*	PaM ou ZP107	M-UE-22	Ex14
Ex-UE-10	*sifeng*		M-UE-9	Ex13
Ex-UE-11	*shixuan*	PaM ou ZP86	M-UE-1	Ex15
Autres points hors méridiens				
Ex-UE	*jianqian/jianneiling*	Font partie de NP74[‡] (*sanjian*) : *jianyu* (L.I.-15), *jianqian, jianhou*	M-UE-48[§]	Ex16
Ex-UE	*bizhong*	PaM or ZP115	M-UE-30	

* Le point appelé *yaotongdian* ou *yaotongxue* est décrit par Nguyen Van Nghi et par Schnorrenberger comme deux points différents, PaM ou ZP110, portant des noms différents, *weiling* et ZP 111 *jingling*. Leur localisation correspond aussi à celle du point 2 de la main.

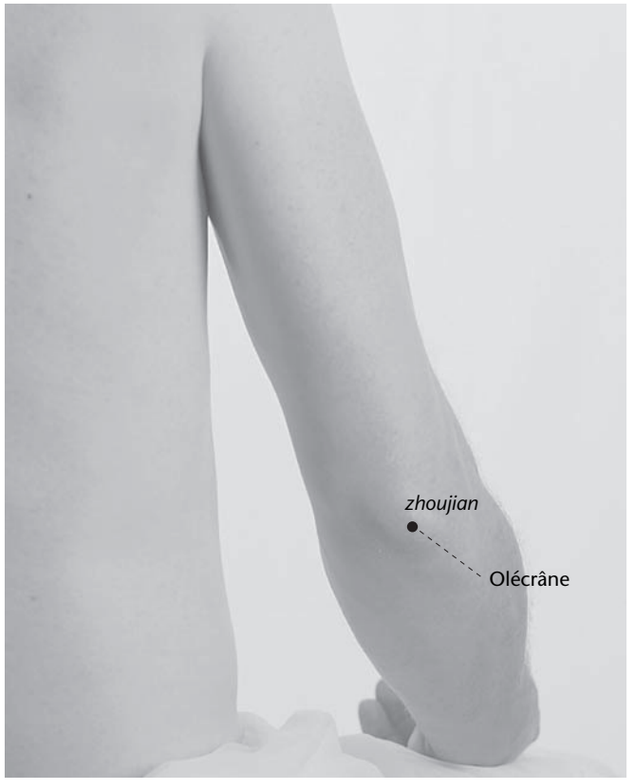
† Nguyen Van Nghi and Schnorrenberger font la distinction entre *luozhen* (PaM ou ZP108) et *wailaogong* (PaM ou ZP109). Ils localisent *luozhen* au même endroit que Ex-UE-8 *wailaogon*, sur le dos de la main, entre le 2ème et le 3ème os métacarpien, environ 0,5 *cun* en direction proximale par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne. « Leur » *wailaogong* se trouve au milieu d'une ligne qui relie le poignet et la tête du 3ème os métacarpien, entre les os du carpe, juste à l'opposé de *laogong* (MC-8), d'où le nom de *wailaogong* (laogong « extérieur »).

‡ **NP74** (*jiansanzhen*, Trois points sur l'épaule) : selon Schnorrenberger, le premier correspond à *jianyu* (**GI-15**), le second, *jianquan* (« Avant de l'épaule »), se trouve 1 *cun* au-dessus de l'extrémité du pli axillaire antérieur, et le troisième, *jianhou* (« Arrière de l'épaule »), se trouve 1 *cun* au-dessus du pli axillaire.

§ Selon Deadman et al. (1998), **M-UE-48** (*jiangian*) est à mi-distance entre l'extrémité du pli axillaire antérieur et **GI-15** (le « Shanghai College » ne mentionne pas ce point). Voir la page consacrée à ce point pour sa localisation.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Extrémité du coude ZHOUJIAN

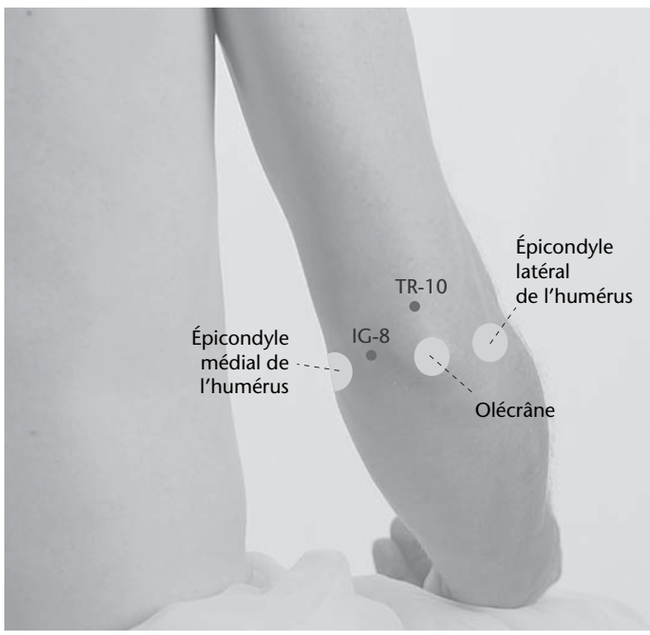


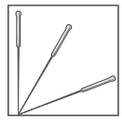
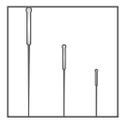
Localisation
À l'extrémité de l'olécrâne.

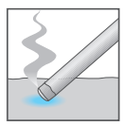
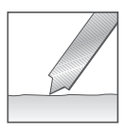
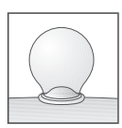
Comment le trouver
À l'extrémité de l'olécrâne. On localise plus facilement ce point lorsque le coude est fléchi.

Insertion de l'aiguille
Moxibustion uniquement !

Actions/indications
- Ouvre localement le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.
- Disperse localement les Glaires.




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

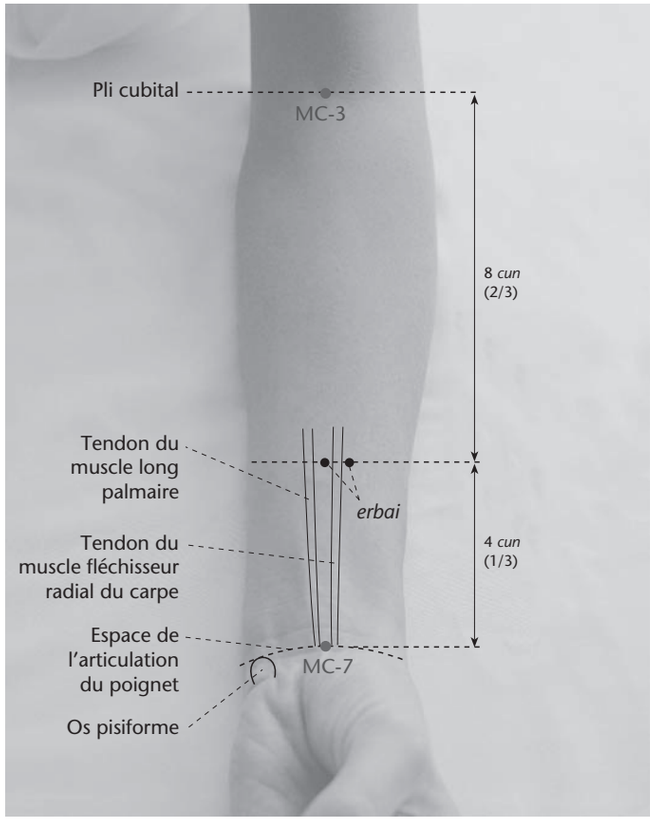
ERBAI *Les deux blancs*

Localisation

Deux points sur la face palmaire de l'avant-bras, environ 4 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace de l'articulation du poignet (pli du poignet le plus distal), de chaque côté du tendon du muscle fléchisseur radial du carpe.

Comment les trouver

Il faut que la main soit relâchée et en position de supination. Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation est un point de repère plus fiable (→ 3.3.3). À partir du centre de l'espace de l'articulation du poignet, mesurer 4 *cun* en direction proximale et, à ce niveau, localiser ces points, qui sont de chaque côté du tendon du muscle fléchisseur radial du carpe. **Ou** : diviser en 3 la distance entre le pli cubital (→ **MC-3**) et l'espace de l'articulation du poignet (→ **MC-7**) et localiser ***erbai*** à un tiers de cette distance (aide utile : ruban élastique, → 2).

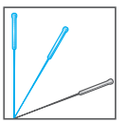
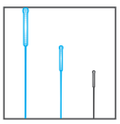


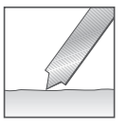
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire jusqu'à 1 *cun* de profondeur ou insertion oblique en direction proximale jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur.

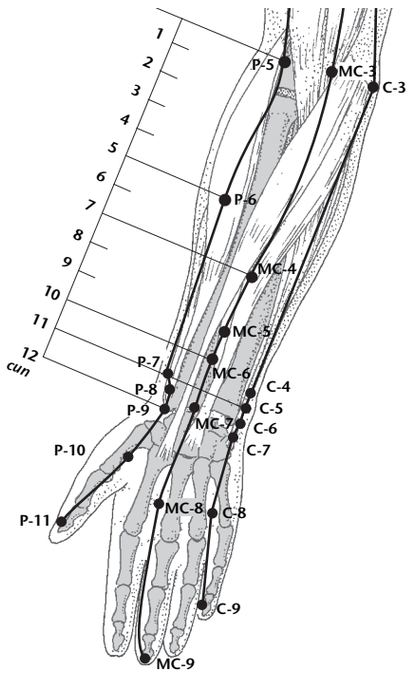
Actions/indications

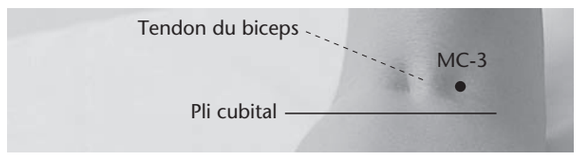
- Fait monter le Qi afin de traiter le prolapsus du rectum et les hémorroïdes.



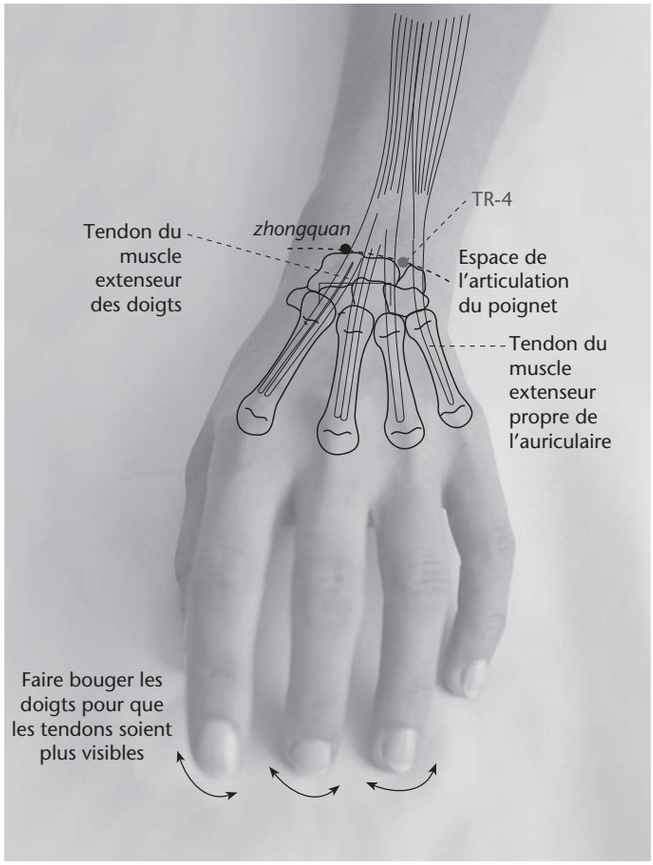






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Source postérieure ZHONGQUAN



Localisation

Sur la face dorsale de l'espace de l'articulation du poignet (pli du poignet le plus distal), au bord radial du tendon du muscle extenseur commun des doigts.

Comment le trouver

Il faut que la main soit relâchée et en position de pronation. Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation peut varier ; l'espace situé entre la rangée des os carpiens et le radius/l'ulna est un repère plus fiable (→ 3.3.3). On peut facilement sentir cet espace en faisant bouger la main du patient lorsque celle-ci est détendue. ***Zhongquan*** se trouve sur l'espace de l'articulation, au bord radial du tendon du muscle extenseur commun des doigts. Les tendons sont mieux visibles lorsque la main bouge et que les trois doigts du milieu sont en extension complète.

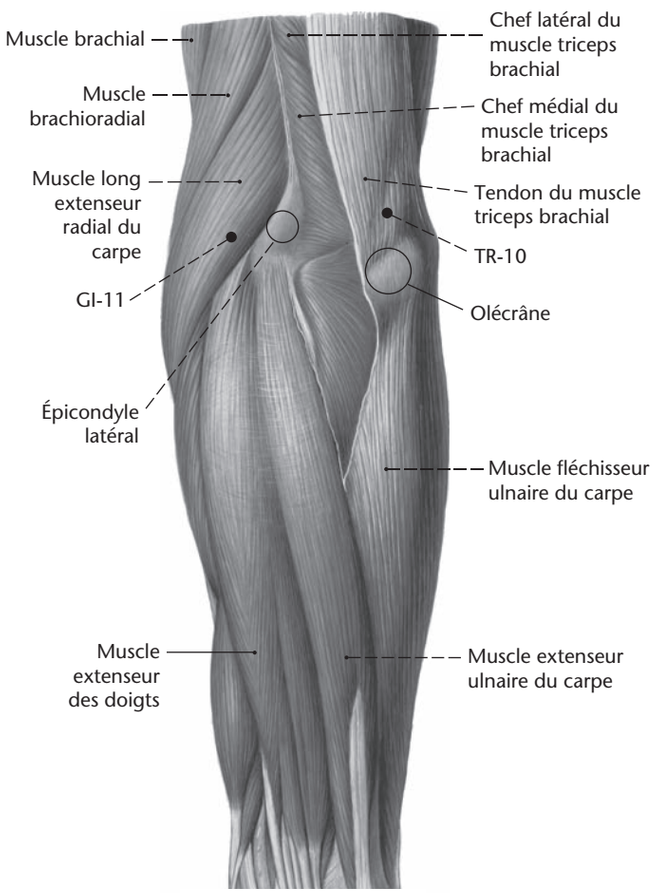
→ **TR-4** se trouve au même niveau, au bord ulnaire du tendon du muscle extenseur commun des doigts.

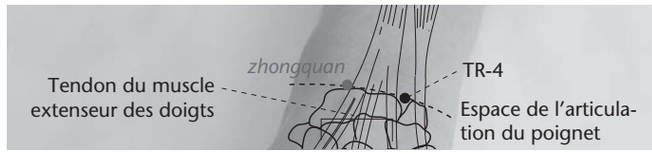
Insertion de l'aiguille

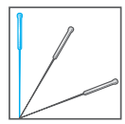
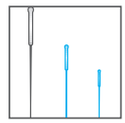
Insertion perpendiculaire de 0,3 à 0,5 *cun* de profondeur.

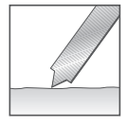
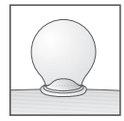
Actions/indications

- Harmonise la circulation du Qi entre le Réchauffeur Supérieur et le Réchauffeur Moyen.






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

ZHONGKUI *Dos du majeur*

Localisation

Comme son nom l'indique, ce point se trouve sur le dos du majeur, au centre des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne proximale.

Comment le trouver

Plier légèrement l'articulation inter-phalangienne du majeur. Ce point se trouve au sommet de l'articulation lorsque celle-ci est fléchie.

Le point → ***xiaokukong*** (au centre de l'articulation inter-phalangienne de l'auriculaire) a une position comparable.

À une position comparable également, on trouve les points → ***sifeng***, quatre points qui se trouvent sur la face palmaire des doigts de chaque main, au centre des articulations inter-phalangiennes des doigts (excepté du pouce).

Insertion de l'aiguille

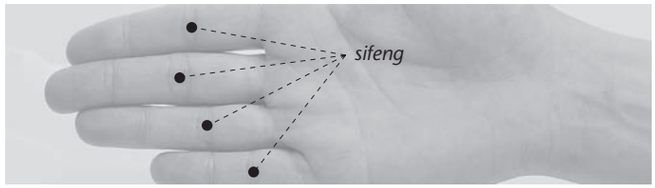
Piquer et faire saigner, ou traiter en moxibustion.

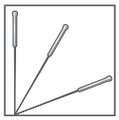
Actions/indications

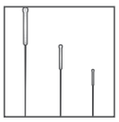
- Fait descendre le Qi de l'Estomac.
- Élimine la Chaleur.



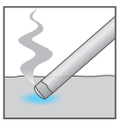


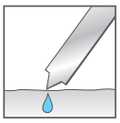










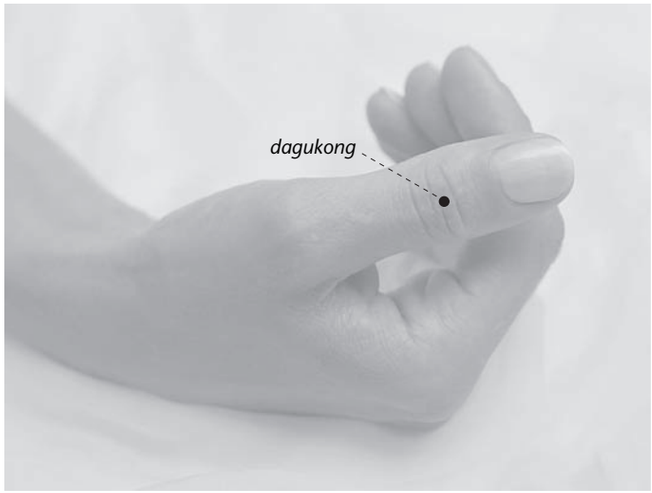






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Articulation du pouce DAGUKONG



Localisation

Comme son nom l'indique, sur la face dorsale du pouce, au centre des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne.

Comment le trouver

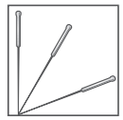
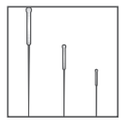
Demander au patient de fléchir légèrement l'articulation inter-phalangienne du pouce. Ce point est au sommet de l'articulation lorsque celle-ci est fléchie.

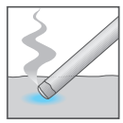
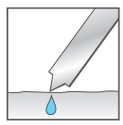
Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner, ou traiter en moxibustion.

Actions/indications

- Élimine la Chaleur.
- Harmonise le Réchauffeur Moyen.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

XIAOGUKONG *Articulation du petit doigt*

Localisation

Comme son nom l'indique, sur la face dorsale de l'auriculaire, au centre des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne proximale.

Comment le trouver

Fléchir légèrement l'articulation inter-phalangienne de l'auriculaire. Ce point est au sommet de l'articulation lorsque celle-ci est fléchie.

À une position comparable sur le majeur, on trouve → ***zhongkui*** (au centre des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne du majeur) et, sur la face palmaire de l'auriculaire, les points → ***sifeng*** (quatre points sur la face palmaire de chaque doigt, au centre des articulations inter-phalangiennes des doigts (en dehors du pouce).

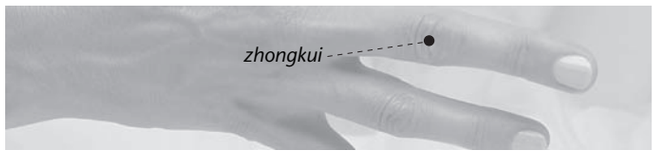
Insertion de l'aiguille

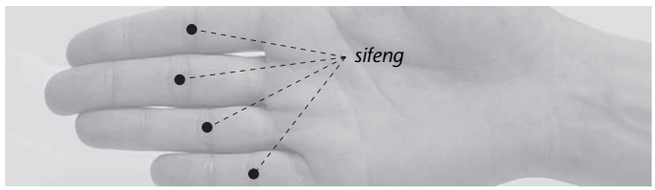
Piquer et faire saigner.

Actions/indications

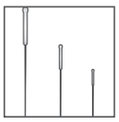
- Élimine la Chaleur.





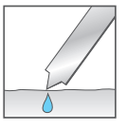










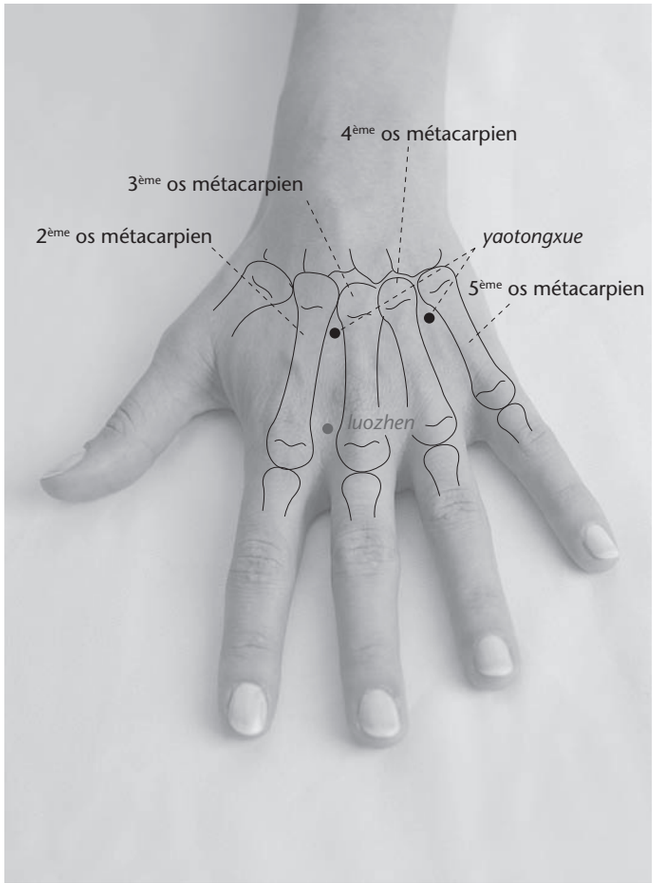






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Couple de points pour les lombes YAOTONGXUE



Localisation

Deux points sur la face dorsale de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens et les 4ème et 5ème os métacarpiens, au niveau de la jonction du corps et de la base des os métacarpiens.

Comment les trouver

Sur la face dorsale de la main, faire glisser le doigt dans les sillons situés entre les 2ème et 3ème os métacarpiens et les 4ème et 5ème os métacarpiens en direction du poignet jusqu'à ce qu'il tombe dans les dépressions immédiatement distales par rapport aux bases des os métacarpiens. C'est là que se trouvent les points ***yaotongxue*** (ou ***yaotongdian***).

Insertion de l'aiguille

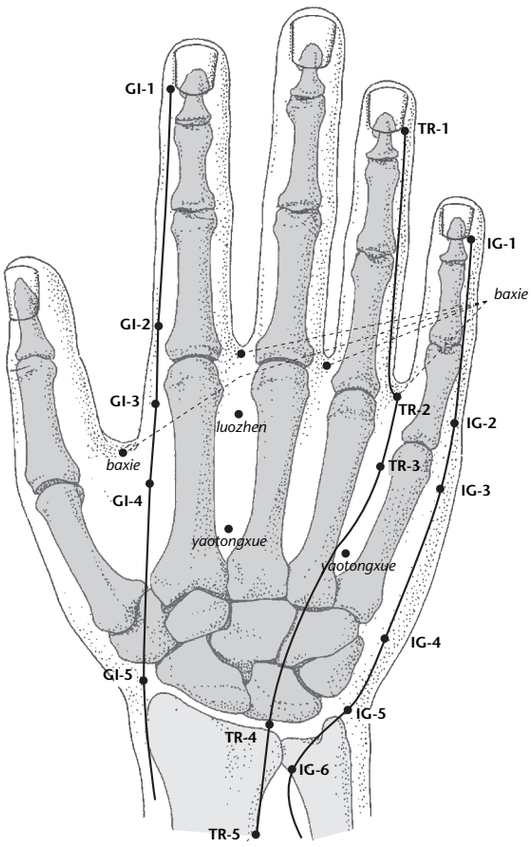
Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur dirigée vers le centre lorsque le poing est fermé. Attention : points douloureux ! Ne pas stimuler ces points chez les patients qui sont de constitution faible au risque de provoquer un collapsus lors de l'insertion de l'aiguille !

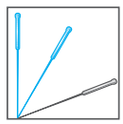
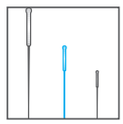
Actions/indications

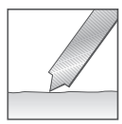
- Renforce le Qi et le Sang dans la région lombale, soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point très efficace pour les troubles aigus de la colonne lombale.





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

LUOZHEN/WAILAOCONG/XIANGQIANG *Cou raide*

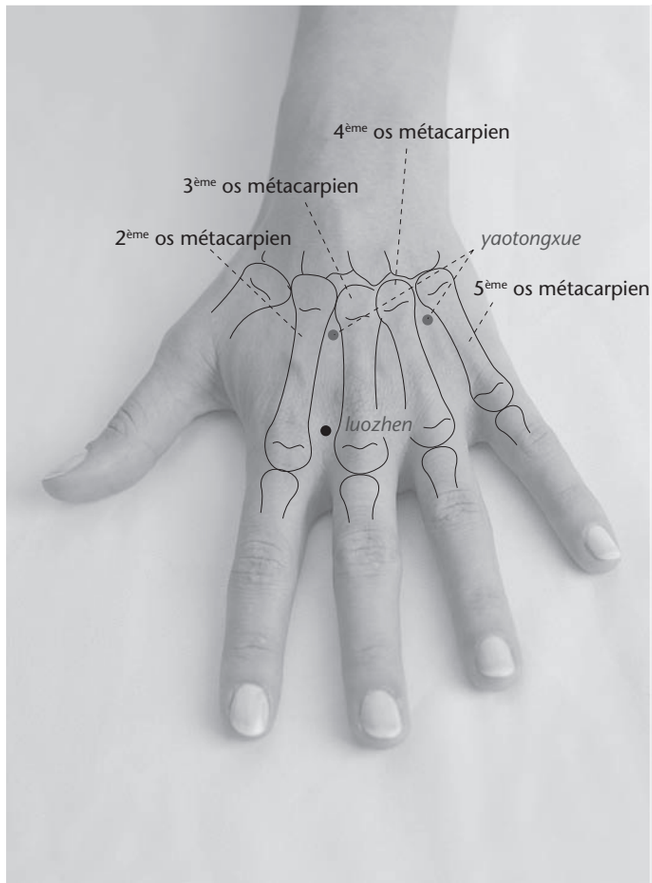
Localisation

Sur le dos de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens, proximal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction des têtes et des corps des os métacarpiens.

Comment le trouver

On localise plus facilement ce point lorsque le poing est serré. Faire courir le doigt en direction du poignet le long du sillon formé par les 2ème et 3ème os métacarpiens jusqu'à ce qu'il tombe dans une dépression immédiatement proximale par rapport à la tête de ces deux os métacarpiens. C'est là que se trouve ***luozhen***.

À une position comparable, on trouve → **TR-3**, situé entre les 4ème et 5ème os métacarpiens.

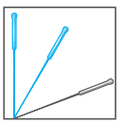
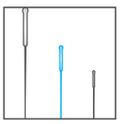


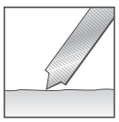
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire ou légèrement oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur. Attention : points douloureux ! Ne pas stimuler ces points chez les patients qui sont de constitution faible au risque de provoquer un collapsus lors de l'insertion de l'aiguille !

Actions/indications

- Renforce le Qi et le Sang du cou, soulage la douleur.

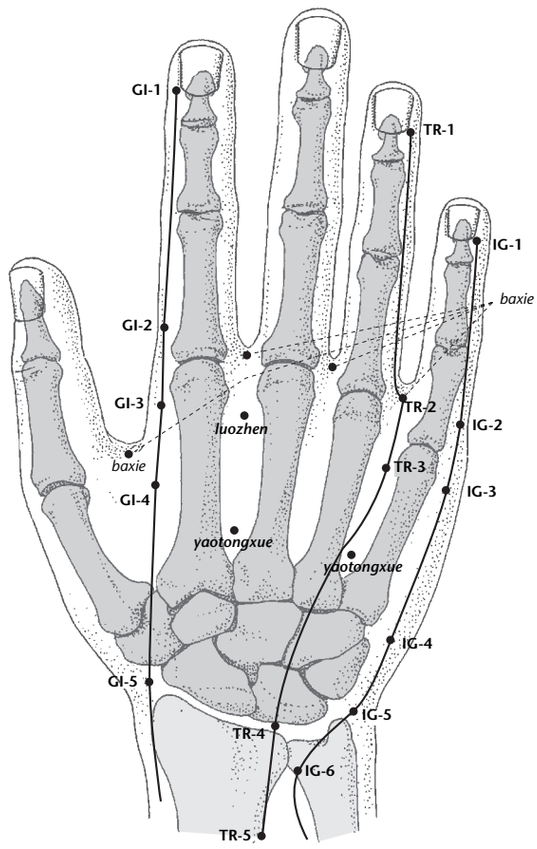





Caractéristiques particulières

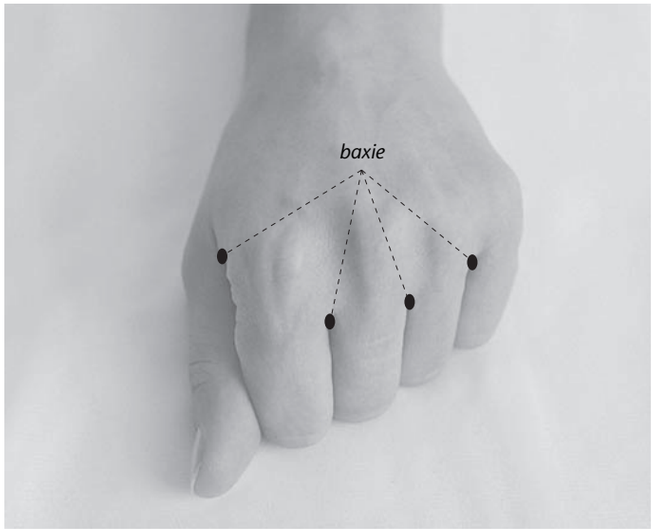
Point distal très efficace pour les troubles aigus de la colonne cervicale. Il faut le tonifier vigoureusement (pendant 1 à 2 minutes) du côté affecté ou du côté opposé en demandant au patient de bouger doucement le cou ou la colonne cervicale. Le praticien doit empêcher la main du patient de bouger et s'assurer que la main et l'avant-bras sont bien calés sur un support.

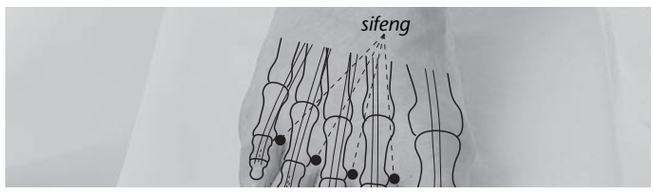


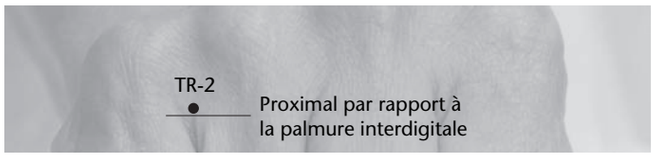


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les huit pathogènes BAXIE







Localisation

Légèrement proximaux par rapport à la palmure des doigts, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

Comment le trouver

On localise plus facilement ces points lorsque le poing est fermé. Localiser ces points à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche. → **TR-2** (entre les 4ème et 5ème doigts) fait partie des points ***baxie***.

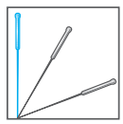
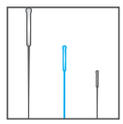
Les points → ***bafeng*** ont une position comparable sur le pied (proximaux par rapport à la palmure des orteils). → **F-2**, → **E-44** et → **VB-43** font tous partie des points → ***bafeng***.

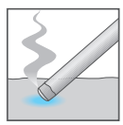
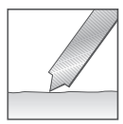
Insertion de l'aiguille

Jusqu'à 1 *cun* de profondeur, parallèlement aux os métacarpiens.

Actions/indications

- Élimine la Chaleur.
- Chasse le Froid et l'Humidité.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

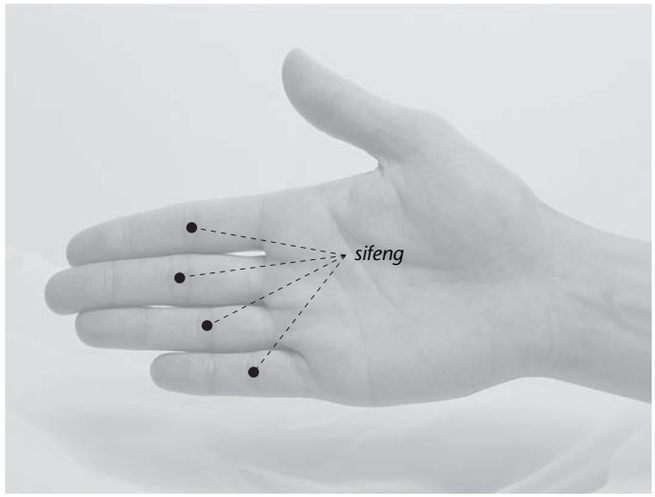
SIFENG *Les quatre coutures*

Localisation

Sur la face palmaire des doigts (à l'exception du pouce), au milieu des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne proximale.

Comment les trouver

Ces points se trouvent sur la face palmaire des doigts (à l'exception du pouce), au milieu des plis transversaux de l'articulation inter-phalangienne proximale.
À une position similaire sur la face dorsale de l'auriculaire et du majeur, on trouve respectivement → ***xiaogukong*** et → ***zhongkui***.

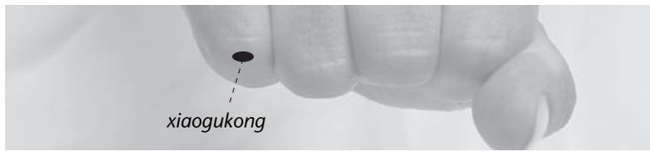


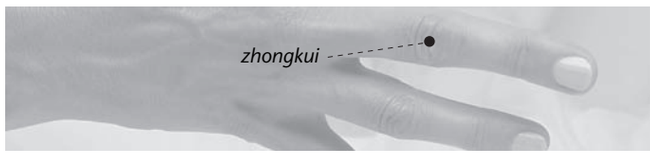
Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner.

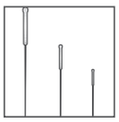
Actions/indications

- Harmonise la circulation du Qi entre le Réchauffeur Supérieur et le Réchauffeur Moyen.



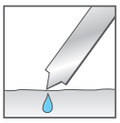










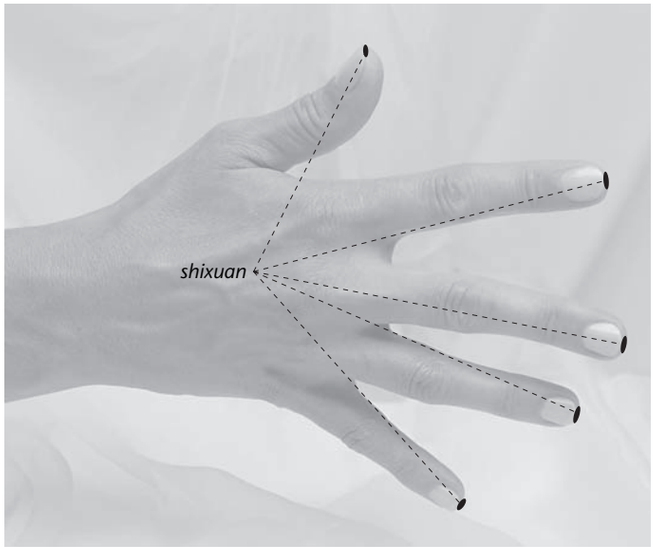


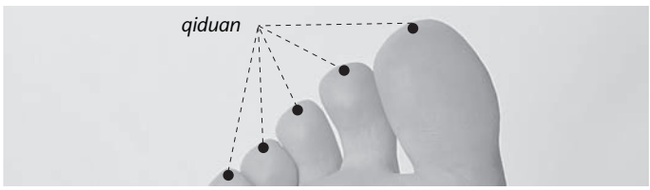




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Les dix diffusions SHIXUAN





Localisation

À l'extrémité des 10 doigts.

Comment le trouver

Ces 10 points se trouvent à l'extrémité des 10 doigts, à environ 0,1 *cun* du bord libre de l'ongle.

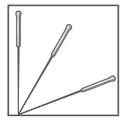
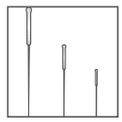
À une position similaire sur le pied, on trouve les points → ***qiduan*** (10 point situés à l'extrémité des orteils).

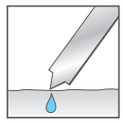
Insertion de l'aiguille

Piquer et faire saigner.

Actions/indications

- Expulse les facteurs pathogènes.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

JIANQIAN/JIANNEILING *Devant de l'épaule*

Localisation

Au milieu d'une ligne qui relie l'extrémité du pli axillaire antérieur et ➞ **GI-15**.

Comment le trouver

Pour localiser ➞ **GI-15**, demander au patient de mettre le bras en abduction et localiser ce point dans la dépression qui est en avant et en dessous de à l'acromion (= extrémité ventro-latérale de l'acromion). L'extrémité du pli axillaire antérieur est formée par le bord facilement palpable du muscle grand pectoral. ***Jianqian*** se trouve sur l'avant de l'articulation de l'épaule, à mi-chemin entre ces deux repères.

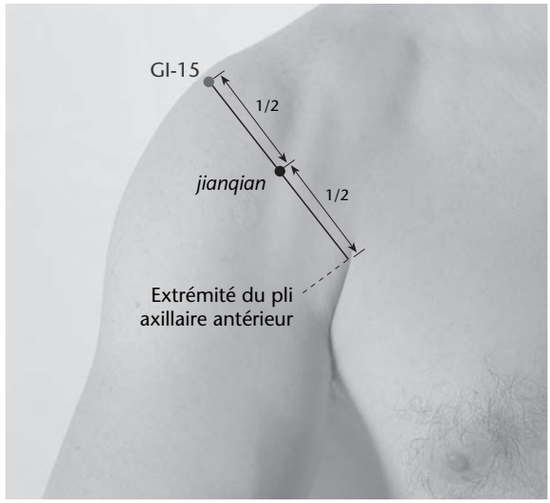
Insertion de l'aiguille

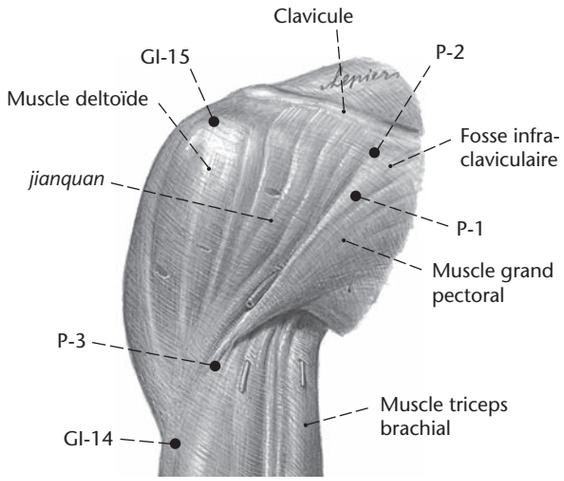
Insertion perpendiculaire jusqu'à 1,5 *cun* de profondeur.

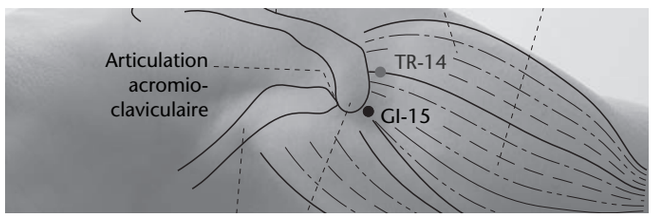
Actions/indications

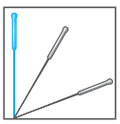
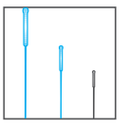
- Ouvre localement le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.

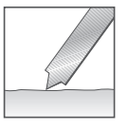
Additif : pour plus de détail, ➞ tableau 6.4.







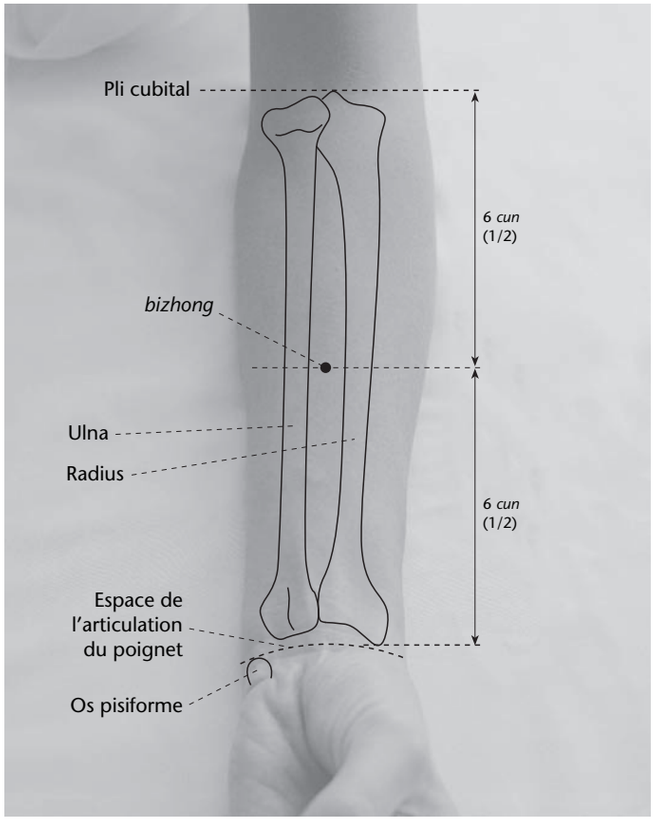





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Centre du bras BIZHONG



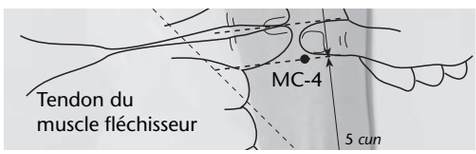
Localisation

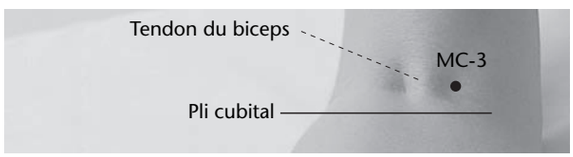
Sur la face palmaire du bras, à mi-chemin entre le pli cubital et l'espace de l'articulation du poignet (« pli du poignet le plus distal »).

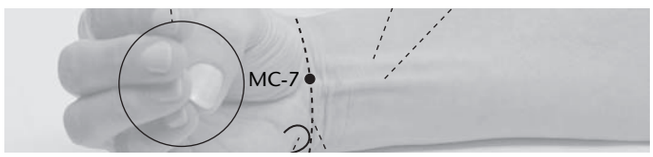
Comment le trouver

Il faut que le bras soit relâché et en position de supination. Comme la localisation du pli du poignet varie, l'espace de l'articulation est un point de repère plus fiable (→ 3.3.3). C'est la technique de l'amplitude de la main qui est la méthode la plus appropriée pour localiser ce point (→ 2.3.3) : placer les auriculaires respectivement au centre de l'articulation du poignet (→ **MC-7**) et sur le pli cubital (→ **MC-3**), et déterminer le milieu de cette distance en faisant se rejoindre les deux pouces. Localiser ***bizhong*** à ce niveau, entre le radius et l'ulna.

→ **MC-4** se trouve 1 *cun* en direction distale par rapport au milieu de cette distance, entre → **MC-3** et → **MC-7**, ou 5 *cun* en direction proximale par rapport à → **MC-7**.





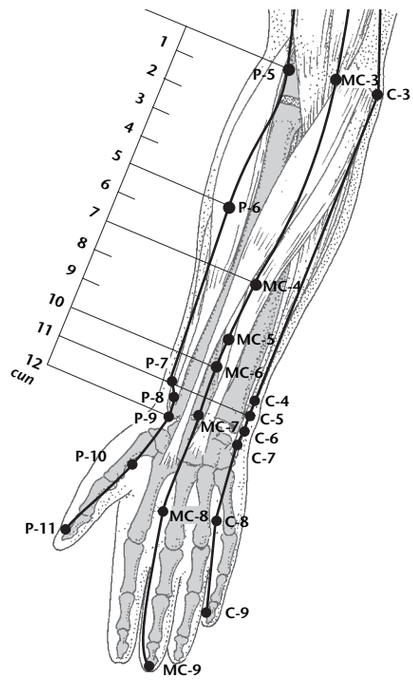


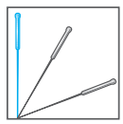
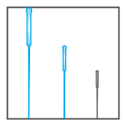
Insertion de l'aiguille

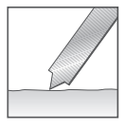
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Ouvre localement le méridien principal et les méridiens *luo* de communication.



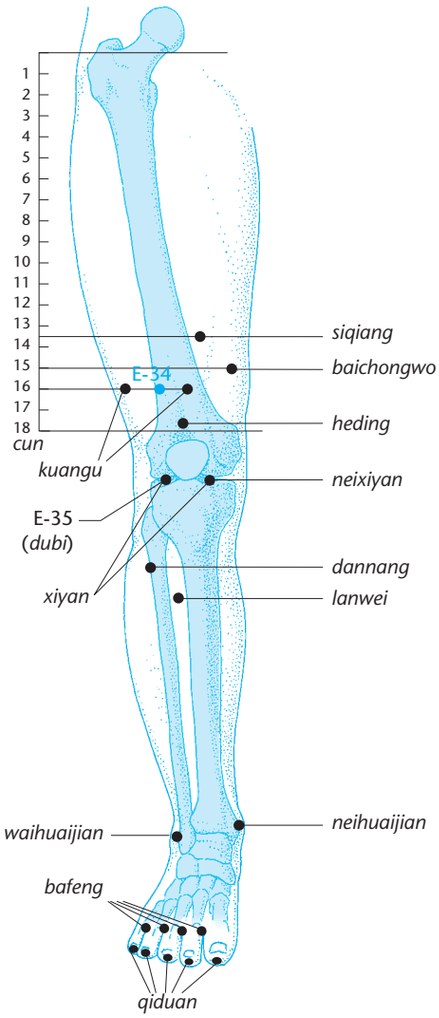





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

6.5 Points hors méridiens des membres inférieurs

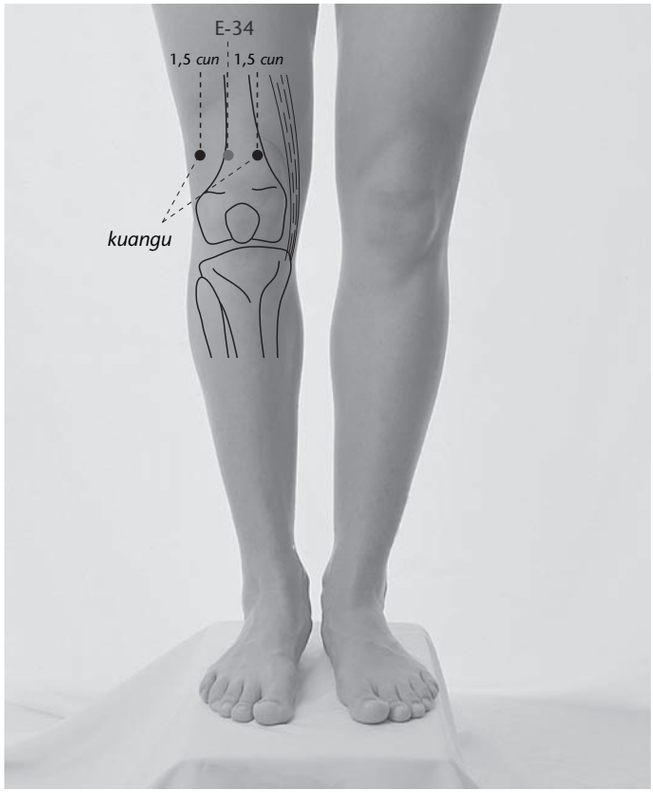


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Nomenclature anglaise	Noms en *pinyin*	Nguyen Van Nghi, König et Wancura, Schnorrenberger	Shanghai College	Ex (Hempen)
Ex-LE-1	*kuangu*	PaM ou ZP165 (*changgu*)	M-LE-28	
Ex-LE-2	*heding/xiding*	PaM ou ZP156	M-LE-27	
Ex-LE-3	*baichongwo*	PaM ou ZP163	M-LE-34	Ex21
Ex-LE-4	*neixiyan*	(PaM ou ZP145)	M-LE	(Ex23)
Ex-LE-5	*xiyan*	PaM ou ZP145	M-LE	Ex23
Ex-LE-6	*dannangxue*	PaM ou ZP152	M-LE-23	
Ex-LE-7	*lanweixue*	PaM ou ZP142	M-LE-13	Ex22
Ex-LE-8	*neihuaijian*	PaM ou ZP146	M-LE-17	
Ex-LE-9	*waihuaijian*	PaM ou ZP151	M-LE-22	
Ex-LE-10	*bafeng*	PaM ou ZP137	M-LE-8	Ex19
Ex-LE-11	*duyin*		M-LE	
Ex-LE-12	*qiduan*		M-LE-6	
Autres points hors méridiens				
Ex-LE	*huanzhong*	PaM ou ZP84	M-BW-34	Ex20
Ex-LE	*siqiang*	NP94	N-LE-19	
Ex-LE	*lineiting*	PaM ou ZP130	M-LE-1	

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Os de la hanche KUANGU



Localisation

Deux points 2 *cun* au-dessus de la patella, 1,5 *cun* en direction latérale et médiale par rapport à → **E-34**.

Comment les trouver

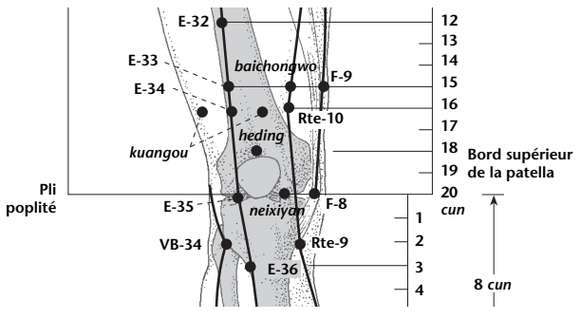
Commencer par localiser → **E-34** : mesurer 2 *cun* au-dessus du bord latéral supérieur de la patella et localiser → **E-34** dans une dépression du muscle vaste latéral. Puis localiser ***kuangu*** 1,5 *cun* en direction latérale et médiale par rapport à → **E-34**.

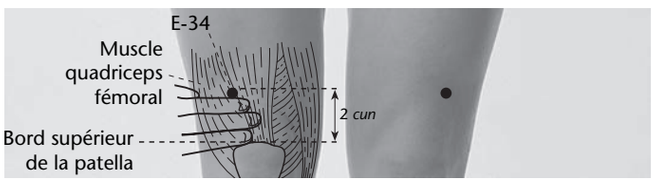
Insertion de l'aiguille

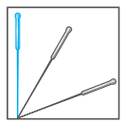
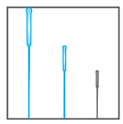
Insertion perpendiculaire de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

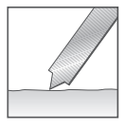
Actions/indications

- Soulage la douleur.







Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

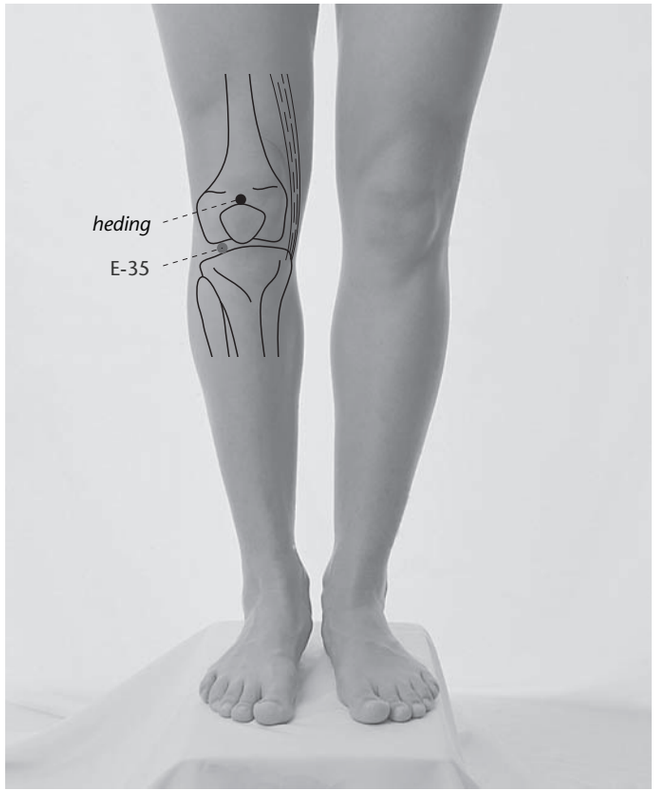
HEDING/XIDING *Sommet de la grue*

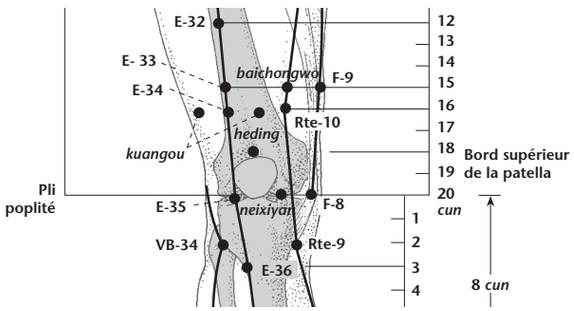
Localisation
Au centre du bord supérieur de la patella.

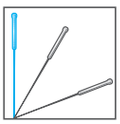
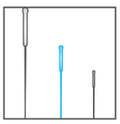
Comment le trouver
Il est plus facile de localiser et de piquer ce point le genou légèrement fléchi (installé sur un coussin). Localiser le centre du bord supérieur de la patella. C'est là que se trouve ***heding***.

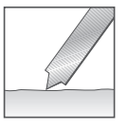
Insertion de l'aiguille
Insertion perpendiculaire de 0,5 à 0,8 *cun* de profondeur.

Actions/indications
- A des effets bénéfiques sur le genou.





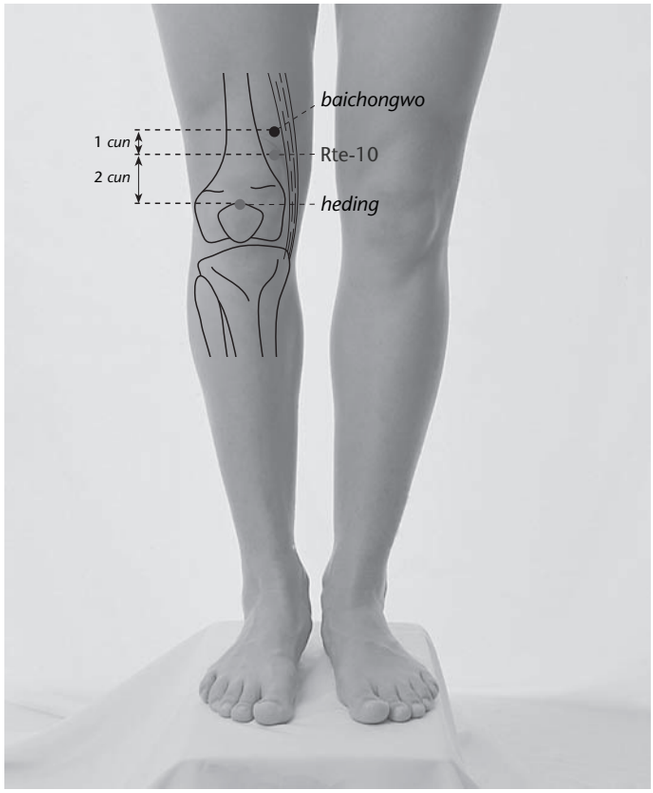



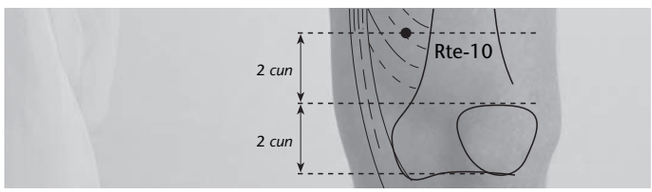





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Galerie des cent insectes BAICHONGWO





Localisation

3 *cun* proximal et 1 *cun* médial par rapport au bord médial supérieur de la patella, dans un creux sensible situé sur le muscle vaste médial, ou 1 *cun* au-dessus de → **Rte-10**.

Comment le trouver

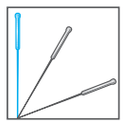
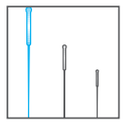
Le patient doit être allongé sur le dos ou, mieux, assis, les genoux fléchis. Localiser le bord médial supérieur de la patella et, de là, mesurer 3 *cun* (1 travers de main) en direction proximale. C'est là que se trouve ***baichongwo***, dans une petite dépression sur le muscle vaste médial.

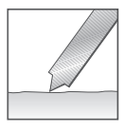
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Rafraîchit la Chaleur du Sang, élimine le Vent, draine l'Humidité.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

NEIXIYAN *Œil intérieur du genou*

Localisation

Lorsque le genou est fléchi, en dessous de la patella, dans une dépression médiale par rapport au ligament patellaire.

Comment les trouver

Il est plus facile de localiser et de piquer ce point lorsque le genou est fléchi (poser le genou sur un support). On peut localiser l'œil médial du genou dans une dépression nette, médiale par rapport au ligament patellaire, au bord inférieur de la patella. L'œil latéral du genou correspond au point → **E-35**. Ensemble, ces deux points sont connus comme étant → ***xiyan*** (point HM).

Insertion de l'aiguille

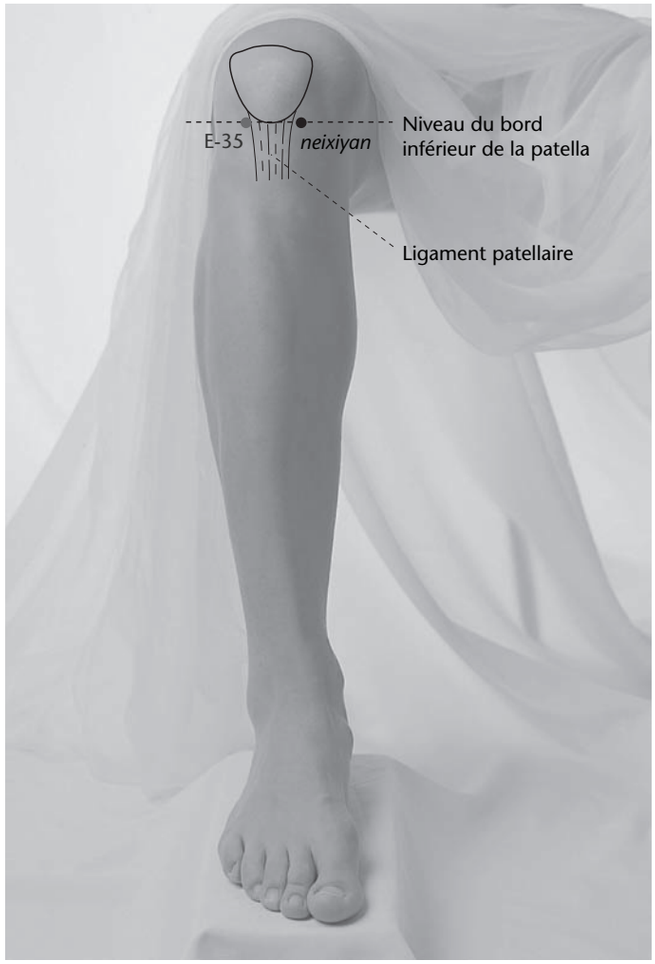
Insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de l'œil latéral du genou. Attention : ne pas toucher l'articulation du genou.

Actions/indications

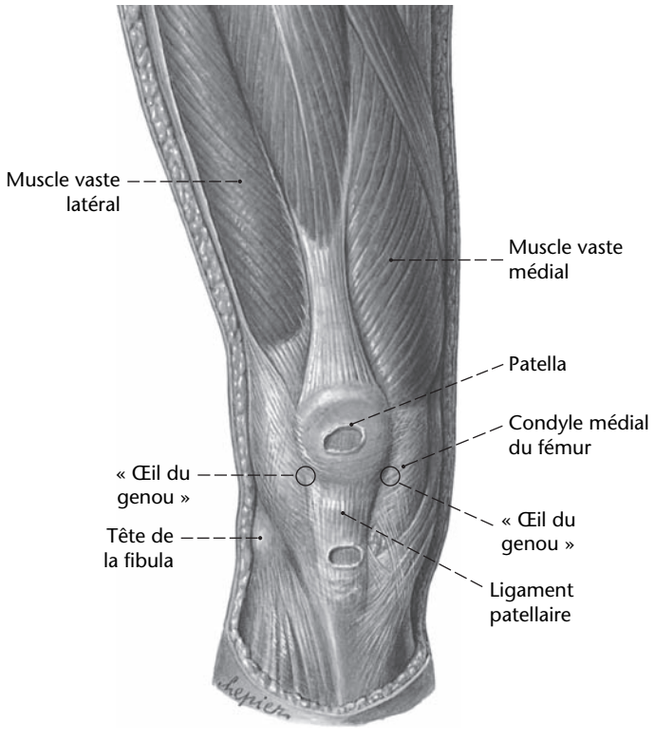
- Troubles de l'articulation du genou.

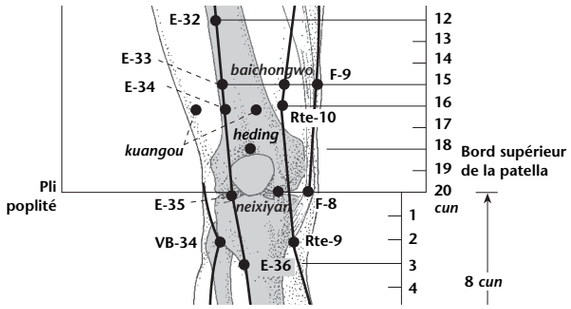
Caractéristiques particulières

Point local important.









Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Yeux des genoux XIYAN





Localisation

Lorsque le genou est fléchi, ces deux points se trouvent en dessous de la patella, en direction médiale et latérale par rapport au ligament patellaire. ***Xiyan*** se compose de deux points : l'œil médial du genou, qui correspond à → ***neixiyan***, et l'œil latéral du genou, qui correspond au point → **E-35**.

Comment les trouver

Il est plus facile de localiser et de piquer ces points lorsque le genou est fléchi (poser le genou sur un support). On peut localiser l'œil médial du genou dans une dépression nette médiale par rapport au ligament patellaire, au bord inférieur de la patella. L'œil latéral du genou correspond au point → **E-35 et** l'œil médial du genou, qui correspond à → ***neixiyan***. Ensemble ces deux points sont connus comme étant ***xiyan*** (point HM).

Insertion de l'aiguille

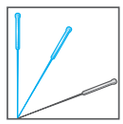
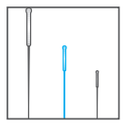
Œil médial du genou : insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de l'œil latéral du genou ; œil latéral : insertion perpendiculaire ou oblique de 0,5 à 1 *cun* de profondeur en direction de l'œil médial du genou. Attention : éviter d'enfoncer l'aiguille trop profondément pour ne pas risquer de piquer dans l'articulation (ces deux points correspondent aux points d'incision en cas d'arthroscopie du genou).

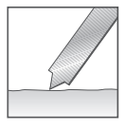
Actions/indications

- Élimine le Vent-Humidité, réduit les gonflements et soulage la douleur.

Caractéristiques particulières

Point local important pour les troubles du genou.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

DANNANGXUE/DANNANG/DANNANGDIAN *Point de la Vésicule Biliaire*

Localisation

Point le plus sensible sur le méridien de la Vésicule Biliaire, sur la jambe **droite**, 1 à 2 *cun* en direction distale par rapport à **→ VB-34**.

Comment le trouver

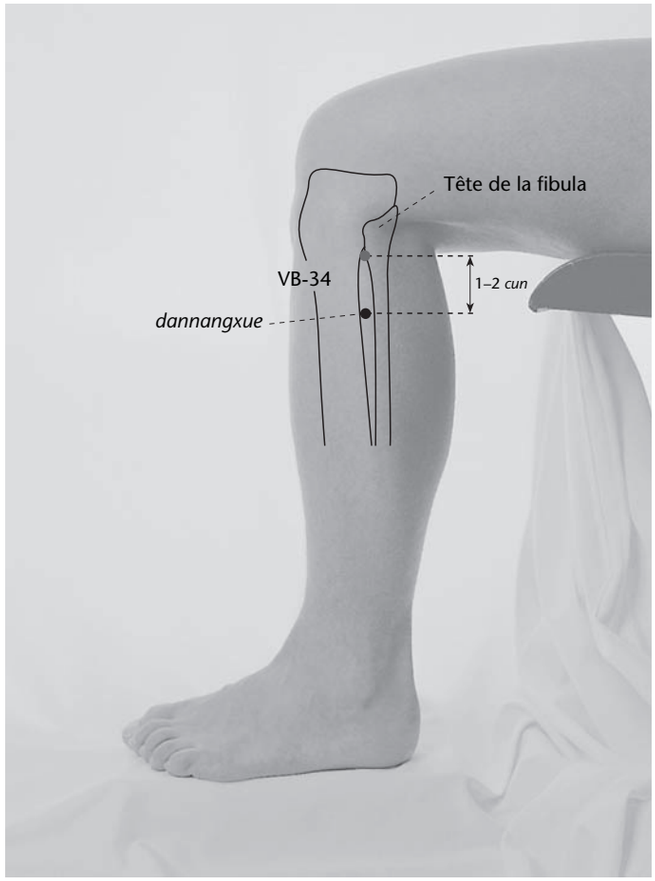
Commencer par localiser **→ VB-34** sur la jambe droite : trouver la tête de la fibula sur la face latérale de la jambe (sur la couture d'un pantalon imaginaire) et la maintenir entre l'index et le majeur comme avec des pinces. En faisant glisser ces deux doigts en direction distale, l'index va tomber dans une dépression directement en dessous et en avant de la tête de la fibula (**→ VB-34**). De là, continuer à palper doucement le méridien de la Vésicule Biliaire jusqu'à trouver le point le plus sensible, à environ 1 à 2 *cun* en dessous de **→ VB-34**. C'est là que se trouve ***dannangxue***.

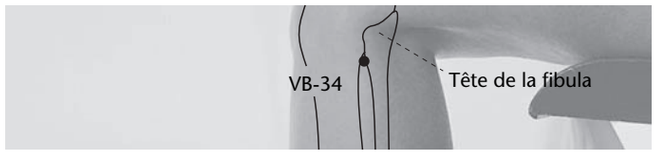
Insertion de l'aiguille

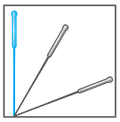
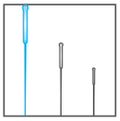
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

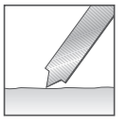
Actions/indications

- Élimine la Chaleur et draine l'Humidité dans les troubles chroniques et aigus de la Vésicule Biliaire comme les cholécystites et les cholélithiases (la sensibilité de ce point est un indice diagnostique significatif).





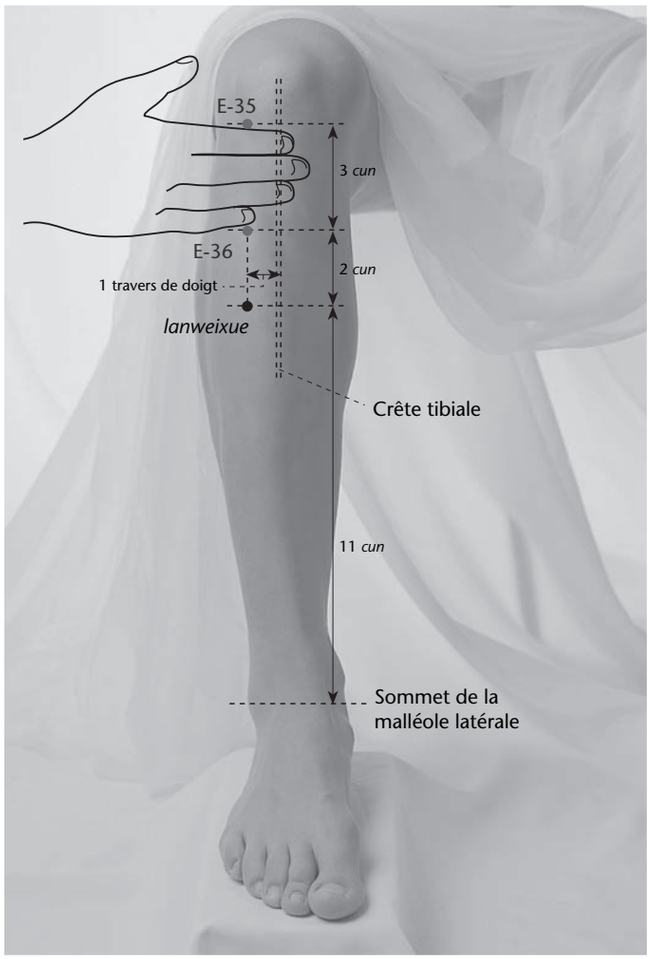



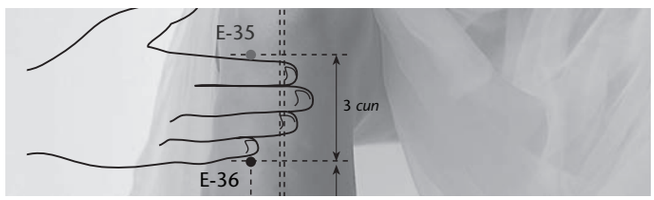





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Point de l'appendice LANWEI/LANWEIXUE





Localisation

Point le plus sensible sur le méridien de l'Estomac, sur la jambe **droite**, 2 *cun* en direction distale par rapport à ➞ **E-36**.

Comment le trouver

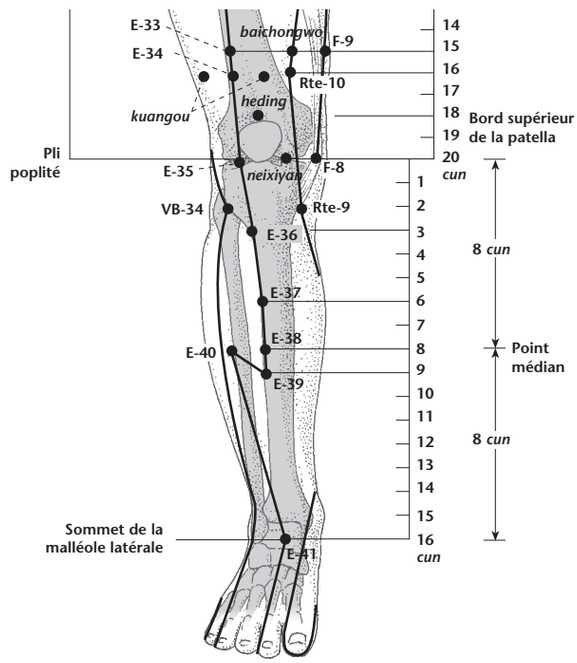
Localiser ce point sur la jambe droite uniquement (il correspond à la position unilatérale de l'appendice dans l'abdomen). Commencer par localiser ➞ **E-36**, 3 *cun* en dessous de l'articulation du genou (➞ **E-35**) puis mesurer 1 *cun* en dehors de la crête tibiale. Continuer à palper le méridien de l'Estomac sur environ 2 *cun* (en direction de ➞ **E-37**, 3 *cun* en dessous de ➞ **E-36**). ***Lanweixue*** est le point qui est le plus sensible à ce niveau.

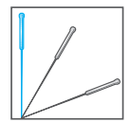
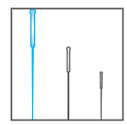
Insertion de l'aiguille

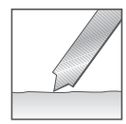
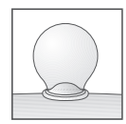
Insertion perpendiculaire ou oblique de 1 à 1,5 *cun* de profondeur.

Actions/indications

- Favorise la circulation du Qi et du Sang dans le Gros Intestin, élimine la Chaleur et la Chaleur poison du Gros Intestin.




Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

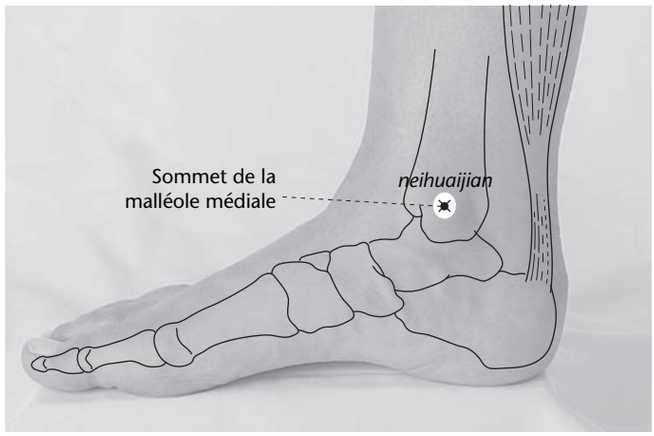
NEIHUAIJIAN *Extrémité médiale de la malléole*

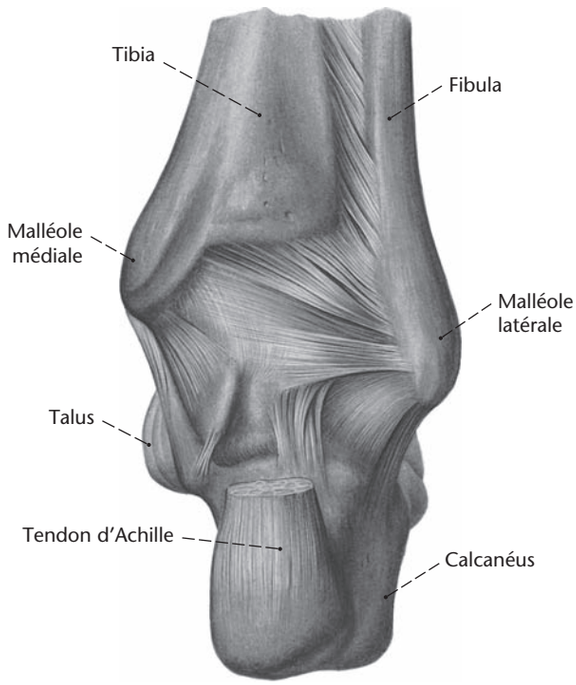
Localisation
Sur le sommet de la malléole médiale.

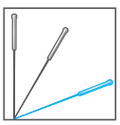
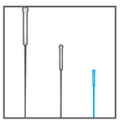
Comment le trouver
Déterminer le sommet de la malléole médiale et localiser ***neihuaijian***. → ***Waihuaijian*** est à une position similaire sur le sommet de la malléole latérale.

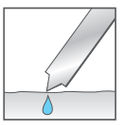
Insertion de l'aiguille
Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,1 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner.

Actions/indications
- Douleur de la région médiale de la cheville.





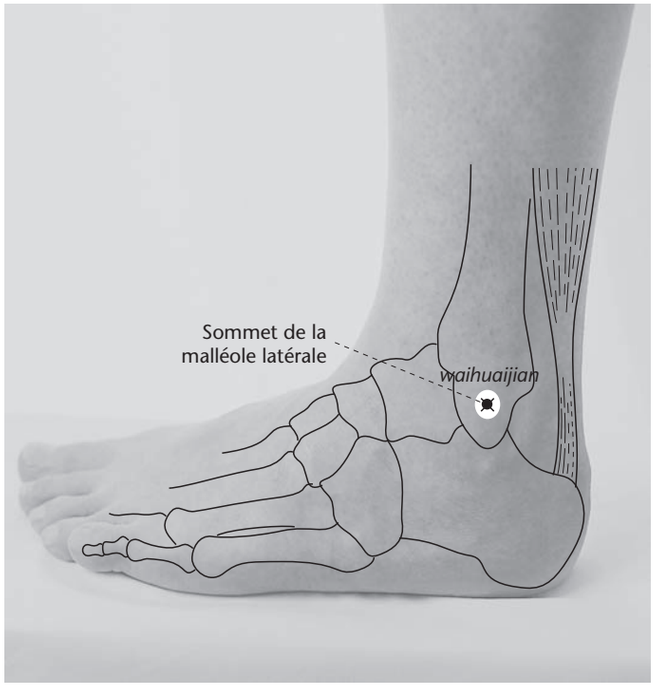





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Extrémité externe de la malléole WAIHUAIJIAN



Localisation

Sur le sommet de la malléole latérale.

Comment le trouver

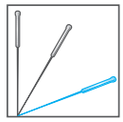
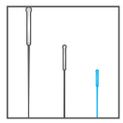
Déterminer le sommet de la malléole latérale et localiser ***waihuaijian***. → ***Neihuaijian*** est à une position similaire sur le sommet de la malléole médiale.

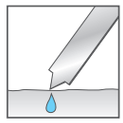
Insertion de l'aiguille

Insertion transversale (sous-cutanée) de 0,1 *cun* de profondeur, ou piquer et faire saigner.

Actions/indications

- Douleur de la région latérale de la cheville.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

BAFENG *Les huit vents*

Localisation

Huit points situés sur le dos du pied, légèrement en arrière de la palmure interdigitale.

Comment les trouver

Localiser les points ***bafeng*** sur le dessus du pied, en arrière de la palmure interdigitale, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche. → **F-2**, → **E-44** et → **VB-43** font tous trois partie des points ***bafeng***.

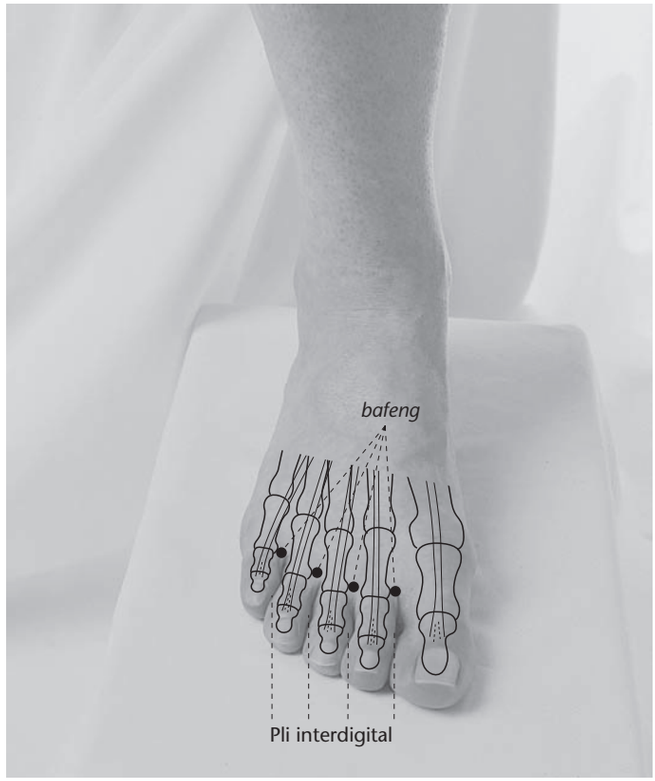
Les points hors méridien → ***baxie*** sont à une position similaire sur le dos de la main, en arrière de la palmure interdigitale (→ **TR-2** fait partie des points → ***baxie***).

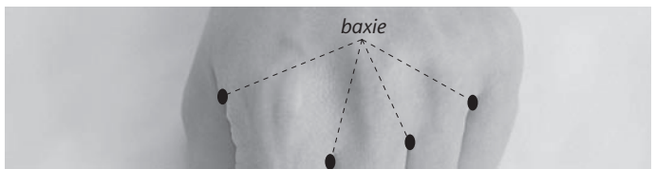
Insertion de l'aiguille

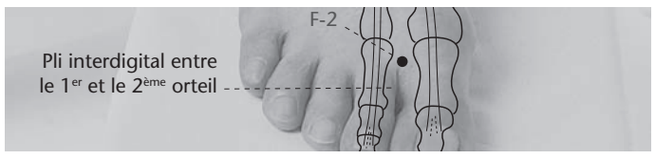
Insertion oblique de 0,3 à 1 *cun* de profondeur en direction proximale, ou piquer et faire saigner.

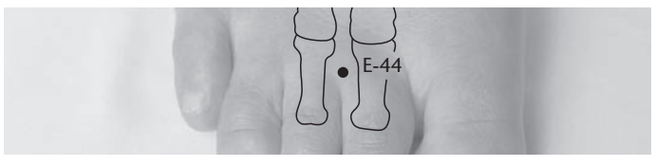
Actions/indications

- Élimine la Chaleur et réduit les gonflements.

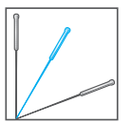


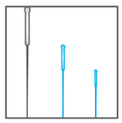






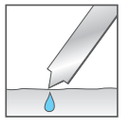






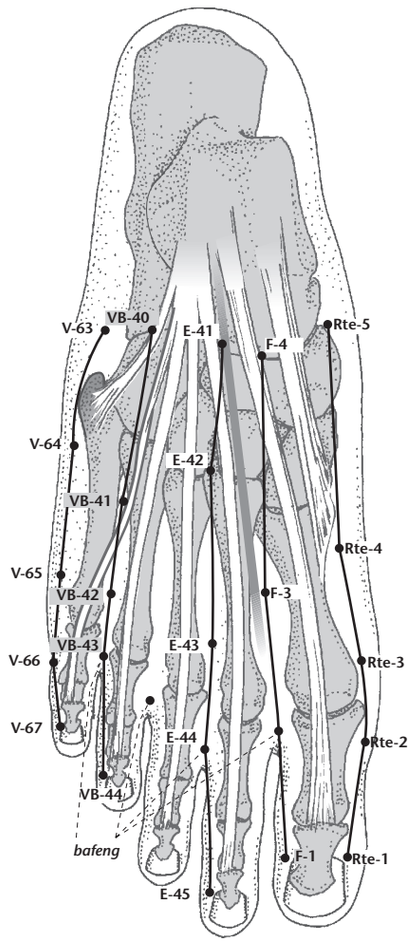












Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Yin solitaire DUYIN



Localisation

Sur la face plantaire du 2ème orteil, au milieu du pli transverse de l'articulation interphallangienne distale.

Comment le trouver

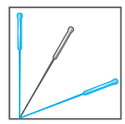
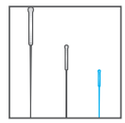
Sur la face plantaire du 2ème orteil, localiser ***duyin*** au milieu du pli transverse de l'articulation interphallangienne distale.

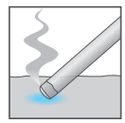
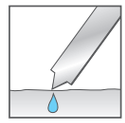
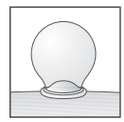
Insertion de l'aiguille

Insertion perpendiculaire de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur ou insertion transversale (sous-cutanée), ou piquer et faire saigner. Moxibustion possible.

Actions/indications

- Angine aiguë, douleur du thorax et des hypochondres, nausées, vomissements, rétention de lochies, menstruations irrégulières, hernie inguinale.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

QIDUAN *Fin du Qi*

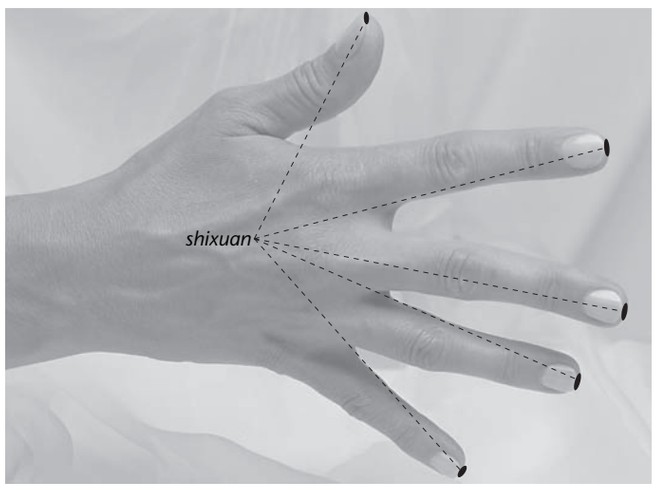
Localisation
À l'extrémité des dix orteils.

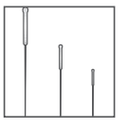
Comment les trouver
Localiser les points ***qiduan*** à l'extrémité des dix orteils, à 0,1 *cun* du bord libre de l'ongle.
Les points → ***shixuan*** sont à une position similaire sur la main, à l'extrémité des dix doigts.

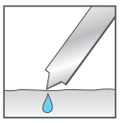
Insertion de l'aiguille
Piquer et faire saigner.

Actions/indications
- Syncope, œdème du pied, douleur abdominale aiguë.





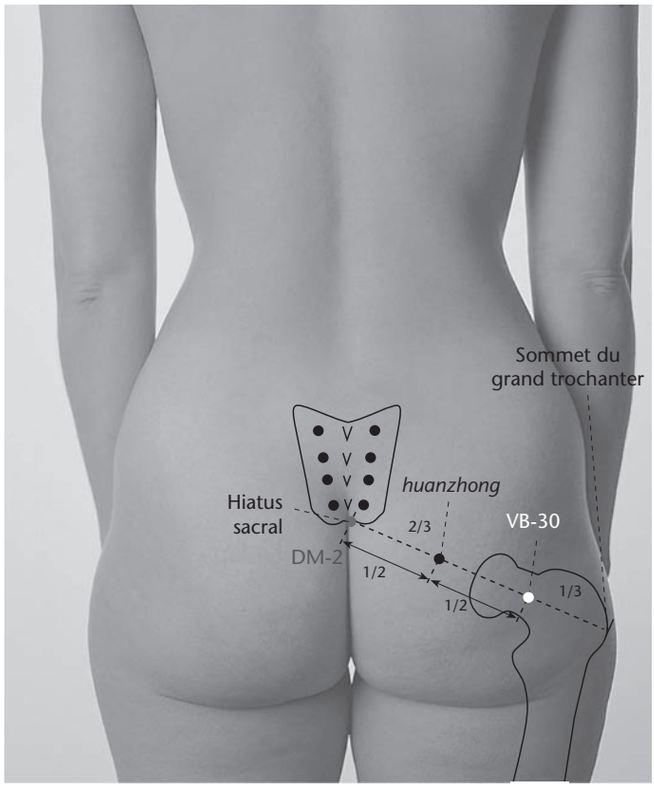



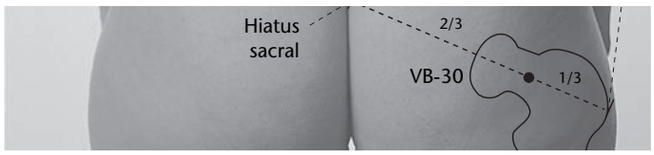



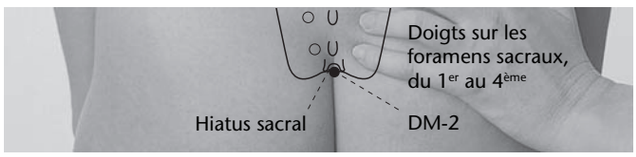


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Centre circulaire HUANZHONG







Localisation

À mi-chemin entre ➞ **VB-30** et ➞ **DM-2**.

Comment le trouver

Commencer par localiser ➞ **VB-30** : diviser en 3 la distance entre la proéminence latérale du grand trochanter et le hiatus sacral (➞ 3.4.4), et localiser ➞ **VB-30** à un tiers de la distance par rapport au grand trochanter. Puis localiser ➞ **DM-2** directement en dessous du hiatus sacral. Ensuite, localiser ***huangzhong*** à mi-distance entre ces deux points.

Insertion de l'aiguille

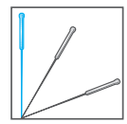
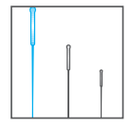
Insertion perpendiculaire de 2 à 2,5 *cun* de profondeur.

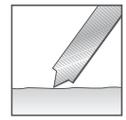
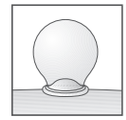
Actions/indications

- Sciatique, infection des voies urinaires, hémorroïdes, paralysie des membres inférieurs.

Caractéristiques particulières

Ce point hors méridien n'est pas officiellement reconnu.


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

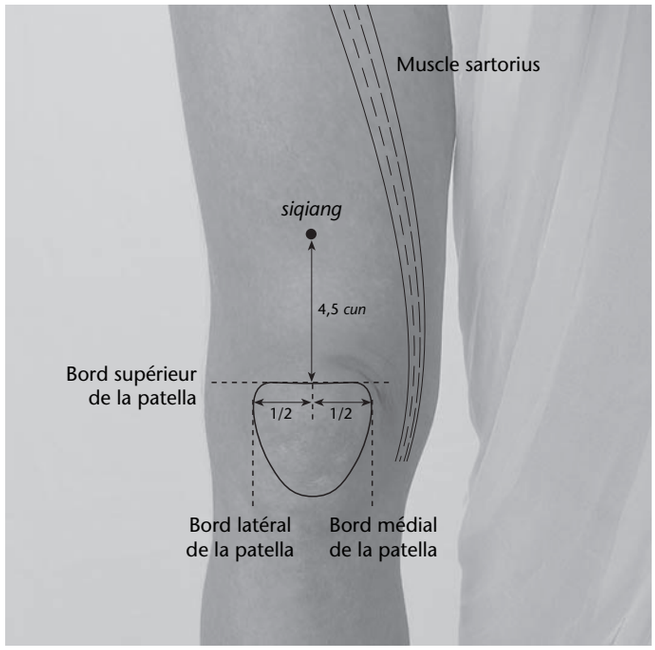
SIQIANG *Point qui renforce les quatre muscles*

Localisation

4,5 *cun* au-dessus du centre du bord supérieur de la patella.

Comment le trouver

Rechercher le bord supérieur de la patella. De là, mesurer 4,5 *cun* (1 travers de main et 2 travers de doigts) vers le haut. **Ou** : la distance entre le bord de la symphyse pubienne et le bord supérieur de la patella est de 18 *cun* (→ 2.2). Diviser cette distance en quatre (technique de l'amplitude de la main, ruban élastique, → Chapitre 2) et localiser ***siqiang*** au centre de la cuisse, à un quart de cette distance par rapport au bord supérieur de la patella.



Insertion de l'aiguille

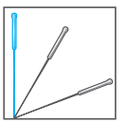
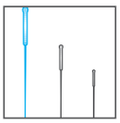
Insertion perpendiculaire de 1 à 2 *cun* de profondeur.

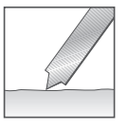
Actions/indications

- Paralysie et atrophie des muscles des membres inférieurs, surtout du muscle quadriceps fémoral.

Caractéristiques particulières

Les « quatre muscles » renvoient au quatre parties du muscle quadriceps fémoral. Ce point hors méridien n'est pas officiellement reconnu.

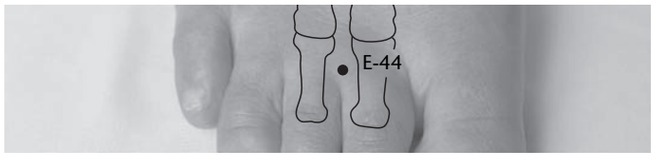





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Espace plantaire intérieur LINEITING





Localisation

Sur la face plantaire du pied, entre les 2ème et 3ème os métatarsiens, à l'opposé de → **E-44**.

Comment le trouver

Localiser l'espace entre les 2ème et 3ème os métatarsiens sur la face plantaire du pied. ***Lineiting*** est à l'opposé de → **E-44** (sur la face dorsale du pied, en arrière de la palmure interdigitale des 2ème et 3ème orteils.

Insertion de l'aiguille

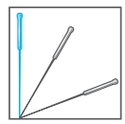
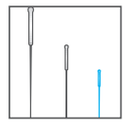
Insertion perpendiculaire de 0,2 à 0,3 *cun* de profondeur en direction de → **E-44**. Attention : point douloureux.

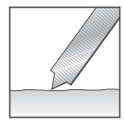
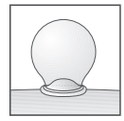
Actions/indications

- Douleur épigastrique aiguë, douleur locale, épilepsie, agitation.

Caractéristiques particulières

Ce point hors méridien n'est pas officiellement reconnu.

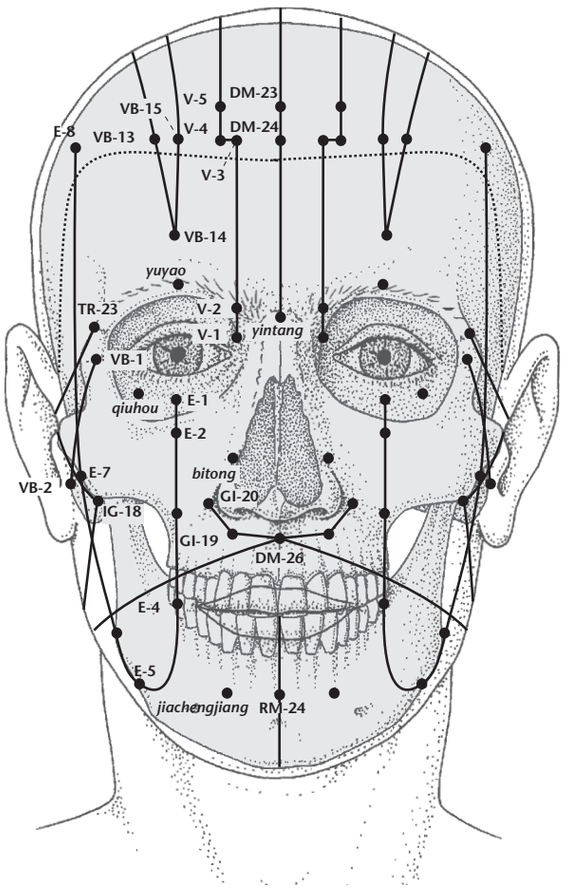




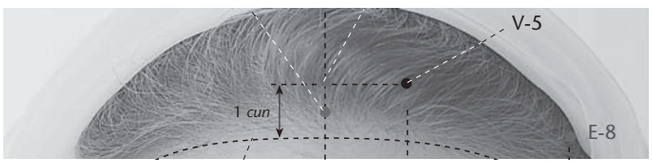

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7 Points importants selon les différentes zones du corps

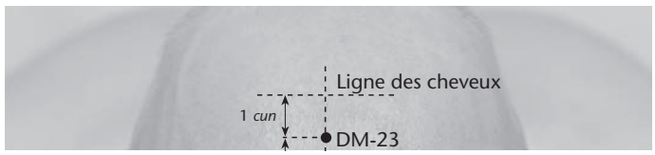
Claudia Focks

7.1 Face antérieure de la tête

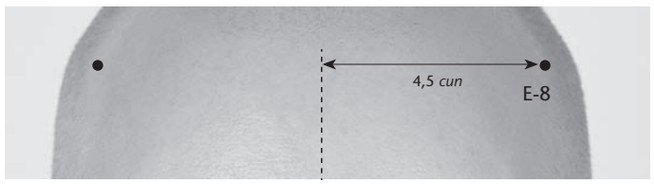




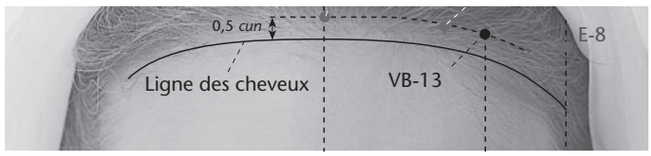
V-5 (*wushu*) « Cinquième place » : 1 *cun* en arrière de la ligne des cheveux et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (juste au-dessus de **V-4** et au même niveau que **DM-23**).



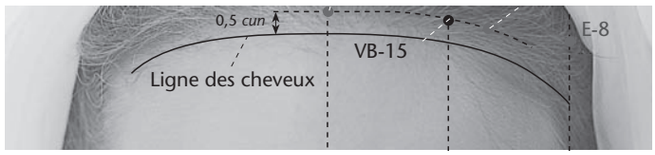
DM-23 (*shangxing*) « *Étoile la plus haute* » : sur la ligne médiane, 1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.



E-8 (*touwei*) « Support de la tête » : au coin temporal du front, au bord du muscle temporal, 0,5 *cun* au delà de la ligne antérieure des cheveux, ou 4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (**DM-24**).

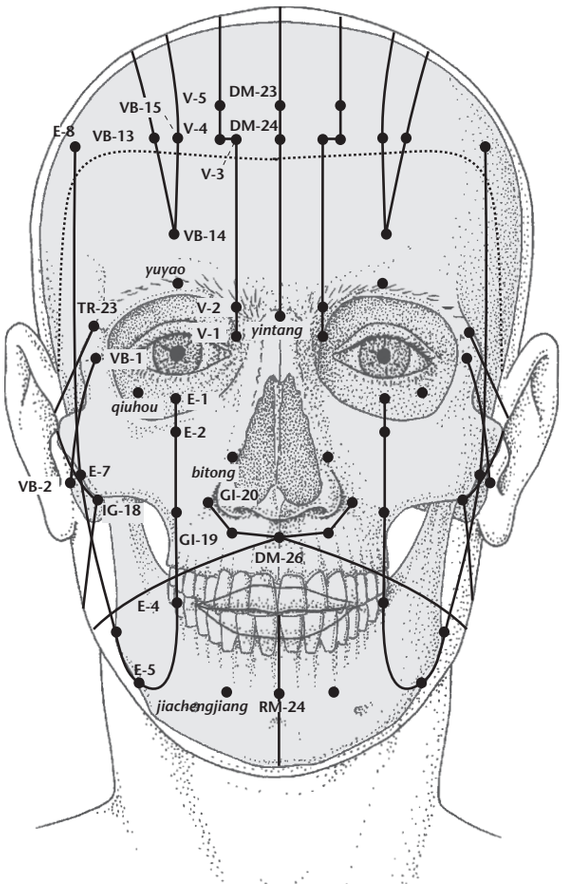


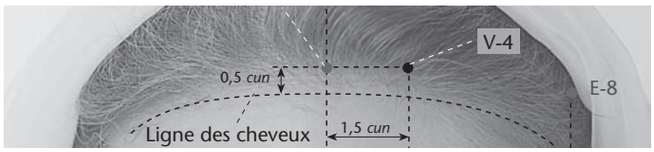
VB-13 (*benshen*) « Racine de l'Esprit » : 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux et 3 *cun* en dehors de la ligne médiane, sur la ligne qui relie **DM-24** et **E-8** (= 4,5 *cun*), à la jonction de son tiers latéral et de son tiers médial.



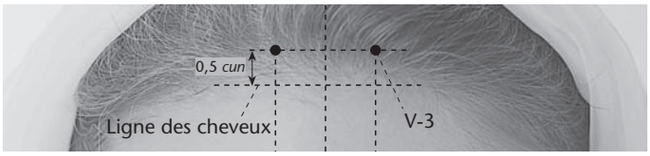
VB-15 (*linqi*) « Gouverneur des larmes de la tête » : sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, au milieu de la ligne qui relie **DM-24** et **E-8** (= 4,5 *cun*).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

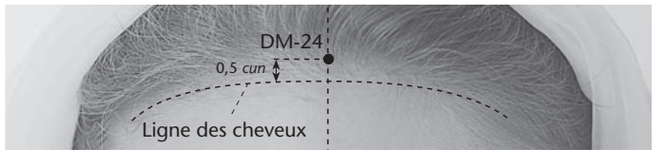




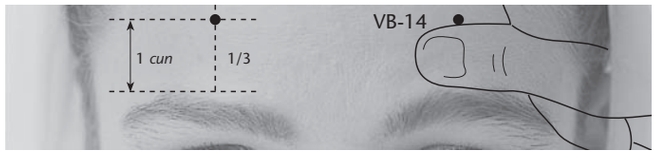
V-4 (*qucha*) « Courbe tordue » : 0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, ou au tiers de la distance entre **DM-24** et **E-8** (= 4,5 *cun*).



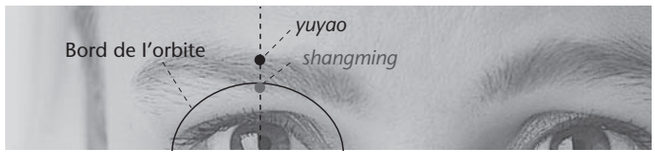
V-3 (*meichong*) « Assaut des sourcils » : 0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, à la verticale du canthus médial de l'œil (**V-1**).



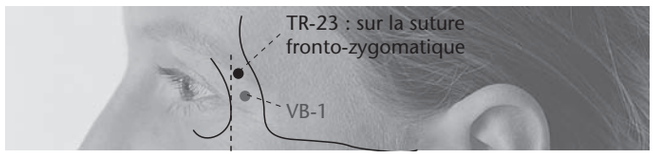
DM-24 (*shenting*) « Cour de l'Esprit » : sur la ligne médiane, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.



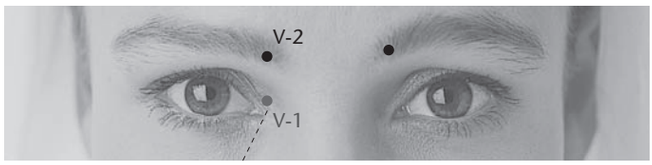
VB-14 (*yangbai*) « Yang blanc » : sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 1 *cun* au-dessus du milieu du sourcil (milieu du sourcil - ligne antérieure des cheveux = 3 *cun*).



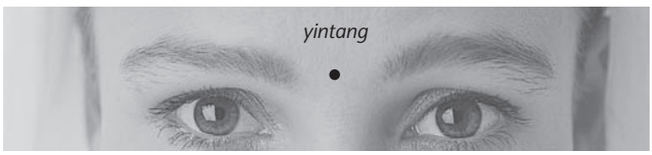
***yuyao* (point HM) « Taille de poisson » :** au centre du sourcil, juste au-dessus de la pupille quand la personne regarde droit devant elle.



TR-23 (sizhukong) « Trou du bambou de soie » : dans la dépression (suture fronto-zygomatique) au bord latéral du sourcil.

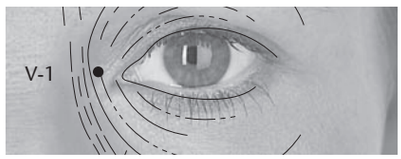


V-2 (*zanzhu*) « Collecte du bambou » : dans une dépression située à l'extrémité médiale du sourcil, directement au-dessus du canthus interne de l'œil.

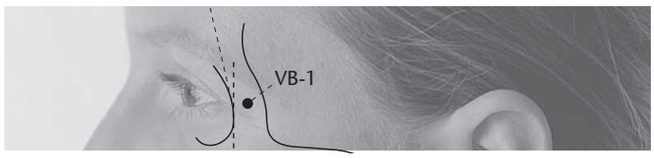


***yintang* (point HM) « Pièce du sceau » :** sur la ligne antérieure médiane, entre les sourcils.

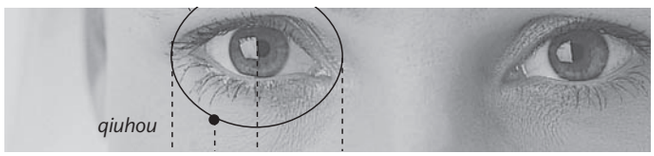
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



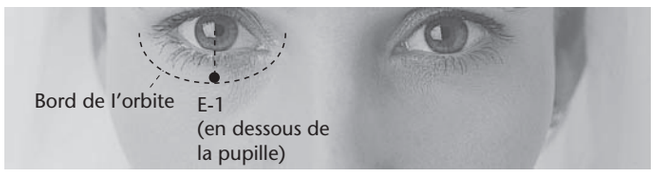
V-1 (*jingming*) « Éclat de l'œil » : 0,1 *cun* au-dessus du canthus interne de l'œil, là où les lunettes on tendance à se mettre.



VB-1 (*tongziliao*) « Crevasse de la pupille » : 0,5 *cun* en dehors du canthus externe de l'œil.



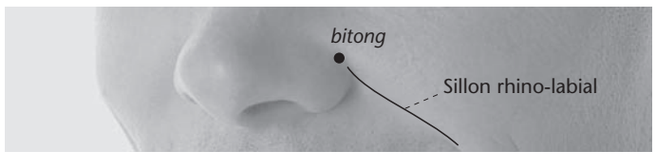
***qiuhou* (point HM) « Derrière le globe » :** au bord inférieur de l'orbite, à la jonction du quart latéral et des trois quarts médiaux du bord inférieur de l'orbite.



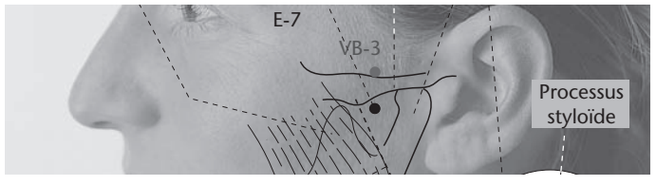
E-1 (*chengqi*) « Réservoir des larmes » : lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous de la pupille, entre le globe oculaire et le bord infra-orbitaire.



E-2 (*sibai*) « Quatre blancs » : lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point est situé directement en dessous du centre de la pupille, dans le creux du trou sous-orbitaire.



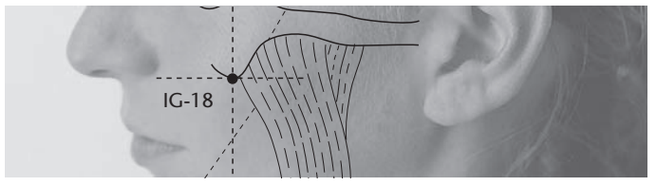
***bitong* (*shangyingxiang*) (point HM) « Passages du nez libres » (« *Yingxiang* supérieur ») :** à l'extrémité supérieure du sillon rhino-labial, à la jonction du maxillaire et de la cavité nasale (à la jonction du nez et de la joue).



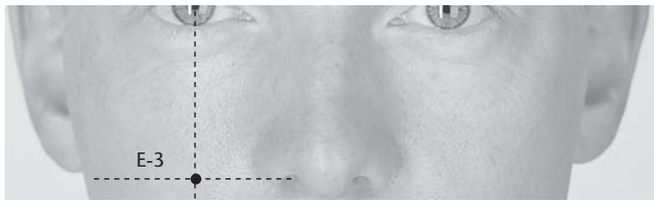
E-7 (*xiaguan*) « En dessous de l'articulation » : la bouche fermée, au centre de la dépression de la fosse mandibulaire, entre le processus coronoïde et le processus condylaire de la mandibule.



VB-2 (*tinghui*) « Réunion de l'ouïe » : en avant de l'oreille, dans la dépression située au niveau de l'incisure intertragique, au bord du processus condylaire de la mandibule lorsque la bouche est ouverte.

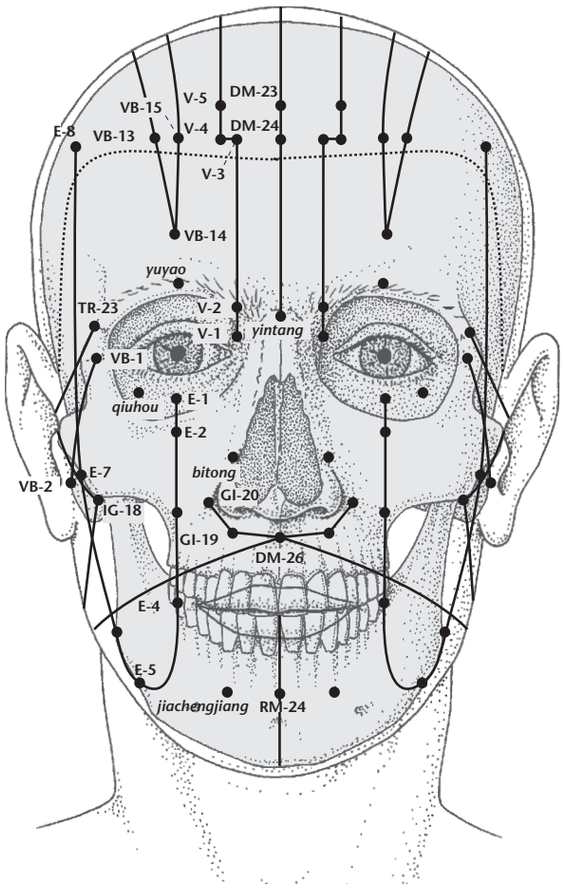


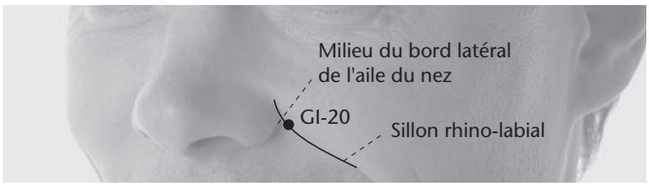
IG-18 (*quanliao*) « Crevasse de l'os de la pommette » : dans une dépression située à l'intersection d'une ligne verticale passant par le canthus externe de l'œil et du bord inférieur de l'os zygomatique.



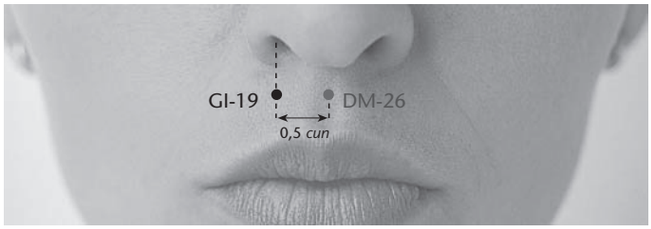
E-3 (*juliao*) « Grande crevasse » : lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous du centre de la pupille, au niveau du bord inférieur de l'aile du nez.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

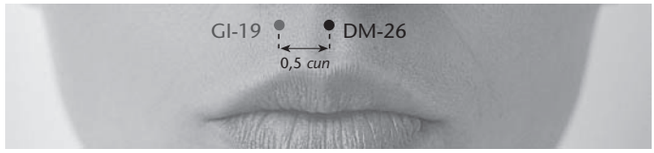




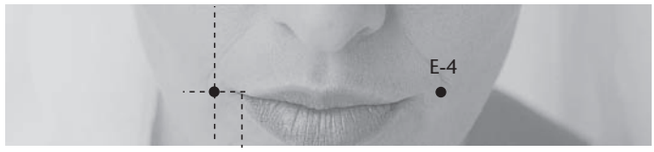
GI-20 (*Yingxiang*) « Accueil du parfum » : dans le sillon rhino-labial, au niveau du point médian du bord latéral de l'aile du nez.



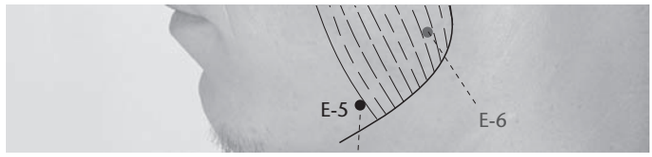
GI-19 (*kouheliao*) « Crevasse de la graine de la bouche » : juste en dessous du bord latéral de la narine, au même niveau que **DM-26** qui est légèrement au-dessus du milieu du philtrum (point de croisement avec le méridien du Gros Intestin).



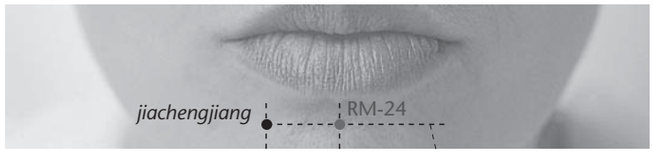
DM-26 (*renzhong* ou *shuigou*) « Centre de l'homme » : en dessous du nez, sur la ligne médiane, à la jonction du tiers supérieur et du tiers moyen du philtrum.



E-4 (*dicang*) « Grenier de la terre » : lorsque la personne regarde droit devant elle, ce point se trouve directement en dessous du centre de la pupille, à environ 0,4 *cun* de la commissure des lèvres.



E-5 (*daying*) « Grand accueil » : sur le côté de la mandibule, en avant du muscle masséter (demander au patient de serrer les dents) ; on peut sentir une branche de l'artère faciale à cet endroit.



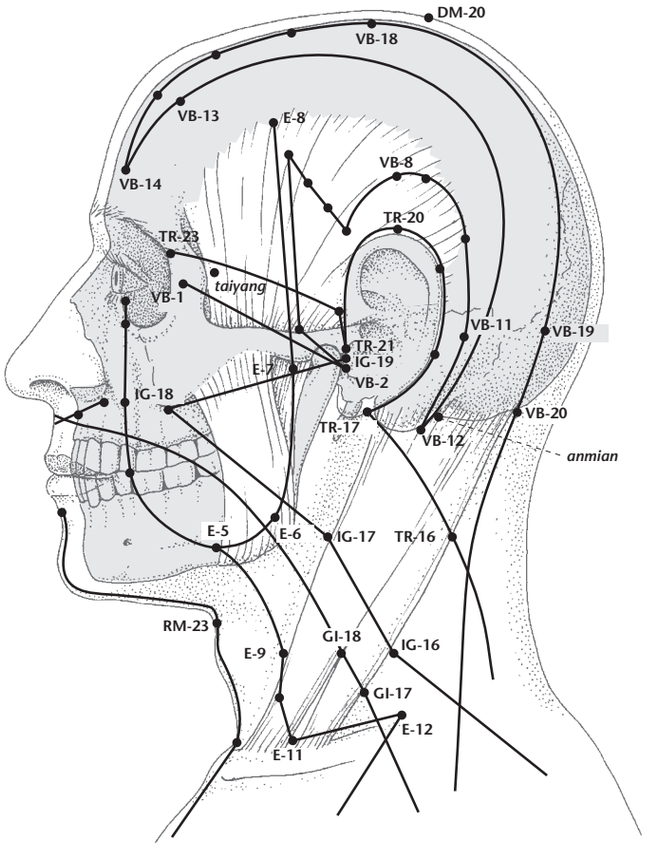
***jiachengjiang* (point HM) « Proche du réservoir des larmes » :** 1 *cun* en dehors du centre du sillon mento-labial, au même niveau que **RM-24** (*chengjiang*).

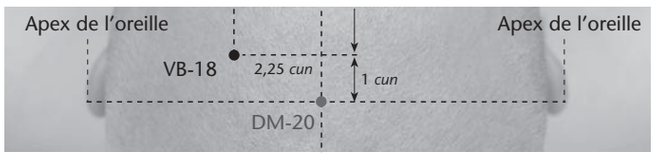


RM-24 (*chengjiang*) « Réservoir des liquides » : sur la ligne médiane antérieure, dans le sillon mento-labial en dessous de la lèvre inférieure.

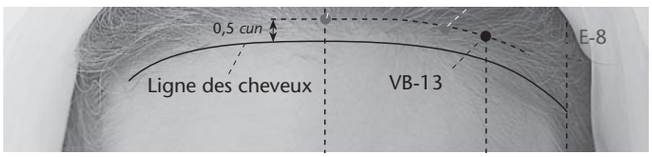
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.2 Face latérale de la tête et du cou

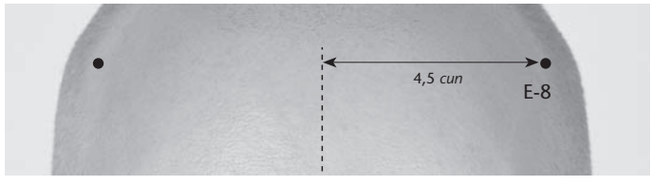




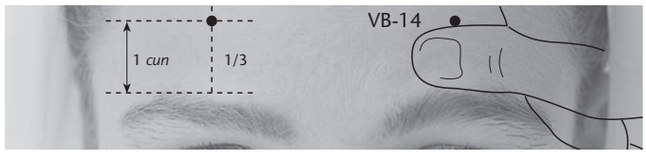
VB-18 (*chengling*) « Aide de l'Esprit » : 4 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 1 *cun* en avant de **DM-20**, sur la ligne qui relie **VB-15** et **VB-20**, ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane (milieu de la ligne qui relie **E-8** et **DM-24**).



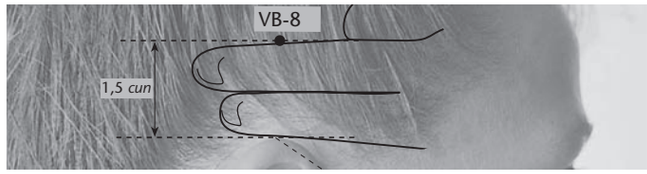
VB-13 (*benshen*) « Racine de l'Esprit » : 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux et 3 *cun* en dehors de la ligne médiane, sur la ligne qui relie **E-8** et **DM-24** (= 4,5 *cun*), à la jonction du tiers latéral et du tiers médial.



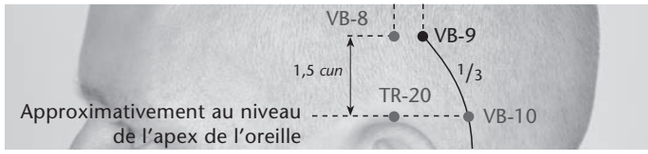
E-8 (*touwei*) « Support de la tête » : au coin temporal du front, au bord du muscle temporal, 0,5 *cun* à l'intérieur de la ligne antérieure des cheveux, ou 4,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (**DM-24**).



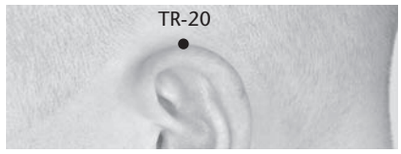
VB-14 (*yangbai*) « Yang blanc » : sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 1 *cun* au-dessus du milieu du sourcil (milieu du sourcil - ligne antérieure des cheveux = 3 *cun*).



VB-8 (*shuaigu*) « Vallée principale » : 1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille.

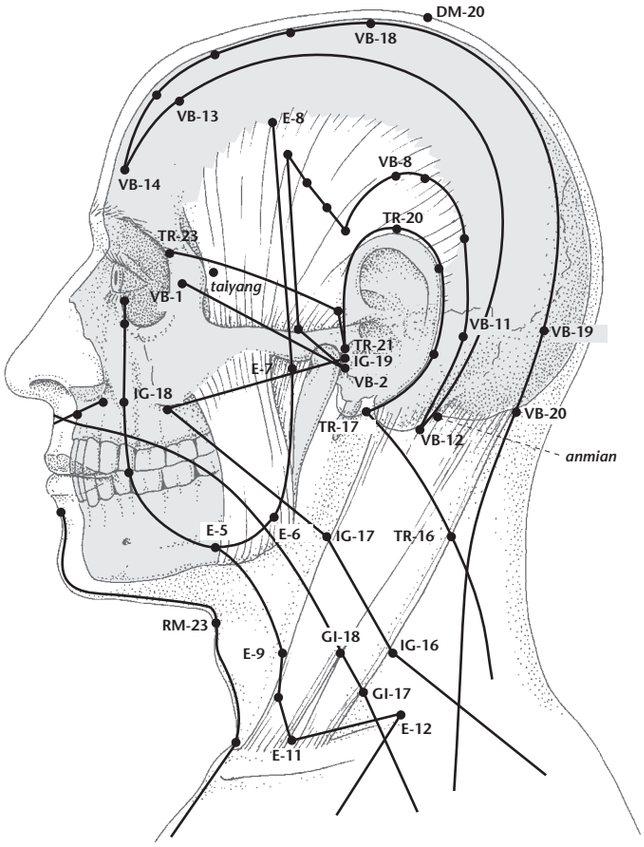


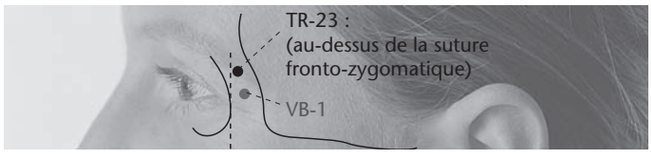
VB-9 (*tianchong*) « Précipitation céleste » : 1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille, 0,5 *cun* en arrière de l'apex de l'oreille, ou 0,5 *cun* en arrière de **VB-8**.



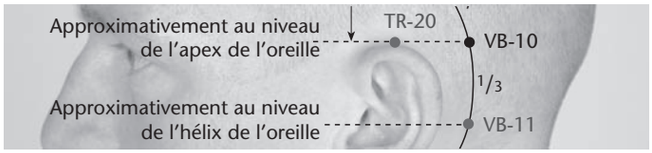
TR-20 (*jiaosun*) « Angle minuscule » : juste au-dessus de l'apex de l'oreille.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

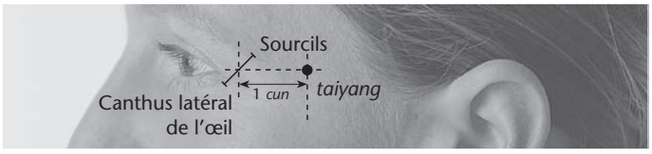




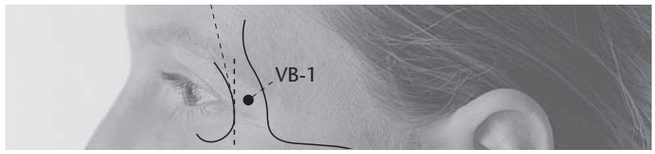
TR-23 (*sizhukong*) « Trou du bambou de soie » : dans la dépression osseuse (suture fronto-zygomatique) à l'extrémité latérale du sourcil.



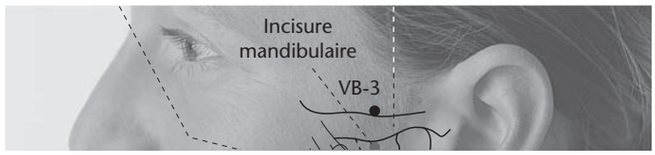
VB-10 (*fubai*) « Blanc flottant » : à l'intersection du tiers supérieur et des deux tiers inférieurs de la courbe qui relie **VB-9** et **VB-12**.



***taiyang* (point HM) « Grand Yang » :** dans le creux situé approximativement 1 *cun* en arrière du point médian de la ligne qui relie l'extrémité latérale du sourcil et le canthus externe de l'œil.



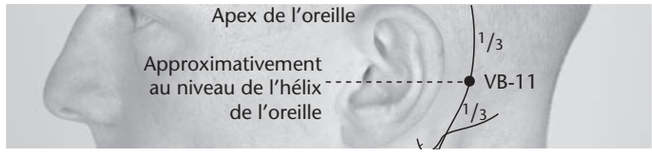
VB-1 (*tongziliao*) « Crevasse de la pupille » : 0,5 *cun* en dehors du canthus externe de l'œil.



VB-3 (*shangguan*) « Au-dessus de l'articulation » : dans une dépression située sur le bord supérieur de l'arcade zygomatique, environ 1 *cun* en avant de la racine de l'oreille, juste au-dessus de **E-7** (bord inférieur de l'arcade zygomatique).



TR-21 (*ermen*) « Porte de l'oreille » : en avant de l'oreille lorsque la bouche est ouverte, dans une dépression située au niveau de l'incisure sus-tragique, légèrement au-dessus du condyle de la mandibule.



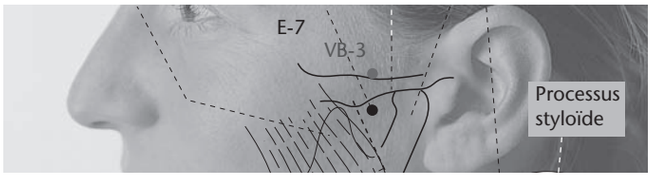
VB-11 (*touqiaoyin*) « Porte Yin de la tête » : à l'intersection du tiers inférieur et des deux tiers supérieurs de la courbe qui relie **VB-9** et **VB-12**.



IG-19 (*tinggong*) « Palais de l'ouïe » : en avant de l'oreille et, lorsque la bouche est ouverte, dans la dépression située entre le tragus et le processus condylaire de la mandibule.

* Selon Deadman et al., 1998

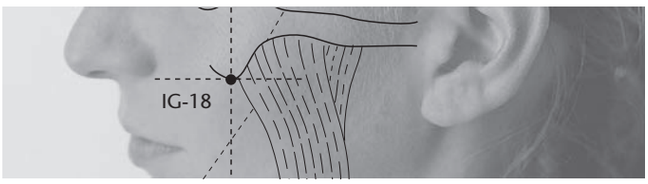
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



E-7 (*xiaguan*) « En dessous de l'articulation » : la bouche fermée, dans la dépression de l'incisure mandibulaire, entre le processus coronoïde et le processus condylaire de la mandibule.



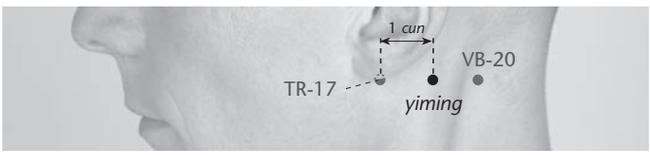
VB-2 (*tinghui*) « Réunion de l'ouïe » : en avant de l'oreille, dans la dépression située au niveau de l'incisure intertragique, au bord du processus condylaire de la mandibule, lorsque la bouche est ouverte.



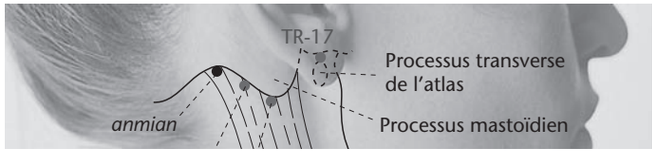
IG-18 (*quanliao*) « Crevasse de l'os de la pommette » : dans une dépression située à l'intersection d'une ligne verticale passant par le canthus externe de l'œil et du bord inférieur de l'os zygomatique.



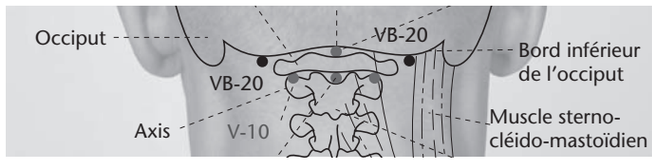
TR-17 (*yifeng*) « Écran du vent » : lorsque la bouche est ouverte, dans la dépression qui se trouve en arrière du lobule de l'oreille, entre le processus mastoïdien et la mandibule.



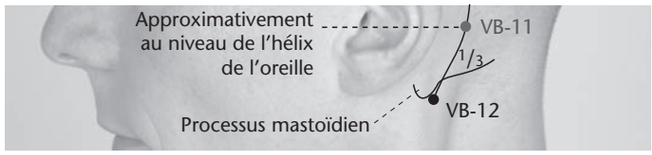
***yiming* (point HM) « Redonne de l'éclat aux yeux » :** à la jonction de la tête et de l'occiput, 1 *cun* en arrière de **TR-17**, sur la ligne qui relie **TR-17** et **VB-20**.



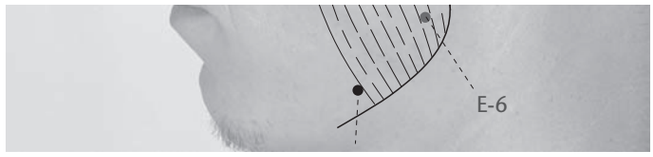
***anmian* (point HM) « sommeil paisible » :** derrière l'oreille, à mi-chemin entre **TR-17** et **VB-20**, en arrière du processus mastoïdien.



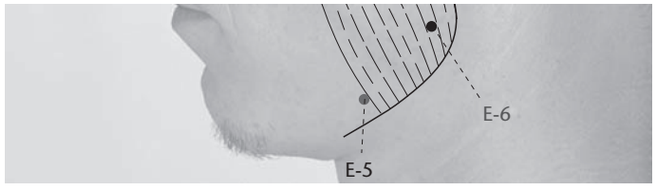
VB-20 (*fengchi*) « Mare du vent » : sur le bord inférieur de l'occiput, dans la dépression qui se trouve entre les origines du muscle sterno-cléido-mastoïdien et du muscle trapèze.



VB-12 (*wangu*) « Processus mastoïdien » : dans la dépression située juste en arrière et en dessous du processus mastoïdien.

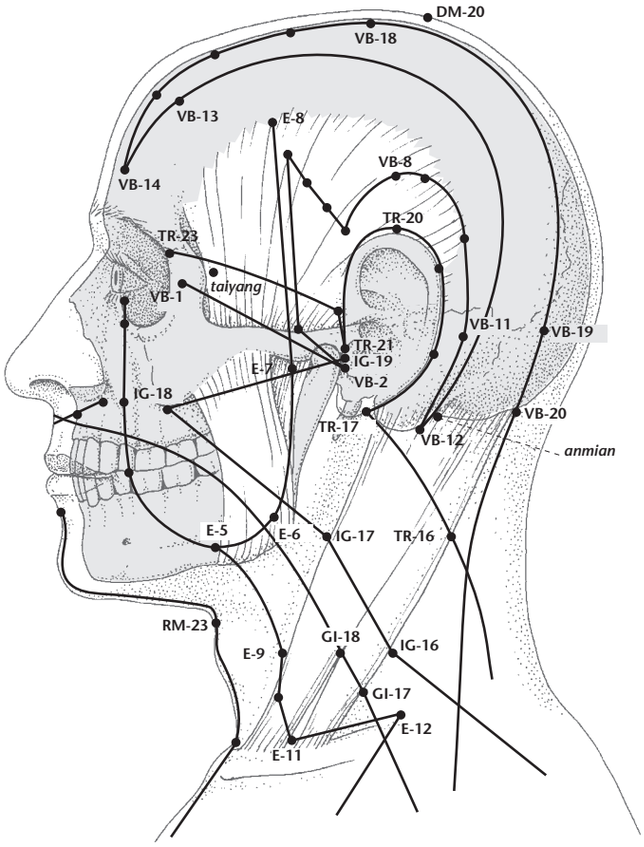


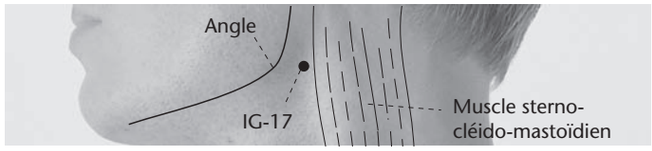
E-6 (*jiache*) « Os de la mâchoire » : lorsque les dents sont serrées, sur le point le plus haut de la saillie du muscle masséter, à environ 1 travers de doigt (majeur) en avant et au-dessus de l'angle de la mandibule.



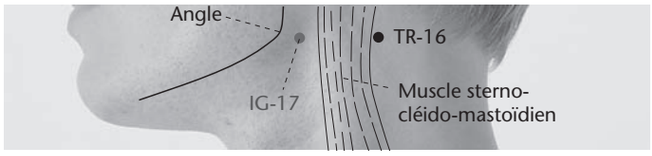
E-5 (*daying*) « Grand accueil » : sur le côté de la mandibule, en avant du muscle masséter (demander au patient de serrer les dents) ; on peut sentir une branche de l'artère faciale à cet endroit.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

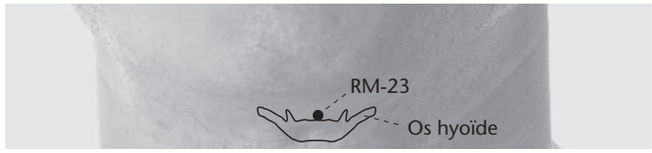




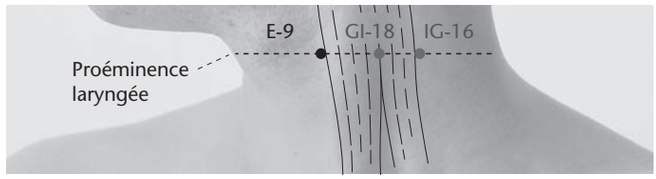
IG-17 (*tianrong*) « Apparition céleste » : en arrière de l'angle de la mandibule, sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.



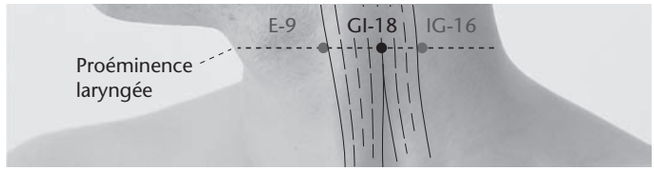
TR-16 (*tianyou*) « Fenêtre du Ciel » : sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, juste en dessous du processus mastoïdien, au niveau de l'angle de la mandibule.



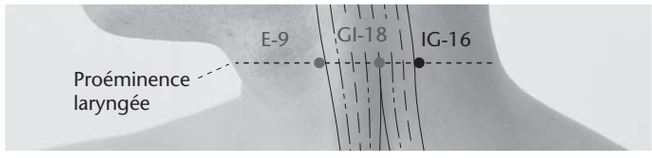
RM-23 (*lianquan*) « Source de l'angle » : sur la ligne médiane antérieure, au bord supérieur de l'os hyoïde.



E-9 (*renyin*) « Accueil de l'homme » : approximativement 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau du sommet de la proéminence laryngée, sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.



GI-18 (*futu*) « Support de la proéminence » : à la hauteur de la proéminence laryngée, entre les chefs sternal et claviculaire du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

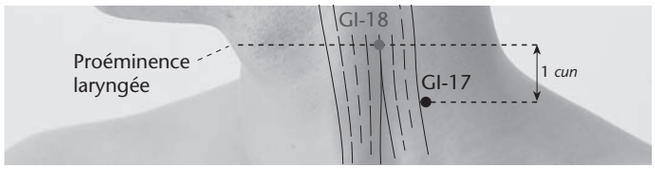


IG-16 (*tianchuang*) « Fenêtre céleste » : environ 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au même niveau que la proéminence laryngée, sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.



E-10 (*shuitu*) « Monticule d'eau » : sur le bord antérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien, au milieu d'une ligne qui relie **E-9** et **E-11**.

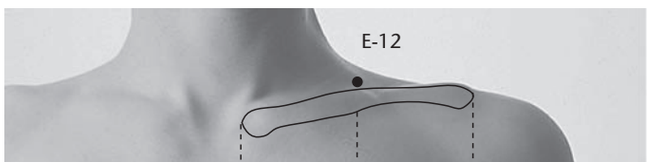
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



GI-17 (*tianding*) « Tripode du ciel » : 1 *cun* en dessous de la proéminence laryngée, sur le bord postérieur du muscle sterno-cléido-mastoïdien.

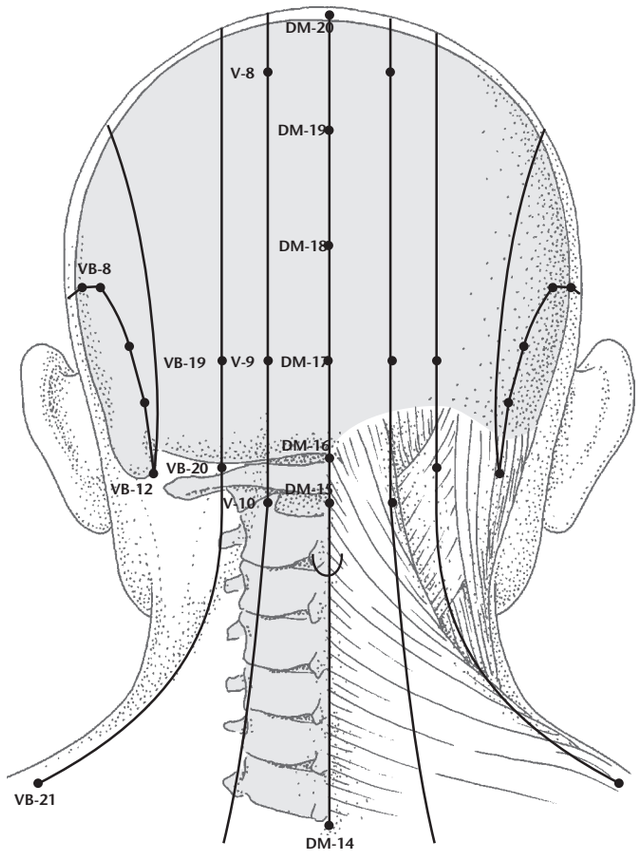


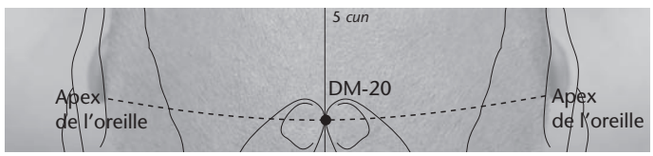
E-11 (*qishe*) « Demeure du Qi » : au bord supérieur de la clavicule, entre les tendons des chefs sternal et claviculaire du muscle sterno-cléido-mastoïdien.



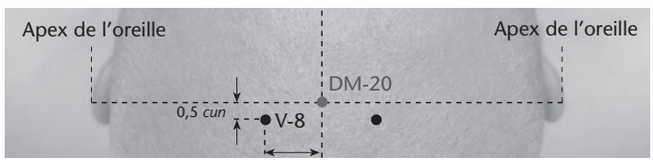
E-12 (*quepen*) « Bassin vide » : dans la fosse sus-claviculaire, au-dessus du point médian de la clavicule, environ 4 *cun* en dehors de la ligne médiane du corps.

7.3 Région occipitale



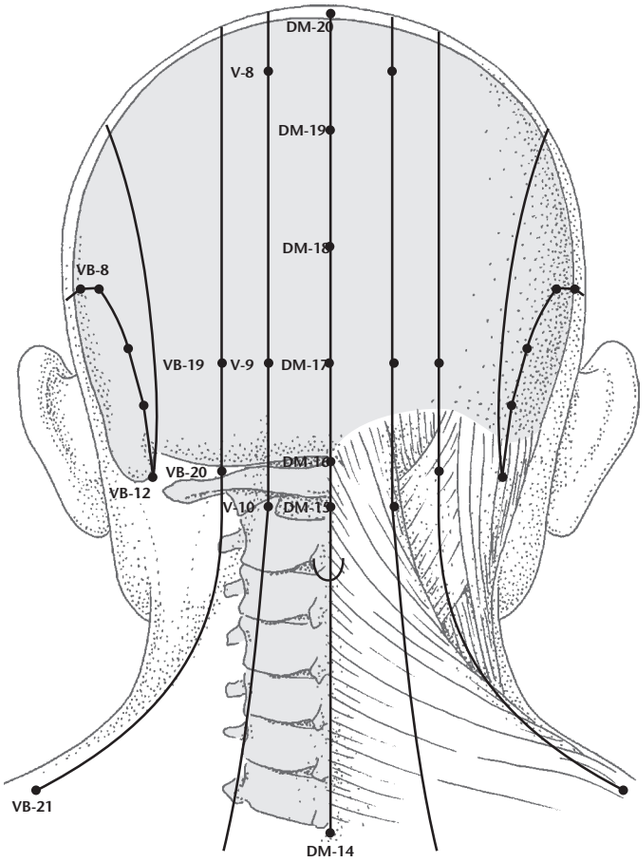


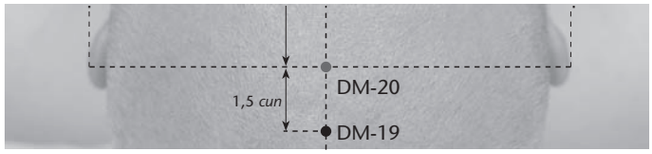
DM-20 (*baihui*) « Les cent réunions » : à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles, 5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux et 7 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux.



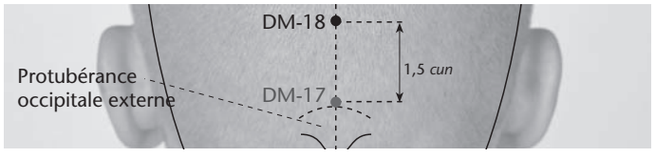
V-8 (*luoque*) « Déclin de la communication » : 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et 5,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, ou 0,5 *cun* en arrière de **DM-20**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

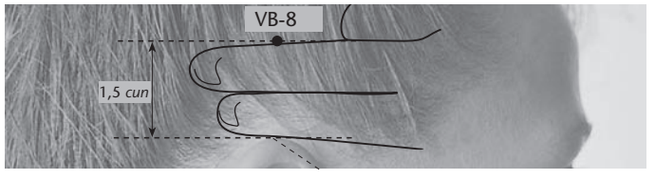




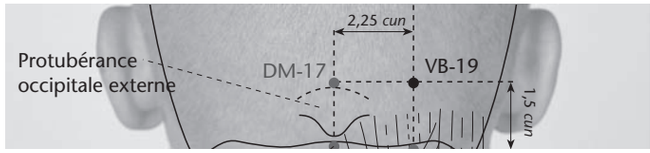
DM-19 (*houding*) « Derrière la couronne » : sur la ligne médiane postérieure, 1,5 *cun* en arrière de **DM-20** ou 3 *cun* au-dessus de **DM-17**.



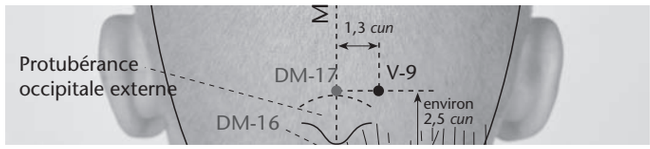
DM-18 (*qianglian*) « Espace inflexible » : sur la ligne médiane postérieure, 1,5 *cun* au-dessus de **DM-17** (directement au-dessus de la protubérance occipitale externe) ou 3 *cun* en dessous de **DM-20**.



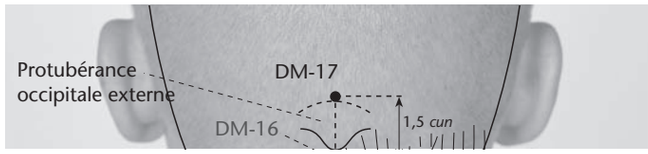
VB-8 (*shuaigu*) « Vallée principale » : 1,5 *cun* au-dessus de l'apex de l'oreille.



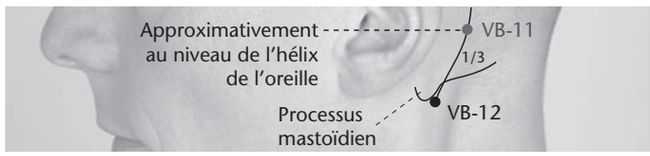
VB-19 (*naokong*) « Creux du cerveau » : au bord supérieur de la protubérance externe de l'occiput (**DM-17**), sur la ligne qui relie **VB-15** et **VB-20**, *2,25 cun* en dehors de la ligne médiane.



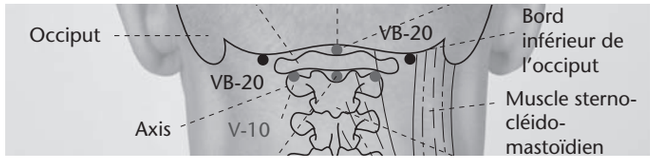
V-9 (*yuzhen*) « Oreiller de jade » : *2,5 cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux et *1,3 cun* en dehors de la ligne médiane ou de **DM-17** (situé dans la dépression directement au-dessus de la protubérance occipitale externe).



DM-17 (*naohu*) « Porte du cerveau » : sur la ligne médiane, dans une dépression au-dessus de la protubérance occipitale externe, environ *2,5 cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux ou *1,5 cun* en dehors de **DM-16**.



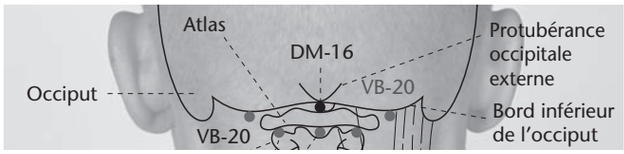
VB-12 (*wangu*) « Processus mastoïdien » : dans la dépression située juste en arrière et en dessous du processus mastoïdien.



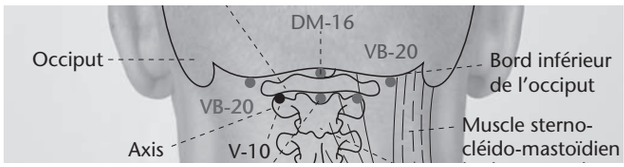
VB-20 (*fengchi*) « Mare du vent » : sur le bord inférieur de l'occiput, dans la dépression qui se trouve entre les origines du muscle sterno-cléido-mastoïdien et du muscle trapèze.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

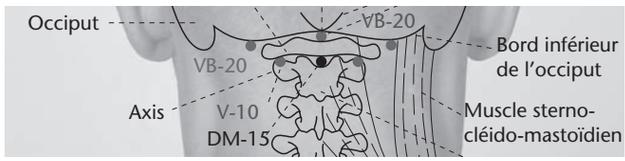
7.4 Vertex



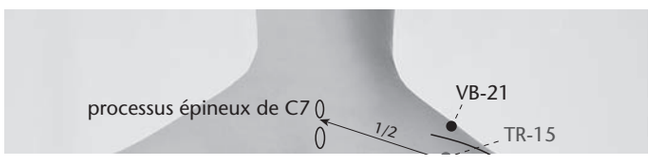
DM-16 (*fengfu*) « Palais du vent » : sur la ligne médiane postérieure, directement en dessous de la protubérance occipitale externe, dans la dépression qui se trouve à la naissance du muscle trapèze.



V-10 (*tianzhu*) « Pilier céleste » : environ 1,3 *cun* en dehors de la ligne médiane (**DM-15**), là où le muscle trapèze s'insert sur le bord inférieur de l'occiput.



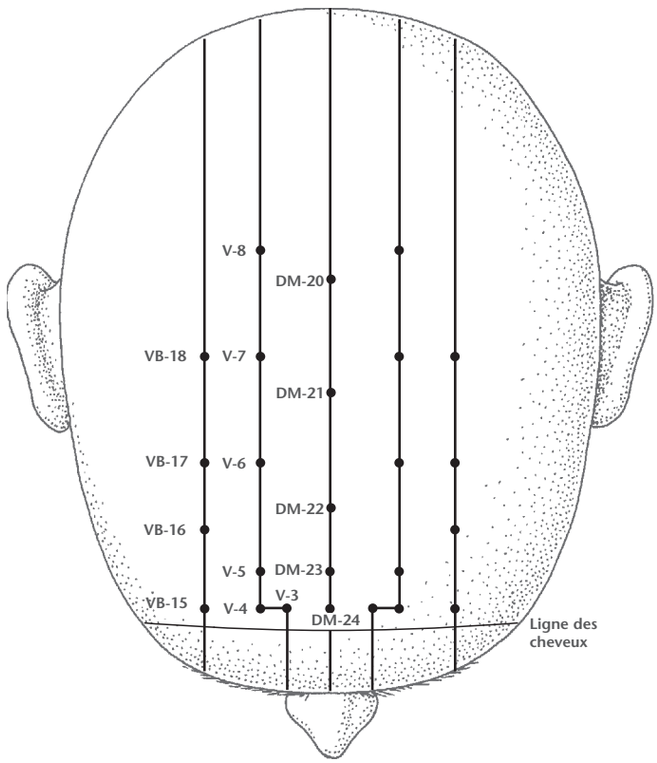
DM-15 (*yamen*) « Porte de la mutité » : sur la ligne médiane postérieure, dans le creux situé entre la 1ère vertèbre cervicale (atlas) et la 2ème vertèbre cervicale (axis = 1er processus épineux palpable), environ 0,5 *cun* en dessous de **DM-16**.

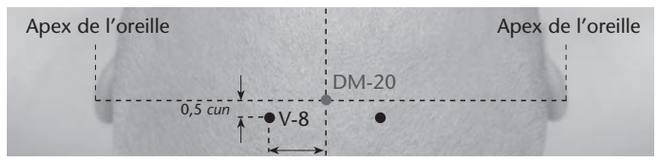


VB-21 (*jianjing*) « Puits de l'épaule » : au sommet de l'épaule, à mi-chemin entre la 7ème vertèbre cervicale (C7) et l'extrémité latérale de l'acromion.

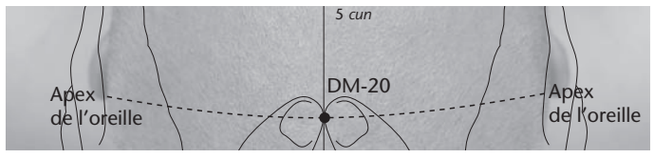


DM-14 (*dazhui*) « Grande vertèbre » : en dessous du processus épineux de C7.



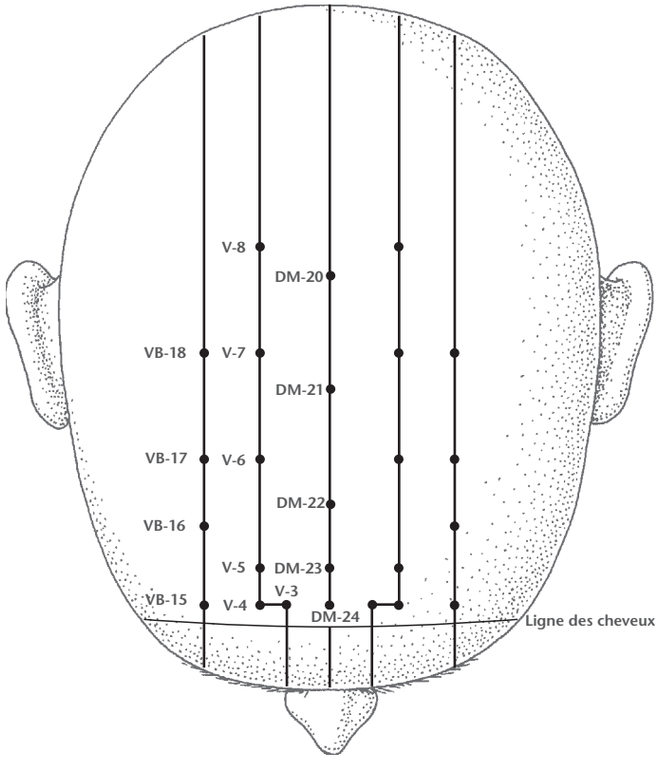


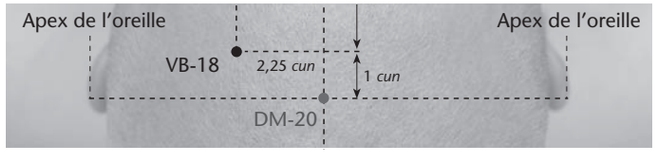
V-8 (*luoque*) « Déclin de la communication » : 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et 5,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, ou 0,5 *cun* en arrière de **DM-20**.



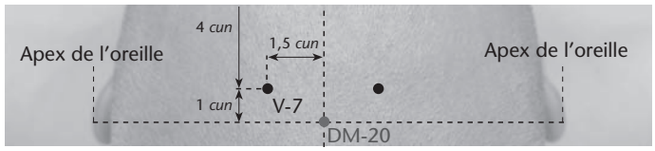
DM-20 (*baihui*) « Les cent réunions » : à l'intersection de la ligne médiane et d'une ligne qui relie l'apex des oreilles, 5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux ou 7 *cun* au-dessus de la ligne postérieure des cheveux.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

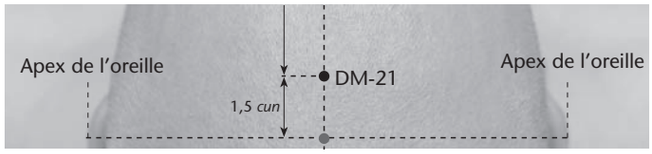




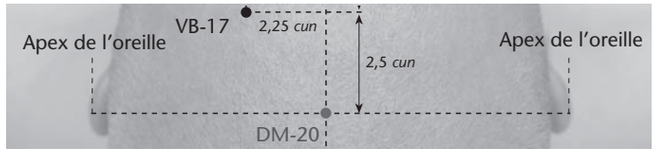
VB-18 (*chengling*) « Aide de l'Esprit » : 4 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 1 *cun* en avant de **DM-20**, sur la ligne qui relie **VB-15** et **VB-20**, ou 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane (milieu de la ligne qui relie **E-8** et **DM-24**).



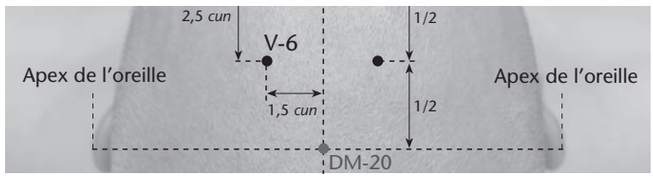
V-7 (*tongtian*) « Communication céleste » : 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane et 4 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, ou 1 *cun* en dessous de **DM-20**.



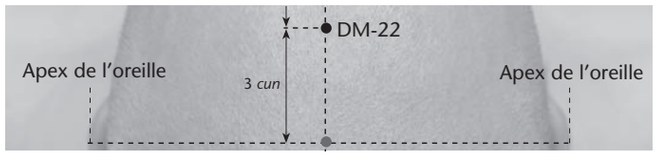
DM-21 (*qianding*) « Devant la couronne » : sur la ligne médiane, 1,5 *cun* en avant de **DM-20** ou 3,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.



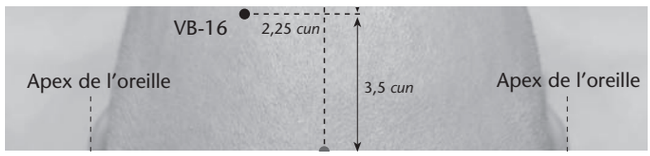
VB-17 (*zhengying*) « Nutrition droite » : 2,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, ou sur la ligne qui relie **VB-15** et **VB-20** (= 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane, à mi-chemin entre **DM-23** et **E-8**).



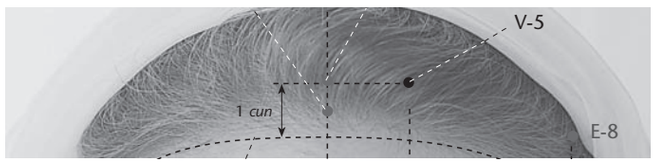
V-6 (*chengguang*) « Reçoit la lumière » : 2,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, ou au tiers de la distance entre **DM-24** et **E-8**.



DM-22 (*xinhui*) « Réunion de la fontanelle » : sur la ligne médiane, 2 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux ou 3 *cun* en avant de **DM-20**.

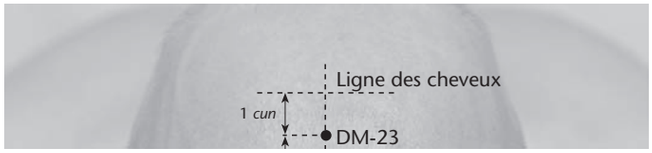


VB-16 (*muchuang*) « Fenêtre de l'œil » : 1,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, sur la ligne verticale qui passe par la pupille, sur la ligne qui relie **VB-15** et **VB-20** (= 2,25 *cun* en dehors de la ligne médiane ou à mi-chemin entre **DM-24** et **E-8**).

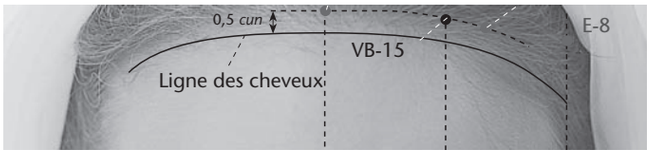


V-5 (*wushu*) « Cinquième place » : 1 *cun* en arrière de la ligne des cheveux, et 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane (juste au-dessus de **V-4** et au même niveau que **DM-23**).

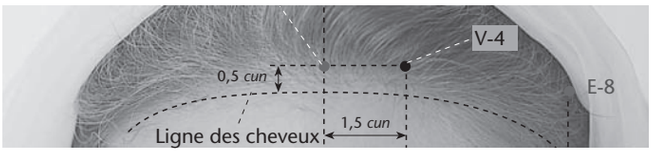
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



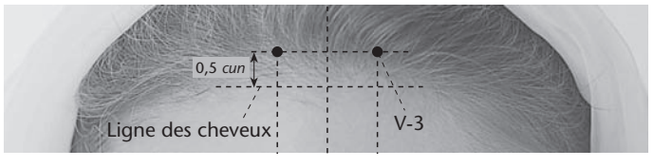
DM-23 (*shangxing*) « Étoile la plus haute » : sur la ligne médiane, 1 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.



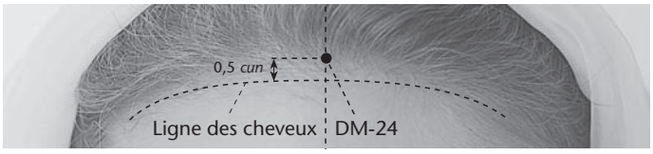
VB-15 (*linqi*) « Gouverneur des larmes de la tête » : sur la ligne verticale qui passe par la pupille lorsque la personne regarde droit devant elle, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux, au milieu de la ligne qui relie **DM-24** et **E-8** (= 4,5 *cun*).



V-4 (*qucha*) « Courbe tordue » : 0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, 1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, ou au tiers de la distance entre **DM-24** et **E-8** (= 4,5 *cun*).



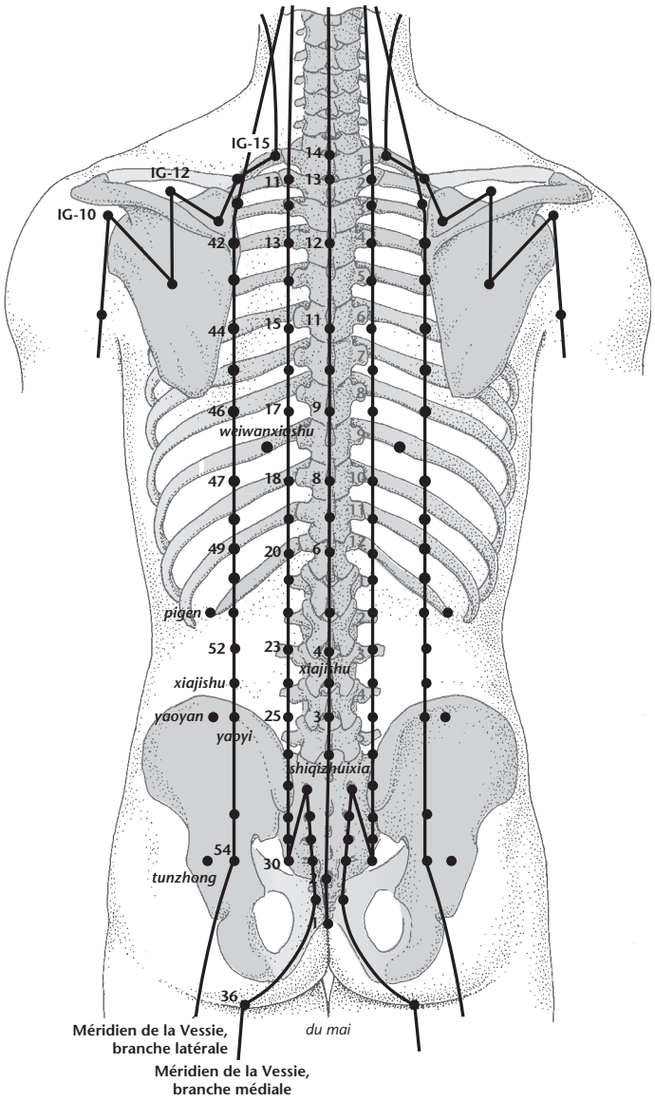
V-3 (*meichong*) « Assaut des sourcils » : 0,5 *cun* en arrière de la ligne antérieure des cheveux, à la verticale du canthus médial de l'œil (**V-1**).

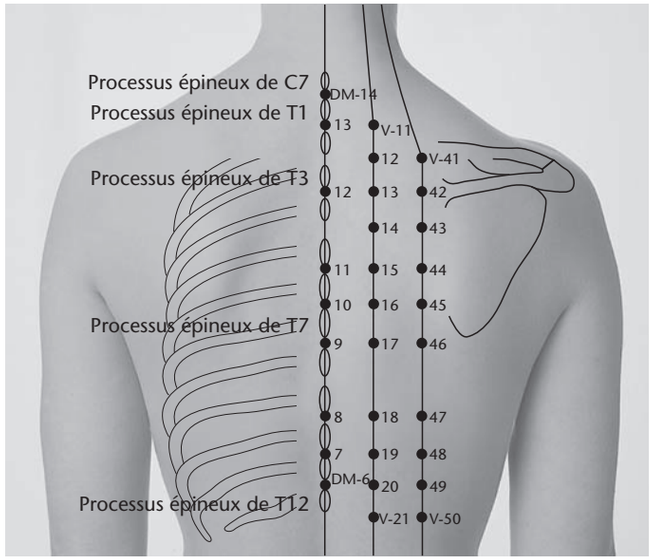


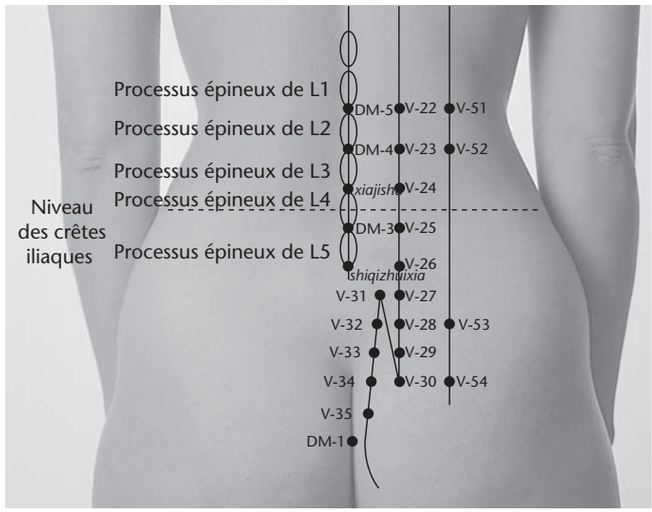
DM-24 (*shenting*) « Cour de l'Esprit » : sur la ligne médiane, 0,5 *cun* au-dessus de la ligne antérieure des cheveux.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.5 Dos





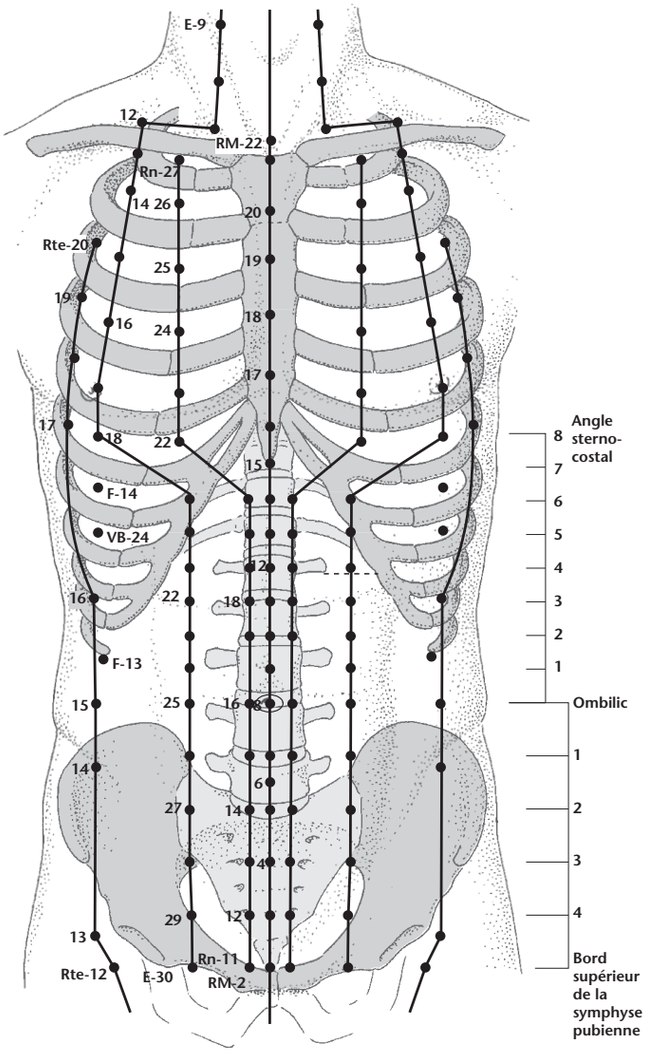


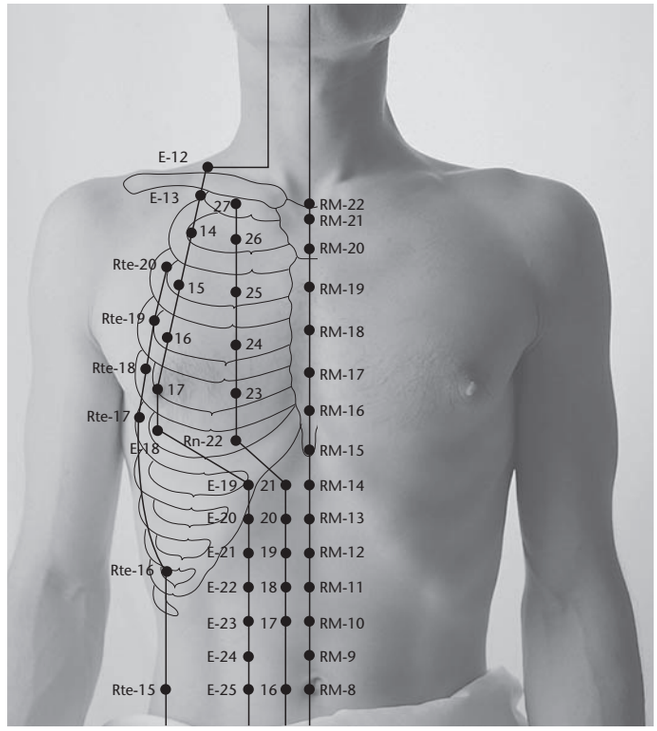
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

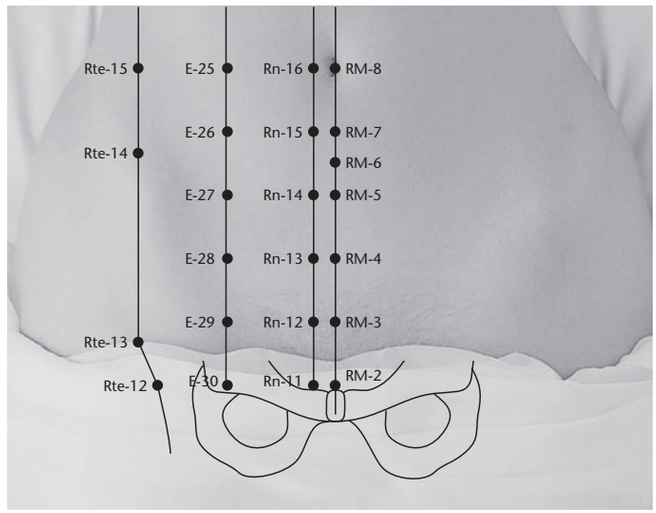
Vertèbre	**En dessous du processus épineux ou dans le foramen sacral**	**0,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du bord inférieur du processus épineux ou du foramen sacral**	**1,5 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du bord inférieur du processus épineux ou du foramen sacral**	**3 *cun* en dehors de la ligne médiane, au niveau du bord inférieur du processus épineux ou du foramen sacral**
C7	DM-14	*dingchuan*	**2 *cun* en dehors** IG-15	**3.5 *cun* en dehors** *jiehexue*
T1	DM-13	Un des points *huatuojiaji*	V-11	IG-14
T2		Un des points *huatuojiaji*	V-12	V-41
T3	DM-12	Un des points *huatuojiaji*	V-13	V-42
T4		Un des points *huatuojiaji*	V-14	V-43
T5	DM-11	Un des points *huatuojiaji*	V-15	V-44
T6	DM-10	Un des points *huatuojiaji*	V-16	V-45
T7	DM-9	Un des points *huatuojiaji*	V-17	
T8		Un des points *huatuojiaji*	*weiwanxiashu*	
T9	DM-8	Un des points *huatuojiaji*	V-18	V-47
T10	DM-7	Un des points *huatuojiaji*	V-19	V-48
T11	DM-6	Un des points *huatuojiaji*	V-20	V-49
T12		Un des points *huatuojiaji*	V-21	V-50
L1	DM-5	Un des points *huatuojiaji*	V-22	V-51/*pigen* (**3,5 *cun* en dehors**)
L2	DM-4	Un des points *huatuojiaji*	V-23	V-52
L3	*xiajishu*	Un des points *huatuojiaji*	V-24	*xiajishu* (selon certains auteurs, ensemble de 3 points)
L4	DM-3	Un des points *huatuojiaji*	V-25	*yaoyi/yaoyan* (**3,5 *cun* en dehors**)
L5	*shiqizhui*	Un des points *huatuojiaji*	V-26	
1er foramen sacral	V-31		V-27	
2ème foramen sacral	V-32		V-28	V-53
3ème foramen sacral	V-33		V-29	
4ème foramen sacral	V-34		V-30	V-54/*tunzhong* (**3,5 *cun* en dehors**)
Hiatus sacral	DM-2			
		V-35 (0,5 *cun* en dehors et en dessous de DM-2)		
Entre le coccyx et l'anus	DM-1			

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.6 Faces antérieure et latérale du thorax et de l'abdomen







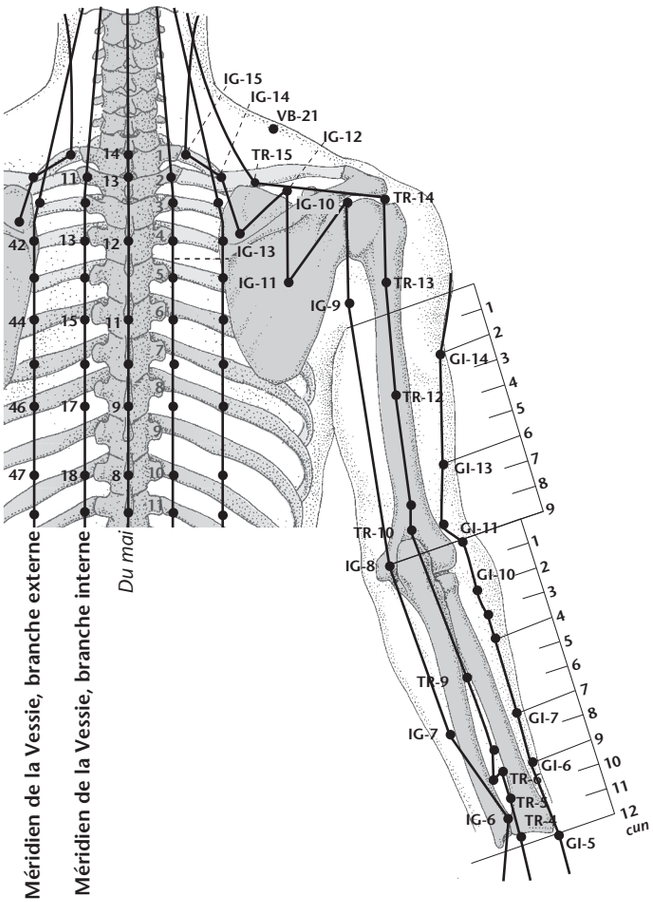
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

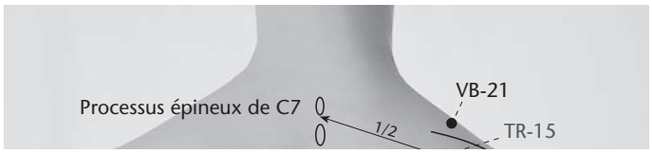
Niveau anatomique	**Vaisseau Conception *(ren mai)* (ligne médiane)**	**Méridien du Rein (2 *cun* en dehors de la ligne médiane)**	**Méridien de l'Estomac (4 *cun* en dehors de la ligne médiane)**	**Autres (6 *cun* en dehors de la ligne médiane)**
En dessous de la clavicule	± RM-21	Rn-27	E-13	LU-2
1er espace intercostal	RM-20	Rn-26	E-14	LU-1
2ème espace intercostal	RM-19	Rn-25	E-15	Rte-20
3ème espace intercostal	RM-18	Rn-24	E-16	Rte-19
4ème espace intercostal	RM-17	Rn-23	E-17 (mamelon)	Rte-18/MC-1 (1 *cun* en dehors du mamelon)/VB-22 (3 *cun* en dessous du sommet de l'aisselle)/VB-23 (1 *cun* en avant de VB-22)
5ème espace intercostal	RM 16	Rn-22	E-18	Rte-17
Niveau anatomique	**Vaisseau Conception *(ren mai)* (ligne médiane)**	**Méridien du Rein (2 *cun* en dehors de la ligne médiane)**	**Méridien de l'Estomac (4 *cun* en dehors de la ligne médiane)**	**Autres (6 *cun* en dehors de la ligne médiane)**
6 *cun* au-dessus du 6ème espace intercostal	RM-14	Rn-21	E-19	F-14 (6ème espace intercostal)
5 *cun* au-dessus du 7ème espace intercostal	RM-13	Rn-20	E-20	VB-24 (7ème espace intercostal)
4 *cun* au-dessus	RM-12	Rn-19	E-21	
3 *cun* au-dessus	RM-11	Rn-18	E-22	Rte-16
2 *cun* au-dessus	RM-10	Rn-17	E-23	*weishang*
1 *cun* au-dessus	RM-9		E-2	± F-13 (extrémité libre de la 11ème côte)
Niveau de l'ombilic	RM-8	Rn-16	E-25	Rte-15, VB-26 (en dessous de l'extrémité libre de la 11ème côte, au niveau de l'ombilic)
1 *cun* en dessous	RM-7	Rn-15	E-26	
(1,5 *cun* en dessous)	RM-6			
2 *cun* en dessous	RM-5	Rn-14	E-27	
(2,5 *cun* en dessous)	*zhishi*			
3 *cun* en dessous	RM-4	Rn-13	E-28	*tituo/qimen/yijing/* (respectivement 4/3/1 *cun* en dehors de la ligne médiane)/ ± VB-27 (en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure, en direction médiale → 3)
4 *cun* en dessous	RM-3	Rn-12	E-29	*zigong,* 3 *cun* en dehors de la ligne médiane
5 *cun* en dessous **symphyse**	RM-2	Rn-11	E-30	Rte-12 (3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane)

Attention : les espaces intercostaux et les côtes décrivent une courbe vers le haut sur le côté !

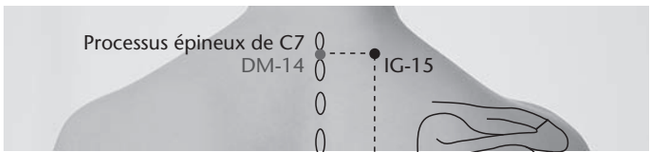
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.7 Face postérieure de l'épaule et du bras

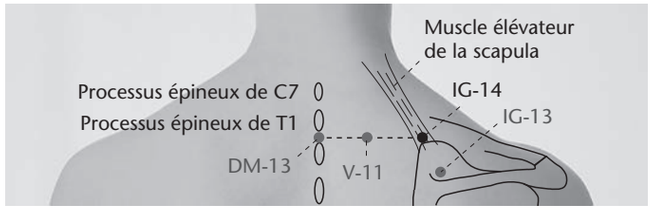




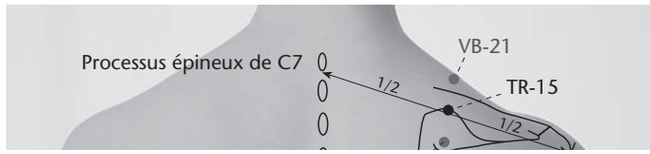
VB-21 (*jianjing*) « Puits de l'épaule » : au sommet de l'épaule, au milieu de la ligne qui relie le processus épineux de C7 et l'extrémité latérale de l'acromion.



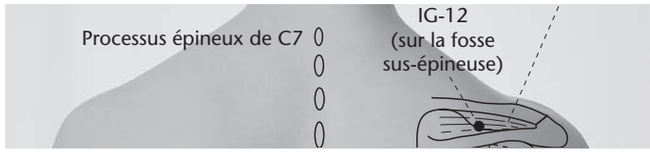
IG-15 (*jianzhongshu*) « Shu du centre de l'épaule » : 2 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de la C7 **(DM-14)**.



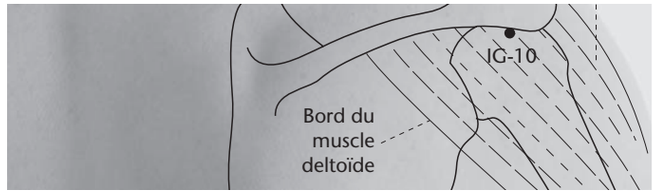
IG-14 (*jianwaishu*) « Shu de la face externe de l'épaule » : 3 *cun* en dehors du bord inférieur du processus épineux de T1 **(DM-13)**, au niveau de l'insertion du muscle élévateur de la scapula.



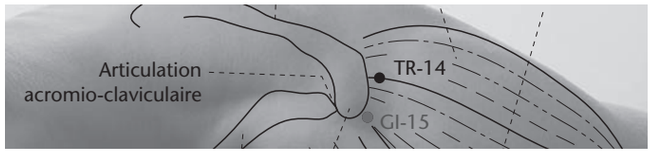
TR-15 (*tianliao*) « Crevasse céleste » : au milieu d'une ligne imaginaire qui relie le processus épineux de C7 et l'extrémité latérale de l'acromion.



IG-12 (*bingfeng*) « Gardien du Vent » : directement au-dessus de **IG-11**, au centre de la fosse sus-épineuse.

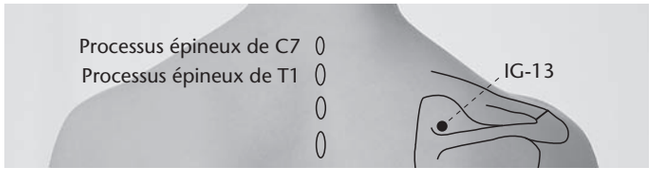


IG-10 (*naoshu*) « Shu du bras » : lorsque le bras est en abduction, sur une ligne imaginaire qui monte verticalement à partir du pli axillaire postérieur, au bord inférieur de l'épine de la scapula.

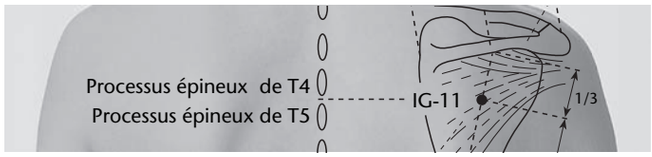


TR-14 (*jianliao*) « Crevasse de l'épaule » : en dessous de l'extrémité latérale de l'acromion, entre les parties acromiale et spinale du muscle deltoïde ou, lorsque le bras est en abduction, dans la dépression la plus postérieure des deux dépressions de l'articulation de l'épaule.

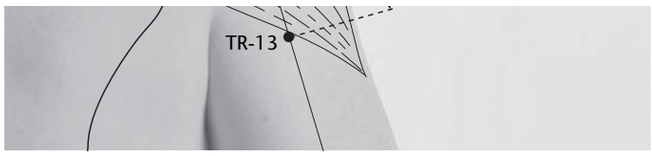
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



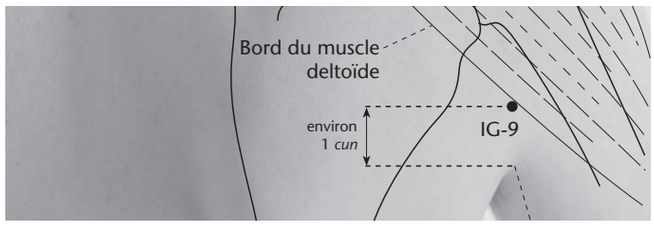
IG-13 (*quyuan*) « Mur tordu » : à l'extrémité médiale de la fosse sus-épineuse.



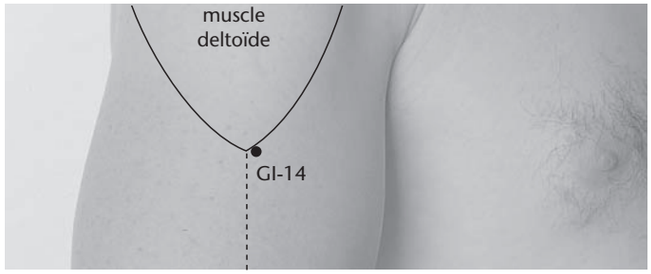
IG-11 (*tianzong*) « Attribution céleste » : sur la scapula, dans une dépression du muscle infra-épineux, au tiers de la ligne reliant le milieu du bord inférieur de l'épine de la scapula et l'angle inférieur de la scapula.



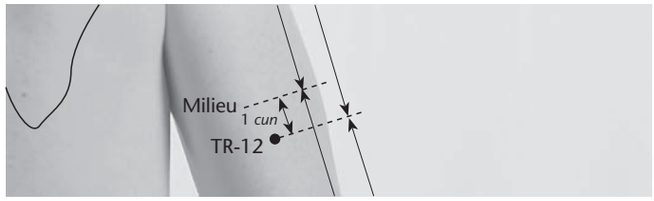
TR-13 (*naohui*) « Convergence de l'épaule » : 3 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité latérale de l'acromion (où se trouve **TR-14**), sur une ligne qui relie **TR-14** et l'olécrâne, à l'intersection de cette ligne et du bord du muscle deltoïde.



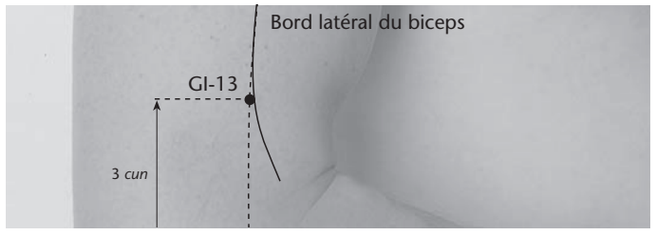
IG-9 (*jianzhen*) « Véritable épaule » : lorsque le bras est en abduction, sur une ligne qui monte à partir du pli axillaire, au bord inférieur du muscle deltoïde, 1 *cun* au-dessus du pli postérieur de l'aisselle.



GI-14 (*binao*) « Bras » : 7 *cun* en direction proximale par rapport à **GI-11**, au bord distal du deltoïde, sur une ligne qui relie **GI-11** et **GI-15**.



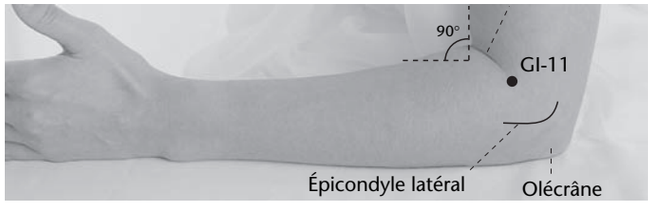
TR-12 (*xiaoluo*) « *Dispersion de la rivière* Luo » : 4 *cun* au-dessus de **TR-10**, sur la ligne qui relie l'olécrâne et l'extrémité latérale de l'acromion (où se trouve **TR-14**).



GI-13 (*shouwuli*) « Cinq miles du bras » : sur la face latérale du bras, 3 *cun* en direction proximale par rapport à **GI-11**.

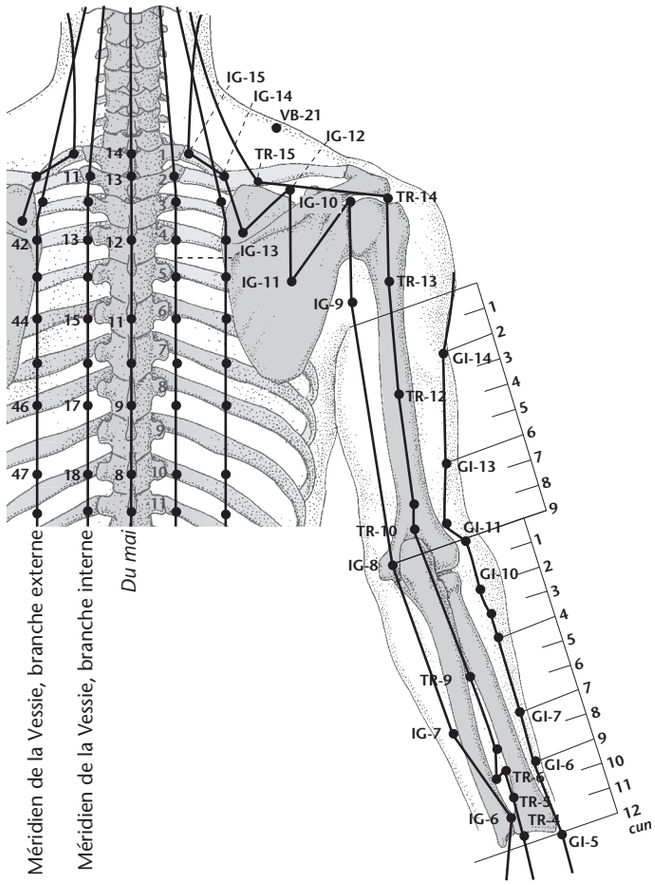


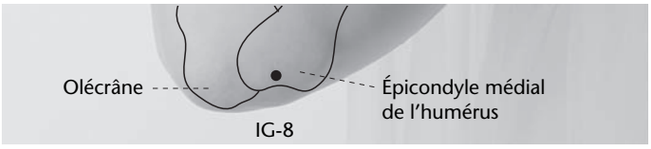
TR-10 (*tianjing*) « Puits céleste » : dans le creux qui se forme lorsqu'on fléchit le coude, environ 1 *cun* au-dessus de l'olécrane.



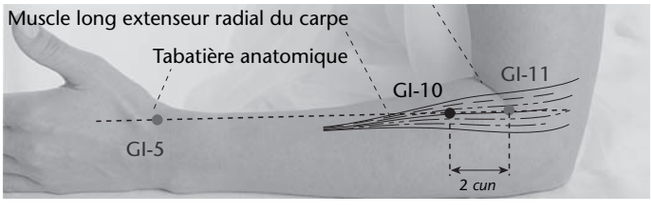
GI-11 (*quchi*) « Bassin sur la courbe » : lorsque le coude est fléchi, sur l'extrémité latérale du pli du coude, dans une dépression située entre l'extrémité de ce pli et l'épicondyle latéral de l'humérus, sur le muscle long extenseur radial du carpe.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert





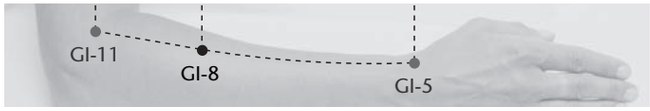
IG-8 (*xiaohai*) « Petite mer » : le coude fléchi, dans la dépression située entre le processus de l'olécrâne de l'ulna et l'épicondyle médial de l'humérus.



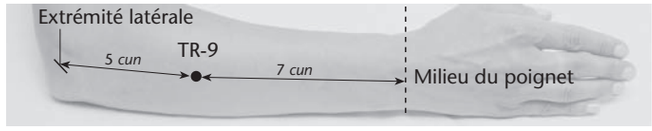
GI-10 (*shousanli*) « Trois miles du bras » : 2 *cun* en direction distale par rapport à **GI-11**, sur la ligne qui relie **GI-5** et **GI-11**.



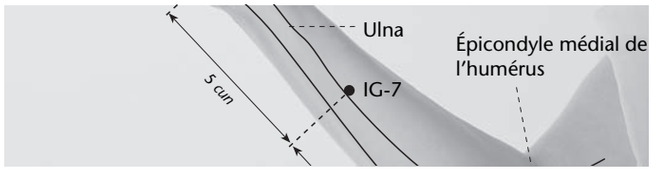
GI-9 (*shanglian*) « Angle supérieur » : 3 *cun* en direction distale par rapport à **GI-11**, sur la ligne qui relie **GI-5** et **GI-11**.



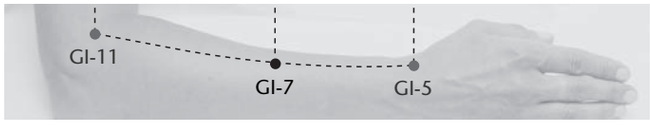
GI-8 (*xialian*) « Angle inférieur » : 4 *cun* en direction distale par rapport à **GI-11**, sur la ligne qui relie **GI-5** et **GI-11**.



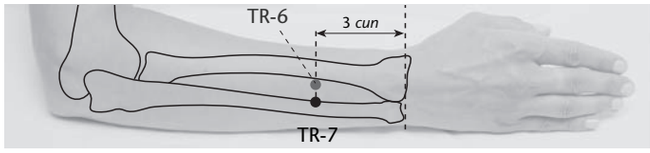
TR-9 (*sidu*) « Quatre rivières » : 5 *cun* en direction distale par rapport à l'olécrâne ou 7 *cun* en direction proximale par rapport à **TR-4**, entre le radius et l'ulna.



IG-7 (*zhizheng*) « Branche de celui qui est droit » : 5 *cun* au-dessus de l'articulation du poignet sur la ligne qui relie **IG-5** et **IG-8**.

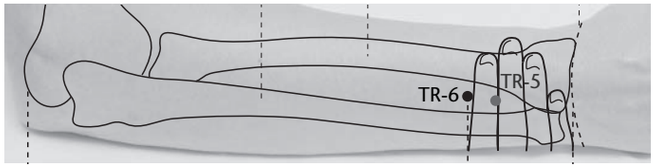


GI-7 (*wenliu*) « Rassemblement de chaleur » : 5 *cun* en direction proximale par rapport à **GI-5** ou à mi-chemin entre **GI-5** et **GI-11**.

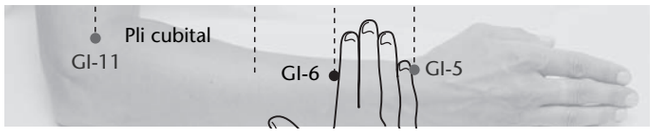


TR-7 (*huizong*) « Méridiens convergents » : 3 *cun* en direction proximale par rapport à **TR-4**, entre le radius et l'ulna, ulnaire par rapport au muscle extenseur commun des doigts.

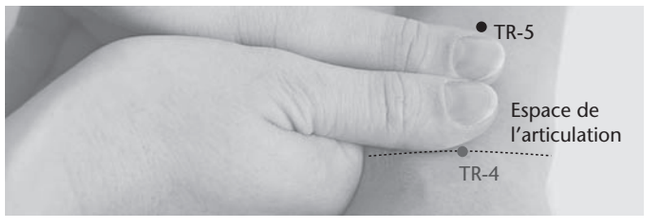
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



TR-6 (*zhigou*) « Fossé ramifié » : 3 *cun* en direction proximale par rapport à **TR-4**, entre le radius et l'ulna, sur le bord radial du tendon de l'extenseur commun des doigts.



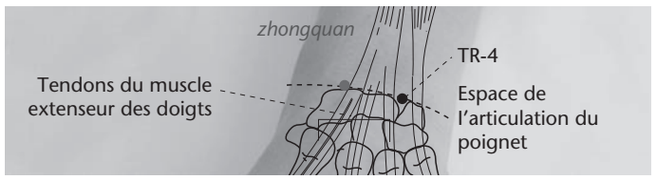
GI-6 (*pianli*) « Chemin en pente » : 3 *cun* en direction proximale par rapport à **GI-5**, sur la ligne qui relie **GI-5** et **GI-11**.



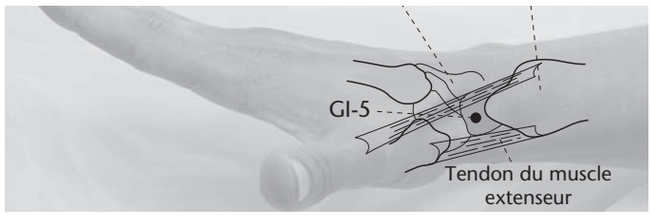
TR-5 (*waiguan*) « Porte extérieure » : 2 *cun* en direction proximale par rapport à **TR-4** (sur l'espace dorsal du poignet), entre le radius et l'ulna.



IG-6 (*yanglao*) « Nourrit les vieux » : dans la dépression (radiale et proximale par rapport au processus styloïde de l'ulna) qui se forme lorsque la main passe d'une position de pronation à une position de supination.



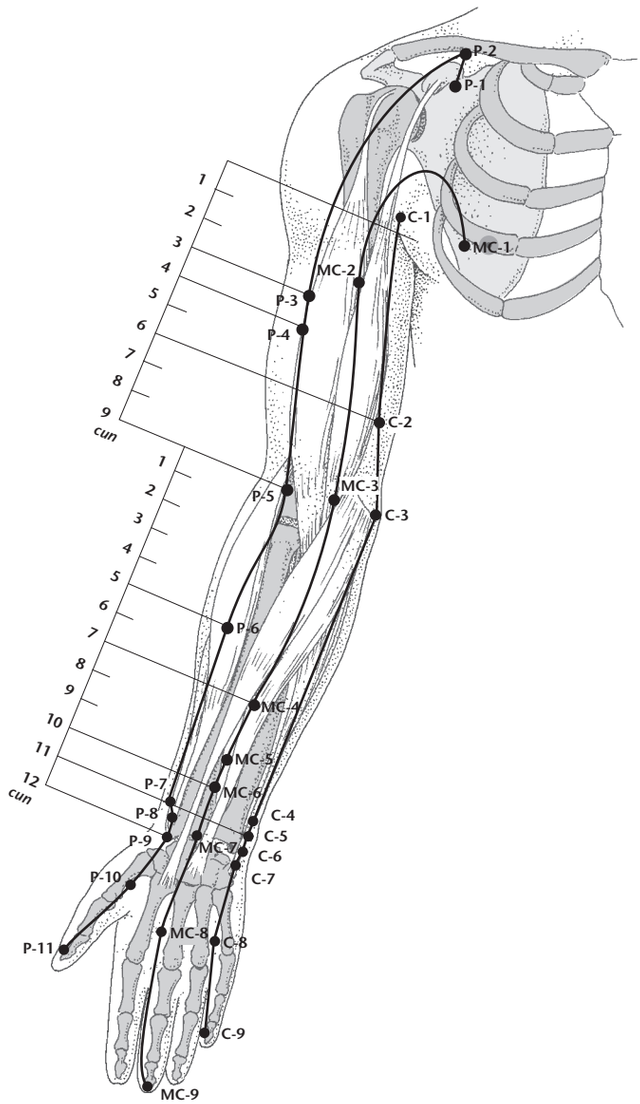
TR-4 (*yangchi*) « Mare du Yang » : sur le dos du poignet, dans le creux situé entre les tendons du muscle extenseur des doigts.

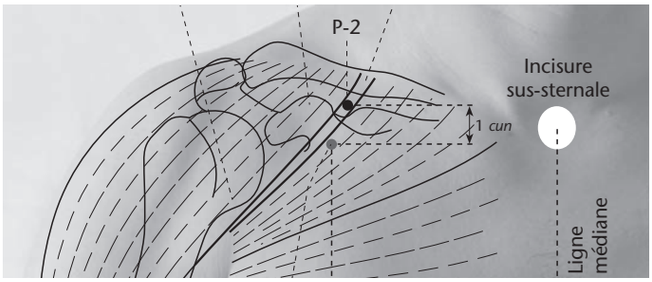


GI-5 (*yangxi*) « Rivière Yang » : lorsque le pouce est en abduction, dans une dépression formée par les tendons des muscles long et court extenseur du pouce (tabatière anatomique).

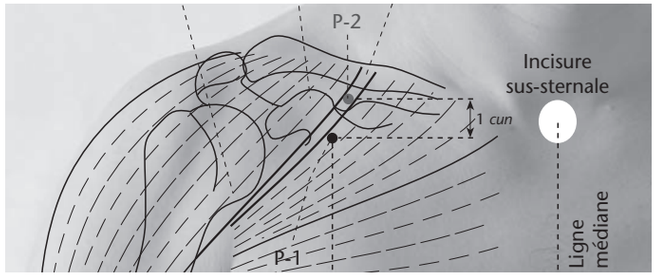
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.8 Face antérieure de l'épaule et du bras





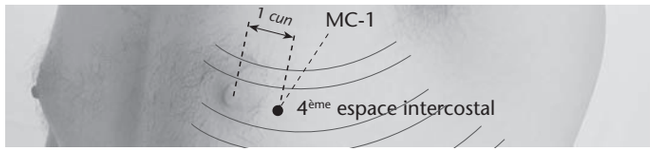
P-2 (*yunmen*) « Porte des nuages » : 6 *cun* en dehors de la ligne médiane, en dessous de la clavicule, au centre du triangle delto-pectoral.



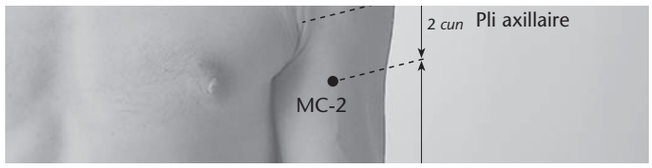
P-1 (*zhongfu*) « Palais central » : 6 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure et environ 1 *cun* en dessous de **P-2**, légèrement médial par rapport au bord inférieur du processus coracoïde.



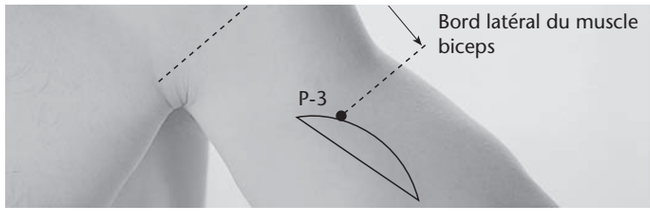
C-1 (*jiquan*) « Source suprême » : lorsque le bras est en abduction, au centre de l'aisselle, en direction médiale par rapport à l'artère axillaire.



MC-1 (*tianchi*) « Mare céleste » : dans le 4ème espace intercostal, 1 *cun* en dehors du mamelon.

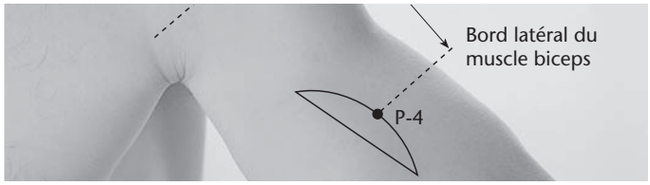


MC-2 (*tianquan*) « Source céleste » : entre les deux chefs du biceps brachial, 2 *cun* en dessous du pli axillaire antérieur.

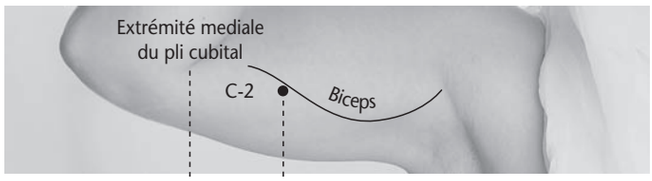


P-3 (*tianfu*) « Palais céleste » : 3 *cun* en direction distale par rapport à l'extrémité du pli axillaire antérieur, dans la dépression située sur le bord latéral du muscle biceps brachial.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



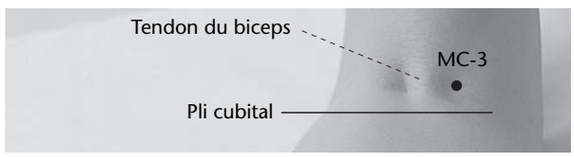
P-4 (*xiabai*) « Conserver le blanc » : 4 *cun* en direction distale de l'extrémité du pli axillaire, dans la dépression située sur le bord latéral de la gouttière formée par les deux chefs du muscle biceps brachial.



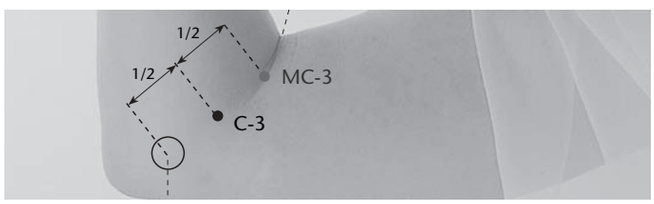
C-2 (*qingling*) « Esprit vert » : 3 *cun* en direction proximale par rapport au pli cubital, sur le bord médial du muscle biceps brachial.



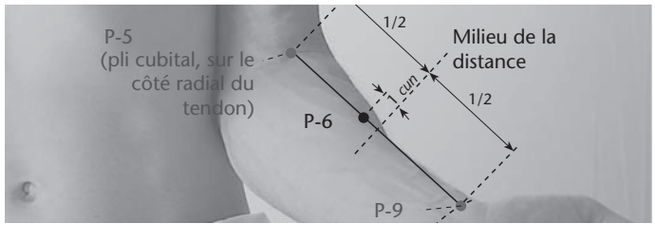
P-5 (*chize*) « Marécage du pied » : dans le pli du coude, sur le côté radial du tendon du muscle biceps brachial.



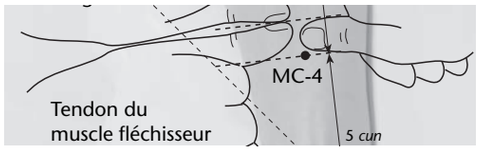
MC-3 (*quze*) « Marécage dans une courbe » : au milieu du pli du coude, au bord ulnaire du tendon du biceps.



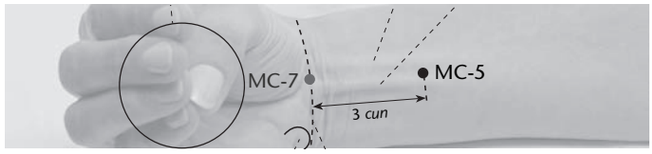
C-3 (*shaohai*) « Mer moindre » : lorsque le coude est fléchi, dans une dépression située entre l'extrémité ulnaire du pli cubital transverse et l'épicondyle médial de l'humérus.



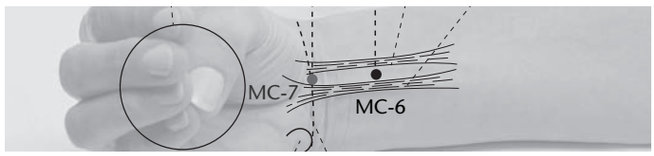
P-6 (*kongzui*) « Ouverture maximale » : 5 *cun* en direction distale par rapport à **P-5** ou 7 *cun* en direction proximale par rapport à **P-9**, sur la ligne qui relie **P-5** et **P-9**.



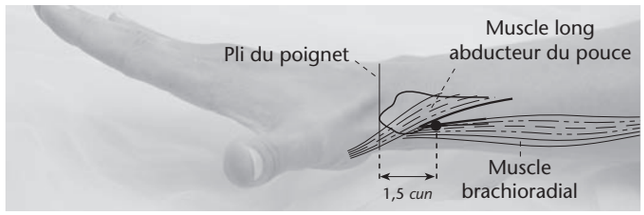
MC-4 (*ximen*) « Porte de l'accumulation » : 5 *cun* au-dessus de l'espace antérieur de l'articulation du poignet, entre les tendons des muscles long palmaire et fléchisseur radial du carpe, ou 1 *cun* en direction distale par rapport à la ligne qui relie **MC-3** et **MC-7**.



MC-5 (*jianshi*) « L'intermédiaire » : 3 *cun* au-dessus de l'espace antérieur de l'articulation du poignet, entre les tendons des muscles long palmaire et fléchisseur radial du carpe.

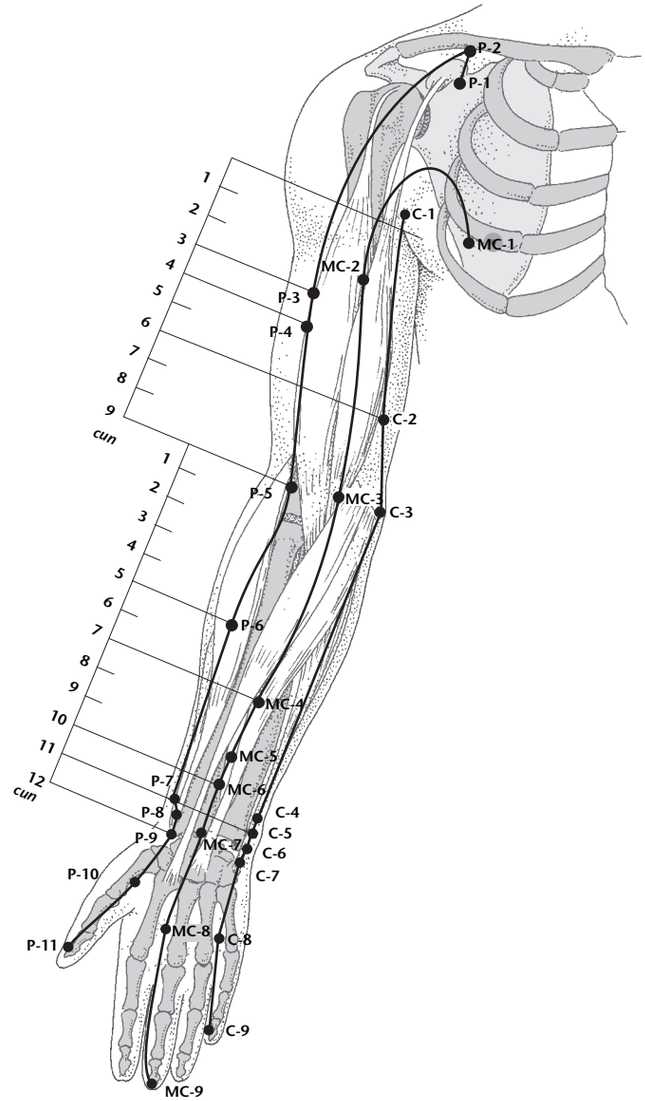


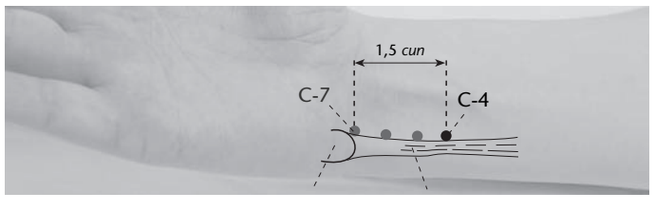
MC-6 (*neiguan*) « Porte interne » : 2 *cun* au-dessus de l'espace de l'articulation du pli antérieur du poignet, entre les tendons des muscles long palmaire et fléchisseur radial du carpe.



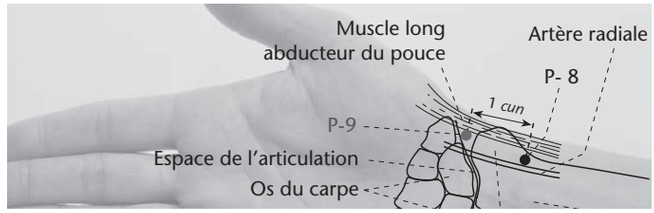
P-7 (*lieque*) « Suite brisée » : sur la face radiale de l'avant-bras, directement au-dessus du processus styloïde du radius, à environ 1,5 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace de l'articulation du poignet, dans une dépression en forme de V.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

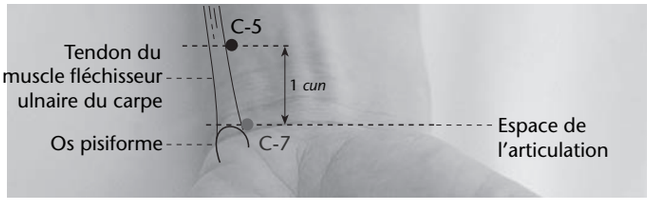




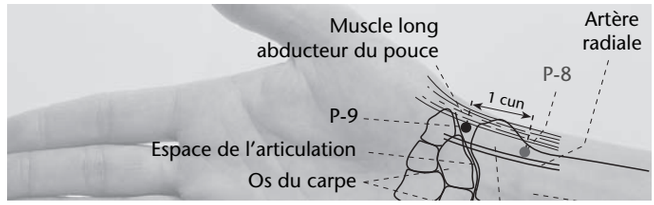
C-4 (*lingdao*) « Chemin de l'Esprit » : 1,5 *cun* au-dessus du pli palmaire du poignet, sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.



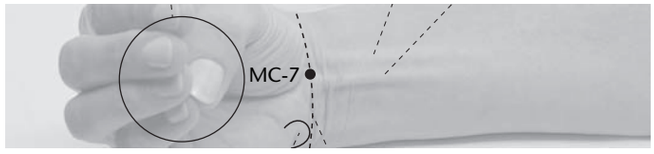
P-8 (*jingqu*) « Fossé du Fleuve » : 1 *cun* en direction proximale par rapport à l'espace palmaire de l'articulation du poignet (**P-9**), latéral par rapport à l'artère radiale.



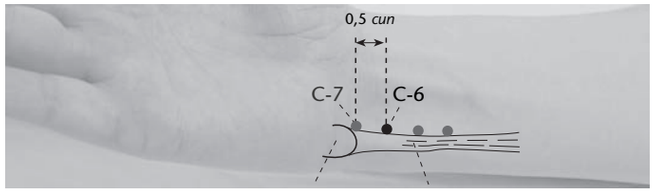
C-5 (*tongli*) « Communication interne » : 1 *cun* au-dessus de la face palmaire de l'articulation du poignet, sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.



P-9 (*taiyuan*) « Grand abîme » : sur l'espace de l'articulation du poignet, en dehors de l'artère radiale et sur la face ulnaire du tendon du muscle long abducteur du pouce.

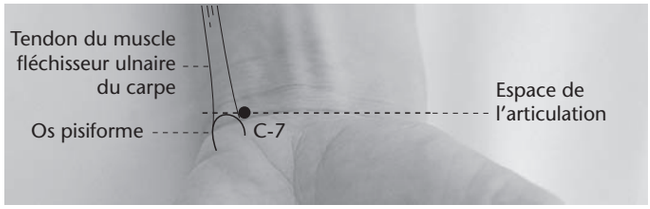


MC-7 (*daling*) « Grande colline » : au centre de la face palmaire de l'articulation du pli antérieur du poignet (« pli du poignet le plus distal »), entre les tendons du muscle long palmaire et du muscle fléchisseur radial du carpe.

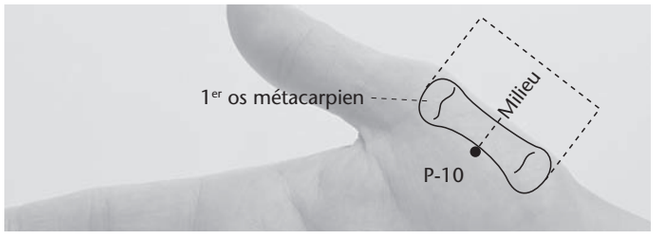


C-6 (*yinxi*) « Accumulation du Yin » : 0,5 *cun* au-dessus du pli palmaire du poignet, sur le bord radial du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



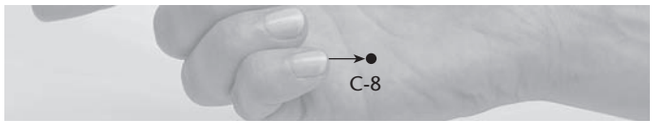
C-7 (*shenmen*) « Porte de l'Esprit » : sur la face palmaire de l'articulation du poignet (« pli du poignet le plus distal »), dans la dépression radiale par rapport à l'insertion du tendon du muscle fléchisseur ulnaire du carpe.



P-10 (*yuji*) « Au bord du poisson » : au milieu du bord palmaire du 1er os métacarpien.



MC-8 (*laogong*) « Palais du travail » : au centre de la paume de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens, légèrement plus près du 3ème os métacarpien ; lorsque le poing est fermé, ce point se trouve à l'extrémité du majeur.



C-8 (*shaofu*) « Palais moindre » : lorsque le poing est fermé, à l'extrémité de l'auriculaire, entre les 4ème et 5ème os métacarpiens.



P-11 (*shaoshang*) « Petit métal » : à 0,1 *cun* du coin radial de l'ongle du pouce.



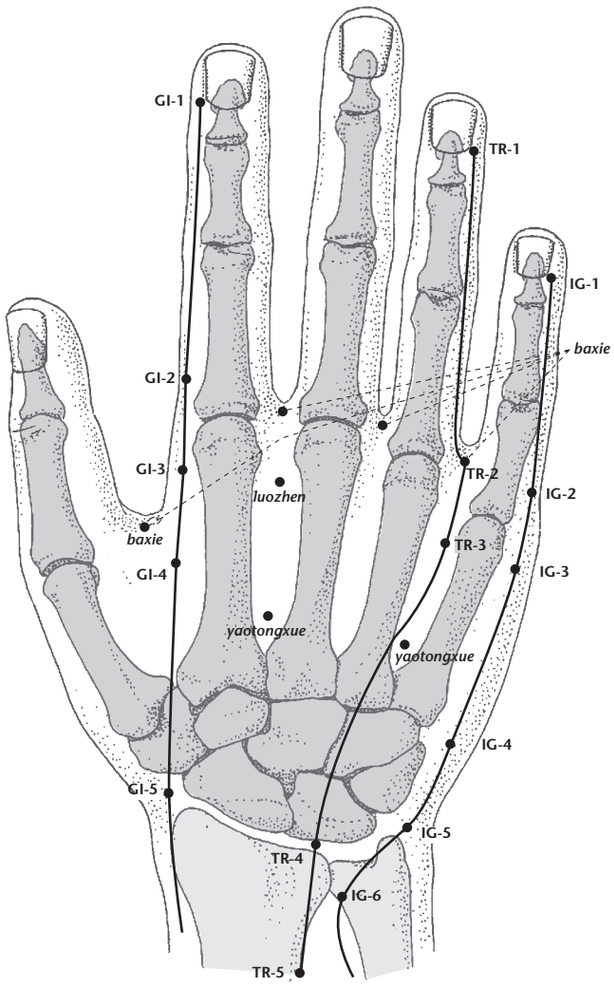
C-9 (*shaochong*) « Assaut moindre » : 0,1 *cun* en direction proximale du coin radial de l'ongle de l'auriculaire.



MC-9 (*zhongchong*) « Centre de la ruée » : au point le plus distal du majeur.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.9 Dos de la main





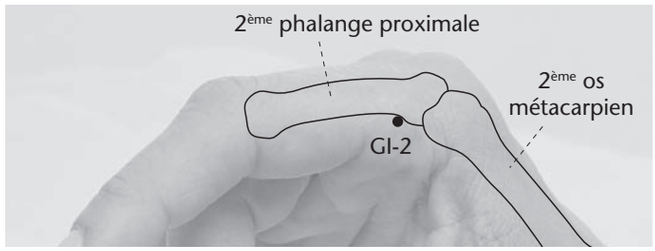
GI-1 (*shangyang*) « Yang Métal » : sur l'index, à environ 0,1 *cun* du coin radial de l'ongle.



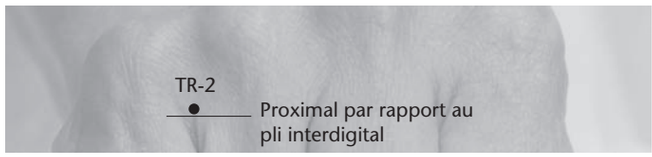
TR-1 (*guanchong*) « Passage de la Ruée » : sur l'annulaire (4ème doigt), à environ 0,1 *cun* de l'angle ulnaire de l'ongle.



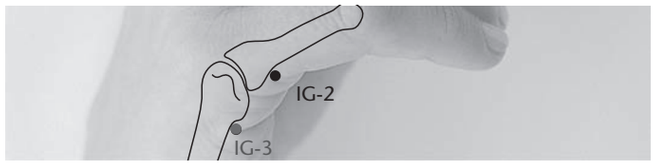
IG-1 (*shaoze*) « Marécage inférieur » : sur l'auriculaire, à environ à 0,1 *cun* de l'angle ulnaire de l'ongle.



GI-2 (*erjian*) « Deuxième intervalle » : sur le bord radial de l'index, distal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale.

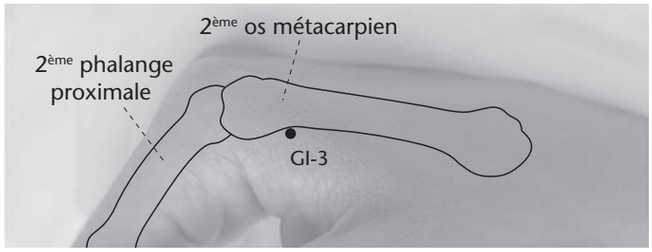


TR-2 (*yemen*) « Porte des liquides » : entre l'annulaire et l'auriculaire, proximal par rapport au bord de la palmure interdigitale. Localiser ce point le poing fermé.

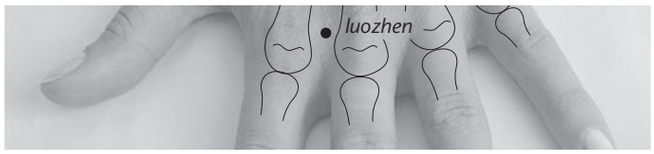


IG-2 (*qiangu*) « Vallée antérieure » : sur le bord ulnaire de l'auriculaire, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



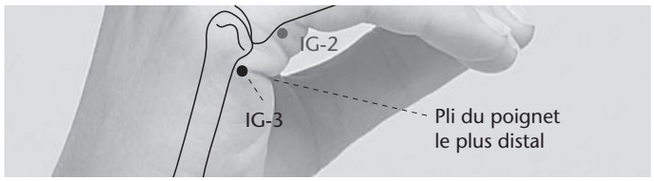
GI-3 (*sanjian*) « Troisième intervalle » : sur le côté radial de l'index, proximal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction du corps et de la base de la phalange proximale du 2ème os métacarpien.



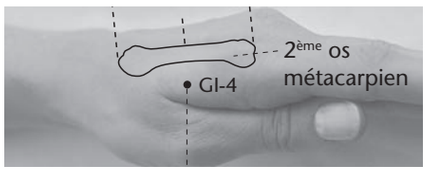
***luozhen/wailaocong/xiangqiang* (point HM) « Cou raide »** : sur le dos de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens, proximal par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, environ 0,5 *cun* en direction proximale par rapport aux articulations métacarpo-phalangiennes.



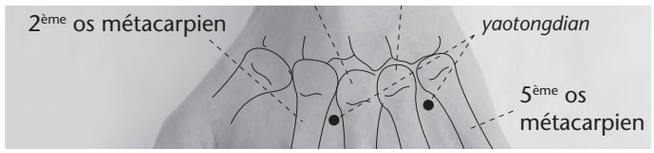
TR-3 (*zhongzhu*) « Îlot central » : sur le dos de la main, dans un creux situé juste entre les 4ème et 5ème articulations métacarpo-phalangiennes. **TR-3** se trouve à la jonction entre les têtes et les corps des deux os métacarpiens.



IG-3 (*houxi*) « Courant postérieur » : sur le bord ulnaire de la main, dans une dépression proximale par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne, à la jonction de la tête et du corps du 5ème os métacarpien.



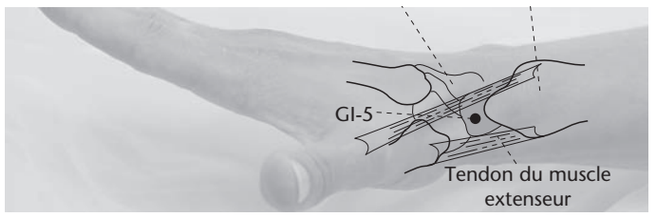
GI-4 (*hegu*) « Vallées qui se rencontrent » : sur la face radiale de la main, entre le 1er et le 2ème os métacarpien, plus près de ce dernier, presque en son milieu.



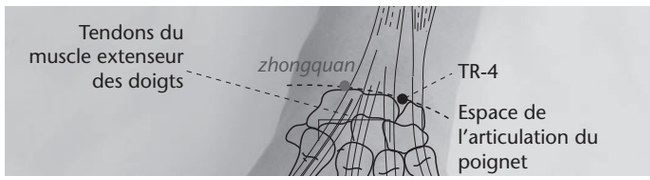
***yaotongdian*/*yaotongxue* (points HM) « Couple de points pour les lombes »** : deux points sur la face dorsale de la main, entre les 2ème et 3ème os métacarpiens et les 4ème et 5ème os métacarpiens.



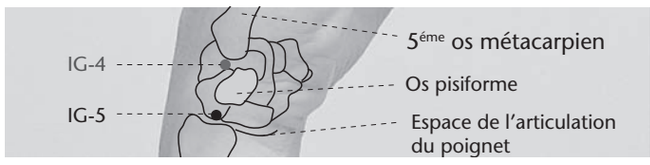
IG-4 (*wangu*) « Os du poignet » : sur le bord ulnaire de la main, entre le 5ème os métacarpien et les os du carpe, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



GI-5 (*yangxi*) « Rivière Yang » : lorsque le pouce est en abduction, dans une dépression formée par les tendons du long et du court extenseur du pouce (tabatière anatomique).

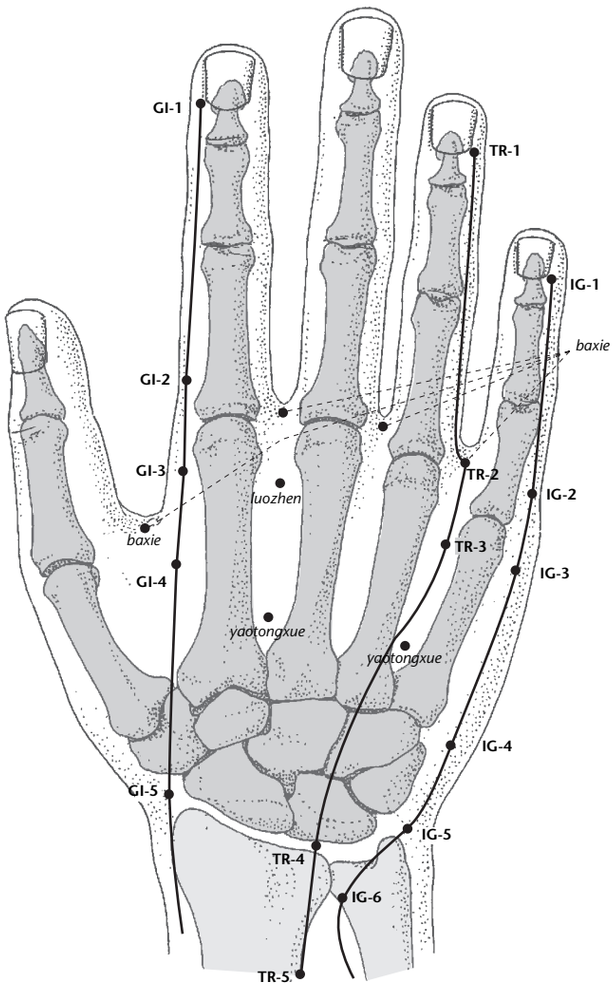


TR-4 (*yangchi*) « Mare du Yang » : sur le dos du poignet, dans le creux situé entre les tendons du muscle extenseur des doigts.



IG-5 (*yanggu*) « Vallée du Yang » : sur la face ulnaire du poignet, au même niveau que l'espace latéral de l'articulation.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



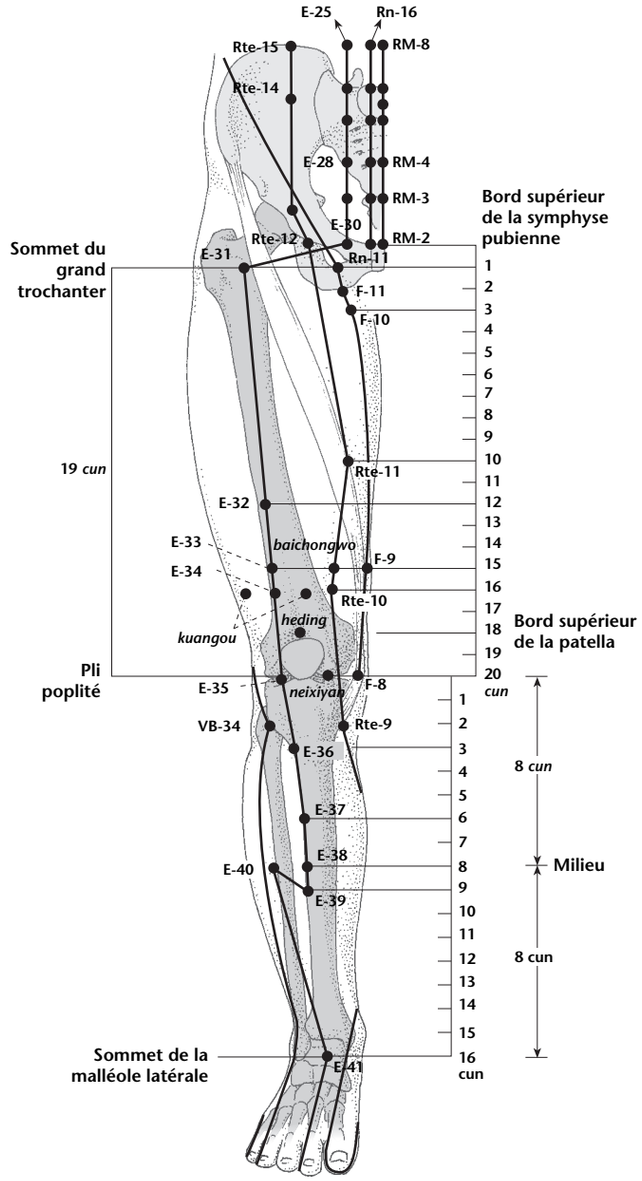


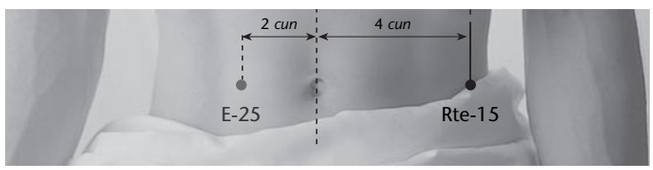
IG-6 (*yanglao*) « Nourrit les vieux » : dans la dépression (radiale et proximale par rapport au processus styloïde de l'ulna) qui se forme lorsque la main passe d'une position de pronation à une position de supination.



TR-5 (*waiguan*) « Porte extérieure » : 2 *cun* proximal par rapport à l'espace dorsal du poignet (« pli dorsal le plus distal »), entre le radius et l'ulna.

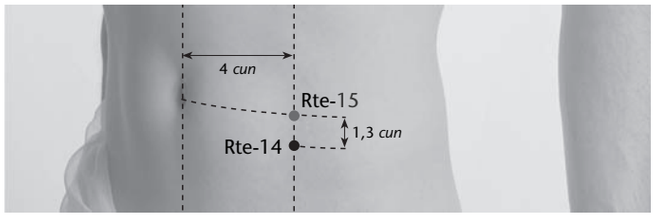
7.10 Face antérieure de la jambe



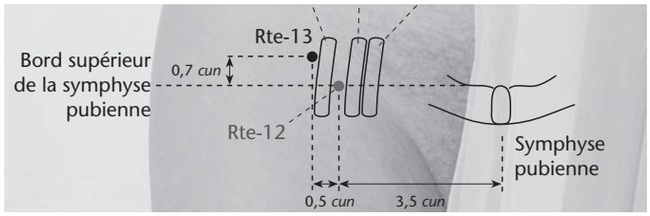


Rte-15 (*daheng*) « Petit-fils et grand-père » : 4 *cun* en dehors du centre de l'ombilic, sur la ligne mamelonnaire.

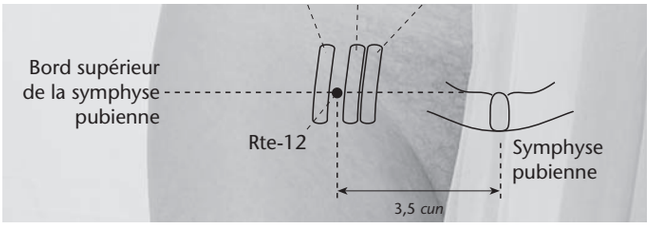
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



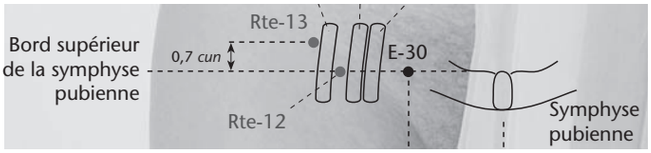
Rte-14 (*fujie*) « Nœud de l'abdomen » : 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (ligne mamelonnaire), 3 *cun* au-dessus de **Rte-13** ou 1,3 *cun* en dessous de **Rte-15**.



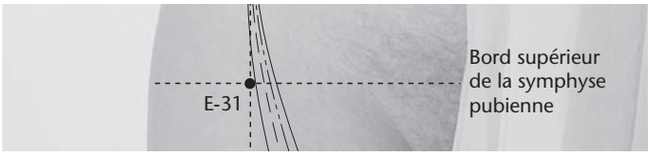
Rte-13 (*fushe*) « Résidence de l'Entraille (*fu*) » : 4 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure (ligne mamelonnaire), 0,7 *cun* au-dessus du bord supérieur de la symphyse pubienne.



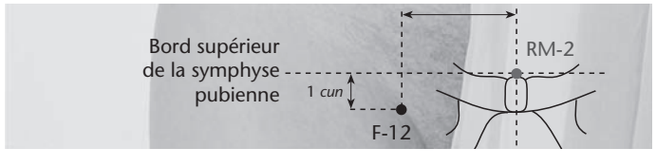
Rte-12 (*chongmen*) « Porte de la ruée » : 3,5 *cun* en dehors de la ligne médiane antérieure, au niveau du bord supérieur de la symphyse pubienne, en dehors de l'artère fémorale.



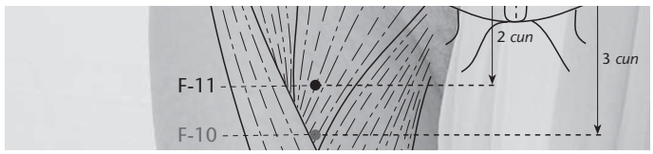
E-30 (*qichong*) « Qi pénétrant » : 2 *cun* en dehors du bord supérieur de la symphyse pubienne, médial par rapport à l'artère fémorale, au niveau de **RM-2**.



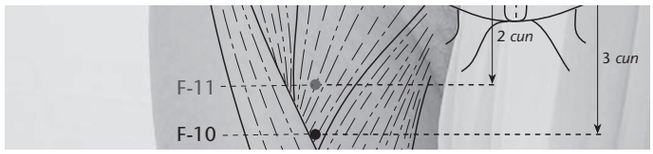
E-31 (*biguan*) « Porte de la cuisse » : lorsque l'articulation de la hanche est fléchie, au centre de la dépression qui est en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure, en dehors du muscle sartorius.



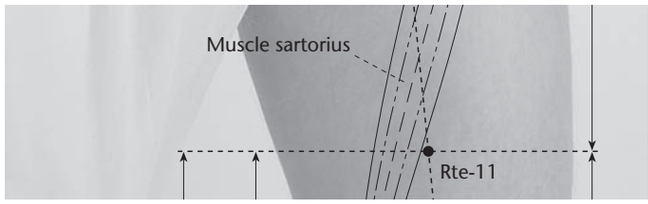
F-12 (*jimai*) « Pouls rapide » : dans le pli inguinal, 2,5 *cun* en-dehors de la ligne antérieure médiane et 1 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, en dessous de **E-30** et en direction médiale par rapport à l'artère fémorale.



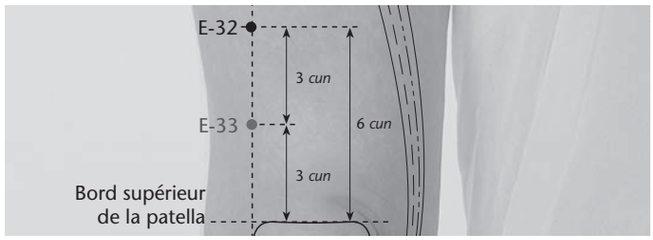
F-11 (*yinlian*) « Coin du Yin » : 2 *cun* en dessous de **E-30** (au niveau du bord supérieur de la symphyse pubienne), sur le bord latéral du muscle long adducteur ou environ 1 *cun* en dessous de là où l'artère fémorale suit le ligament inguinal.



F-10 (*zuwuli*) « Cinq miles de la jambe » : sur la face antérieure de la cuisse, 3 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, sur le bord latéral du muscle long adducteur.

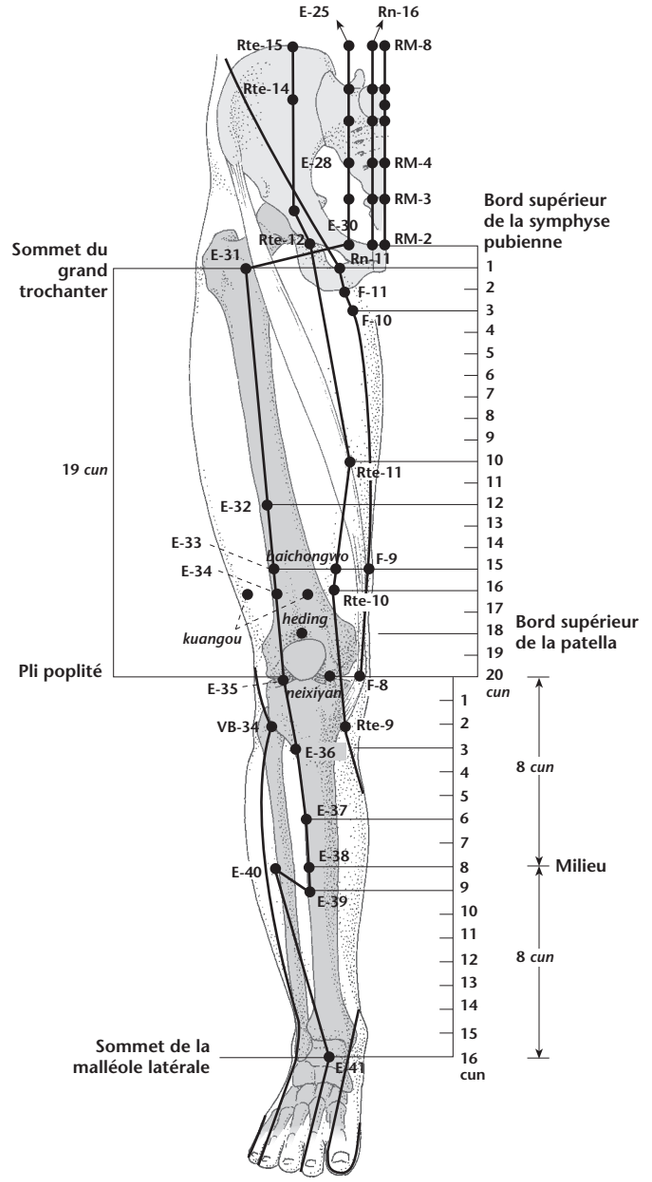


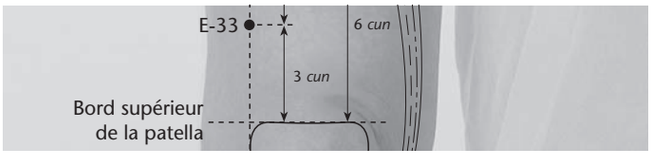
Rte-11 (*jimen*) « Porte du vannage » : 6 *cun* en direction proximale de **Rte-10**, au milieu du fémur, dans la dépression située entre le muscle sartorius et le muscle vaste latéral.



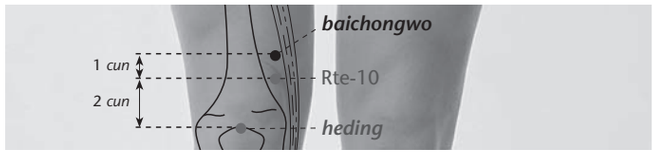
E-32 (*futu*) « Lapin tapi » : 6 *cun* en direction proximale par rapport au bord latéral supérieur de la patella, sur une ligne qui le relie à l'épine iliaque antéro-supérieure.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert





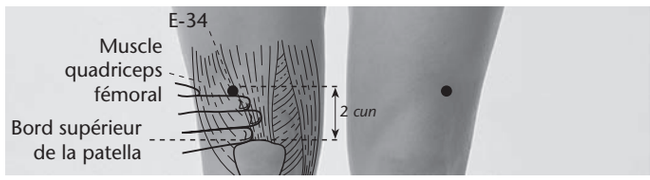
E-33 (*yinshi*) « Marché du Yin » : 3 *cun* au-dessus du bord latéral supérieur de la patella.



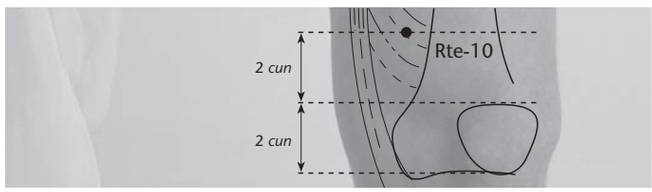
***baichongwo* (point HM) « Galerie des cent insectes »** : 3 *cun* en direction proximale et 1 *cun* en direction médiale par rapport au bord médial supérieur de la patella, dans un creux sensible situé sur le muscle vaste médial, ou 1 *cun* au-dessus de **Rte-10**.



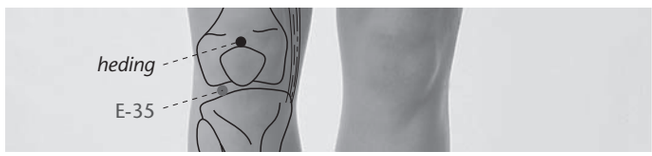
***kuangu* (points HM) « Os de la hanche »** : deux points 2 *cun* au-dessus de la patella et 1,5 *cun* en directions latérale et médiale par rapport à **E-34**.



E-34 (*liangqiu*) « Sommet du monticule » : 2 *cun* en direction proximale du bord latéral supérieur de la patella, dans un creux situé dans le muscle vaste latéral.

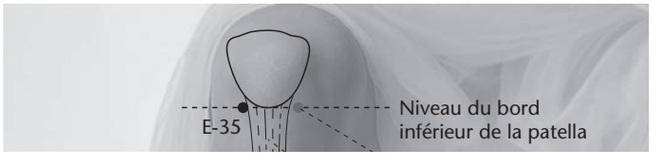


Rte-10 (*xuehai*) « Mer du Sang » : lorsque le genou est fléchi, 2 *cun* au-dessus et légèrement en dehors du bord supérieur médial de la patella. Pour le trouver, placer la paume droite sur la patella gauche du patient et localiser ce point à l'extrémité du pouce.

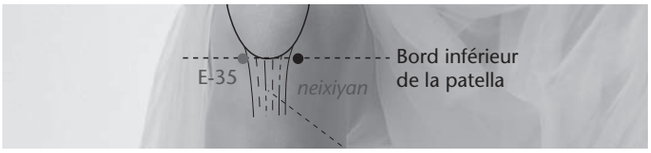


***heding/xiding* (point HM) « Sommet de la grue »** : lorsque le genou est fléchi, au centre du bord supérieur de la patella.

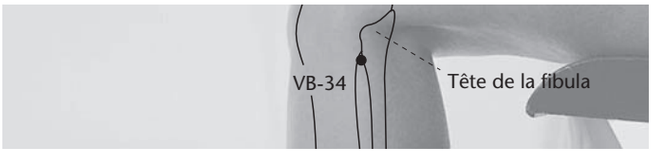
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



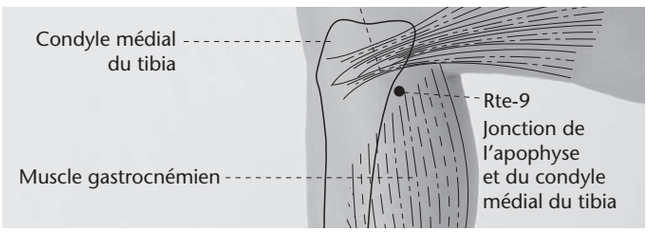
E-35 (*dubi*) « Nez de veau » : lorsque le genou est fléchi, dans un creux en dessous de la patella, sur le côté latéral du ligament patellaire ; il correspond à l'œil latéral du genou ; les points ***xiyan*** (points HM) correspondent à l'association de ce point et de ***neixiyan*** (point HM).



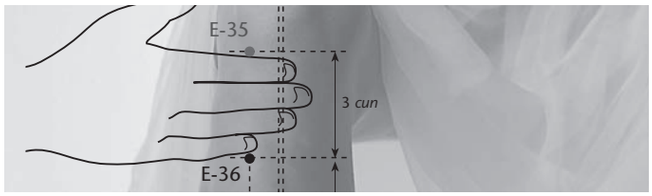
neixiyan* (point HM) « Œil intérieur du genou »** : en dessous de la patella, dans une dépression médiale par rapport au ligament patellaire ; les points ***xiyan (points HM) correspondent à l'association de ce point et de **E-35.**



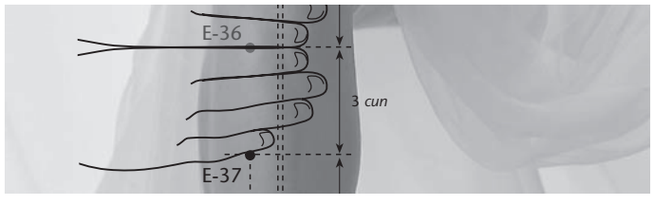
VB-34 (*yanglingquan*) « Source de la colline Yang » : dans la dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula.



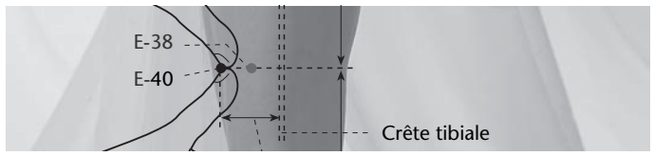
Rte-9 (*yinlingquan*) « Source de la colline du Yin » : lorsque le genou est fléchi, ce point se trouve dans une dépression distale par rapport au condyle médial du tibia, à la jonction de la diaphyse et du condyle médial. Pour le trouver, déplacer le doigt du bord postérieur médial du tibia vers le bord proximal, grossièrement au même niveau que **VB-34**.



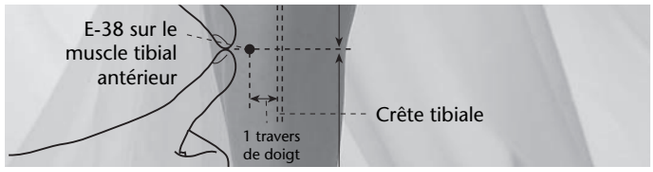
E-36 (*zusanli*) « Trois miles du pied » : un travers de doigt (majeur) en dehors de la crête tibiale antérieure, 3 *cun* en dessous de **E-35**.



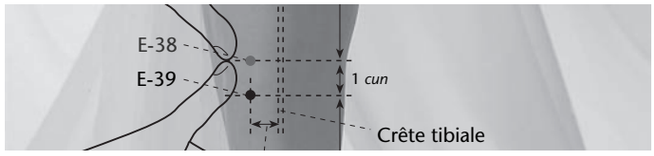
E-37 (*shangjuxu*) « Grand vide supérieur » : un travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure, 6 *cun* en direction distale par rapport à **E-35** ou 3 *cun* en direction distale par rapport à **E-36**.



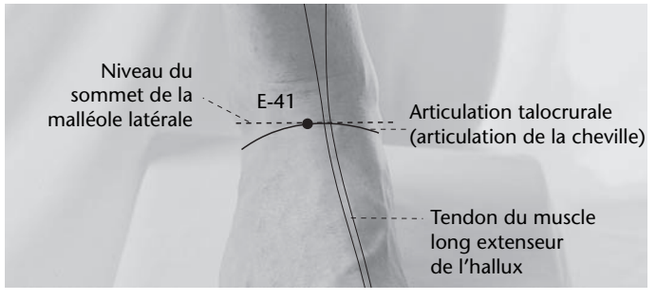
E-40 (*fenglong*) « Grosse bosse » : 2 travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure, au milieu de la ligne qui relie **E-35** (œil du genou, au niveau de l'articulation du genou) et le sommet de la malléole latérale.



E-38 (*tiaokou*) « Ouverture étroite » : un travers de doigt en dehors de la crête tibiale antérieure, au milieu de la ligne qui relie **E-35** (œil du genou, au niveau de l'articulation du genou) et le sommet de la malléole latérale.



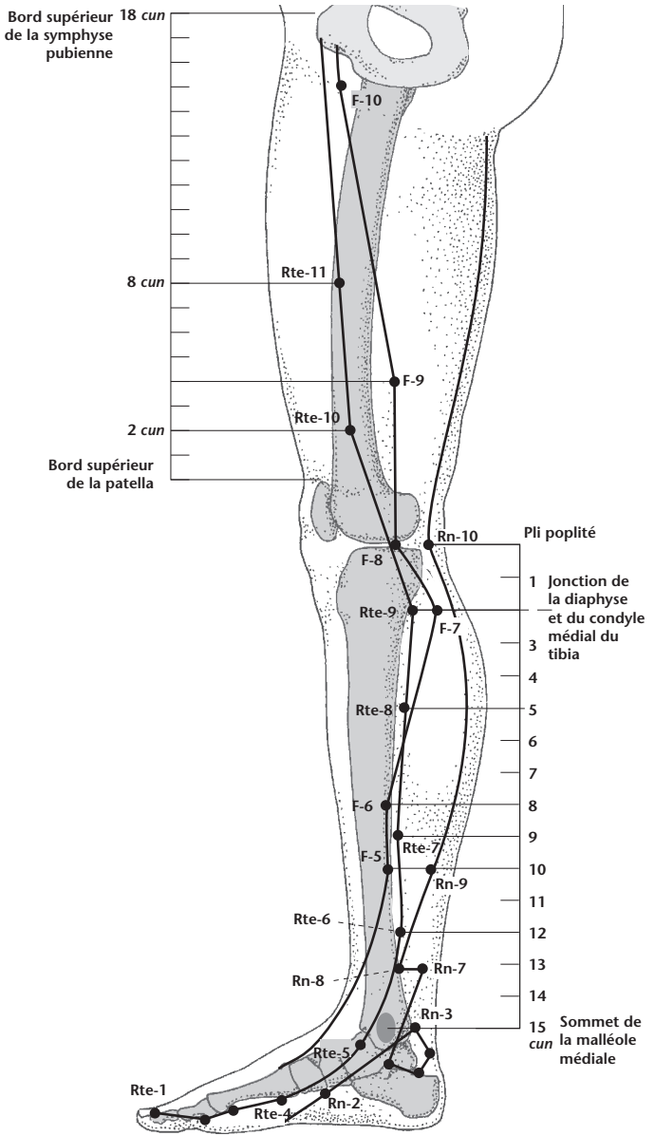
E-39 (*xiajuxu*) « Grand vide inférieur » : 1 *cun* en dessous de **E-38**.

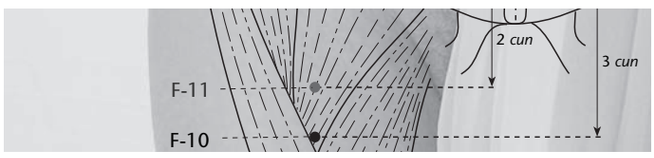


E-41 (*jiexi*) « Courant qui se disperse » : sur la cheville, entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale.

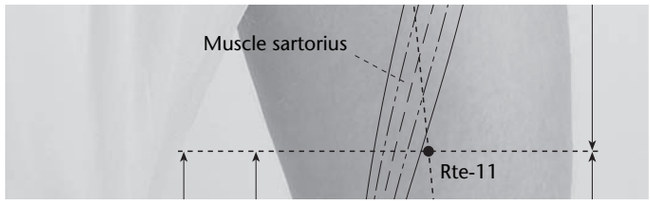
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.11 Face médiale de la jambe

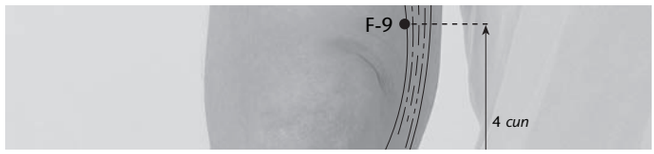




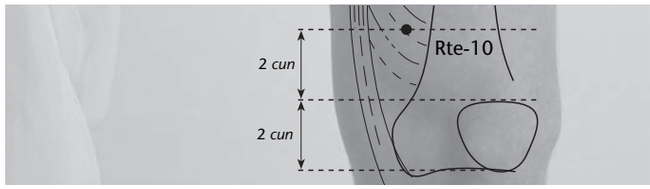
F-10 (*zuwuli*) « Cinq miles de la jambe » : sur la face antérieure de la cuisse, 3 *cun* en dessous du bord supérieur de la symphyse pubienne, sur le bord latéral du muscle long adducteur.



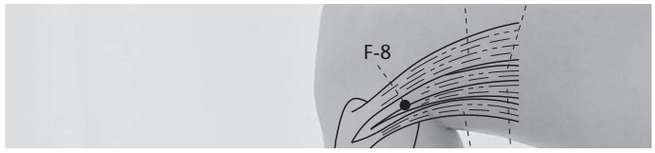
Rte-11 (*jimen*) « Porte du vannage » : 6 *cun* en direction proximale de **Rte-10**, au milieu du fémur, dans la dépression située entre le muscle sartorius et le muscle vaste latéral.



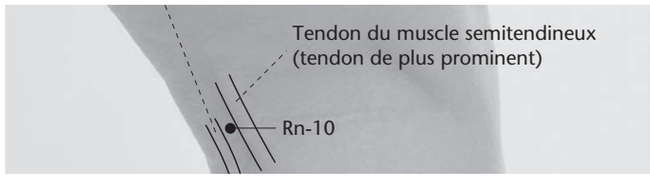
F-9 (*yinbao*) « Enveloppe du Yin » : 4 *cun* au-dessus du condyle médial du fémur, entre le muscle sartorius et le muscle vaste médial.



Rte-10 (*xuehai*) « Mer du Sang » : lorsque le genou est fléchi, 2 *cun* au-dessus et légèrement en dehors du bord supérieur médial de la patella. Pour le trouver, placer la paume droite sur la patella gauche du patient et localiser ce point à l'extrémité du pouce.

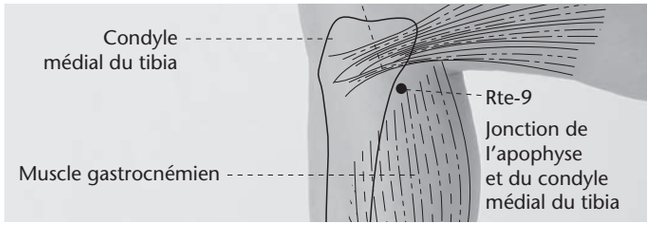


F-8 (*ququan*) « Source dans la courbe » : lorsque le genou est fléchi, **F-8** se trouve juste au-dessus de l'extrémité médiale du pli poplité, dans la dépression située en avant des tendons du muscle semitendineux et du muscle semimembraneux.

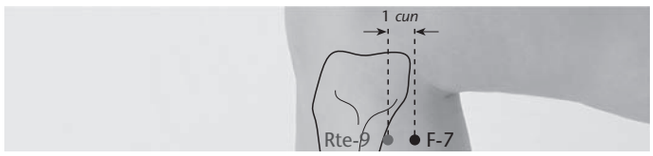


Rn-10 (*yingu*) Vallée du Yin : à l'extrémité médiale du pli poplité, entre les tendons du muscle semitendineux et du muscle semimembraneux, au niveau de l'espace articulaire du genou.

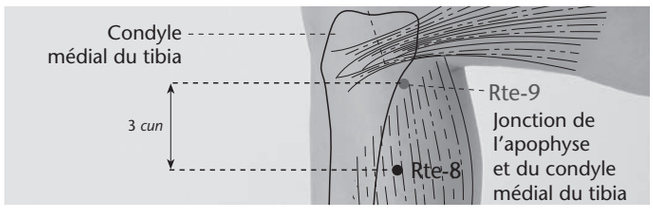
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



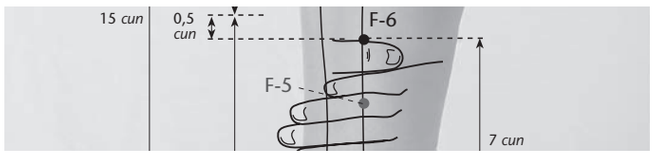
Rte-9 (*yinlingquan*) « Source de la colline du Yin » : lorsque le genou est fléchi, ce point se trouve dans une dépression distale par rapport au condyle médial du tibia, à la jonction de la diaphyse et du condyle médial. Pour le trouver, déplacer le doigt du bord postérieur médial du tibia vers le bord proximal, grossièrement au même niveau que **VB-34**.



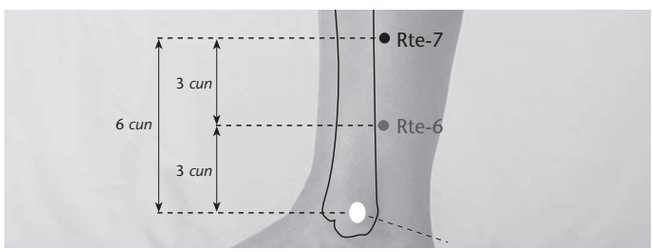
F-7 (*xiguan*) « Articulation du genou » : à la jonction de la diaphyse et du condyle médial du tibia, 1 *cun* en arrière de **Rte-9**.



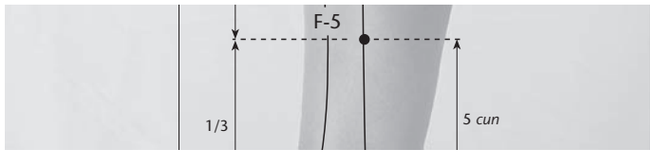
Rte-8 (*diji*) « Pivot de la Terre » : 3 *cun* en direction distale par rapport à **Rte-9** (à la jonction de la diaphyse et du condyle médial du tibia), au bord postérieur du tibia.



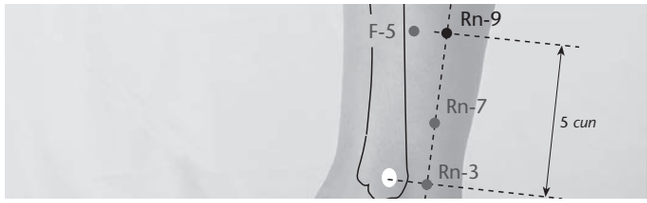
F-6 (*zhongdu*) « Capitale du centre » : 7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, juste derrière la crête médiale du tibia.



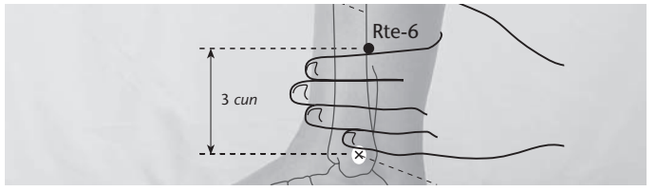
Rte-7 (*lougu*) « Vallée qui suinte » : 6 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale ou 3 *cun* au-dessus de **Rte-6**, au bord postérieur médial du tibia.



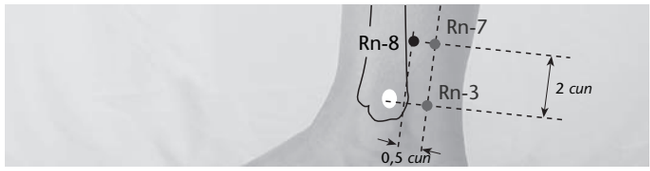
F-5 (*ligou*) « Galerie du ver à bois » : 5 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, immédiatement en arrière de la crête médiale du tibia.



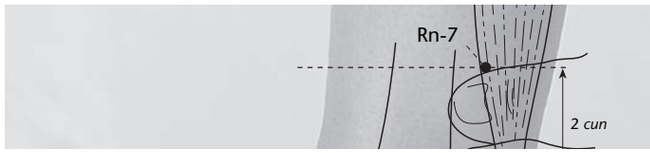
Rn-9 (*zhubin*) « Maison des invités » : 5 *cun* au-dessus de **Rn-3**, environ 2 *cun* en arrière du bord médial du tibia.



Rte-6 (*sanyinjiao*) « Réunion des trois Yin » : 3 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, au bord postérieur de la crête médiale du tibia

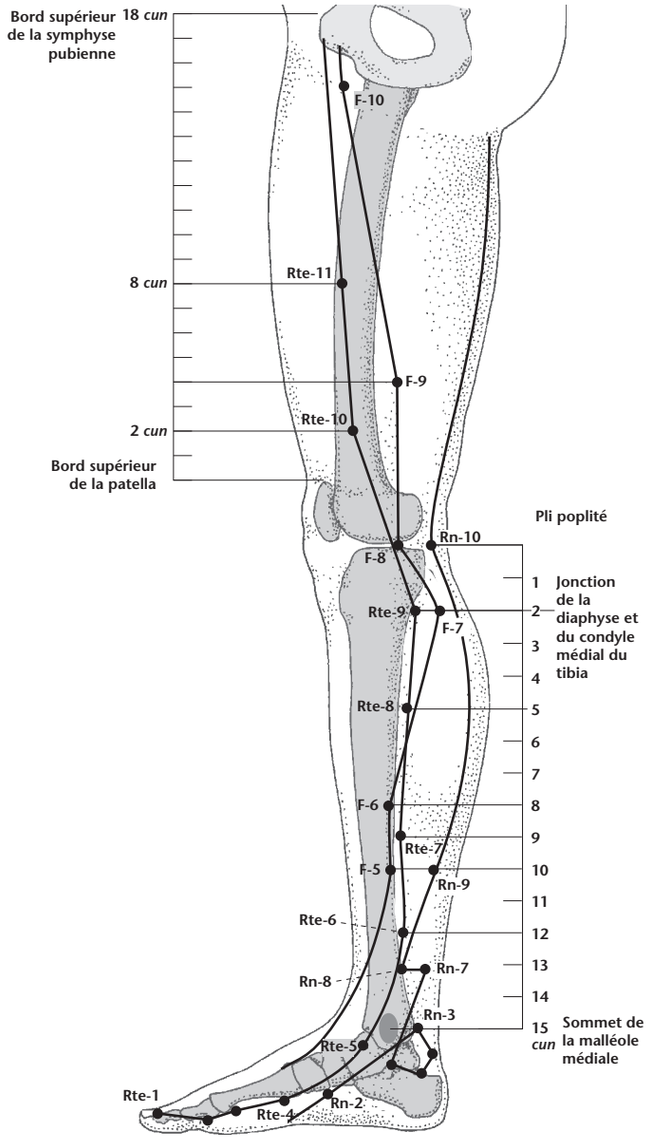


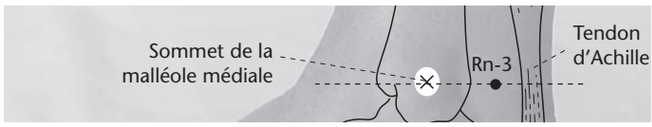
Rn-8 (*jiaoxin*) « Confiance partagée » : 2 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, en arrière du bord médial du tibia.



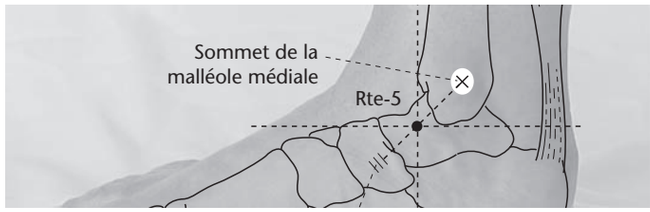
Rn-7 (*fuliu*) « Retour du courant » : 2 *cun* au-dessus de **Rn-3**, dans une dépression située au bord antérieur du tendon d'Achille.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

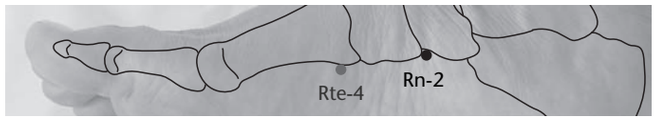




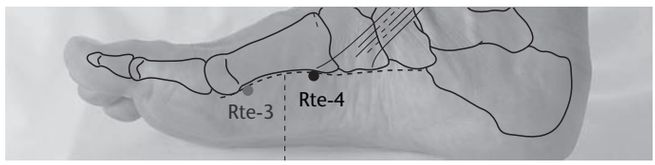
Rn-3 (*taixi*) « Grande rivière » : dans la dépression située entre le sommet de la malléole médiale et le tendon d'Achille.



Rte-5 (*shangqiu*) « Monticule de métal » : dans la dépression qui se trouve à l'intersection d'une ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et d'une ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale. Ou : dans la dépression qui est à mi-distance entre le sommet de la malléole médiale et le tubercule de l'os naviculaire.



Rn-2 (*rangu*) « Vallée en feu » : dans la dépression qui se trouve à l'avant de la tubérosité de l'os naviculaire, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



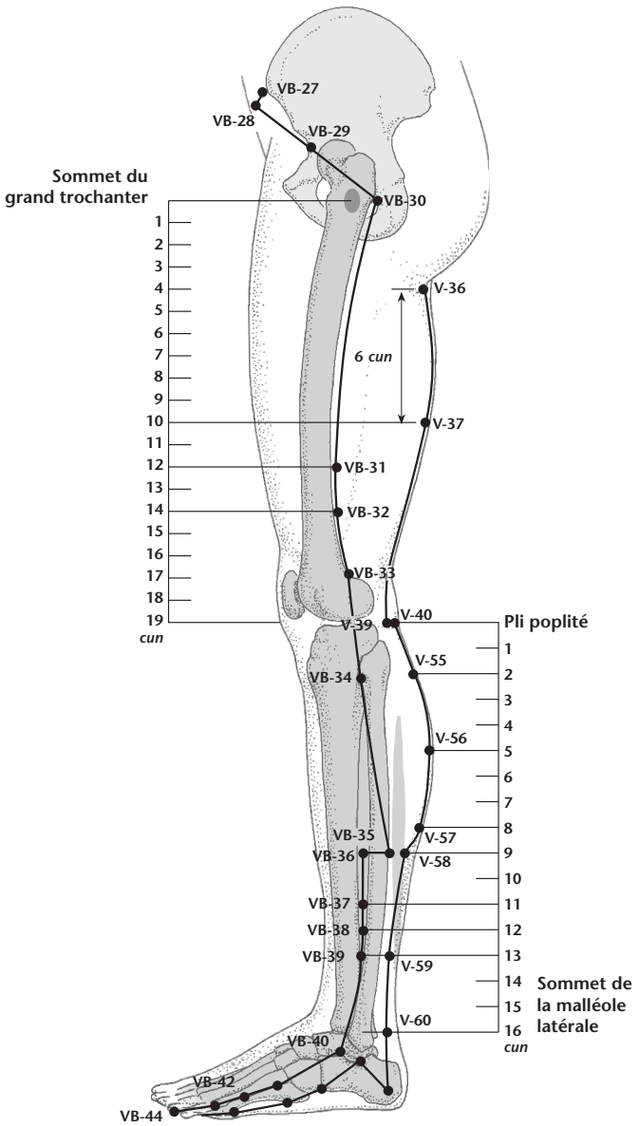
Rte-4 (*gongsun*) « Petit-fils et grand-père » : dans la dépression située en avant et en dessous de la base du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

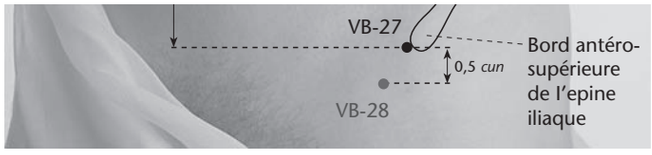


Rte-1 (*yinbai*) « Blanc caché » : sur le gros orteil, à environ 0,1 *cun* du coin médial de l'ongle.

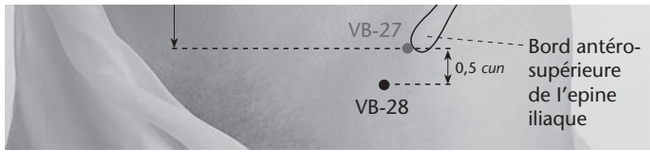
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.12 Face latérale de la jambe

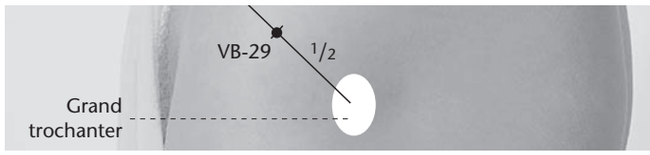




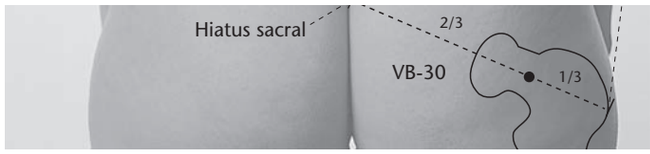
VB-27 ***(wushu)*** **« Les cinq pivots »** : dans la dépression qui est en avant de l'épine iliaque antéro-supérieure, à peu près au niveau de **RM-4**.



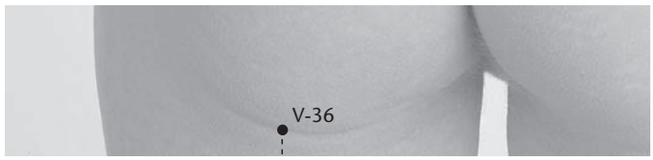
VB-28 ***(weidao)*** **« Chemin de liaison »** : en avant et en dessous de l'épine iliaque antéro-supérieure, environ 0,5 *cun* en avant et en dessous de **VB-27**.



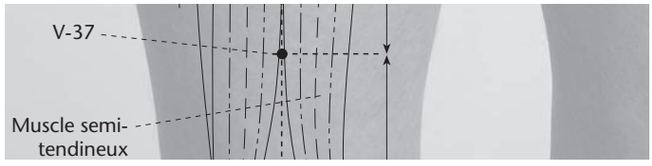
VB-29 (*juliao*) « Crevasse fixe » : au milieu d'une ligne tracée entre l'épine iliaque antéro-supérieure et le sommet du grand trochanter, au bord inférieur de la crête iliaque.



VB-30 (*huantiao*) « Cercle dans lequel on saute » : lorsque le patient est allongé sur le côté, ce point est à l'intersection des deux tiers médiaux et du tiers latéral d'une ligne tracée entre le sommet du grand trochanter et le hiatus sacral.

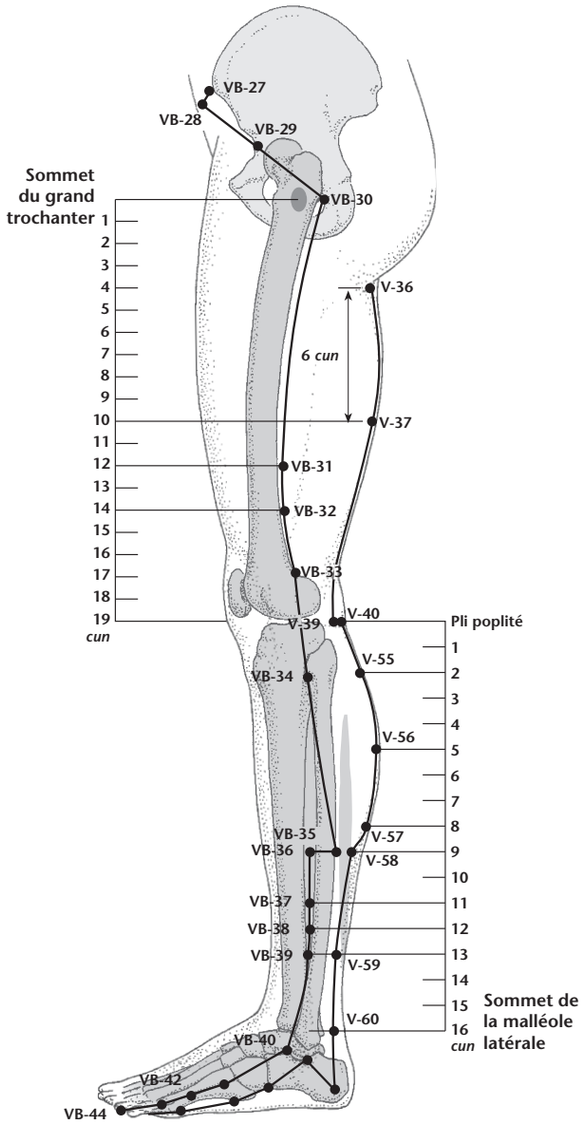


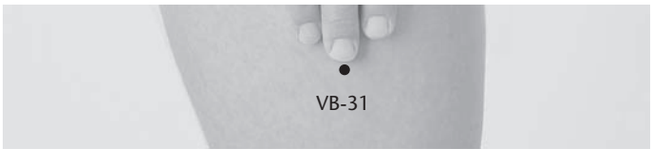
V-36 (*chengfu*) « Retient et soutient » : dans le pli glutéal, au-dessus du milieu du pli poplité.



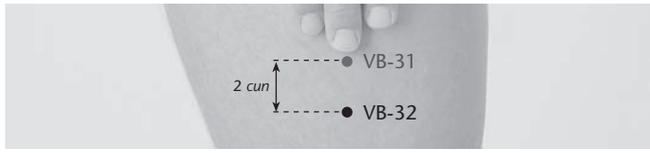
V-37 (*yinmen*) « Porte de l'abondance » : 6 *cun* en dessous de **V-36** (pli glutéal), sur une ligne qui relie **V-36** et **V-40** (centre du pli poplité), dans un creux dans la musculature.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

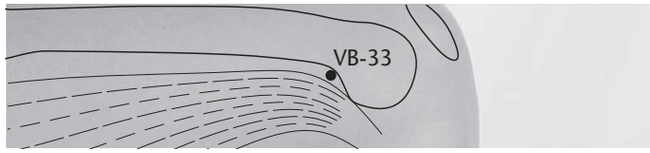




VB-31 (*fengshi*) « Marché du vent » : sur la face latérale de la cuisse, environ 7 *cun* au-dessus du pli poplité. Lorsque le patient est debout, les bras le long du corps, ce point est situé là où l'extrémité du majeur touche la cuisse.



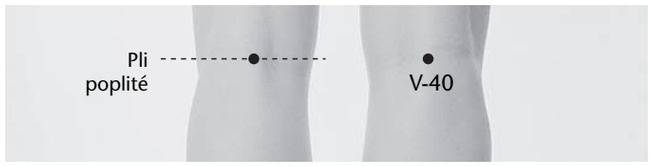
VB-32 (*zhongdu*) « Fossé du milieu » : sur la face latérale de la cuisse, 2 *cun* en dessous de **VB-31** ou 5 *cun* au-dessus du pli poplité, entre le muscle vaste latéral et le muscle biceps fémoral.



VB-33 (*xiyangguan*) « Porte Yang du genou » : sur la face latérale du genou, lorsque le genou est fléchi, dans la dépression située entre la diaphyse et l'épicondyle latéral du fémur, et le muscle biceps fémoral, 3 *cun* au-dessus de **VB-34**.



V-39 (*weiyang*) « Extérieur de la courbe » : à l'extrémité latérale du pli poplité, sur le bord médial du tendon du chef long du biceps fémoral, 1 *cun* en dehors de **V-40** (qui est au centre du pli poplité)..

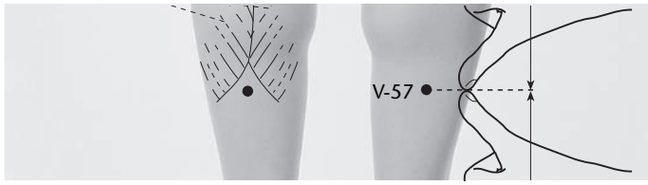


V-40 (*weizhong*) « Milieu de la courbe » : au centre du pli poplité, entre les tendons du muscle biceps fémoral et du muscle semitendineux.

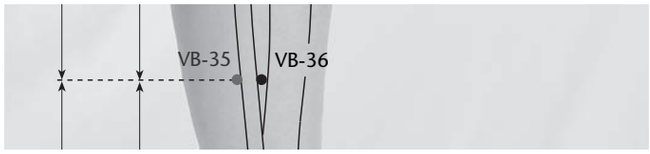


VB-34 (*yanglingquan*) « Source de la colline Yang » : dans la dépression située en avant et en dessous de la tête de la fibula.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



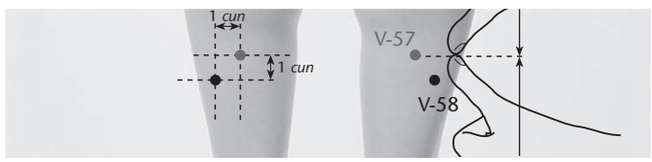
V-57 (*chengshan*) « Aide la montagne » : au centre du mollet, entre les deux chefs du muscle gastrocnémien, sur la ligne qui relie **V-40** et **V-60**, approximativement 8 *cun* en dessous de **V-40** (technique de l'amplitude de la main).



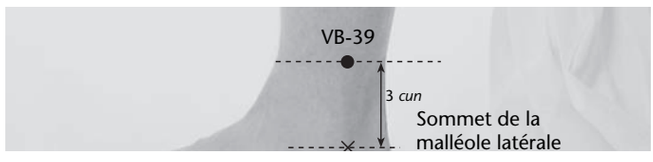
V-36 (*chengfu*) « Monticule extérieur » : 7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord antérieur de la fibula.



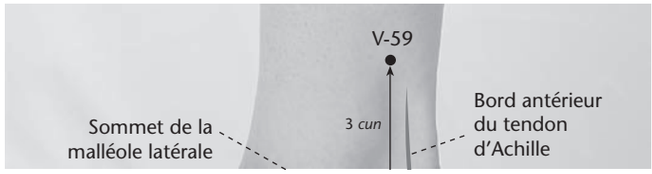
VB-35 (*yangjiao*) « Croisement du Yang » : 7 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord postérieur de la fibula.



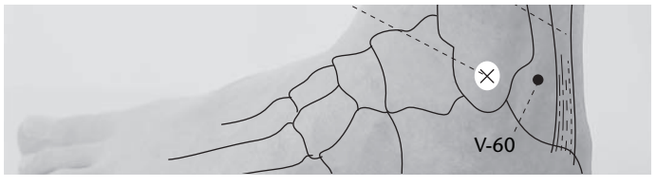
V-58 (*feiyang*) « L'envolée » : 1 *cun* en dessous de **V-57** et sur le côté par rapport à celui-ci, ou 7 *cun* en direction proximale par rapport à **V-60**, au bord postérieur de la fibula et au bord inférieur du muscle gastrocnémien.



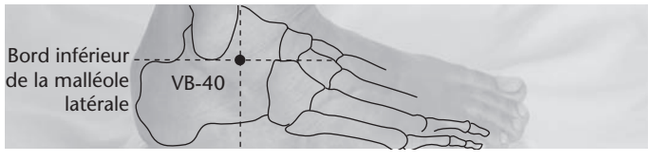
VB-39 (*xuanzhong*) « Cloche suspendue » : 3 *cun* au-dessus du sommet de la malléole latérale, sur le bord antérieur de la fibula.



V-59 (*fuyang*) « Cambrure du Yang » : 3 *cun* au-dessus de **V-60** (dans la dépression entre le tendon d'Achille et le sommet de la malléole latérale).



V-60 (*kunlun*) « Monts Kunlun » : dans la dépression située sur la ligne qui relie le sommet de la malléole latérale et le tendon d'Achille.



VB-40 (*qiuxu*) « Monticule de ruines » : dans la dépression située en avant et en dessous de la malléole latérale, sur le côté des tendons du muscle long extenseur des orteils.



VB-42 (*diwuhui*) « Les cinq rencontres de la terre » : entre le 4ème et le 5ème os métatarsien, dans la dépression proximale par rapport aux articulations des os métatarsiens, sur le côté médial du tendon du long extenseur commun des orteils.



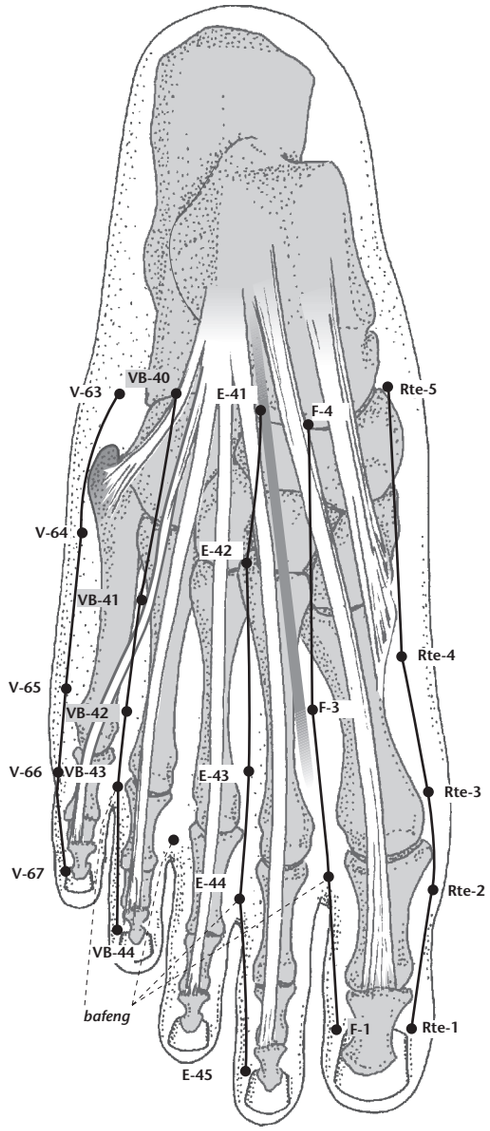
VB-43 (*xiaxi*) « Jonction de la rivière » : entre le 4ème et le 5ème orteil, en arrière du bord de la palmure interdigitale.

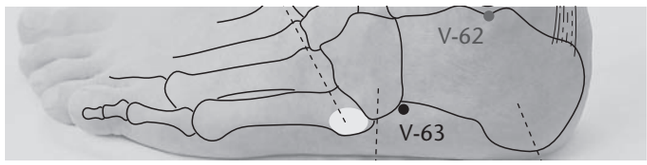
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



VB-44 (*zuqiaoyin*) « Porte Yin du pied » : sur le 4ème orteil, à environ 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.

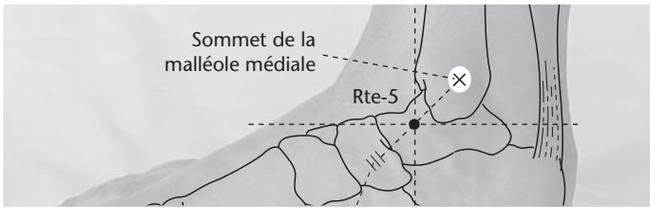
7.13 Dos du pied



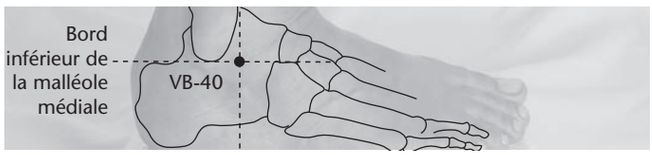


V-63 (*jinmen*) « Porte d'or » : dans une dépression en avant et en dessous de **V-62**, entre le calcanéus et l'os cuboïde, en direction proximale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien.

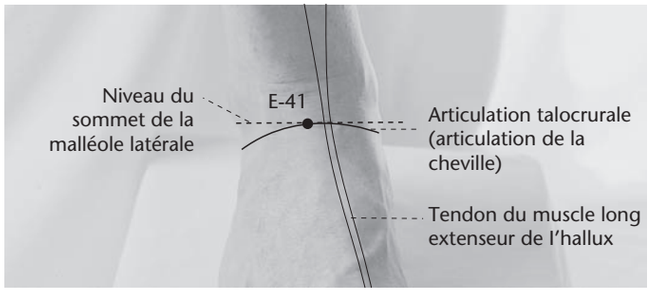
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



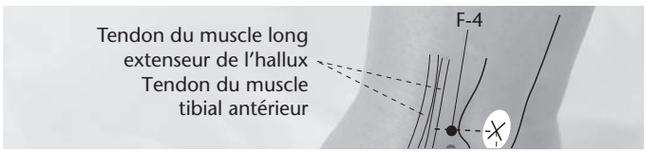
Rte-5 (*shangqiu*) « Monticule de métal » : dans la dépression qui se trouve à l'intersection d'une ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et d'une ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale. Ou : dans la dépression qui est à mi-distance entre le sommet de la malléole médiale et le tubercule de l'os naviculaire.



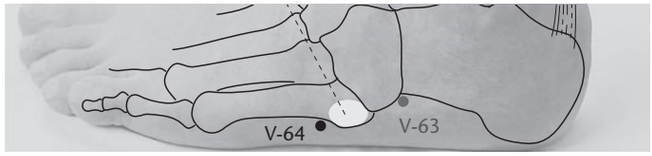
VB-40 (*qiuxu*) « Monticule de ruines » : dans la dépression située en avant et en dessous de la malléole latérale, sur le côté des tendons du muscle long extenseur des orteils.



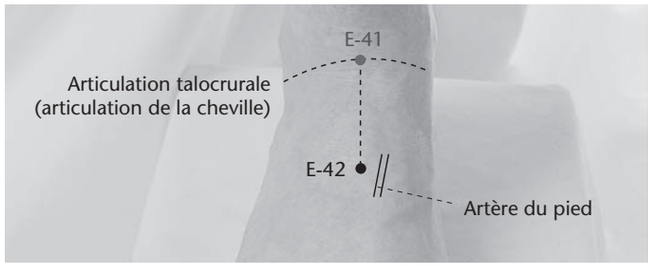
E-41 (*jiexi*) « Courant qui se disperse » : sur la cheville, entre les tendons du muscle long extenseur des orteils et du muscle long extenseur de l'hallux, au niveau du sommet de la malléole latérale.



F-4 (*zhongfeng*) « Sceau central » : 1 *cun* en avant du sommet de la malléole médiale, en direction médiale par rapport au tendon du muscle tibial antérieur.



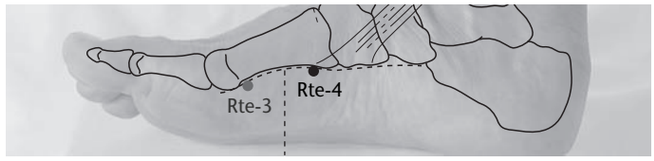
V-64 (*jinggu*) « Os principal » : en direction distale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



E-42 (*chongyang*) « Ruée du Yang » : sur le sommet du cou-de-pied, entre les tendons du muscle long extenseur de l'hallux et du muscle long extenseur des orteils, directement en dehors du point où l'on peut sentir l'artère du pied. Ce point est encadré par les 2ème et 3ème os métatarsiens en direction proximale et les 2ème et 3ème os cunéiformes en direction distale.
Autre localisation possible : parfois, on peut localiser ce point en dehors de la partie médiale du tendon du muscle long extenseur des orteils (qui rejoint le 2ème orteil).

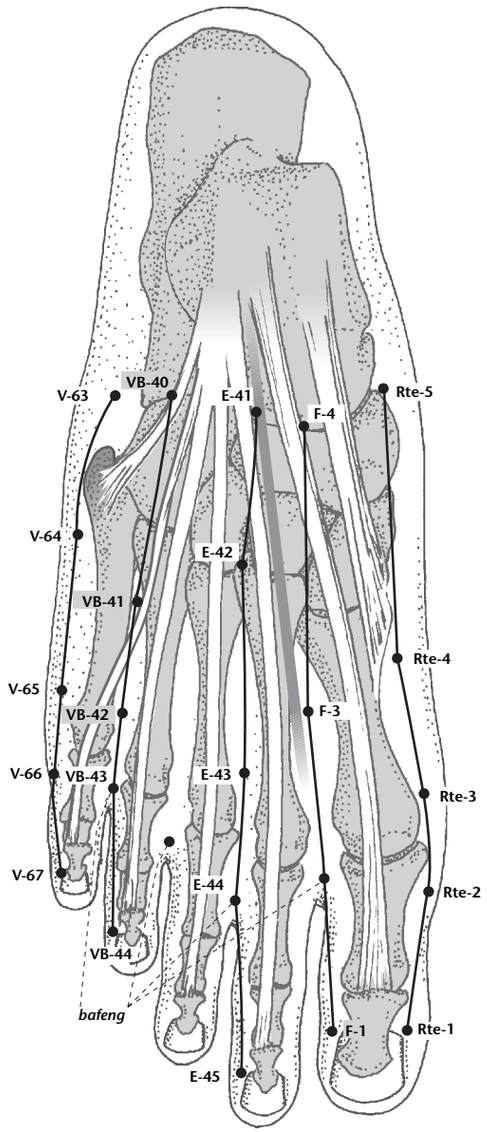


VB-41 (*zulinqi*) « Gouverneur des larmes du pied » : dans la dépression qui se trouve à la jonction du corps et de la tête des 4ème et 5ème os métatarsiens, au bord latéral du tendon du muscle long extenseur commun des orteils qui va jusqu'au petit orteil.



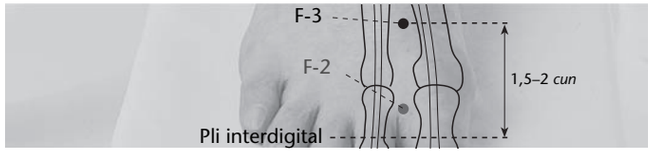
Rte-4 (*gongsun*) « Petit-fils et grand-père » : dans la dépression située en avant et en dessous de la base du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert





VB-42 (*diwuhui*) « Les cinq rencontres de la terre » : entre le 4ème et le 5ème os métatarsien, dans la dépression proximale par rapport aux articulations des os métatarsiens, sur le côté médial du tendon du long extenseur commun des orteils.



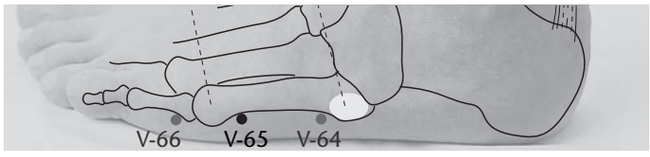
F-3 (*taichong*) « Grande précipitation » : sur le dos du pied, entre le 1er et le 2ème os métatarsien, dans une dépression proximale par rapport aux articulations métatarso-phalangiennes, à l'angle proximal situé entre les deux os.



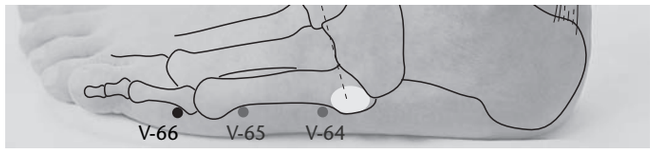
E-43 (*xiangu*) « Vallée resserrée » : dans une dépression située entre les 2ème et le 3ème os métatarsiens, au niveau de la jonction du corps et de la tête de ces os.



VB-43 (*xiaxi*) « Rivière étroite » : entre le 4ème et le 5ème orteil, en arrière du bord de la palmure interdigitale.

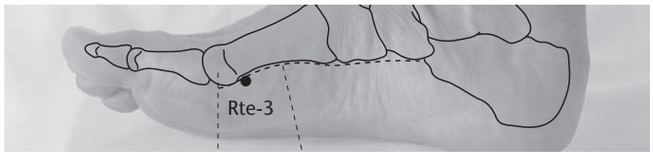


V-65 (*shugu*) « Os lié » : dans une dépression proximale par rapport la tête du 5ème os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



V-66 (*zutonggu*) « Vallée communicante du pied » : dans une dépression distale par rapport à l'articulation métatarso-phalangienne du petit orteil.

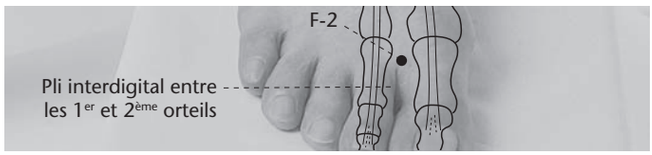
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



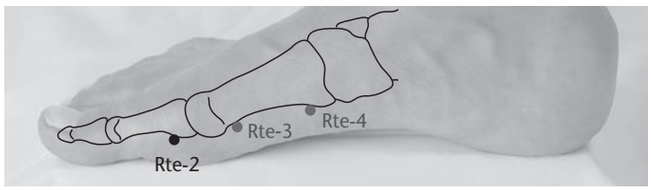
Rte-3 (*taibai*) « Grand blanc » : dans la dépression située en arrière et en dessous de la tête du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



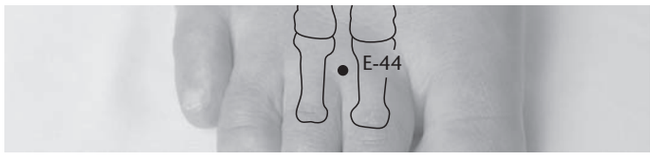
V-67 (*zhiyin*) « Atteint le Yin » : sur le petit orteil, à 0,1 *cun* du coin latéral de l'ongle.



F-2 (*xingjian*) « Intermédiaire temporaire » : entre le 1er et le 2ème orteil, 0,5 *cun* en arrière du bord de la palmure interdigitale.



Rte-2 (*dadu*) « Grande capitale » : sur le bord médial du gros orteil, dans une dépression distale par rapport à la première articulation métatarso-phalangienne, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



E-44 (*neiting*) « Cour intérieure » : entre le 2ème et le 3ème orteil, en arrière de la palmure interdigitale.



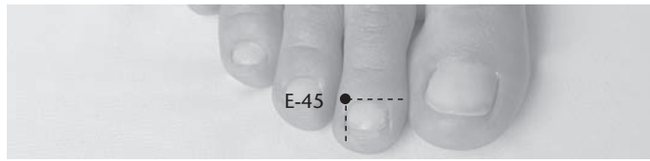
VB-44 (*zuqiaoyin*) « Portes Yin du pied » : sur le 4ème orteil, à environ 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.



F-1 (*dadun*) « Gros monticule » : sur la face latérale du gros orteil, environ 0,1 *cun* en direction proximale et latérale par rapport à l'angle de l'ongle.



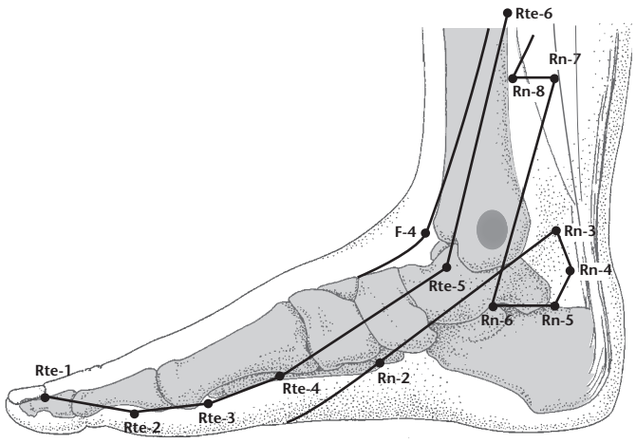
Rte-1 (*yinbai*) « Blanc caché » : sur le gros orteil, à 0,1 *cun* du coin médial de l'ongle.

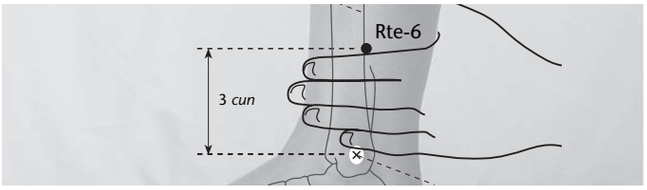


E-45 (*lidui*) « Bouche malade » : sur le 2ème orteil, environ à 0,1 *cun* du coin latéral de l'ongle.

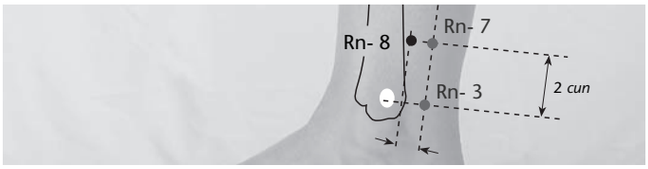
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.14 Face médiale du pied

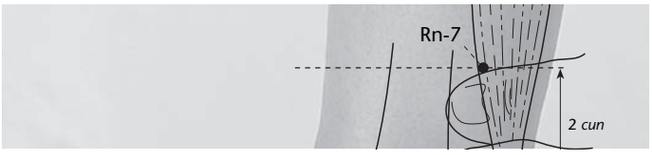




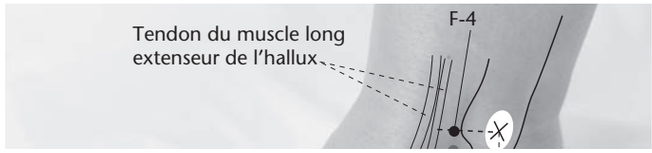
Rte-6 (sanyinjiao) « Réunion des trois Yin » : 3 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, au bord postérieur de la crête médiale du tibia.



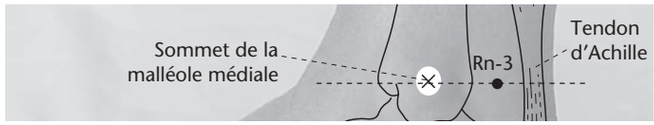
Rn-8 (*jiaoxin*) « Confiance partagée » : 2 *cun* au-dessus du sommet de la malléole médiale, en arrière du bord médial du tibia.



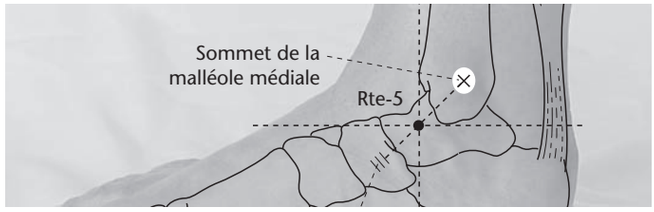
Rn-7 (*fuliu*) « Retour du courant » : 2 *cun* au-dessus de **Rn-3**, dans une dépression située au bord antérieur du tendon d'Achille.



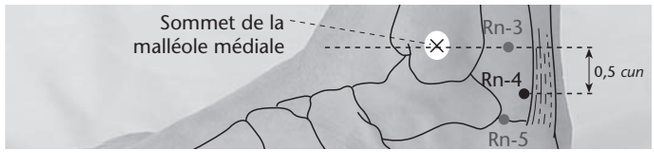
F-4 (*zhongfeng*) « Sceau central » : 1 *cun* en avant du sommet de la malléole médiale, en direction médiale par rapport au tendon du muscle tibial antérieur.



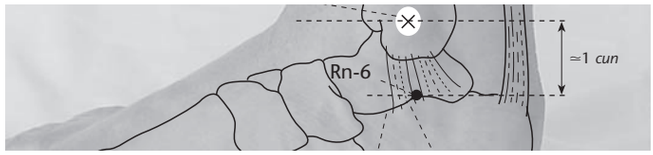
Rn-3 (*taixi*) « Grande précipitation » : dans la dépression située entre le sommet de la malléole médiale et le tendon d'Achille.



Rte-5 (*shangqiu*) « Monticule de métal » : dans la dépression qui se trouve à l'intersection d'une ligne verticale tracée le long du bord antérieur de la malléole médiale et d'une ligne horizontale tracée le long du bord inférieur de la malléole médiale. Ou : dans la dépression qui est à mi-distance entre le sommet de la malléole médiale et le tubercule de l'os naviculaire.



Rn-4 (*dazhong*) « Grosse cloche » : en avant du bord médial du tendon d'Achille, au-dessus de son insertion sur le calcanéus.



Rn-6 (*zhaohai*) « Mer brillante » : dans la dépression située en dessous du sommet de la malléole médiale, au niveau de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus.

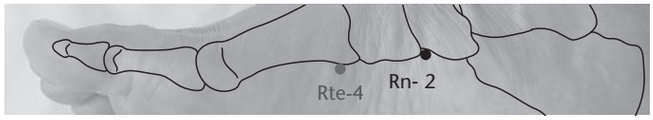
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



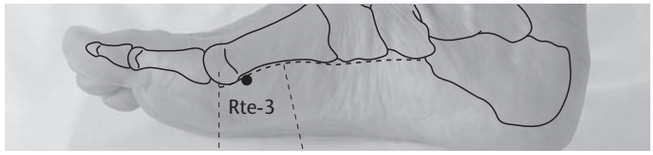
Rn-5 (*shuiquan*) « Source de l'eau » : 1 *cun* en dessous de **Rn-3**, dans une dépression située au niveau de l'espace articulaire entre le talus et le calcanéus.



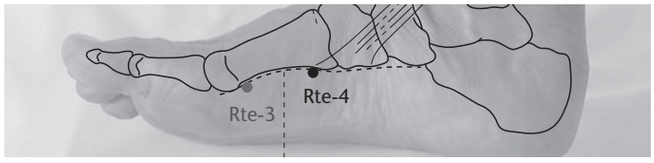
Rte-1 (*yinbai*) « Blanc caché » : sur le gros orteil, à environ 0,1 *cun* du coin médial de l'ongle.



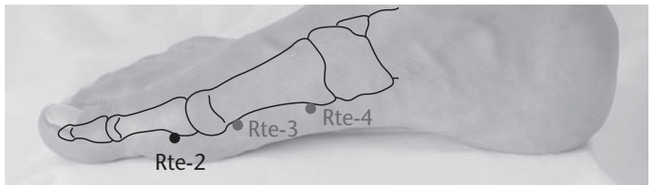
Rn-2 (*rangu*) « Vallée en feu » : dans la dépression qui se trouve à l'avant de la tubérosité de l'os naviculaire, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



Rte-3 (*taibai*) « Grand blanc » : dans la dépression située en arrière et en dessous de la tête du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



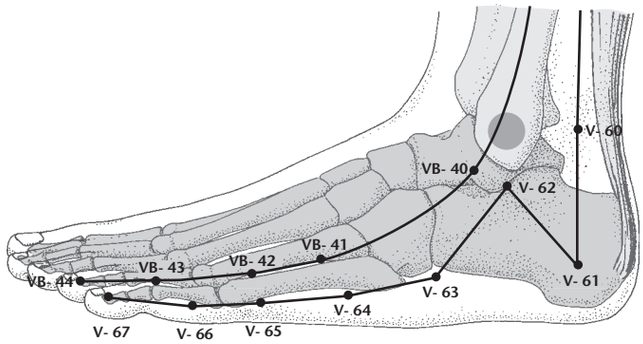
Rte-4 (*gongsun*) « Petit-fils et grand-père » : dans la dépression située en avant et en dessous de la base du 1er os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

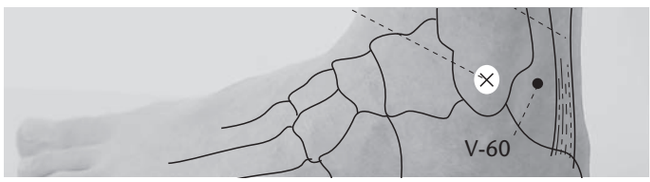


Rte-2 (*dadu*) « Grande capitale » : sur le bord médial du gros orteil, dans une dépression distale par rapport à la première articulation métatarso-phalangienne, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.

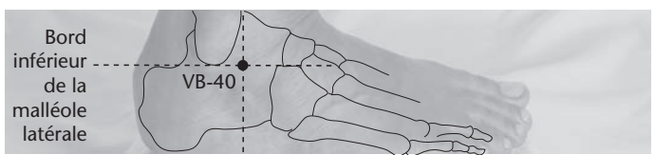
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

7.15 Face latérale du pied

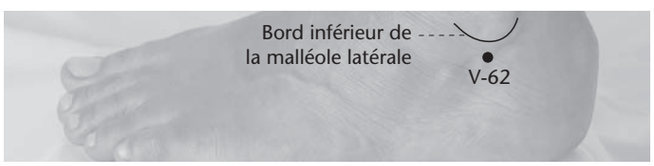




V-60 (*kunlun*) « Monts Kunlun » : dans la dépression située sur la ligne qui relie le sommet de la malléole latérale et le tendon d'Achille.



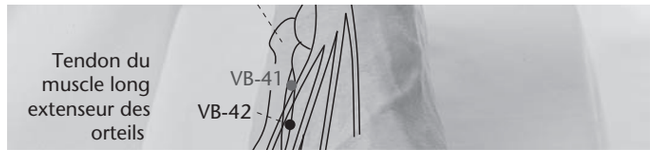
VB-40 (*qiuxu*) « Monticule de ruines » : dans la dépression située en avant et en dessous de la malléole latérale, sur le côté des tendons du muscle long extenseur des orteils.



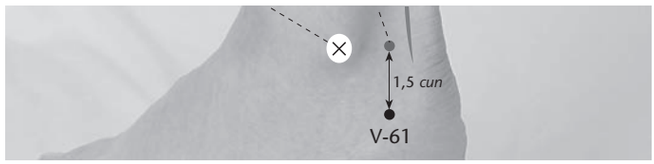
V-62 (*shenmai*) « Vaisseau étendu » : dans une dépression située directement en dessous du sommet de la malléole latérale, au-dessus de l'espace de l'articulation entre le talus et le calcanéus.



VB-41 (*zulinqi*) « Gouverneur des larmes du pied » : dans la dépression qui se trouve à la jonction du corps et de la tête des 4ème et 5ème os métatarsiens, au bord latéral du tendon du muscle long extenseur commun des orteils qui va jusqu'au petit orteil.



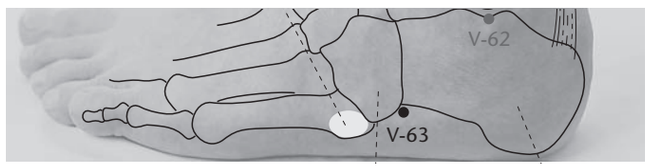
VB-42 (diwuhui) « Les cinq rencontres de la terre » : entre le 4ème et le 5ème os métatarsien, dans la dépression proximale par rapport aux articulations des os métatarsiens, sur le côté médial du tendon du long extenseur commun des orteils.



V-61 (*pucan*) « Respect du serviteur » : dans une dépression située sur le calcanéus, 1,5 *cun* en dessous de **V-60**.



VB-43 (*xiaxi*) « Rivière étroite » : entre le 4ème et le 5ème orteil, en arrière du bord de la palmure interdigitale.



V-63 (*jinmen*) « Porte d'or » : dans une dépression en avant et en dessous de **V-62**, entre le calcanéus et l'os cuboïde, en direction proximale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien.

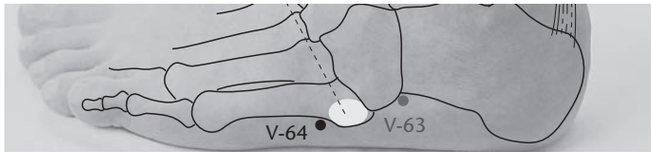


VB-44 (*zuqiaoyin*) « Portes Yin du pied » : sur le 4ème orteil, à environ 0,1 *cun* de l'angle de l'ongle.

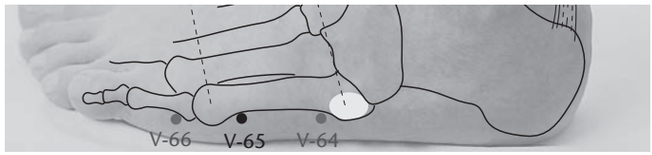
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



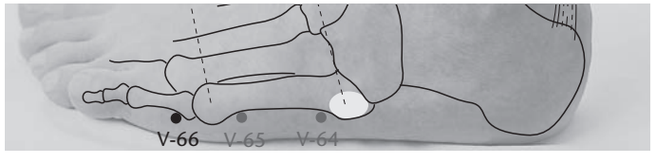
V-67 (*zhiyin*) « Atteint le Yin » : sur le petit orteil, à 0,1 *cun* du coin latéral de l'ongle.



V-64 (*jinggu*) « Os principal » : en direction distale par rapport à la tubérosité du 5ème os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



V-65 (*shugu*) « Os lié » : dans une dépression proximale par rapport la tête du 5ème os métatarsien, à la frontière entre la peau rouge et la peau blanche.



V-66 (*zutonggu*) « Vallée communicante du pied » : dans une dépression distale par rapport à l'articulation métatarso-phalangienne du petit orteil.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

8 Catégories de points et choix des points

Claudia Focks

Il y a un total de 361 points d'acupuncture situés sur les méridiens (→ Chapitre 1). En traduction littérale, le nom chinois du mot « point » signifie plutôt « ouverture » ou « trou ». On peut stimuler ces points grâce au massage (acupressure) ou à l'insertion d'aiguilles (acupuncture). Outre ces points d'acupuncture classiques, on compte un certain nombre de points hors méridien qui se trouvent en dehors du trajet des méridiens principaux. Les principaux points hors méridien officiellement reconnus sont présentés au chapitre 6.

Les points d'acupuncture agissent :

- **localement** (par exemple, les points du coude traitent les pathologies du coude ;
- **sur toute une zone** (le trajet du méridien) ; par exemple, les points du bras traitent les troubles des membres supérieurs ;
- pour certains points, sur **les organes (*zangfu*) auxquels ils se rattachent**.
- Certains points ont des **actions supplémentaires**, comme calmer l'Esprit (*shen*) ou éliminer la Chaleur.

Le tableau ci-dessous (adapté d'Ellis et Wiseman, 1991) offre un aperçu des indications générales des points.

Indications des points des méridiens

Méridien	Indications		
Méridiens Yin de la main			
Poumon	Poumon, gorge		Pathologies de la région thoracique
Maître du Cœur	Cœur, Estomac	Troubles de l'Esprit (*shen*)	
Cœur	Cœur		
Méridiens Yang de la main			
Gros Intestin	Face, bouche, occiput, dents, nez		Yeux, pathologies de la gorge, maladies fébriles
Triple Réchauffeur	Tête/région latérale des côtes	Pathologies de l'oreille	
Intestin Grêle	Région occipitale, épaule, scapula, troubles de l'Esprit (*shen*)		
Méridiens Yin du pied			
Rate	Rate, Estomac, intestins		Pathologies uro-génitales, troubles génitaux, écoulements vaginaux excessifs, troubles de Esprit (*shen*)
Foie	Foie, organes génitaux		
Rein	Rein, Poumon, gorge		
Méridiens Yang du pied			
Estomac	Partie frontale de la tête, face, bouche, dents, gorge, Estomac, intestins		Troubles psychiques et émotionnels (troubles du *shen*), rhumes avec fièvre
Vésicule Biliaire	Région latérale de la tête, oreilles, région latérale des côtes	Pathologies oculaires	
Vessie	Région postérieure de la tête, lombes		

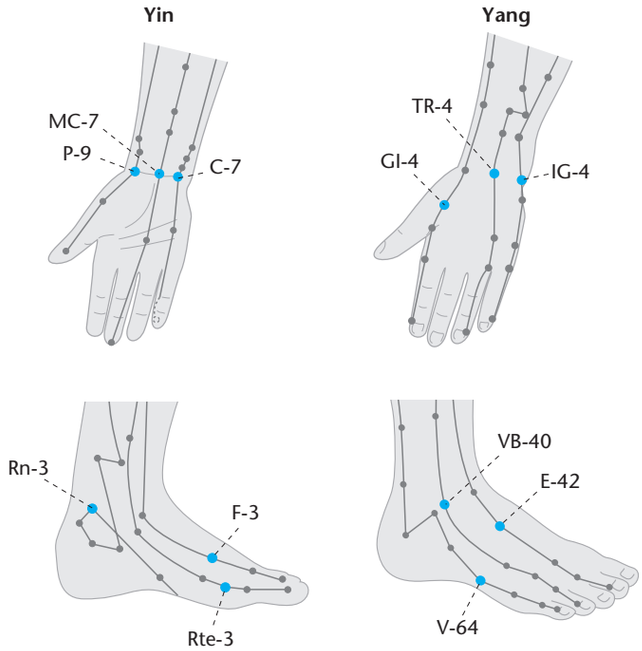
8.1 Catégories de points

Certains points ou certains ensembles de points sont classés selon leurs actions ou leur localisation sur leur méridien respectif (pour un aperçu de ces points et de ces ensembles de points, → intérieur de la couverture de ce livre).

8.1.1 Points source (*yuan*)

Aux points source (*yuan*), le Qi Originel (*yuan qi*, → 1.1.4) des différents systèmes d'organes émerge à la surface du corps.
Localisation de ces points : près de la main ou de la cheville.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Points

Points source (*yuan*) des méridiens Yin

P-9 (*taiyuan*) **Rte-3** (*taixi*) **C-7** (*shenmen*)
Rn-3 (*taixi*) **MC-7** (*daling*) **F-3** (*taichong*)

- Sur les méridiens Yin, le point source (*yuan*) est toujours le **3ème point** de l'extrémité distale du méridien.
- Ils correspondent au point rivière (*shu*) et au point Terre du méridien.

Fonction

- Ils tonifient le vide ou l'insuffisance de l'Organe (*zang*) auquel ils se rattachent.
- Ils régulent l'équilibre du Yin et du Yang, ils restaurent l'homéostasie.
- En tant que points Terre, ils ont un effet « d'enracinement » du corps, des émotions et de l'esprit.

Points source (*yuan*) des méridiens Yang

GI-4 (*hegu*) **E-42** (*chongyang*) **IG-4** (*wangu*)
V-64 (*jinggu*) **TR-4** (*yangchi*) **VB-40** (*qiuxu*)

- Sur les méridiens Yang, le point source (*yuan*) est toujours le **4ème** point de l'extrémité distale du méridien, sauf pour le méridien de la Vessie, pour lequel c'est le 5ème point.
- Pour ce qui est de l'énergie du méridien, ils sont situés entre le point rivière (*shu*) et le point Fleuve (*jing*).

Fonction

- Leur principale fonction est d'expulser les facteurs pathogènes dans les syndromes de type plénitude.
- Ils tonifient l'Entraille (*fu*) à laquelle ils se rattachent.

Application clinique

Diagnostic

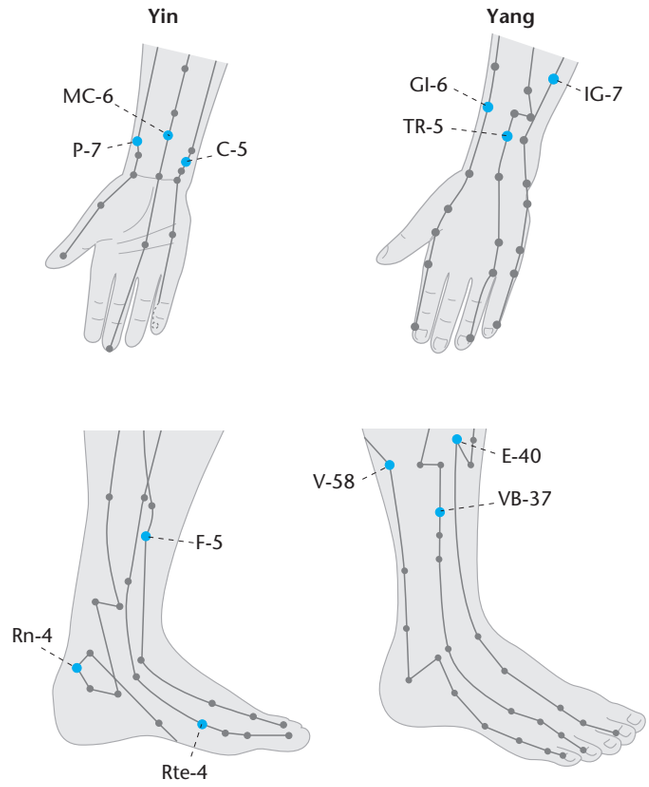
Les troubles d'un méridien précis ou de l'Organe (*zang*) auquel il se rattache se manifestent souvent sous la forme d'une sensibilité, d'un changement de couleur comme une décoloration, d'un gonflement, d'une rougeur, etc. dans la zone du point source (*yuan*) concerné.

Traitement

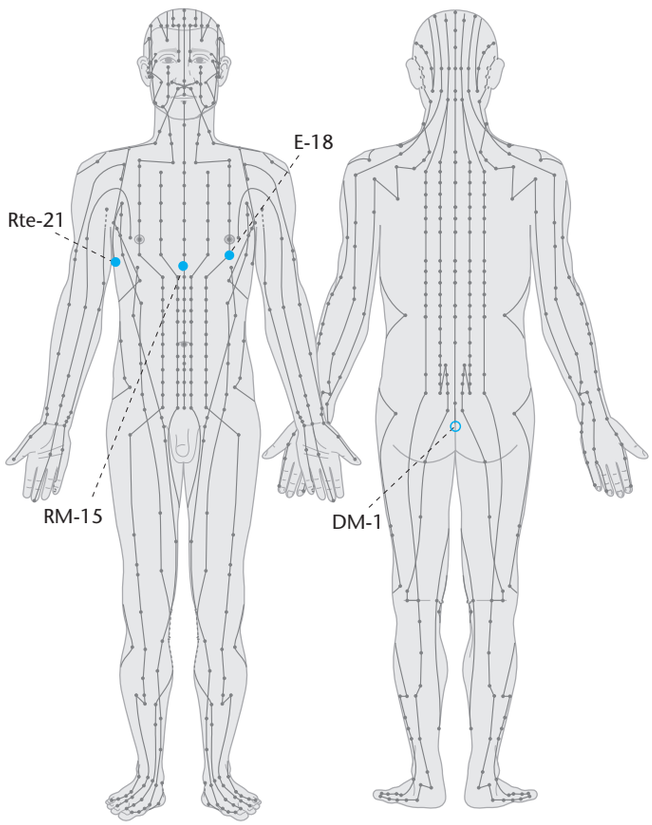
- En cas de vide du méridien ou de l'Organe concerné, on utilise des méthodes de tonification et en cas de plénitude on utilise des techniques de dispersion.
- Il faut les associer au point *luo* de communication des méridiens couplés dans la relation Intérieur-Extérieur (→ 1.2.2) pour accroître leurs effets thérapeutiques et équilibrer le Yin et le Yang (→ 8.3.3).
- Il faut les associer à leur point *shu* du dos respectif (→ 8.1.4) pour traiter les pathologies des Viscères (*zangfu*).

8.1.2 Points *luo* de communication

Les points *luo* de communication sont situés dans les zones du corps où naissent les méridiens *luo* de communication (→ 1.5), qui relient les méridiens Yin et Yang couplés dans la relation Intérieur-Extérieur (→ 1.2.2).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Points

Les points des douze méridiens *luo* de communication des méridiens principaux se trouvent entre les doigts et le coude sur les membres supérieurs, et entre les orteils et le genou sur les membres inférieurs.

- Points *luo* de communication des méridiens principaux Yin :
  – méridiens Yin de la main : **P-7** (*lieque*), **MC-6** (*neiguan*), **C-5** (*tongli*),
  – méridiens Yin du pied : **Rte-4** (*gongsun*), **F-5** (*ligou*), **Rn-4** (*dazhong*).
- Points *luo* de communication des méridiens principaux Yang :
  – méridiens Yang de la main : **GI-6** (*pianli*), **TR-5** (*waiguan*), **IG-7** (*zhizheng*),
  – méridiens Yang du pied : **E-40** (*fenglong*), **VB-37** (*guangming*), **V-58** (*feiyang*).
- Point *luo* de communication du vaisseau Conception (*ren mai*) : **RM-15** (*jiuwei*) ; actions : régule les méridiens *luo* de communication des méridiens Yin ; indications : pathologies et troubles abdominaux.
- Point *luo* de communication du vaisseau Gouverneur (*du mai*) : **DM-1** (*changqiang*) ; actions : régule les méridiens *luo* de communication des méridiens Yang ; indications : pathologies du dos.
- Point *luo* de communication du grand méridien *luo* de communication de la Rate : **Rte-21** (*dabao*) ; se relie à tous les méridiens *luo* de communication et contrôle tous les méridiens *luo* de communication et les vaisseaux sanguins du corps ; indications : troubles des articulations, faiblesse et douleur généralisées.
- Point *luo* de communication du grand méridien *luo* de communication de l'Estomac : ***xu li****, près de **E-18** à gauche ; la moxibustion sur ce point est contre-indiquée et seule une insertion d'aiguille superficielle est permise. Indications : troubles respiratoires et cardiaques comme l'asthme, la dyspnée, l'emphysème et la brachycardie, de même qu'un souffle court consécutif à des crises d'angoisse.

Applications cliniques

Diagnostic

- Dans les syndromes de plénitude, les méridiens *luo* de communication deviennent souvent visibles à proximité des points *luo* de communication sous la forme, par exemple, d'une décoloration de la peau et de gonflements. Lorsque la douleur est due au Froid, la couleur dominante va du bleu au vert ; dans les syndromes de Chaleur, c'est le rouge qui prédomine, alors qu'en cas de stagnation et de stases, la couleur va du rouge foncé au rouge pourpre.
- Dans les syndromes de vide, les modifications de couleur sont souvent inexistantes. Toutefois, dans les cas graves et chroniques (par exemple, un vide grave du Qi), on notera plus volontiers une nette flaccidité musculaire avec une dépression dans la zone du point.

Applications thérapeutiques

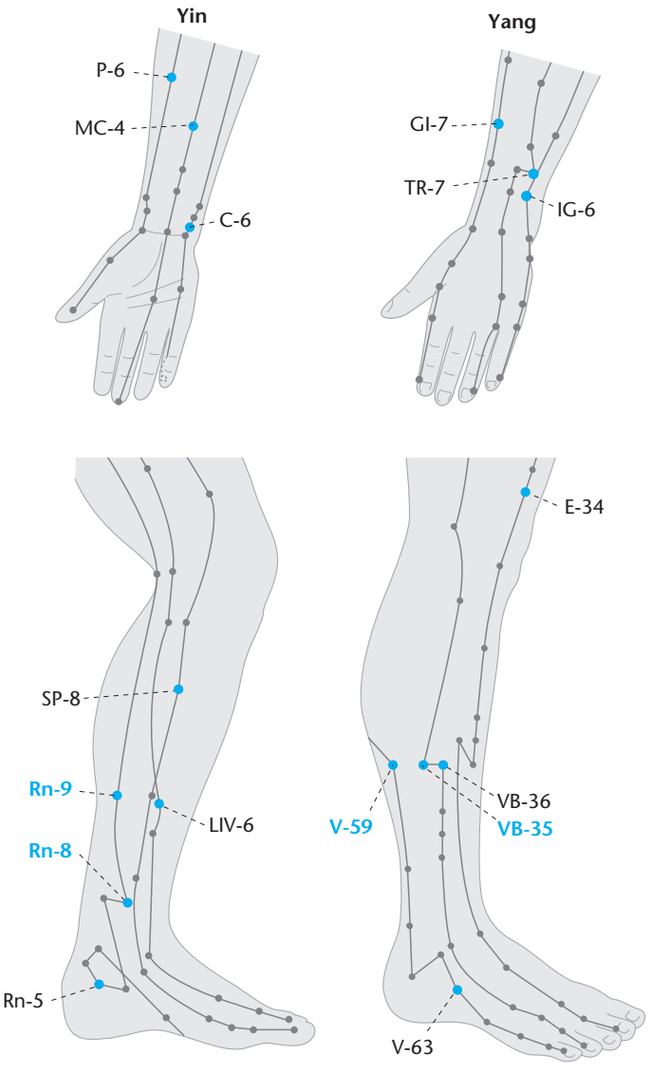
- Troubles du Viscère (*zangfu*) ou méridien auquel il se rattache.
- Maladies du Viscère (*zangfu*) ou du méridien couplé dans la relation Intérieur-Extérieur.
- Troubles dus à une accumulation de facteurs ou de substances pathogènes ; par exemple, stagnation de Qi, stases de Sang, rétention d'Humidité ou de Glaires.
- Troubles psychiques et émotionnels, traités surtout avec les points *luo* de communication des méridiens Yin, comme les bien connus **MC-6** (*neiguan*) et **C-5** (*tongli*).
- Faire saigner (avec une aiguille triangulaire, une lancette ou un marteau fleur de prunier) les points *luo* de communication du méridien affecté : cette technique est particulièrement recommandée dans les syndromes de plénitude avec stagnation de Qi ou stases de Sang. Pour plus de détails sur la sélection des points, ➞ 8.3.3.

8.1.3 Points xi d'accumulation

Les points *xi* d'accumulation se trouvent entre les doigts et le coude pour l'extrémité supérieure, et entre les orteils et le genou pour l'extrémité inférieure. Seul **E-34** est situé en direction plus proximale sur la cuisse.

* *Xu li* n'est que rarement mentionné dans la littérature occidentale. La localisation et la signification de ce point nous viennent du chapitre 18 du *Su Wen* : « Le grand méridien *luo* de communication de l'Estomac s'appelle *xu li* ; il émerge au point **E-18**, sous le sein gauche, traverse le diaphragme et monte se relier au Poumon. On peut sentir sa pulsation avec la main. C'est le lieu où réside le *zong qi* du méridien (➞ 1.1.4). ». (Ngyen Van Nghi, 1989). *Xu li* est le seul méridien *luo* de communication qui émerge d'une Entraille (*fu*). Il joue un rôle important dans l'acupuncture coréenne.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Points

Points *xi* d'accumulation des méridiens Yin

Méridiens Yin de la main

P-6 (*kongzui*) **C-6** (*yinxi*) **MC-4** (*ximen*)

Méridiens Yin du pied

Rte-8 (*diji*) **Rn-5** (*shuiquan*) **F-6** (*zhongdu*)

Points *xi* d'accumulation des méridiens Yang

Méridiens Yang de la main

GI-7 (*wenliu*) **IG-6** (*yanglao*) **TR-7** (*huizhong*)

Méridiens Yang du pied

E-34 (*liangqiu*) **V-63** (*Jinmen*) **VB-36** (*waiqiu*)

Points *xi* d'accumulation des merveilleux vaisseaux (points en bleu sur les schémas)

- Point *xi* d'accumulation du vaisseau Yang du Talon (*yang qiao mai*) : **V-59** (*fuyang*),
- point *xi* d'accumulation du vaisseau Yin du Talon (*yin qiao mai*) : **Rn-8** (*jiaoxin*),
- point *xi* d'accumulation du vaisseau Yang de Liaison (*yang wei mai*) : **VB-35** (*yangjiao*),
- point *xi* d'accumulation du vaisseau Yin de Liaison (*yin wei mai*) : **Rn-9** (*zhubin*).

Applications cliniques

Diagnostic

- Ces points fournissent des informations sur les troubles qui affectent le méridien ou le Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent :
  - Plénitude : douleur aiguë et intense à la pression, ou rougeur et gonflement dans la zone du point ;
  - Vide : douleur sourde et légère à la pression, ou présence d'une dépression sur la zone du point.

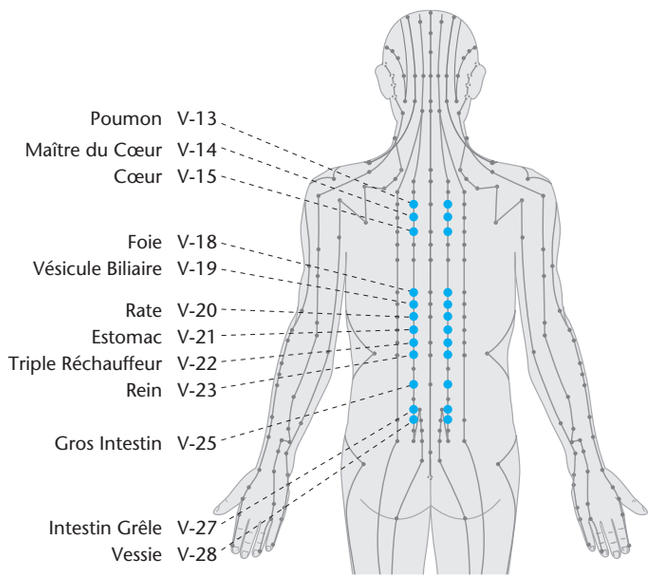
Applications thérapeutiques

- Essentiellement troubles aigus ou résistant à tout traitement, surtout dans les pathologies de plénitude ou de douleur du méridien et/ou du Viscère (*zangfu*) auxquels ils se rattachent. Lorsque le patient a une constitution robuste, utiliser la technique de dispersion.
- Ajouter les points *xi* d'accumulation des méridiens Yin en cas de pathologies du Sang.
- De façon à accroître l'effet thérapeutique, on peut associer les points *xi* d'accumulation avec le point de réunion (*hui*) pertinent (→ 8.1.7).

8.1.4 Points *shu* du dos

Synonyme : points de transport.

Les points *shu* du dos sont situés sur la branche interne du méridien de la Vessie, au niveau des Viscères (*zangfu*) auxquels ils se rattachent. Ils sont essentiellement au même niveau que les points *mu* antérieurs qui leur c.orrespondent (→ 8.1.5).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points

Viscère	Point *shu* du dos
Poumon	**V-13** (*feishu*)
Gros Intestin	**V-25** (*dachangshu*)
Estomac	**V-21** (*weishu*)
Rate	**V-20** (*pishu*)
Cœur	**V-15** (*xinshu*)
Intestin Grêle	**V-27** (*xiaochangshu*)
Vessie	**V-28** (*pangguangshu*)
Rein	**V-23** (*shenshu*)
Maître du Cœur	**V-14** (*jueyinshu*)
Triple Réchauffeur	**V-22** (*sanjiaoshu*)
Vésicule Biliaire	**V-19** (*danshu*)
Foie	**V-18** (*ganshu*)

Applications cliniques

Diagnostic

- Ces points sont souvent sensibles à la pression en cas de troubles du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent.

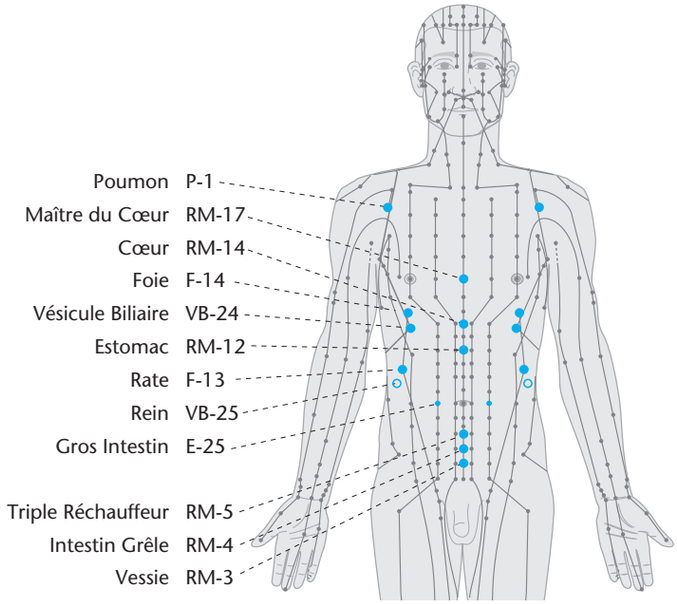
Applications thérapeutiques

- Ils traitent essentiellement les troubles du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent. Ces points ont un effet de tonification en cas de maladie chronique et de syndrome de type vide, mais on peut aussi les utiliser pour traiter les troubles aigus du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent.
- Pour traiter les troubles des organes des sens, utiliser le point *shu* du dos du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent.
  Exemple : pour les troubles oculaires, piquer le point *shu* du dos du Foie, **V-18** (*ganshu*).

Dans les syndromes de type plénitude, on peut piquer et disperser les points *shu* du dos; dans les syndromes de type vide, il faut les piquer et les tonifier. En présence de signes de Froid, on peut également leur appliquer des moxas. Il ne faut pas laisser les aiguilles en place plus de 10 mn (au-delà, on a un effet de sédation qui engendre de la fatigue).

8.1.5 Points *mu* antérieurs

Synonyme : points d'alarme.
Les points *mu* antérieurs sont situés sur le thorax et l'abdomen, dans la zone du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent.



Points

Viscère	Points *shu* du dos
Poumon	**P-1** (*zhongfu*)
Gros Intestin	**E-25** (*tianshu*)
Estomac	**RM-12** (*zhongwan*)
Rate	**F-13** (*zhangmen*)
Cœur	**RM-14** (*fugue*)
Intestin Grêle	**RM-4** (*guanyuan*)
Vessie	**RM-3** (*zhongji*)
Rein	**VB-25** (*jingmen*)
Maître du Cœur	**RM-17** (*danzhong*)
Triple Réchauffeur	**RM-5** (*shimen*)
Vésicule Biliaire	**VB-24** (*riyue*)
Foie	**F-14** (*qimen*)

Applications cliniques

Diagnostic

- Ces points sont souvent sensibles à la pression en cas de troubles du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent.

Applications thérapeutiques

- Ces points servent à réguler le Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent. Dans les syndromes de type plénitude, on peut piquer et disperser ces points ; dans les syndromes de type vide, il faut les tonifier.
- Associations de points courantes :
  – point *shu* et point *mu* (→ 8.3.2),
  – pour les troubles de l'Entraille (*fu*) : piquer simultanément le point mer (*he*) inférieur (→ 8.1.9) et le point *mu* antérieur de l'Entraille (*fu*) touchée.

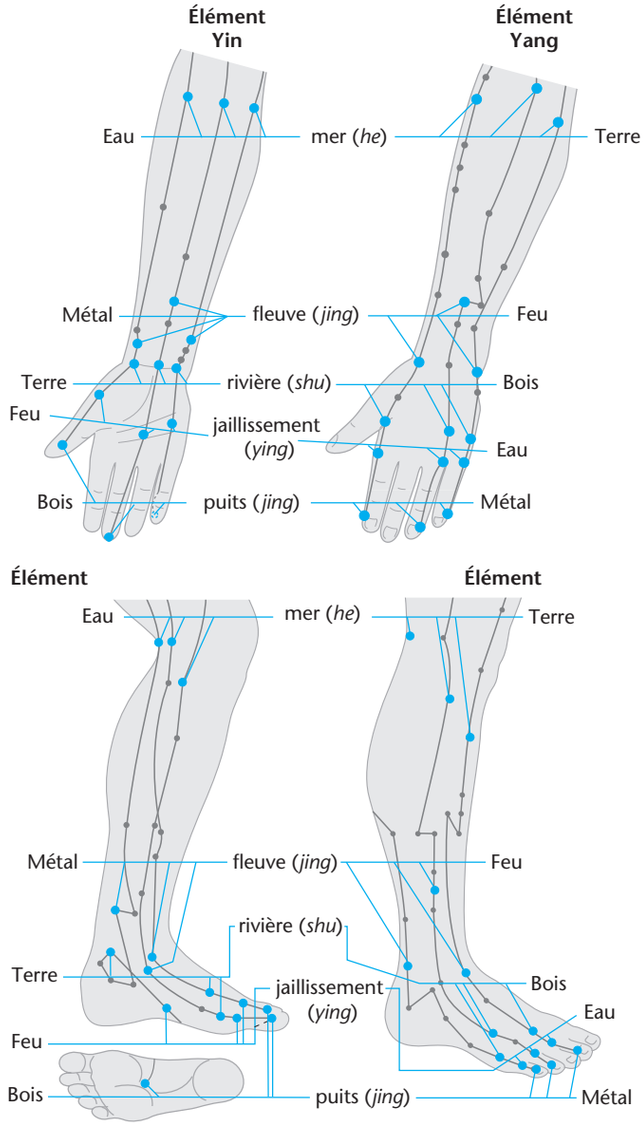
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

8.1.6 Les cinq points *shu*

Les cinq points *shu* sont situés **entre les doigts et le coude sur les membres supérieurs, et entre les orteils et le genou sur les membres inférieurs**. La classification et les applications de ces points reposent sur deux théories : d'une part, ils relèvent de la circulation du Qi dans les méridiens, d'autre part, ils sont liés aux Cinq Éléments (→ 8.2.5).

Alors que la localisation des cinq points *shu* correspond à celle des points Cinq Éléments, leur dynamique et leur champ d'application en fonction de la circulation du Qi dans les méridiens sont différents, ou même en contradiction avec leurs actions en tant que points Cinq Éléments. Les fondements théoriques de la circulation du Qi dans les méridiens appliqués aux cinq points *shu* reposent sur un concept relativement ancien de cette circulation (→ 1.1.1).

Les applications thérapeutiques des points Cinq Éléments sont présentées en détail dans la partie → 8.2.5 alors que les applications cliniques en fonction de la circulation du Qi dans les méridiens sont décrites ci-dessous.



Contexte théorique de la circulation du Qi dans les méridiens

Selon le modèle centripète le plus ancien (→ 1.1.1), le Qi circule des parties périphériques du corps vers les coudes et les genoux, à la façon d'un fleuve qui s'écoule de sa source vers son estuaire pour finalement se jeter dans la mer :

- la circulation du Qi commence à l'anastomose du point Puits (*jing*). Là, l'eau affleure à la surface, elle est vive et instable (elle change de polarité, passant du Yin au Yang) ;
- cette eau se transforme alors en jaillissement (*ying*) puis en rivière (*shu*) ; à ce stade, l'eau est toujours vive et elle s'écoule rapidement à la surface ;
- l'eau s'enfonce ensuite plus profondément et devient plus lente, prenant toutes les caractéristiques d'un fleuve (*jing*) ;
- enfin, comme un grand fleuve, elle se jette dans la mer (*he*).

Cette image du système d'un fleuve sert souvent à expliquer les troubles engendrés par les facteurs pathogènes (*xie qi*). En raison de la position superficielle de ces points aux extrémités du corps, les facteurs pathogènes peuvent alors facilement pénétrer dans celui-ci. Inversement, on peut aussi les en chasser avec un effort minimum. Barbara Kirschbaum (documents de cours, 1999) offre une visualisation utile : elle suggère d'imaginer un bateau qui transporte une cargaison de facteurs pathogènes. Il commence son voyage à l'extrémité des membres. Plus un point est situé à la périphérie du corps, plus il est facile pour le bateau de se débarrasser de cette dangereuse cargaison de facteurs pathogènes (ou d'expulser les facteurs pathogènes grâce à la dynamique de la circulation du Qi). Par contre, une fois que le bateau a atteint le point mer (*he*), le bateau et sa cargaison sont tous deux engloutis dans le vaste et profond océan, pouvant alors aller léser les Viscères (*zangfu*). C'est pourquoi l'objectif thérapeutique est d'éliminer les facteurs pathogènes du corps le plus tôt possible.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Aperçu des cinq points *shu*

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Éléments/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* dés meridiens Yang					
Cinq Éléments/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Applications cliniques des cinq points *shu*

Points puits (*jing*) (*jing xue*)

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Eleménts/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Cinq Eleménts/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Selon La théorie des Cinq Éléments, (→ 8.2.5), les points puits (*jing*) des **méridiens Yin** correspondent aux **points Bois**, alors que ceux des **méridiens Yang** correspondent aux **points Métal**. **Localisation** : en tant que **dernier ou premier point du méridien**, ils se trouvent à **l'extrémité des doigts ou des orteils** (à l'exception de **Rn-1** qui est sur la plante des pieds). Le trajet du méridien est, à cet endroit, à son **niveau le plus superficiel**. C'est également à cet endroit que s'effectue le changement de polarité : du Yin au Yang ou inversement. **Attention** : la sensation, lorsque l'on pique ces points, peut être intense et douloureuse, constituant un stimulus fort pour le corps.

Actions

- Éliminent la Chaleur, restaurent la conscience, éliminent la Chaleur et la plénitude de la partie supérieure du méridien : on les pique couramment en les faisant saigner.
- Traitent la plénitude et le Froid en dessous du Cœur.
- Traitent les troubles de l'Esprit (*shen*) en cas de perturbations psychologiques.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Indications

- Pathologies aiguës et urgences : les points puits (*jing*) peuvent rapidement expulser les facteurs pathogènes (*xie qi*), surtout la Chaleur. Ils ont une forte action sur le psychisme, par exemple en cas de coma, de collapsus et de choc émotionnel, ou d'irritabilité et d'agitation graves.
- Les points situés sur les méridiens Yin agissent aussi sur les Organes (*zang*) auxquels ils se rattachent et ils peuvent éliminer le Vent interne.

Exemples

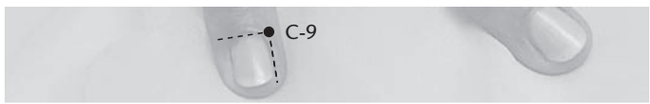
- **P-11** : piquer et faire saigner en cas de mal de gorge aigu,
- **Rn-1** : en cas de spasmes et de perte de connaissance,
- **C-9** : en cas de collapsus,
- **Rte-1** : en cas de saignements utérins anormaux.

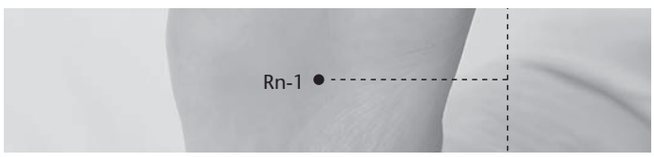
Pour les troubles psychologiques :

- **Rn-1** : en cas d'agitation grave,
- **MC-9** et **C-9** : en cas d'agitation extrême et d'insomnie.





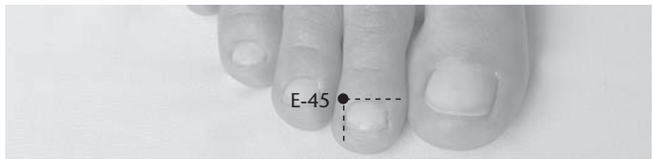




















Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points jaillissement *(ying) (ying xue)*

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Éléments/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Cinq Éléments/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

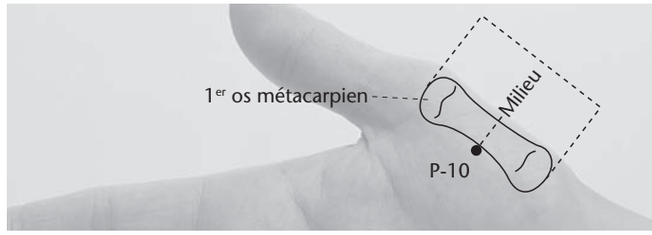
Selon La théorie des Cinq Éléments, (→ 8.2.5), les points jaillissement (*ying*) des **méridiens Yin** correspondent aux **points Feu**, alors que les ceux des **méridiens Yang** correspondent aux **points Eau**. **Attention :** piquer certains de ces points peut être très douloureux, par exemple, piquer **P-10**, **MC-8** ou **C-8**.
Localisation : en tant que **deuxièmes points les plus distaux du méridien**, ces points se situent sur les membres supérieurs, **entre les phalanges et les os métacarpiens**, et sur les membres inférieurs, **entre les phalanges**, à l'exception de **Rn-2**.

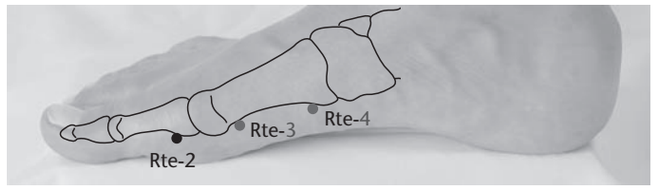
Actions

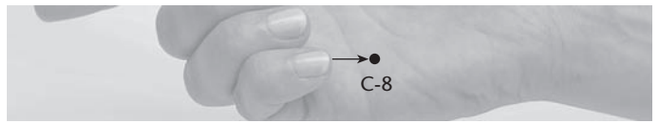
- Ce sont des points très dynamiques qui éliminent à la fois les facteurs pathogènes externes et les facteurs pathogènes internes.
- Ils éliminent la Chaleur du Viscère (*zangfu*) auquel ils se rattachent, surtout dans la moitié supérieure du corps.

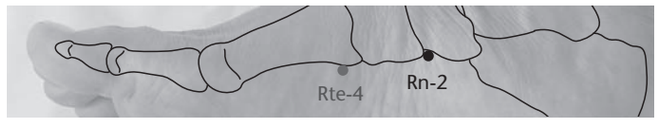
Indications

- Par exemple, en cas de maladie fébrile : on traite généralement les syndromes de Chaleur Externe grâce à des points des méridiens Yang alors qu'on traite les syndromes de Chaleur Interne ou de Chaleur vide grâce à des points des méridiens Yin.

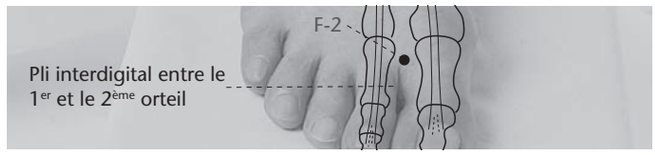


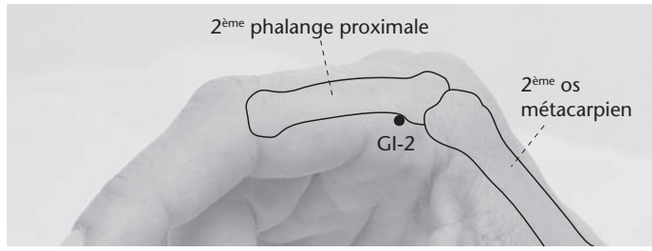


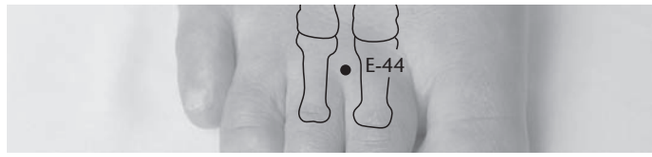


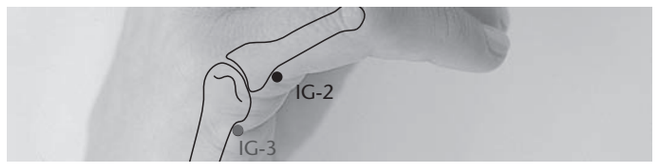










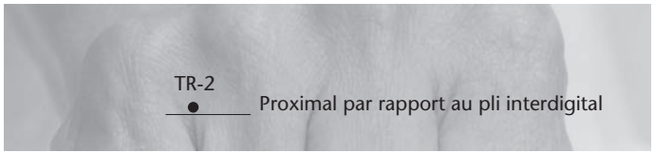


Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Exemples

- **P-10** : en cas d'inflammation aiguë de la gorge,
- **E-44** : en cas de céphalée frontale ou d'inflammation aiguë affectant la face,
- **F-2** : en cas de céphalée temporale intense, par exemple provoquée par une montée du Yang du Foie.







Points rivière (*shu*) (*shu xue*)

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Éléments/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Cinq Éléments/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Selon La théorie des Cinq Éléments, (→ 8.2.5), les points rivière (*shu*) des **méridiens Yin** correspondent aux **points Terre** et **aux points source (*yuan*)** (→ 8.1.1), alors que les ceux des **méridiens Yang** correspondent aux **points Bois**.

Localisation : à partir de la périphérie, ce sont **les troisièmes points du méridien**, la seule exception étant le méridien de la Vésicule Biliaire (pour lequel il s'agit du 4ème point). Ils sont situés en direction proximale par rapport à l'articulation métacarpo-phalangienne ou métatarso-phalangienne, à l'exception de **Rn-3** (en arrière de la malléole médiale), de **F-3** et de **Rte-3** (tous deux aux extrémités distales des os métatarsiens, de même que de **P-9**, **C-7** et **MC-7** (tous situés sur l'espace de l'articulation du poignet).

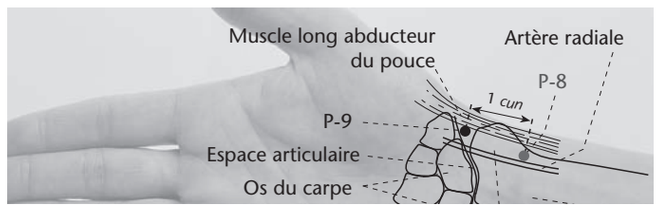
Actions

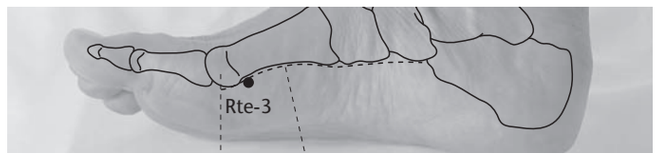
On les considère comme les points d'entrée des facteurs pathogènes ; piquer ces points peut renforcer le Qi Protecteur (*wei qi*) (→ 1.1.4) et éliminer les facteurs pathogènes des méridiens concernés. Aux points rivière (*shu*), le Qi coule déjà plus en profondeur : le lit de la rivière devient plus large et plus profond.

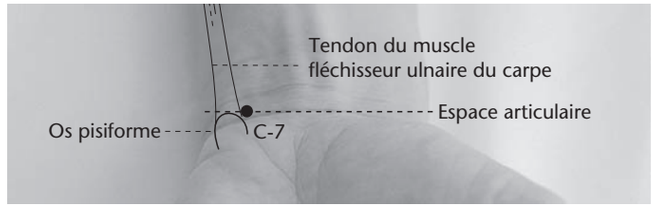
Indications

Ces points traitent les syndromes d'obstruction douloureuse (syndromes *bi*) des articulations, surtout ceux qui sont dus à l'Humidité ou au Vent pathogène. On les emploie généralement en cas de sensation de lourdeur du corps, de même que de syndromes du *shao yang* avec symptômes intermittents.

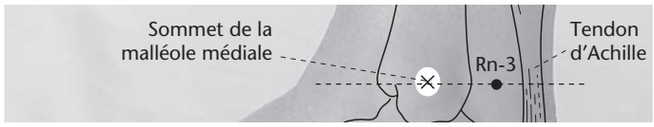
- Les points de méridiens Yang servent essentiellement à traiter les syndromes Externes ; ils ont chacun une action spécifique sur leur méridien.
- Les points de méridiens Yin servent essentiellement à traiter les syndromes Internes ; ils renforcent et harmonisent leur Organe (*zang*) respectif (ce qui s'explique en partie par le fait que ces points sont aussi des points source (*yuan*)).

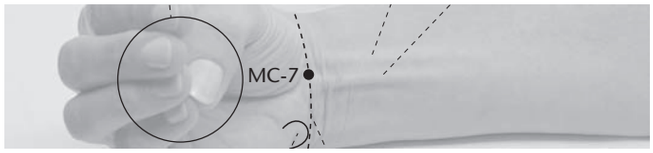


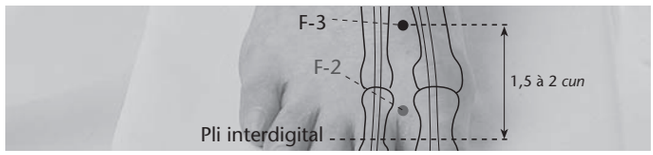


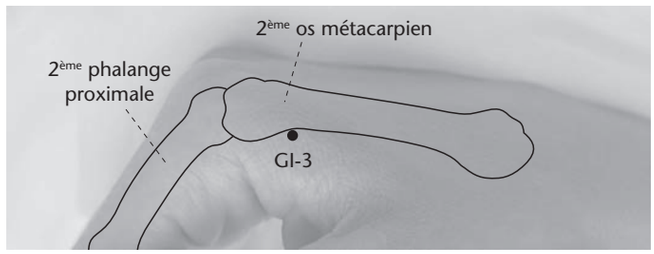


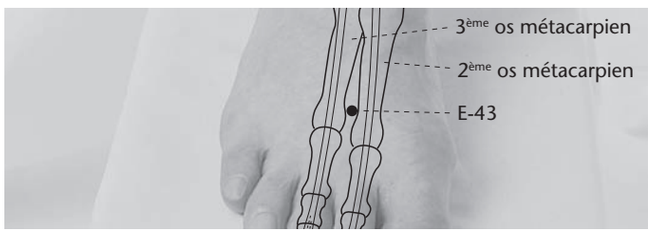
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

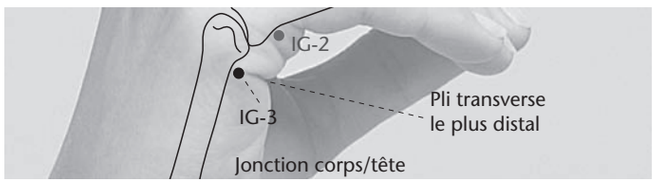


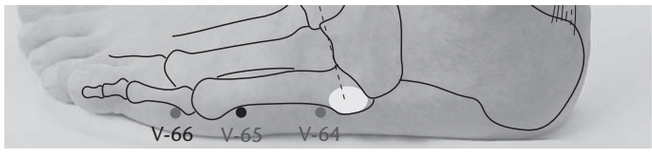
















Points fleuves (*jing*) (*jing xue*)

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Éléments/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Cinq Éléments/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Selon La théorie des Cinq Éléments, (→ 8.2.5), les points fleuve (*jing*) des **méridiens Yin** correspondent aux **points Métal**, alors que les ceux des **méridiens Yang** correspondent aux **points Feu**.

- **Localisation** : ils se trouvent **entre** les **points rivière (*shu*)** et les **points mer (*he*)**. Sur les membres supérieurs, ils se situent sur l'extrémité distale ou proximale du poignet alors que sur les membres inférieurs, ils se trouvent sur l'extrémité distale ou proximale de la cheville (voir les photos p. 676).

Actions

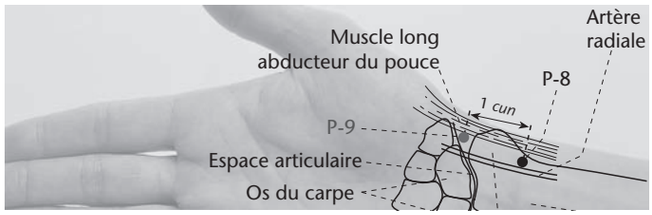
Ces points écartent les facteurs pathogènes des articulations, des os et des tendons, les dirigeant vers l'Extérieur. Aux points fleuve (*jing*), le flux du Qi est de plus en plus large, lent, profond et important, aussi leurs actions sont-elles moins dynamiques en comparaison avec les trois premières catégories de points *shu*, plus périphériques. Aux points fleuve (*jing*), les facteurs pathogènes externes ont déjà pénétré plus profondément dans le corps, surtout dans les articulations, les os et les tendons.

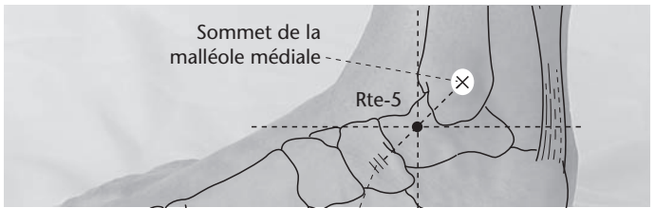
Indications

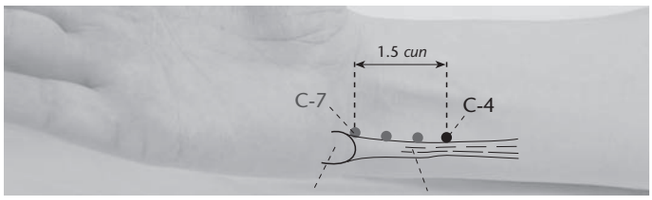
- Dyspnée, troubles de la gorge, comme inflammation, toux, troubles de la voix.
- Alternance de fièvre et de frissons (surtout les points des méridiens Yin).

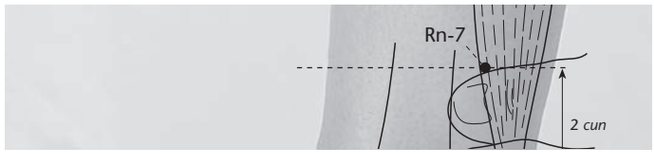
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

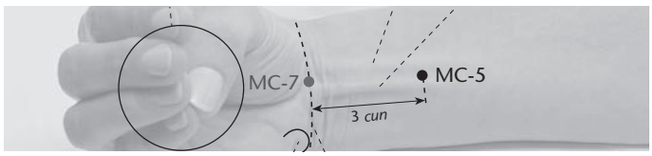
- Également syndromes d'obstruction douloureuse (syndromes *bi*) avec articulations douloureuses et troubles des tendons.



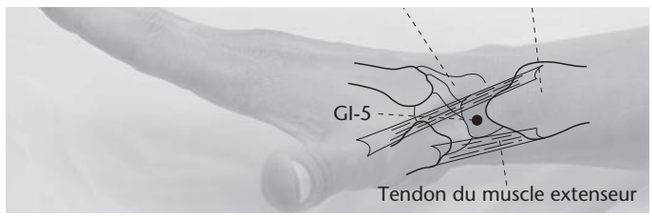


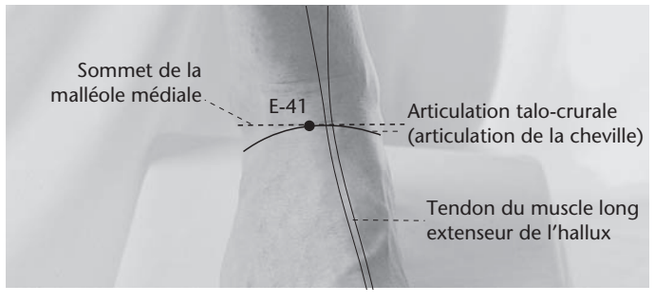




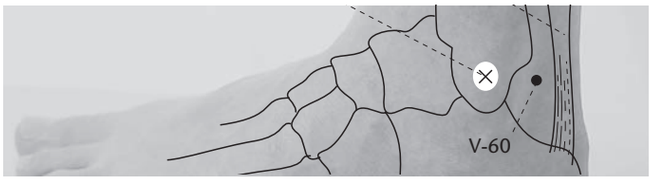


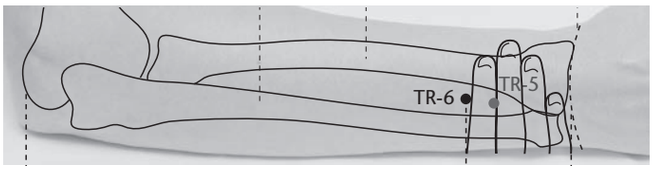














Points mer (*he*) (*he xue*)

Points *shu* des méridiens Yin					
Cinq Éléments/ méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	Rn-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillisse-ment (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Cinq Éléments/ méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
GI	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
E	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
IG	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
V	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
TR	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
VB	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point Puits (*jing*)	Point jaillisse-ment (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Selon La théorie des Cinq Éléments, (→ 8.2.5), les points mer (*he*) des **méridiens Yin** correspondent aux **points Eau**, alors que les ceux des **méridiens Yang** correspondent aux **points Terre**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

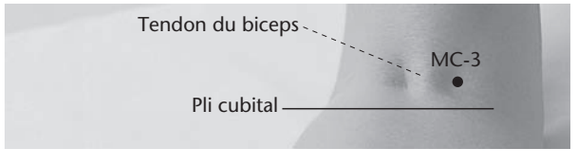
- **Localisation** : sur les membres supérieurs, ces points se trouvent près du **coude**, et sur les membres inférieurs, près du **genou**.

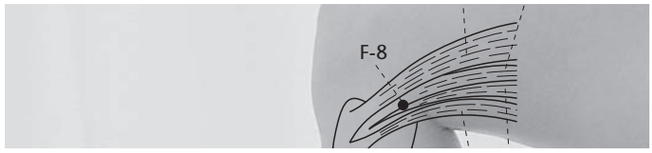
Actions

- Ils font descendre le Qi qui va à contresens et arrêtent la diarrhée. Aux point mer (*he*), le flux du Qi est large, profond et lent, il « se termine dans la mer profonde », là où la « cargaison toxique du bateau » peut disparaître dans le corps si on ne prend pas les mesures adéquates. Les facteurs pathogènes (*xie qi*) qui n'ont pas été éliminés des méridiens auparavant peuvent alors pénétrer dans l'Intérieur du corps et léser les Viscères (*zangfu*).
- Ils traitent les pathologies des Entrailles (*fu*) (ici, ce sont surtout les points de membres inférieurs qui sont indiqués).

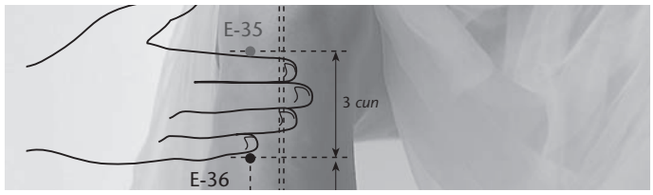
Indications

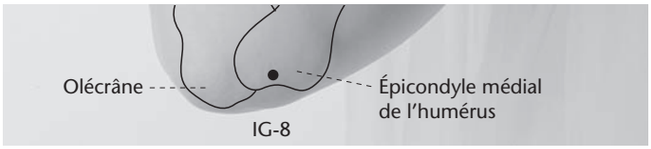
- Troubles des Entrailles (*fu*), surtout les troubles gastro-intestinaux avec des symptômes comme des vomissements et des diarrhées.
- Certains points mer (*he*) sont aussi indiqués pour les maladies de la peau, par exemple, **GI-11** et **V-40**.



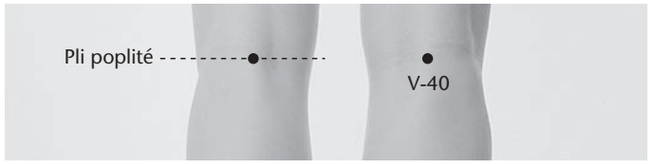


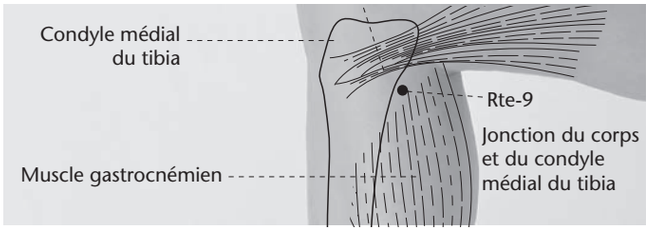




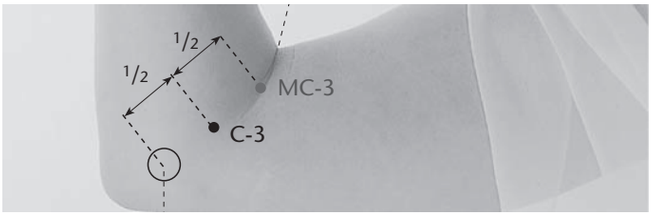


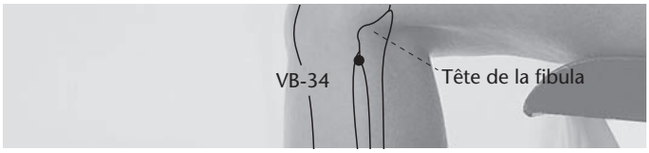


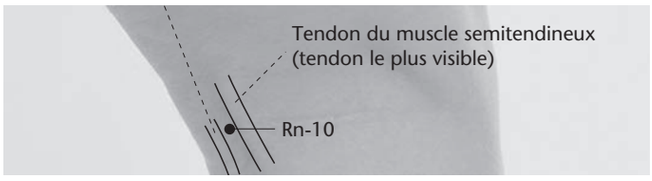










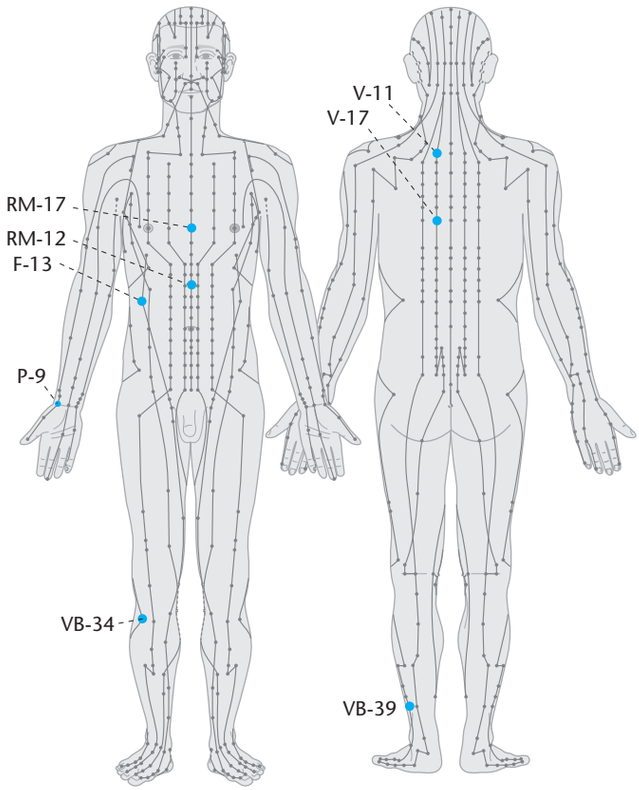


8.1.7 Les huit points de réunion (*hui*)

Le Qi d'un tissu spécifique, le système des organes ou une substance se rejoignent aux huit points de réunion. C'est grâce à ces points qu'on peut agir sur eux.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points et applications cliniques

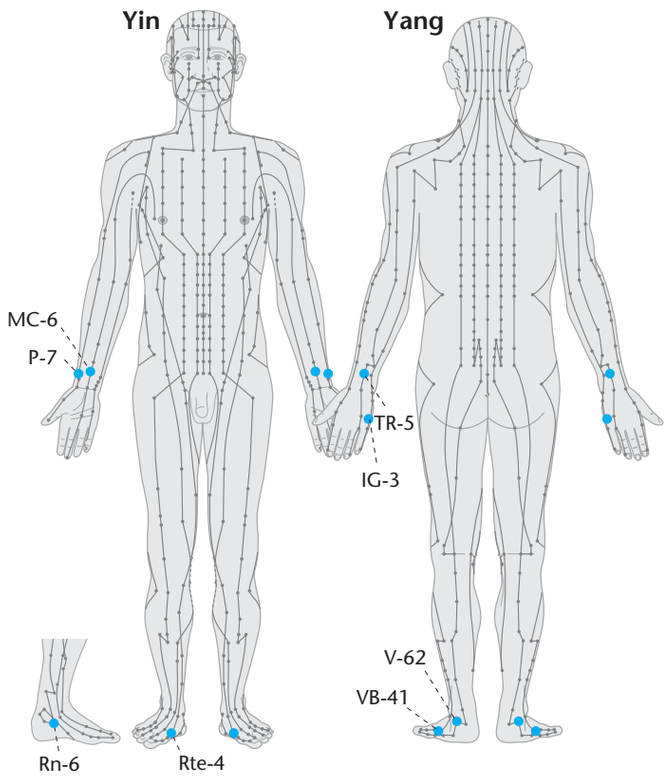


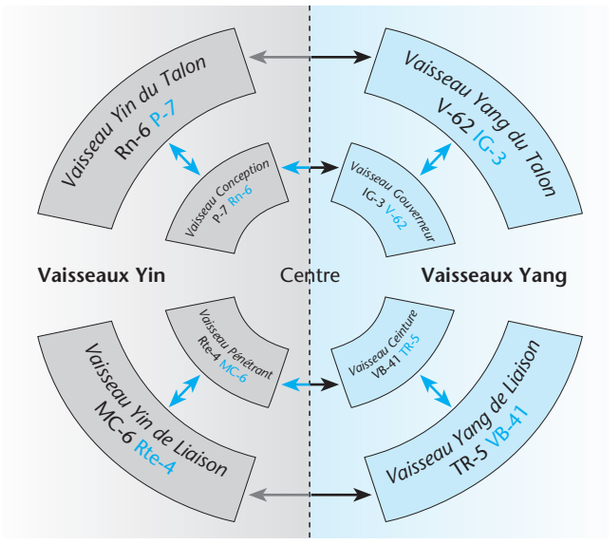
Les huit points de réunion (*hui*)		
Point	Tissu/organe/ substance	Indications
F-13 (*zhangmen*)	Organes (*zang*)	Troubles des Organes (*zang*) (tonifient la Rate et tonifient indirectement tous les Organes (*zang*))
RM-12 (*zhongwan*)	Entrailles (*fu*)	Troubles des Entrailles (*fu*) (par exemple, troubles des voies gastro-intestinales)
RM-17 (*danzhong* ou *shanzhong*)	Qi, forte action sur le *zong qi*	Troubles respiratoires et perturbations de la circulation du Qi, par exemple, hoquet ; contrôle le *zong qi* et donc les fonctions du Poumon et du Cœur
V-17 (*geshu*)	Sang (*xue*)	Pathologies du Sang comme l'anémie, stases de Sang, hémorragies et troubles gynécologiques
VB-34 (*yanglingquan*)	Tendons	Troubles des articulations, des tendons et des muscles
P-9 (*taiyuan*)	Vaisseaux sanguins	Stimulent la circulation périphérique du Sang en cas de troubles des vaisseaux sanguins comme la vascularite et l'artériosclérose
V-11 (*dazhu*)	Os	Troubles des Os comme problèmes d'épaule ou de colonne vertébrale, douleur des articulations et des os
VB-39 (*xuanzhong*)	Moelle	Troubles des Os, de la Moelle et du Cerveau (nerfs)

8.1.8 Les points d'ouverture des huit merveilleux vaisseaux

Synonymes : points de confluence (Deadman et al., 1998), points Maîtres (Pirog, 1996)

Le schéma ci-dessous montre les points d'ouverture des huit merveilleux vaisseaux. Pour plus de détails sur leur origine et leur trajet, → 1.7, Chapitre 5.





Noir : point d'ouverture. Bleu : point couplé.

Centre ↔ Périphérie (Yin–Yin, Yang–Yang)

Périphérie ↔ Périphérie (Yin–Yang)

Centre ↔ Centre (Yin–Yang)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Points

Couples	Merveilleux vaisseau	Point d'ouverture	Point couplé (point d'ouverture duméridien couplé)	Régions du corps concernées
Couple 1	*chong mai*	**Rte-4** (*gongsun*)	**MC-6** (*neiguan*)	Cœur, poitrine, Estomac
	yin wei mai	**MC-6** (*neiguan*)	**Rte-4** (*gongsun*)	
Couple 2	*du mai*	**IG-3** (*houxi*)	**V-62** (*shenmai*)	Occiput, épaule, dos
	yang qiao mai	**V-62** (*shenmai*)	**IG-3** (*houxi*)	
Couple 3	*dai mai*	**VB-41** (*zulinqi*)	**TR-5** (*waiguan*)	Tempes, oreilles, faces latérales du corps
	yang wei mai	**TR-5** (*waiguan*)	**VB-41** (*zulinqi*)	
Couple 4	*ren mai*	**P-7** (*lieque*)	**Rn-6** (*zhaohai*)	Face, gorge, poitrine, Poumon, abdomen
	yin qiao mai	**Rn-6** (*zhaohai*)	**P-7** (*lieque*)	

Applications cliniques

Il existe différentes approches concernant l'insertion d'aiguilles sur les points d'ouverture ou les points couplés des merveilleux vaisseaux. La méthode présentée ci-dessous, qui concerne « **l'ouverture** » **ou la régulation des merveilleux vaisseaux**, a donné de bons résultats en pratique clinique :

- commencer par piquer le **point d'ouverture** du méridien concerné, puis piquer le **point couplé sur le côté opposé** (point d'ouverture du merveilleux vaisseau couplé). Cette technique va stimuler et réguler le Qi de ce merveilleux vaisseau et le rendre ainsi plus dynamique.
- Au cours d'une séance suivante, piquer soit le **point d'accumulation (*xi*)** du merveilleux vaisseau précédemment traité (→ 8.1.3) soit ajouter **d'autres points de ce vaisseau** (voir le trajet des merveilleux vaisseaux au chapitre 5) au cours de la même séance ou lors d'une séance suivante. Cette technique va renforcer encore plus la dynamique de la circulation du Qi.

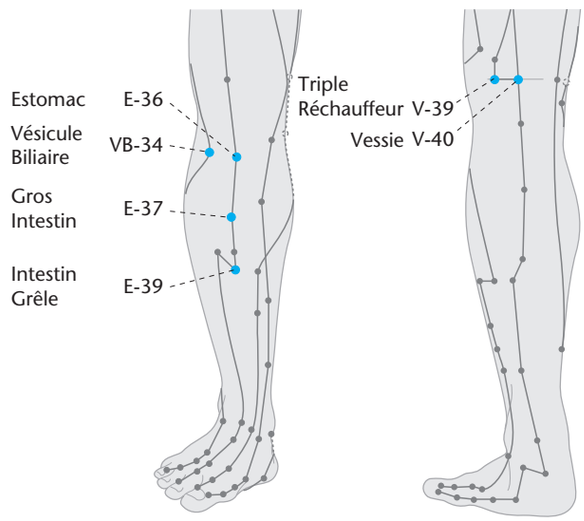
En outre, Maciocia (1989) et Kirschbaum (1995) suggèrent la procédure suivante pour « ouvrir » les merveilleux vaisseaux :

- **chez les femmes :** commencer par piquer le point d'ouverture du côté *droit* en harmonisation, puis le point couplé du côté *gauche* en harmonisation. On peut ensuite ajouter d'autres points du méridien concerné ;
- **chez les hommes :** commencer par piquer le point d'ouverture du côté *gauche* en harmonisation, puis le point couplé du côté *droit* en harmonisation. On peut ensuite ajouter d'autres points du méridien concerné.
- **Pose des aiguilles :** il faut laisser les aiguilles en place pendant 20 à 25 minutes, et les retirer dans l'ordre inverse de l'ordre d'insertion.

8.1.9 Les points mer (*he*) inférieurs

Les points mer (*he*) inférieurs sont les principaux points utilisés pour traiter les troubles de l'Entraille (*fu*) à laquelle ils se rattachent.

Points et applications cliniques

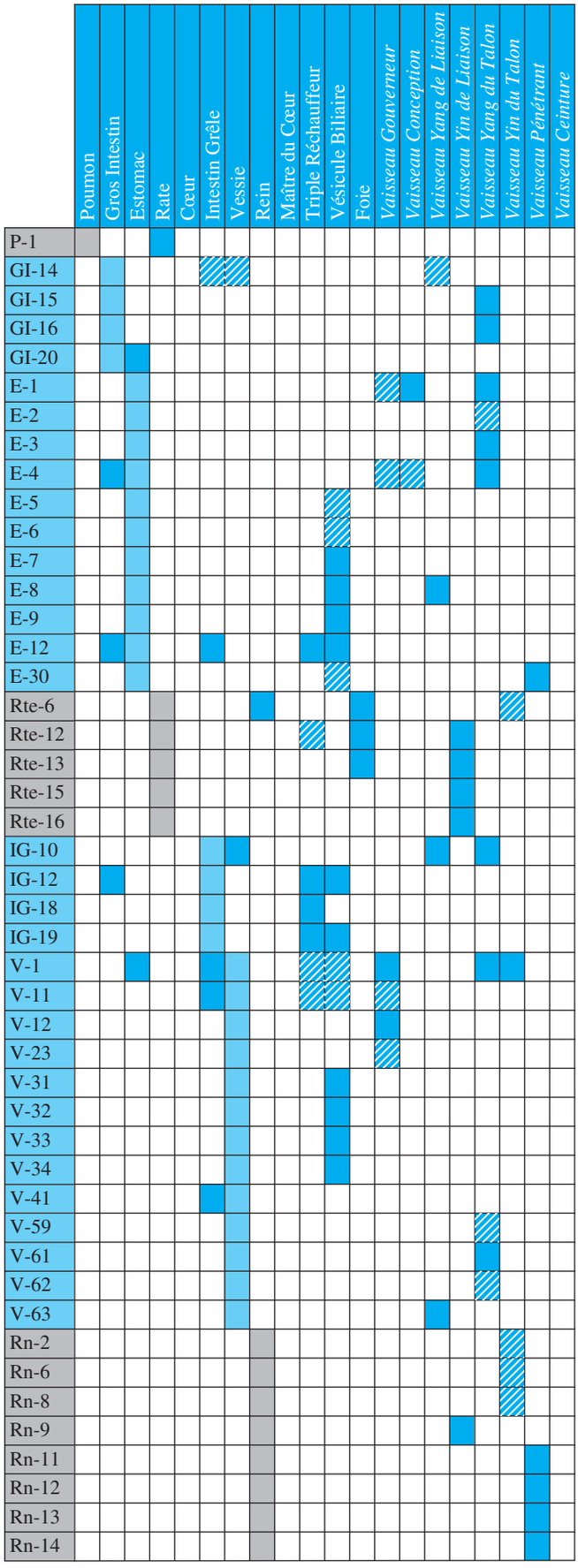


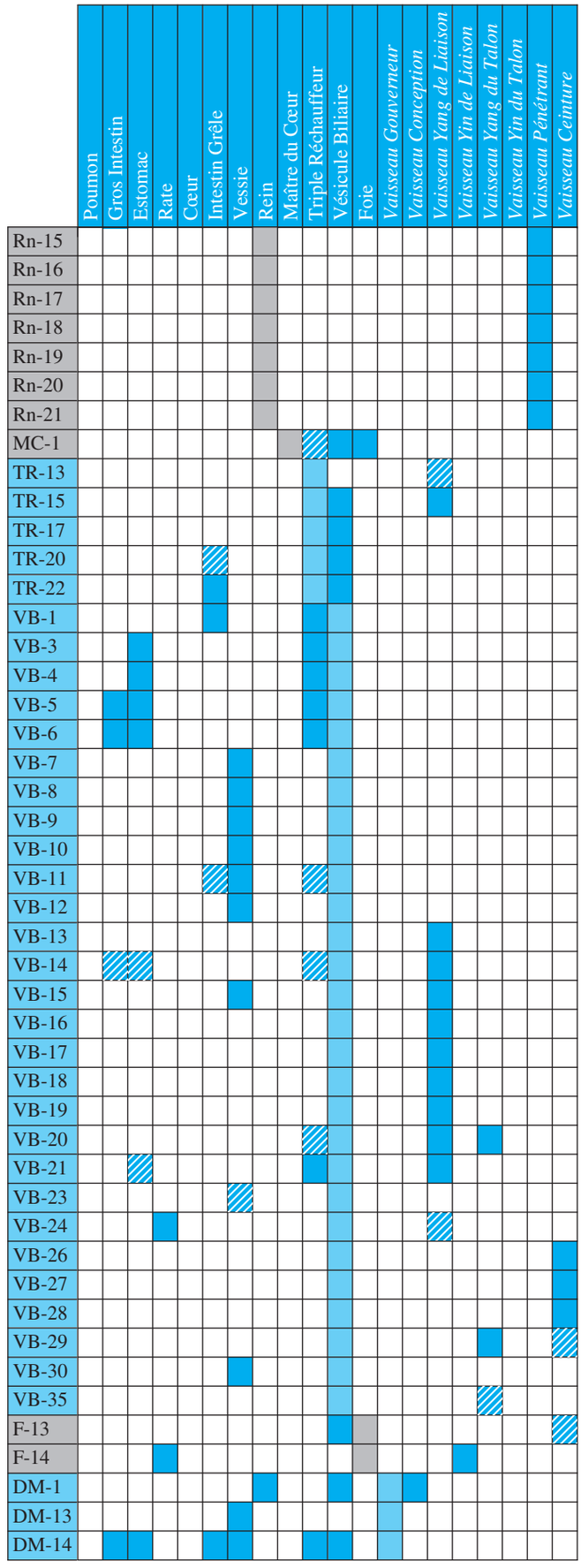
- **E-36** (*zusanli*) : point mer (*he*) inférieur de l'Estomac ; indications : perte de l'appétit, douleur et plénitude épigastriques, reflux acides, douleur abdominale, constipation, diarrhée.
- **E-37** (*shangjuxu*) : point mer (*he*) inférieur du Gros Intestin ; indications : appendicite, diarrhée.
- **E-39** (*xiajuxu*) : point mer (*he*) inférieur de l'Intestin Grêle ; indications : diarrhée, douleur abdominale.
- **VB-34** (*yanglingquan*) : point mer (*he*) inférieur de la Vésicule Biliaire ; indications : cholécystites, vomissements.
- **V-40** (*weizhong*) : point mer (*he*) inférieur de la Vessie ; indications : incontinence urinaire, rétention d'urines.
- **V-39** (*weiyang*) : point mer (*he*) inférieur du Triple Réchauffeur ; indications : incontinence urinaire, rétention d'urines.

8.1.10 Les points de croisement *(jiaohui)*

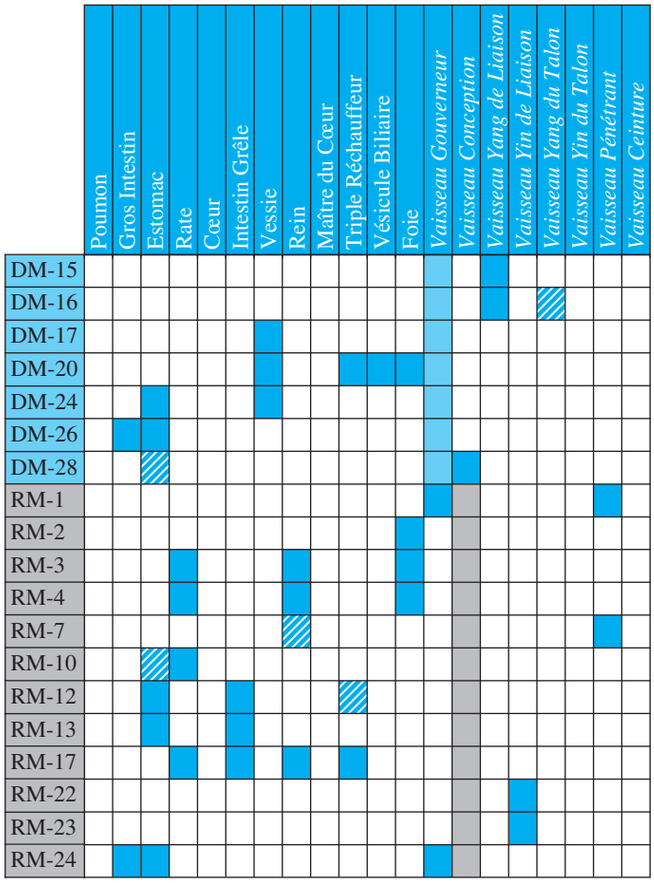
Synonyme : points d'intersection (Dictionnaire pratique).
Les points de croisement (*jiaohui*) correspondent au croisement des méridiens et des vaisseaux. Les piquer permet d'avoir une influence sur plus d'un méridien et d'élargir le champ d'action d'un point donné. De ce fait, on peut réduire le nombre d'aiguilles tout en conservant un bon effet thérapeutique.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert





Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Mentionné uniquement par certains auteurs

8.1.11 Les points de commande de Gao Wu

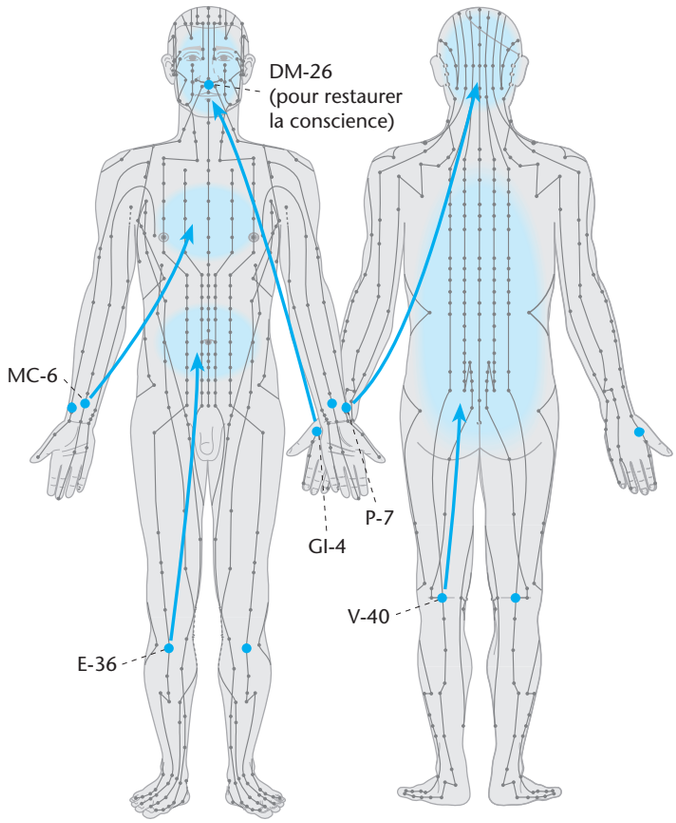
Ces points ont la capacité d'influencer certaines régions du corps. En les associant à des points locaux et à d'autres points spécifiques, on peut obtenir un effet thérapeutique accru dans une région spécifique du corps.

Points et applications cliniques

- **E-36** (*zusanli*) : pour tous les troubles de l'abdomen.
- **GI-4** (*hegu*) : pour les troubles de la face et de la bouche.
- **P-7** (*lieque*) : pour les troubles de l'occiput.
- **V-40** (*weizhong*) : pour les troubles du dos et de la région lombale.
- **MC-6** (*neiguan*) : pour les troubles du thorax.
- **DM-26** (*renzhong*) : pour restaurer la conscience (ces deux derniers points ont été ajoutés récemment, Deadman et al., 1998).

8.1.12 Les points Fenêtre du Ciel

Dans la littérature chinoise classique, il n'existe que de rares références à ces points. À notre époque, c'est à la fois Ross (1995) et Deadman et al. (1998) qui ont fait état de ce groupe de points.

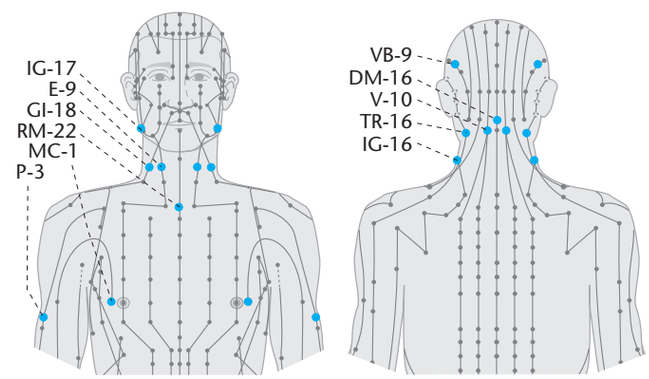


Points

P-3 (*tianfu*)
TR-16 (*tianyou*)
E-9 (*renying*)
DM-16 (*fengfu*)
GI-18 (*futu*)
IG-16 (*tianchuang*)
V-10 (*tianzhu*)
MC-1 (*tianchi*)
IG-17 (*tianrong*)
RM-22 (*tiantu*)

Localisation : huit des points Fenêtre du Ciel se trouvent dans la région du cou (à l'exception de **P-3** qui est sur le haut du bras et de **MC-1** qui est sur le thorax), ce qui peut fournir une clé pour comprendre leur action de régulation de la circulation du Qi entre la tête et le corps.

Commentaire : selon Deadman, Ma Shi, médecin de la dynastie des Ming, avait noté qu'il fallait remplacer **IG-17** (*tianrong*) par **VB-9** (*tianchong*). Les six méridiens Yang qui vont à la tête seraient alors représentés par un point Fenêtre du Ciel.



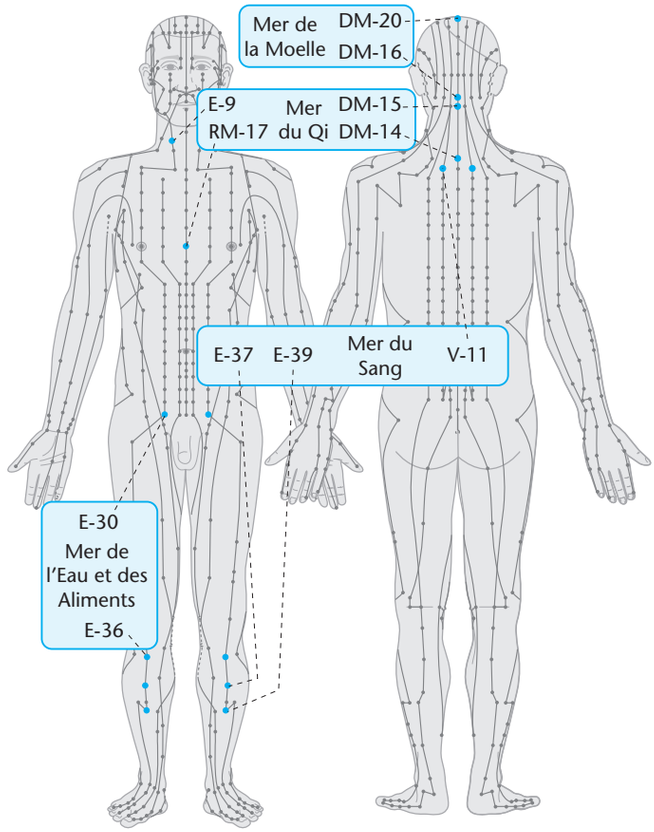
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Applications cliniques

- Pour les perturbations de la circulation du Qi :
  - **P-3**, **GI-18**, **RM-22** en cas de contresens du Qi qui engendre toux, respiration sifflante, etc.,
  - **MC-1** en cas de contresens du Qi du Poumon avec Glaires abondantes,
  - **E-9** en cas de contresens du Qi du Poumon et de l'Estomac,
  - **V-10** pour traiter les sensations vertigineuses, les céphalées et la raideur de l'occiput, etc.,
  - **DM-16** en cas de Vent interne du Foie.
- Pour les goitres, les gonflements, la douleur et la stagnation de Qi au niveau de l'occiput et le cou : ils sont particulièrement indiqués lorsque ces troubles surviennent localement.
- Pour les troubles d'apparition soudaine, par exemple :
  - **GI-18** en cas d'aphonie aiguë,
  - **E-9** en cas de diarrhée aiguë,
  - **IG-16** en cas d'aphonie aiguë, par exemple à la suite d'une attaque d'apoplexie,
  - **V-10** en cas de crise d'épilepsie,
  - **TR-16** en cas de perte aiguë de l'audition,
  - **RM-22** en cas de dyspnée aiguë,
  - **DM-16** en cas d'aphasie aiguë, par exemple à la suite d'une attaque d'apoplexie.
- Pour les troubles psychologiques :
  - **P-3** en cas de somnolence, de chagrin, de désorientation, de troubles de la mémoire, d'insomnie,
  - **IG-16** en cas d'état maniaque et de troubles bipolaires,
  - **V-10** en cas d'état maniaque, d'hallucinations, d'épilepsie, de convulsions infantiles,
  - **TR-16** en cas de rêves très impressionnants,
  - **DM-16** en cas d'état maniaque, de chagrin, d'anxiété et d'anxiété provoquant des palpitations.
- Pour les troubles des organes des sens :
  - **P-3** en cas de saignement de nez, de vision trouble, de myopie,
  - **E-9** en cas de vision trouble,
  - **IG-16** en cas de surdité, d'acouphènes, de douleur de l'oreille,
  - **IG-17** en cas d'acouphènes et de surdité,
  - **V-10** en cas de douleur oculaire, de vision trouble, de larmoiement excessif, de troubles de la parole, d'obstruction des voies nasales, de perte de l'odorat,
  - **TR-16** en cas de troubles de l'audition, de troubles visuels, de douleur oculaire, de larmoiement excessif, de perte de l'odorat, d'obstruction des voies nasales,
  - **DM-16** en cas de troubles de la parole (par exemple, à la suite d'une attaque d'apoplexie), de vision trouble ou d'épistaxis,
  - **RM-22** en cas de troubles de la parole.

8.1.13 Les points des Quatre Mers

Ces points ont pour effet de renforcer leur « Mer » respective.



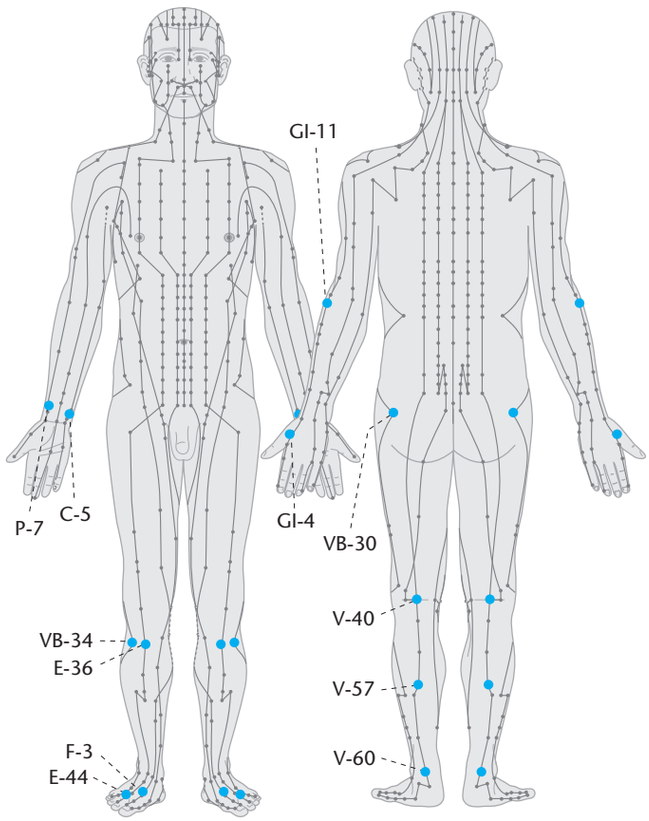
Mer du Qi	**E-9** (*renying*), **RM-17** (*danzhong* ou *shanzhong*), **DM-15** (*yamen*), **DM-14** (*dazhui*)
*Ling Shu** : « Lorsque la Mer du Qi est en excès, on note une plénitude dans la poitrine, une respiration accélérée et un teint rouge. Lorsque la Mer du Qi est insuffisante, on note une énergie faible, insuffisante pour permettre la parole ».	
Mer du Sang	**V-11** (*dazhu*), **E-37** (*shangjuxu*), **E-39** (*xiajuxu*)
*Ling Shu** : « Le vaisseau Pénétrant est la mer des douze méridiens. En haut, il va jusqu'à **V-11** (*dazhu*) et en bas, il émerge à la fois à **E-37** (*shangjuxu*) et **E-39** (*xiajuxu*) … Lorsque la Mer du Sang est en excès, la personne a l'impression que son corps est devenu plus important, elle se sent inquiète sans savoir ce qui ne va pas; lorsque la Mer du Sang est insuffisante, la personne a l'impression que son corps est devenu plus petit, elle se sent diminuée sans savoir ce qui ne va pas ».	
Mer de l'Eau et des Aliments	**E-30** (*qichong*) en haut, **E-36** (*zusanli*) en bas
*Ling Shu** : « Lorsque la Mer de l'Eau et des Aliments est en excès, on note une plénitude abdominale; lorsque la Mer de l'Eau et des Aliments est insuffisante, on note une faim avec impossibilité de manger ».	
Mer de la Moelle	**DM-20** (*baihui*), **DM-16** (*fengfu*)
*Ling Shu** : « Lorsque la Mer de la Moelle est en excès, le corps est léger et plein de force et la conscience du « moi » qu'a la personne est supérieure à la moyenne ; lorsque la Mer de la Moelle est insuffisante, on note une impression de tourbillon dans le cerveau, des sensations vertigineuses, des acouphènes, une douleur dans le bas des jambes, une altération de la vision, de l'indolence et une envie de dormir ».	

* Les citations du *Lin Shu* sont empruntées à Deadman et al. (1988)

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

8.1.14 Les 12 points Étoile Céleste de Ma Dan Yang

Ma Dan Yang, célèbre médecin de la dynastie des Jin, a considéré que ces 11 points étaient les points les plus importants en acupuncture. C'est Xu Feng qui, plus tard, leur a ajouté **F-3**, qui est devenu le douzième point.

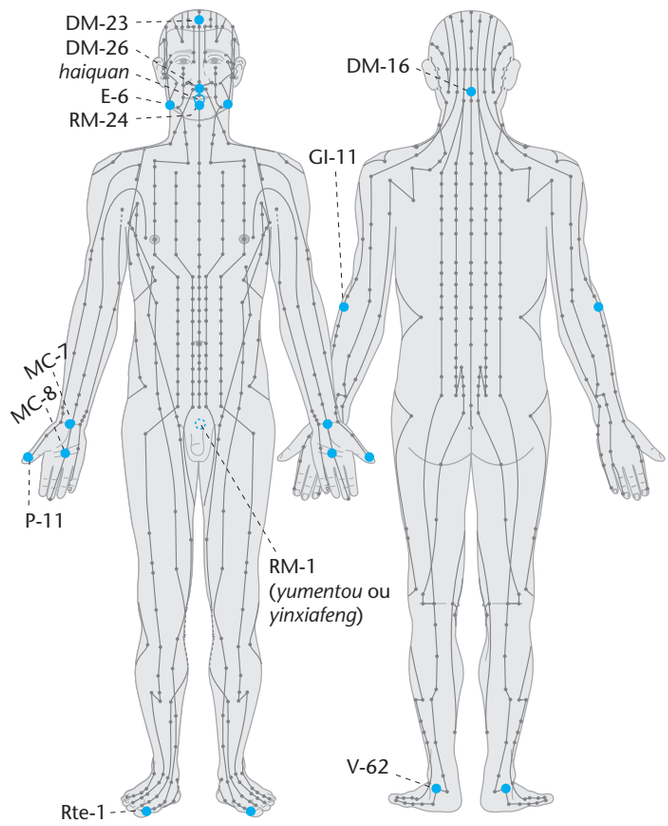


P-7 (*lieque*) **GI-4** (*hegu*) **GI-11** (*quchi*)
E-36 (*zusanli*) **E-44** (*neiting*) **C-5** (*tongli*)
V-40 (*weizhong*) **V-57** (*chengshan*) **V-60** (*kunlun*)
VB-30 (*huantiao*) **VB-34** (*yanglingquan*) **F-3** (*taichong*)

8.1.15 Les 13 points des fantômes de Sun Si Miao

Sun Si Miao, célèbre médecin de la dynastie des Tang, a utilisé ces 13 points (également appelés « points des démons ») pour traiter des troubles qu'aujourd'hui on considèrerait comme des troubles psychologiques graves de type maniaque et/ou l'épilepsie. Chaque point des fantômes de Sun Si Miao a un autre nom chinois comportant le mot « démon » ou « fantôme » (voir la liste selon Deadman et al., 2000). Selon Deadman et al., certains auteurs pensent que *guixin* correspond à **P-9** (*taiyuan*) plutôt qu'à **MC-7** (*daling*), alors que *guilu* serait **MC-5** (*jianshi*) ou **MC-8** (*laogong*) plutôt que **V-62** (*shenmai*). Il existe aussi différentes versions de cette liste de points, par exemple, Gao Wu n'y inclut pas **V-42**, **DM-23**, **RM-1*** (dans le texte original de Sun Si Miao, *yumentou/yinxiafeng*) et **GI-11**, mais les remplace par **DM-24**, **E-17**, **F-2** et **VB-34**.

	Nom courant	Autre nom	Traduction
DM-26	*renzhong*	*guigong*	Palais de fantôme
DM-16	*fengfu*	*guizhen*	Oreiller de fantôme
DM-23	*shangxing*	*guitang*	Entrée de fantôme
RM-24	*chengjiang*	*guishi*	Marché de fantôme
P-11	*shaoshang*	*guixin*	Foi de fantôme
GI-11	*quchi*	*guitui*	Jambe de fantôme
E-6	*jiache*	*guichuang*	Lit de fantôme
Rte-1	*yinbai*	*guilei*	Forteresse de fantôme
MC-7	*daling*	*guixin*	Cœur de fantôme
MC-8	*laogong*	*guicu*	Grotte de fantôme
V-62	*shenmai*	*guilu*	Chemin de fantôme
Point HM	*haiquan*	*guifeng*	Sceau de fantôme
RM-1*	*huiyin*	*guicang*	Magasin de fantôme



* *Yumentou* (chez les femmes) et *yinxiafeng* (chez les hommes) : ces deux points hors méridien correspondent approximativement à RM-1 (*huiyin/guicang*) (magasin de fantôme).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

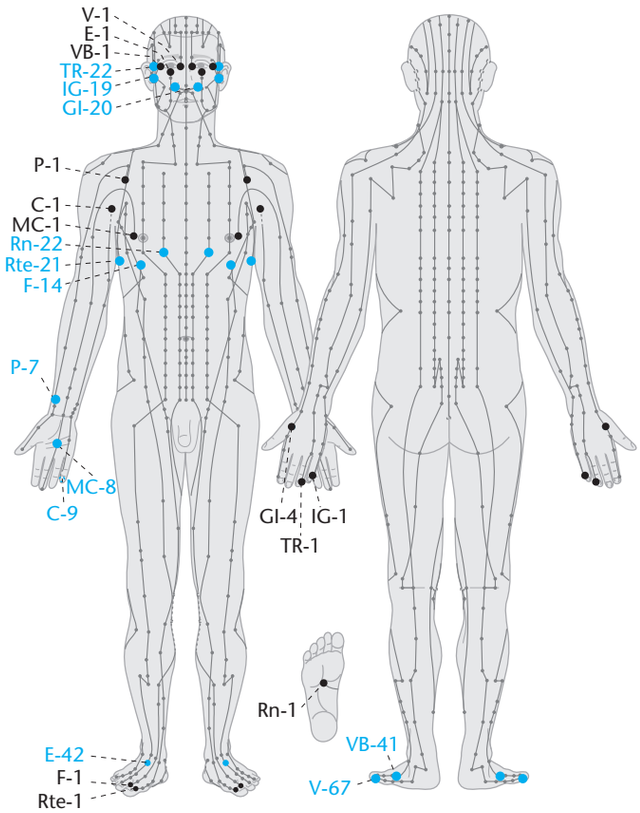
8.1.16 Points d'entrée et points de sortie

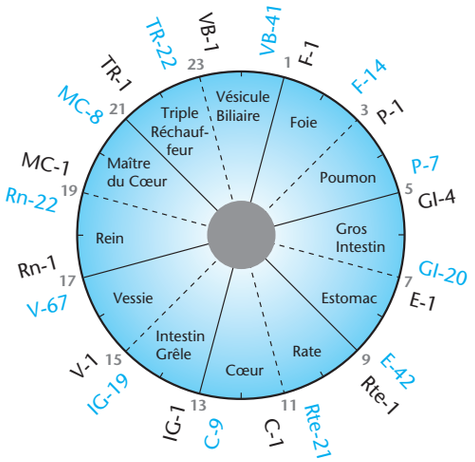
Alors que dans les textes chinois modernes, les points d'entrée et les points de sortie ne constituent pas une catégorie spécifique de points, on les trouve comme tels dans les ouvrages occidentaux (par exemple, Jarrett (2003), Hicks et al. (2004), Pirog (1996)). Toutefois, Hicks et al. (→ 2004, p. 205) émettent l'hypothèse que des sources chinoises traitant de ces points existent bel et bien. Le concept de point d'entrée et de point de sortie repose sur la circulation continuelle du Qi d'un méridien à l'autre en fonction de l'horloge des Viscères (→ 1.1.4), avec probablement des points de dérivation pour faciliter le passage du Qi d'une extrémité d'un méridien à celle d'un autre. Au point d'entrée, le Qi s'écoule donc dans un nouveau méridien alors qu'au point de sortie il quitte ce méridien pour pénétrer dans le suivant.
Il faut toutefois signaler que le point d'entrée ou de sortie ne correspond pas toujours au premier ou au dernier point du méridien. Ces points sont signalés en gris dans le tableau ci-dessous.

Méridien (selon l'ordre de l'horloge des Viscères)	Qi à son maximum		Points d'entrée et de sortie (par ordre)		
Poumon (P-1-P-11)	3–5h		P-1 (*zhongfu*)	➡	P-7 (*lieque*)
					⬇
Gros Intestin (GI-1-GI-20)	5–7h		GI-20 (*yingxiang*)	⬅	GI-4 (*hegu*)
			⬇		
Estomac (E-1-E-45)	7–9h		E-1 (*chengqi*)	➡	E-42 (*chongyang*)
					⬇
Rate (Rte-1-Rte-21)	9–11h		Rte-21 (*dabao*)	⬅	Rte-1 (*yinbai*)
			⬇		
Cœur (C-1-C-9)	11–13h		C-1 (*jiquan*)	➡	C-9 (*shaochong*)
					⬇
Intestin Grêle (IG-1-IG-19)	13–15h		IG-19 (*tinggong*)	⬅	IG-1 (*shaoze*)
			⬇		
Vessie (V-1-V-67)	15–17h		V-1 (*jingming*)	➡	V-67 (*zhiyin*)
					⬇
Rein (Rn-1-Rn-27)	17–19h		Rn-22 (*bulang*)	⬅	Rn-1 (*yongquan*)
			⬇		
Maître du Cœur (MC-1-MC-9)	19–21h		MC-1 (*tianchi*)*	➡	MC-8 (*laogong*)
					⬇
Triple Réchauffeur (TR-1-TR-23)	21–23h		TR-22 (*erheliao*)	⬅	TR-1 (*guanchong*)
			⬇		
Vésicule Biliaire (VB-1-VB-44)	23–1h		VB-1 (*tongziliao*)	➡	VB-41 (*zulinqi*)
					⬇
Foie (F-1-F-14)	1–3h		F-14 (*qimen*)	⬅	F-1 (*dadun*)

* Chez les femmes, on remplace souvent MC-1 par MC-2, la localisation du premier étant trop proche du sein.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert





Blocage « entrée-sortie » et comment le traiter

Le diagnostic par le pouls peut révéler un blocage partiel ou total entre les points d'entrée et les points de sortie. Un blocage « entrée-sortie » va inhiber le passage du Qi d'un méridien à un autre. Pour restaurer la circulation du Qi lorsque celle-ci est bloquée, il faut piquer en même temps le point de sortie du méridien bloqué et le point d'entrée du méridien qui le suit. Selon Hicks et al. (2004), on peut ajouter des points de sortie et d'entrée du méridien précédant ou suivant le méridien touché pour réguler la circulation du Qi sur une distance plus importante. L'insertion d'aiguille doit toujours être **bilatérale**, même si le trouble ne se manifeste que sur un seul côté du corps. Si ce n'est pas seulement le point de dérivation entre les deux méridiens mais la circulation du méridien dans sa totalité qui est perturbée, on peut renforcer et stimuler ce méridien tout entier en piquant simultanément son point d'entrée et son point de sortie.

Pirog (1996) compare les points d'entrée et les points de sortie aux soupapes d'admission et d'échappement qui régulent le flux dans un ensemble de tuyaux (les méridiens) en les « ouvrant » ou en les « fermant ».

- Tonifier le point d'entrée (ouvrir la soupape) va permettre d'accroître la circulation du Qi dans ces méridiens. Par exemple, tonifier **P-1** ouvre la soupape d'admission, ce qui va accroître la circulation du Qi dans le méridien du Poumon si celui-ci souffre de vide.
- Tonifier le point de sortie (ouvrir la soupape d'échappement) va permettre de diminuer la circulation du Qi dans le méridien. Par exemple, tonifier **F-14** va ouvrir la soupape d'échappement et drainer ainsi le méridien du Foie qui souffre de plénitude.
- Disperser le point d'entrée (fermer la soupape d'admission) va permettre de réduire la circulation du Qi dans le méridien. Par exemple, disperser **P-1** ferme la soupape d'admission et réduit le flux qui va du méridien vers le méridien du Poumon en cas, par exemple, de plénitude préexistante dans le méridien du Poumon.
- Disperser le point de sortie (fermer la soupape d'échappement) va permettre de renforcer la circulation du Qi dans le méridien. Disperser **F-14** va fermer la soupape d'échappement et éviter une perte supplémentaire de Qi en cas de vide préexistant dans le méridien du Foie.

8.2 Stratégie de choix des points

8.2.1 Points locaux, points adjacents et points distaux

Points locaux

Les points locaux sont situés au voisinage immédiat de la région touchée. Chaque point sensible à la pression (point *ashi*) peut être considéré comme un point local.

Points adjacents

Les points adjacents se trouvent à proximité de la région affectée ou douloureuse.

Point distaux

Les points distaux, outre le fait qu'ils sont situés loin de la région touchée, ont néanmoins un effet thérapeutique direct ou indirect lorsqu'ils sont liés à la zone affectée d'un méridien (→ 1, mais aussi → 8.2.2, choix des points distaux). Les points distaux les plus efficaces et les plus dynamiques se trouvent en direction distale par rapport au genou (pour la jambe) ou par rapport au coude (pour le bras). Généralement, les points distaux des méridiens du pied ont tendance à être plus dynamiques et plus efficaces que ceux des méridiens du bras.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Technique d'aiguille : dans les pathologies aiguës ou les pathologies dans lesquelles la douleur est intense, il faut piquer les points distaux en dispersion de façon à stimuler plus fortement la circulation du Qi dans les méridiens bloqués.
Stimulation des points distaux : en cas d'une restriction de la mobilité accompagnée par de la douleur, le point distal pertinent doit être fortement stimulé grâce à la technique de dispersion alors que le patient fait doucement bouger l'articulation touchée.
Renforcer l'effet thérapeutique : on peut renforcer l'effet thérapeutique en associant des points distaux des méridiens de la main à des points distaux des méridiens du pied, ou en associant des points distaux aux points locaux et adjacents pertinents (→ 8.3.1).

8.2.2 Choix des points en fonction du méridien touché

La méthode de choix des points repose alors sur le système des méridiens (→ 1). On peut :

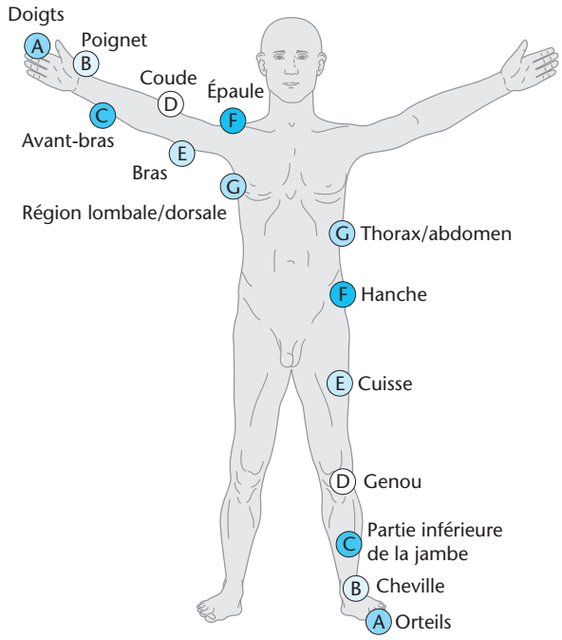
- choisir des points sur le méridien qui **traverse la zone affectée**,
- choisir des points sur le méridien qui est **couplé dans la relation Intérieur-Extérieur** avec le méridien touché (→ 1.2),
- choisir des points sur le méridien qui est lié au méridien affecté dans le cadre des couples main-pied (par exemple, axe *tai yang*, etc., → 1.2.3).

Choix différentiel de points distaux

Les possibilités de choix de points distaux présentées ci-dessous proviennent, parmi d'autres sources, des documents de cours sur le « traitement par un point unique » de R. Thambirajah (1990, 1991), de R. Tan (2003) et de ma propre expérience clinique.

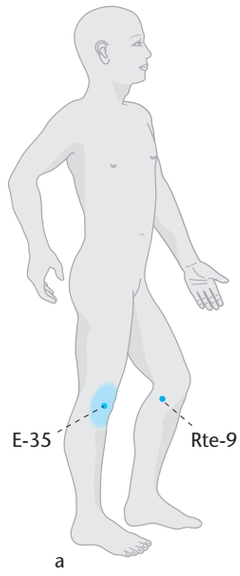
Choisir un point distal en fonction des zones qui lui correspondent

On peut choisir des points distaux en fonction des zones qui leur correspondent. Il faut examiner la zone touchée avec soin puis piquer la zone qui lui correspond sur le côté opposé (→ Fig.).



Choisir des points distaux en fonction du méridien qui est couplé dans la relation Intérieur-Extérieur

Dans ce cadre, on choisit les points en fonction de la relation Intérieur-Extérieur qui lie les méridiens. On localise soigneusement la zone touchée, puis on pique le point correspondant (« point miroir ») en dispersion sur le côté opposé, sur le méridien lié dans la relation Intérieur-Extérieur. Un autre exemple spécifique de cette méthode de choix des points est l'association point *yuan*-point *luo* (→ 8.3.3).
Exemple : en cas de troubles qui affectent le méridien de l'Estomac (méridien *yang ming* du pied), choisir un point du méridien de la Rate (méridien *tai yin* du pied), qui lui est lié dans la relation Intérieur-Extérieur. Par exemple, pour traiter une douleur du genou située au niveau de **E-45**, piquer **Rte-9** sur le côté opposé (→ Fig.).



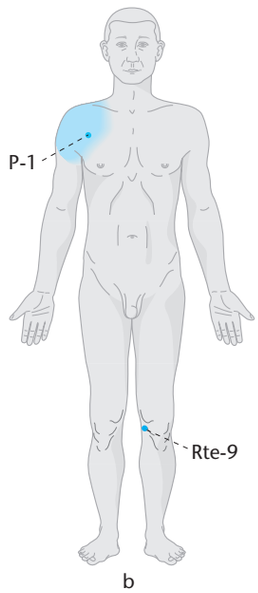
a

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Choisir des points distaux en fonction des six grands méridiens (*liu jing*, couples main-pied, → 1.2.3)

Cette méthode de choix des points est basée sur les six grands méridiens (couples main-pied : *tai yin, tai yang*, etc. → 1.2.3). On traite donc les troubles qui affectent la zone d'un méridien de la main avec des points situés sur le méridien du pied qui lui correspond, et inversement.

Exemple : on peut équilibrer des troubles de la zone du méridien *tai yin* de la main (méridien du Poumon) grâce à des points situés sur le méridien *tai yin* du pied (méridien de la Rate) sur le côté opposé. Par exemple, on peut améliorer une douleur de l'épaule avec restriction de la mobilité et douleur maximum au niveau de **P-1** (*zhongfu*) en piquant **Rte-9** (*yinlingquan*) en dispersion.

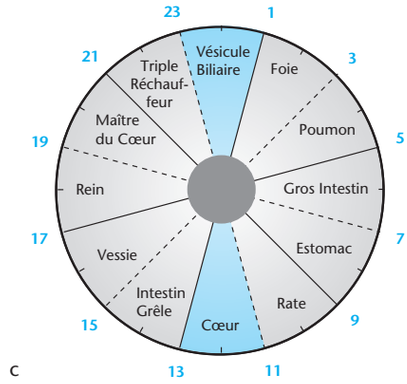


b

Choisir des points distaux en fonction de l'horloge des Viscères (*zangfu*) (→ 1.4)

On choisit des points distaux sur le méridien qui, chronologiquement, est à l'opposé du méridien touché sur l'horloge des Viscères (→ 1.4). Avec cette méthode, les méridiens de la main vont traiter les troubles qui affectent les méridien du pied, et inversement.

Exemple : pour traiter un trouble qui affecte le méridien de la Vésicule Biliaire (méridien *shao yang* du pied), piquer un point du méridien du Cœur (méridien *shao yin* de la main) situé à l'opposé du méridien de la Vésicule Biliaire sur l'horloge des Viscères. On peut piquer le point du côté opposé au trouble ou du même côté que celui-ci.



c

8.2.3 Choix des points en fonction des symptômes

On peut aussi sélectionner les points en fonction d'expériences thérapeutiques traditionnelles ou empiriques. Même si cette méthode ne peut pas se substituer à un traitement de la racine basée sur un diagnostic différentiel, elle peut être très utile dans les situations qui demandent une action immédiate.

Exemples :

- **DM-14** ou **GI-11** en cas de fièvre,
- **E-36**, **RM-12** en cas de troubles gastro-intestinaux.

8.2.4 Choix des points en fonction de la circulation du Qi dans les Viscères (*zangfu*)

Faire descendre le Qi qui monte :

- Estomac : **RM-10**, **RM-13**, **E-34**, **E-44**, **E-45**, **GI-4**,
- Poumon : **P-1**, **P-5**, **P-7**,
- Cœur : **C-5**, **C-8**, **RM-15**,
- Rein : **Rn-1**, **Rn-7**, **RM-4**,
- Foie : **F-2**, **F-3**, **F-1**, **F-14**.

Faire monter le Qi qui descend :

- Rate : **RM-6**, **RM-12**, **DM-20**, **V-20**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

8.2.5 Choix des points en fonction des Cinq Éléments

Alors que les points Cinq Éléments sont identiques aux points *shu* pour ce qui est de leur localisation, leurs fonctions et leurs applications sont différentes (pour plus de détails, → 8.1.6). Il existe de nombreuses méthodes très spécifiques quant au diagnostic, au choix des points et au traitement reposant sur la théorie des Cinq Éléments, pratiquées dans diverses écoles différentes. Dans le cadre de cet Atlas, seul un bref aperçu des possibles applications cliniques de ces points figure ci-dessous.

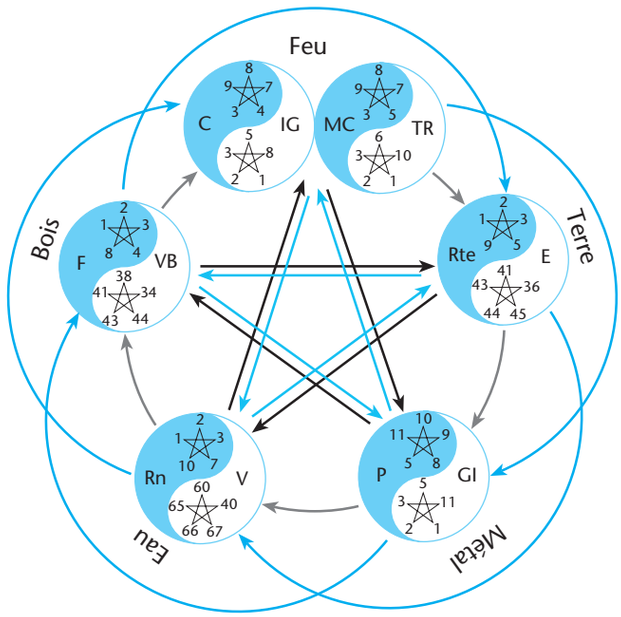
Points *shu* des méridiens Yin					
Élément ou méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	V-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point Fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Élément ou méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
Gros Intestin	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
Estomac	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
Intestin Grêle	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
Vessie	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
Triple Réchauffeur	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
Vésicule Biliaire	VB-44	V-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissementa (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

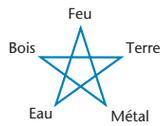
Cycles des Cinq Éléments

Les cycles des Cinq Éléments ont une influence les uns sur les autres, qu'elle soit physiologique (cycles d'engendrement (*sheng*) et de domination (*ke*)), ou pathologique (cycles d'agression (*cheng*) et d'insulte (*wu*) et, dans une certaine mesure aussi, cycle d'engendrement (*sheng*)). Si l'équilibre entre les cinq cycles est perturbé, des symptômes pathologiques vont apparaître.

- Cycle d'engendrement (*sheng*) (cycle mère-fils) : un cycle engendre et nourrit le cycle suivant. Chaque cycle nourrit (comme une mère) tout en étant nourri (comme un fils). Le Feu nourrit la Terre, la Terre nourrit le Métal, le Métal nourrit l'Eau, l'Eau nourrit le Bois et le Bois nourrit le Feu. En cas de maladie, soit la mère est trop faible pour nourrir suffisamment le fils, soit le fils est trop fort et il épuise et affaiblit la mère.
- Cycle de domination (*ke*)) : un cycle en contrôle un autre et est lui-même contrôlé par un autre cycle.
- Cycle d'agression (*cheng*) : le cycle contrôlé est pathologiquement affaibli ou anéanti.
- Cycle d'insulte (*wu*) : un cycle est pathologiquement plus fort que le cycle qui le contrôle.

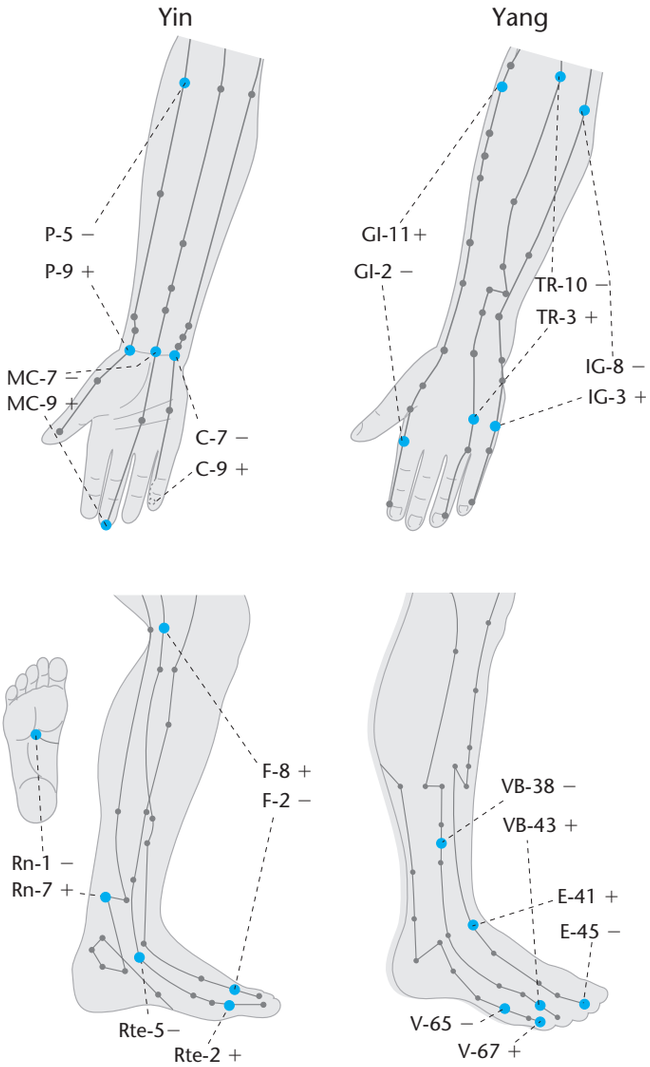






Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Choix d'un point unique selon le cycle d'engendrement (*sheng*)



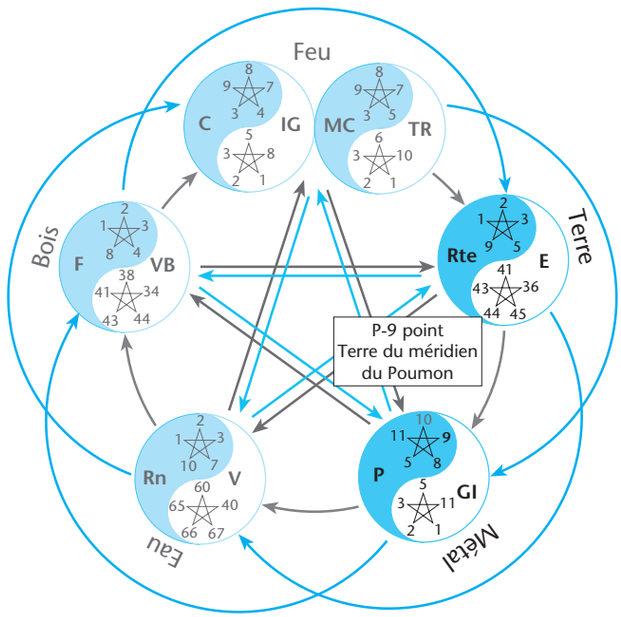
Principe de traitement : en cas de vide, tonifier la mère, en cas de plénitude, disperser le fils. Les points mère-fils correspondent aux points de tonification et de sédation d'un méridien. Une bonne technique d'aiguille est indispensable pour obtenir l'effet désiré :

- piquer en tonification les points de tonification,
- piquer en dispersion les points de sédation.

Exemple de l'application clinique du cycle d'engendrement (*sheng*)

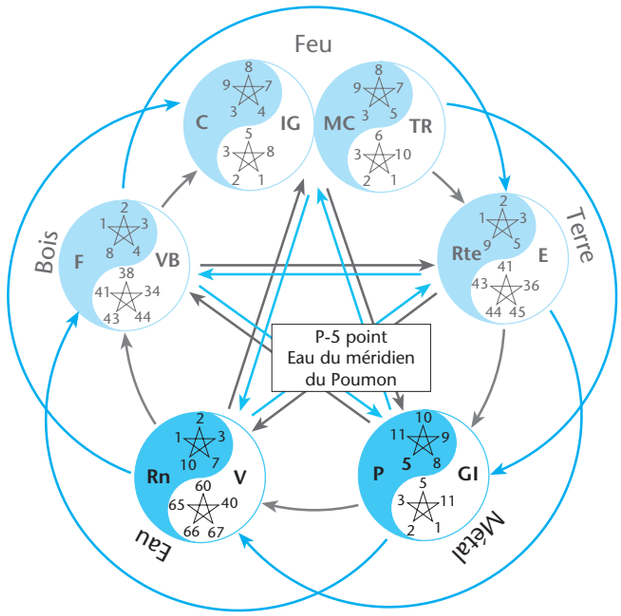
En cas de vide : en cas de vide d'un méridien ou d'un organe spécifique, tonifier le point qui correspond au cycle de la mère sur le méridien touché.

Exemple : la Terre est la mère du Métal. Si le Poumon (Métal) souffre de vide, il faut piquer en tonification le point Terre (**P-9**) du méridien du Poumon.



En cas de plénitude : en cas de plénitude d'un méridien ou d'un organe spécifique, disperser le point qui correspond au cycle du fils sur le méridien touché.

Exemple : l'Eau est le fils du Métal. Si le Poumon (Métal) souffre de plénitude, disperser le point Eau (**P-5**) du méridien du Poumon.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Additif : les termes de point de « tonification/sédation » sont quelque peu controversés car les propriétés d'un point sont souvent éclipsées par d'autres caractéristiques. Par exemple, selon la théorie des Cinq Éléments, on considère que **MC-9** et **C-9** sont des points de tonification car ils correspondent au cycle de la mère. Mais en pratique clinique, on les utilise bien plus en tant que points puits (*jing*) pour traiter des pathologies aiguës. Aussi, du point de vue de la circulation du Qi dans les méridiens, on considère que ce sont des points spécifiques pour drainer la Chaleur.

Application de la théorie des Cinq Éléments pour éliminer les facteurs pathogènes externes

Il existe un lien entre les Cinq Éléments et les facteurs pathogènes (Maciocia (1994) ; selon Ross (1998) toutefois, ces points ne devraient être utilisés que pour les pathologies internes) :

- le Bois correspond au Vent ;
- le Feu correspond à la Chaleur ;
- la Terre correspond à l'Humidité ;
- le Métal correspond à la Sécheresse. Selon Maciocia, ce lien comporte une exception : il ne faut pas piquer le point Métal pour traiter la Sécheresse, mais préférer un traitement qui va permettre d'humidifier ;
- l'Eau correspond au Froid.

En considérant ces liens, les points Cinq Éléments peuvent donc servir à éliminer les facteurs pathogènes.

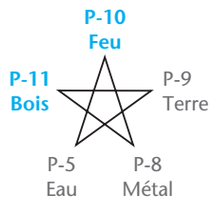
Exemple : le mal de gorge aigu avec fièvre, rougeur et gonflement de la gorge est provoqué par le Vent-Chaleur.

Cycles concernés : Bois (Vent), Feu (Chaleur).

Organe/méridien touché : Poumon.

Traitement : piquer le point Bois (**P-11**) et le point Feu (**P-10**) du méridien du Poumon.

L'application **du cycle de domination (*ke*)** permet une approche différenciée du traitement et de l'élimination du facteur pathogène :



- sur le méridien Yin, disperser le point qui correspond au facteur pathogène (par exemple, en cas de Chaleur, piquer le point Feu) ;
- en plus, tonifier le point qui correspond au cycle de domination (*ke*) (→ 8.2.5) du facteur pathogène sur le méridien Yang du méridien couplé.

Points racine (*ben*)

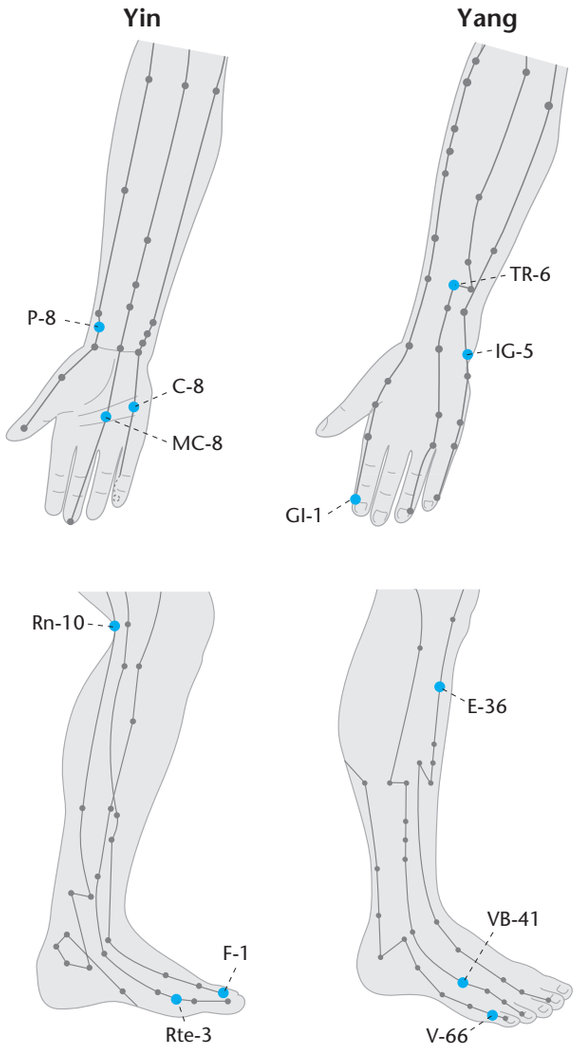
Points *shu* des méridiens Yin					
Élément ou méridien	Point Bois	Point Feu	Point Terre	Point Métal	Point Eau
Poumon	P-11	P-10	P-9 +	P-8	P-5 −
Rate	Rte-1	Rte-2 +	Rte-3	Rte-5 −	Rte-9
Cœur	C-9 +	C-8	C-7 −	C-4	C-3
Rein	Rn-1 −	V-2	Rn-3	Rn-7 +	Rn-10
Maître du Cœur	MC-9 +	MC-8	MC-7 −	MC-5	MC-3
Foie	F-1	F-2 −	F-3	F-4	F-8 +
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point Fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)
Points *shu* des méridiens Yang					
Élément ou méridien	Point Métal	Point Eau	Point Bois	Point Feu	Point Terre
Gros Intestin	GI-1	GI-2 −	GI-3	GI-5	GI-11 +
Estomac	E-45 −	E-44	E-43	E-41 +	E-36
Intestin Grêle	IG-1	IG-2	IG-3 +	IG-5	IG-8 −
Vessie	V-67 +	V-66	V-65 −	V-60	V-40
Triple Réchauffeur	TR-1	TR-2	TR-3 +	TR-6	TR-10 −
Vésicule Biliaire	VB-44	VB-43 +	VB-41	VB-38 −	VB-34
Circulation du Qi dans le méridien	Point puits (*jing*)	Point jaillissement (*ying*)	Point rivière (*shu*)	Point Fleuve (*jing*)	Point mer (*he*)

+, point de tonification ; −, point de sédation

Les points *ben* (points racine, points Cinq Éléments) représentent le même cycle que celui des méridiens auxquels ils se rattachent.

Exemple : la Rate correspond à la Terre ; le point Terre du méridien de la Rate est donc son point *ben* (point Cinq Éléments).

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



Application clinique

- **Dans les pathologies de vide :** tonifier le point *ben* permet de tonifier le Viscère (*zangfu*) ou le méridien correspondant.
- **Dans les pathologies de plénitude :** disperser le point racine *ben* (point Cinq Éléments) permet de drainer la plénitude du Viscère (*zangfu*) ou du méridien correspondant.
- **Aspect mental :** les points *ben* (points Cinq Éléments) des méridiens Yin correspondent aussi à l'aspect mental des cycles correspondants. Ainsi, le point *ben* (point Cinq Éléments) du Poumon, **P-8**, permet à l'Âme Corporelle (*po*) de déployer tout son potentiel. De la même façon, le point *ben* (point Cinq Éléments) du Cœur, **C-8**, renforce l'Esprit (*shen*), le point *ben* (point Cinq Éléments) de la Rate, **Rte-3**, renforce la Pensée (*yi*), le point *ben* (point Cinq Éléments) du Foie, **F-1**, renforce l'Âme Éthérée (*hun*) et le point *ben* (point Cinq Éléments) du Rein, **Rn-10**, renforce la Volonté (*zhi*).

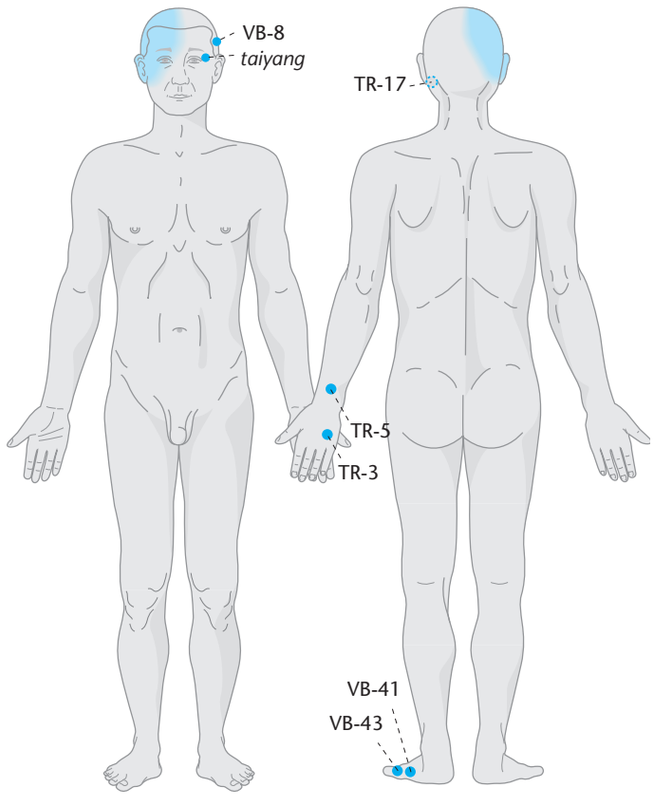
8.3 Association de points

8.3.1 Association de points locaux et de points distaux

Le choix et l'association des points se font en fonction des zones et des méridiens affectés (→ 8.2.1, → 8.2.2).

En cas de trouble de méridien : par exemple, en cas de syndrome d'obstruction douloureuse (syndrome (*bi*)) affectant les tendons et les articulations, on peut commencer par stimuler les points distaux. Puis on va choisir des points locaux et adjacents en fonction de leur sensibilité à la pression. Ces derniers peuvent être piqués et/ou recevoir des ventouses.

En cas de trouble des Viscères (***zangfu***) **:** généralement, seuls les points distaux sont utilisés dans les pathologies aiguës. Une fois que la pathologie (par exemple, une douleur aiguë) a commencé à s'améliorer, on peut choisir des points locaux. Dans les pathologies chroniques, on utilise couramment l'association de points locaux et de points distaux (et plus particulièrement les points *shu* du dos et les points *mu* antérieurs en tant que points adjacents (→ 8.3.2). Une autre possibilité est l'association du point d'ouverture d'un merveilleux vaisseau (→ 8.1.8) avec des points locaux de la zone touchée.



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

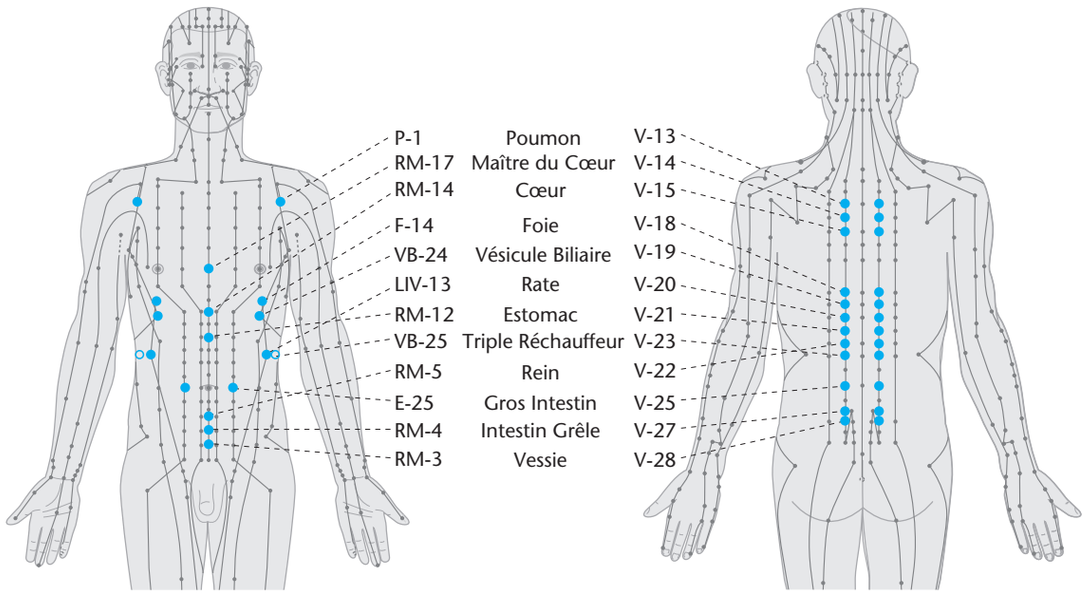
8.3.2 Association de points situés sur l'avant du corps et de points situés sur l'arrière

Là, on associe des points situés sur l'avant du corps et des points situés sur l'arrière :

- points situés sur l'avant du corps : essentiellement des points situés sur le thorax et l'abdomen ;
- points situés sur l'arrière du corps : essentiellement des points situés sur le dos et la région lombale.

Méthode associant les points *shu* du dos et les points *mu* antérieurs

L'association de points *shu* du dos (→ 8.1.4) et de points *mu* antérieurs (→ 8.1.5) du Viscère (*zangfu*) touché est la façon la plus importante d'associer des points situés sur l'avant et des points situés sur l'arrière du corps. La méthode associant les points *shu* du dos et les points *mu* antérieurs permet de renforcer et d'étendre les effets thérapeutiques par rapport à une méthode qui n'utiliserait que l'une ou l'autre de ces catégories de points. Elle a un fort effet d'équilibrage du Yin et du Yang, et elle est particulièrement efficace en cas de troubles chroniques des Viscères (*zangfu*).



Application clinique de la méthode associant les points *shu* du dos et les points *mu* antérieurs

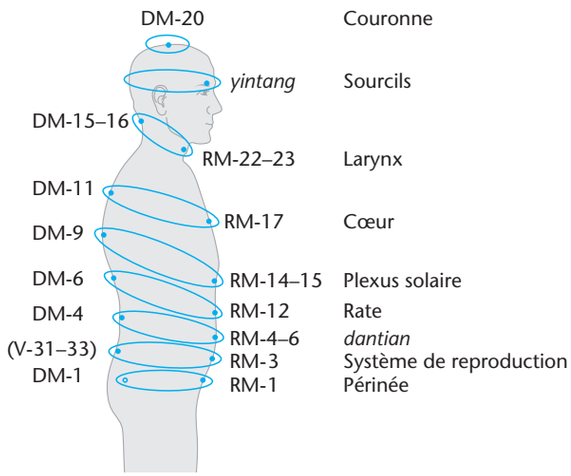
- Piquer les points *shu* du dos et les points *mu* antérieurs au cours d'une même séance.
- En cas de traitements répétés sur une courte période, alterner points *shu* du dos et points *mu* antérieurs (par exemple, au cours de la première séance, choisir les points *shu* du dos pertinents et lors de la séance suivante piquer les points *mu* antérieurs correspondants, etc.).
- L'association de points *shu* du dos et de points *mu* antérieurs peut aussi servir à rééquilibrer un traitement erroné. Par exemple, si on a laissé les aiguilles en place trop longtemps sur les points *shu* du dos et que le patient se sent fatigué, on peut piquer des points *mu* antérieurs pour rétablir l'équilibre.

Équilibrer le vaisseau Gouverneur (*du mai*) et le vaisseau Conception (*ren mai*)

Les points du vaisseau Conception (*ren mai*) sont situés sur la face antérieure du corps et ceux du vaisseau Gouverneur (*du mai*) sont essentiellement situés sur la face postérieure. Associer des points des vaisseaux Gouverneur (*du mai*) et Conception (*ren mai*) a pour effet d'harmoniser le Yin et le Yang, tout comme cela peut aussi réguler la montée et la descente du Qi.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Cette association non seulement équilibre l'avant et l'arrière du corps, mais également le Yin et le Yang. De plus, elle a une forte influence sur le psychisme et, selon les méthodes d'insertion d'aiguille et de choix des points, un effet calmant ou dynamisant (Figure adaptée de Ross, 1998).



8.3.3 Association Yin-Yang

Synonyme : association Intérieur-Extérieur.

L'association Yin-Yang équilibre le Yin et le Yang dans les méridiens. Elle repose sur le concept de l'énergie des méridiens (→ circuit des méridiens, Fig. 1.12).

Piquer de trop nombreux points sur les méridiens Yang peut rentre le patient nerveux et agité. Dans ce cas, piquer des points sur les méridiens Yin peut permettre de rétablir l'équilibre et de calmer la personne.

Piquer de trop nombreux points sur les méridiens Yin peut engendrer de la fatigue. Dans ce cas, piquer des points sur les méridiens Yang peut permettre de rétablir l'équilibre et de stimuler la personne.

Équilibrer le Yin et le Yang des méridiens couplés

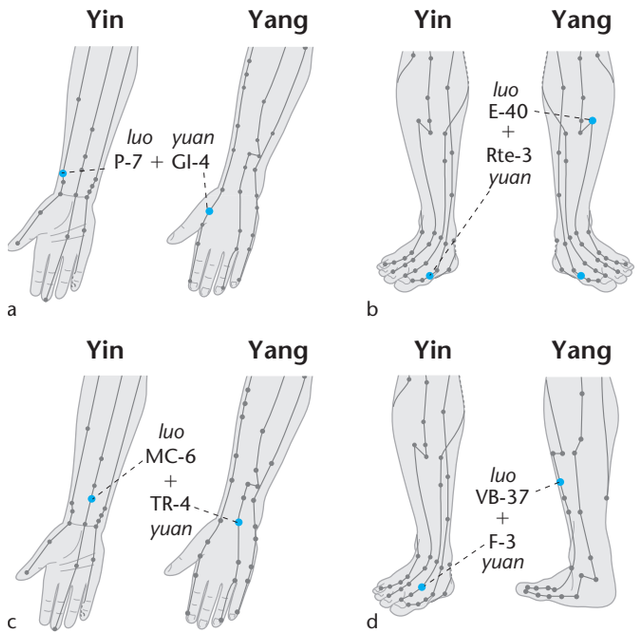
- On associe des points des méridiens couplés dans la relation Intérieur-Extérieur de façon à équilibrer le Yin et le Yang. Par exemple, les méridiens du Poumon et du Gros Intestin sont les méridiens de la main couplés dans la relation Intérieur-Extérieur, alors que les méridiens de l'Estomac et de la Rate sont les méridiens du pied couplés dans la relation Intérieur-Extérieur du premier grand circuit.
- Cette méthode accroît les effets thérapeutiques par rapport à une simple utilisation des seuls points Yin et des seuls points Yang.

Association de points source (*yuan*) et de points *luo* de communication

C'est une **association Yin-Yang extrêmement importante** (synonyme : association hôte-invité) : on associe le point source (*yuan*) (hôte) du méridien ou du Viscère (*zangfu*) principalement affecté avec le point *luo* de communication du méridien couplé dans la relation Intérieur-Extérieur.

Importantes association de points source (*yuan*) et de points *luo* de communication

- **GI-4** (*hegu*) et **P-7** (*lieque*) favorisent la descente du Qi du Poumon, expulsent les facteurs pathogènes, tonifient le Qi Protecteur (*wei qi*) et calment l'Esprit (*shen*).
- **Rte-3** (*taibai*) et **E-40** (*fenglong*) tonifient la Rate et transforment les Glaires.
- **F-3** (*taichong*) et **VB-37** (*guangming*) ont des effets bénéfiques sur les yeux et les syndromes du Foie.
- **TR-4** (*yangchi*) et **MC-6** (*neiguan*) régulent le Triple Réchauffeur, font circuler le Qi du Foie, calment l'Esprit (*shen*), détendent les muscles de l'occiput et des épaules.



Autres méthodes d'association de points de méridiens couplés dans la relation Intérieur-Extérieur et associations modifiées de points source (*yuan*) et de points *luo* de communication

a Associer les point *luo* de communication des méridiens couplés dans la relation Intérieur-Extérieur a tendance à accroître l'effet thérapeutique ; par exemple, on peut associer **E-40** et **Rte-4** en cas de douleur abdominale.

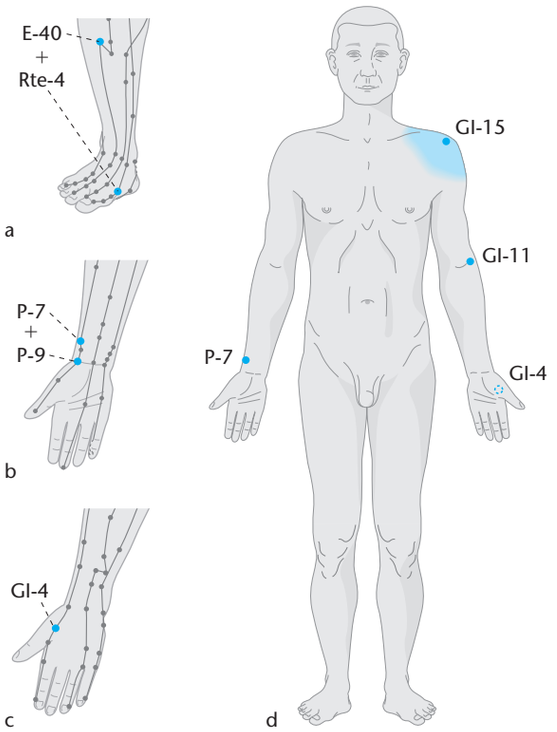
b En cas de troubles chroniques, associer le point source (*yuan*) et le point *luo* de communication du même méridien Yin afin de d'accroître l'effet thérapeutique ; par exemple, piquer **P-9** et **P-7** en cas de toux chronique.

c Pour les troubles qui touchent un méridien Yin, piquer uniquement le point source (*yuan*) du méridien Yang couplé dans la

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

relation Intérieur-Extérieur. Par exemple, en cas de rhume aigu (syndrome du Poumon), piquer uniquement **GI-4** (point source (*yuan*)).

d En cas de troubles musculo-squelettiques unilatéraux affectant un méridien Yang : piquer, en plus des points locaux et des points adjacents du méridien affecté, le point *luo* de communication du méridien Yin couplé dans la relation Intérieur-Extérieur sur le côté opposé au côté touché. Cette méthode, qui favorise l'équilibre entre le Yin et le Yang, sert essentiellement en cas de troubles liés aux méridiens. Par exemple, pour traiter une douleur unilatérale du bras ou de l'épaule située sur le méridien du Gros Intestin, piquer des points du méridien du Gros Intestin sur le côté touché et ajouter **P-7** sur le côté opposé.

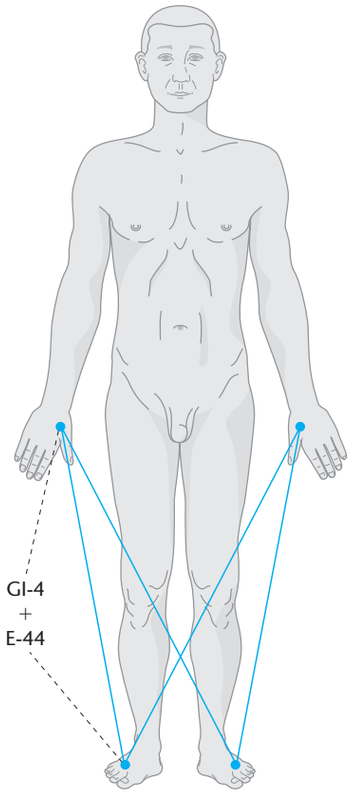


Équilibre Yin-Yang de méridiens non couplés

Exemples :

E-36 + MC-6	Cette association harmonise le Réchauffeur Moyen et fait descendre le Qi qui circule à contresens
GI-4 + F-3	Association extrêmement importante pour réguler la circulation du Qi dans le corps tout entier

8.3.4 Associer des points situés sur le haut du corps et des points situés sur le bas



- On peut équilibrer la **moitié supérieure et la moitié inférieure** du corps en sélectionnant des points correctement répartis. C'est ainsi qu'en cas de céphalées, on pique **GI-4** sur le membre supérieur et **E-44** sur le membre inférieur.
- Associer des points situés sur le haut et des points situés sur le bas du corps **favorise la libre circulation du Qi**. Par exemple, associer le point d'ouverture et le point couplé d'un merveilleux vaisseau (→ 8.1.8).

Situations dans lesquelles il ne faut pas associer des points situés sur le haut du corps et des points situés sur le bas

- Troubles des articulations et du dos (dans ce cas, il faut uniquement disperser des points distaux).
- En cas de déséquilibre énergétique déjà préexistant entre le haut et le bas. Exemple : en cas de sensation de Chaleur (due, par exemple, à un vide de Yin du Rein avec Feu Vide), piquer **Rn-1** pour faire descendre le Qi. Par contre, en cas de prolapsus de l'utérus, appliquer des moxas sur **DM-20** pour faire monter le Qi.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

8.3.5 Associer le côté gauche et le côté droit du corps

On peut souvent rééquilibrer le côté gauche et le côté droit du corps en piquant bilatéralement les points pertinents, ce qui va accroître l'effet thérapeutique par rapport à une insertion unilatérale des aiguilles.

Applications cliniques des méridiens couplés dans la relation Intérieur-Extérieur

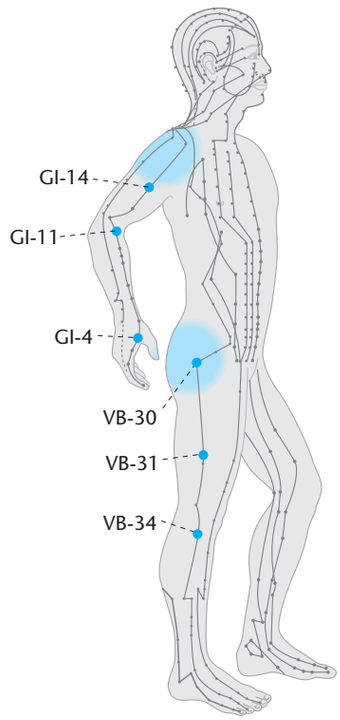
- En cas de troubles aigus et unilatéraux du méridien dus à une invasion de facteurs pathogènes, associer des **points locaux** sur le côté touché et le **point *luo* de communication** du côté opposé.
- En cas de troubles chroniques et unilatéraux du méridien dus à une invasion de facteurs pathogènes, associer des **points locaux** sur le côté touché et le **point *luo* de communication** du méridien couplé dans la relation **Intérieur-Extérieur** du **côté opposé** (en tonification).

Indications pour une insertion d'aiguilles unilatérale et/ou du côté opposé

- **En cas de troubles aigus et douloureux :** insertion d'aiguilles sur le côté opposé ou insertion en diagonale (méridien de la main et méridien du pied correspondant, voir aussi → 8.2.1 et → 8.2.2).
- **En cas de troubles chroniques des articulations :** insertion de plusieurs aiguilles du même côté équilibrée par l'insertion d'aiguilles sur l'autre côté.
- **En pédiatrie :** utiliser moins d'aiguilles.
- **Au cours d'un traitement déjà engagé :** équilibrer de temps à autre en piquant le côté sain du corps.

8.3.6 Association de points chaînes et de points cadenas

On peut choisir deux, trois ou plusieurs points du même méridien et les piquer les uns après les autres (en chaîne). Cette méthode s'applique essentiellement aux troubles du système musculo-squelettique ou du système nerveux.

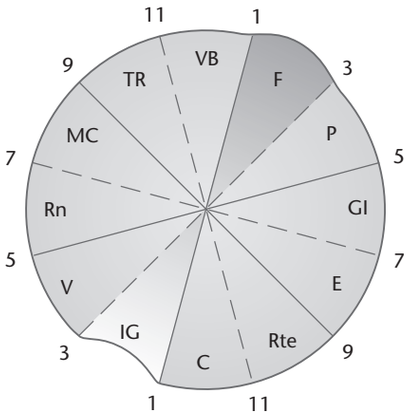


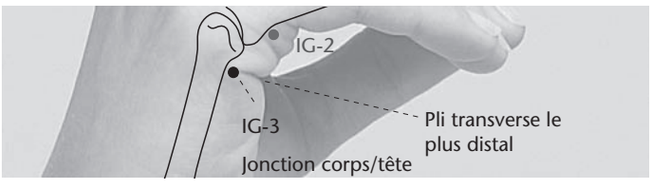
8.3.7 Sélection de points en fonction de l'horloge des Viscères (*zangfu*)

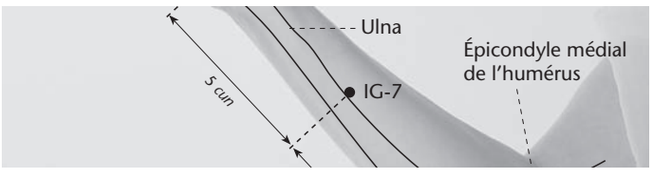
Dans un cycle de 24 heures, chaque méridien a une quantité maximum de Qi pendant 2 heures (Figure → 1.17, horloge chinoise des Viscères (*zangfu*)). Certaines écoles (occidentales) ont étendu le rythme circadien aux Viscères (*zangfu*) eux-mêmes (trajet interne des méridiens principaux et des méridiens divergents). Si un Viscère (*zangfu*) est dans sa phase maximum, le Viscère (*zangfu*) qui se trouve à l'opposé sur l'horloge est dans sa phase minimum, autrement dit, la circulation du Qi à ce moment là sera à son minimum. Des symptômes qui surviennent à des moments précis fournissent un indice quant au Viscère (*zangfu*) affecté, ces symptômes survenant au moment où **la circulation est maximum dans les pathologies de plénitude** ou au moment où **la circulation est minimum dans les pathologies de vide**.

Par exemple : le fait de se réveiller régulièrement entre 1h et 3h du matin peut être lié à un syndrome du Foie. Il faut alors choisir de tonifier un point et/ou le point *luo* de communication du méridien qui est à l'opposé du Foie sur l'horloge des Viscères (*zangfu*), dans cet exemple précis, **IG-3** (*houxi*), point de tonification, ou **IG-7** (*zhizheng*), point *luo* de communication.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert







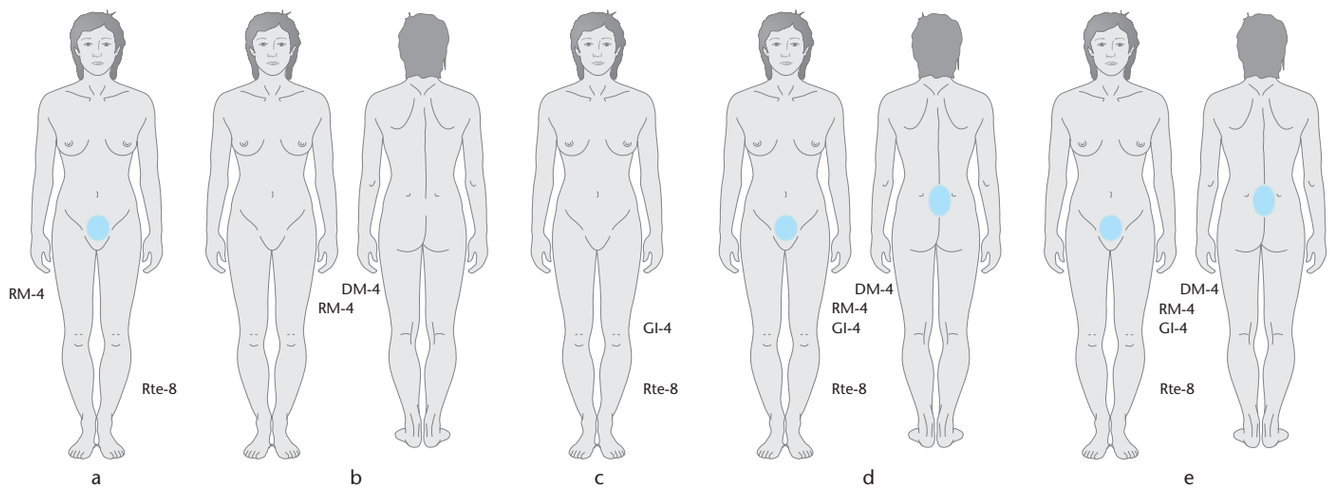
Additif : il existe des méthodes très spécifiques en chrono-acupuncture, par exemple, la méthode *zi wu liu zhu* et la méthode *ling gui ba fa*, dans lesquelles les points sont piqués à des heures précises (→ Kubiena et Ramakers, 2002).

8.3.8 Application clinique

L'illustration ci-dessous montre l'application clinique de plusieurs méthodes de choix des points (8.3.1–8.3.5) dans le traitement de la dysménorrhée.

Possibles associations de points pour traiter la dysménorrhée :

a. association de points locaux et distaux (→ 8.3.1),
b. association de points à l'avant et à l'arrière du corps (→ 8.3.2) et de points Yin et Yang (→ 8.3.3),
c. association Yin-Yang (→ 8.3.3) et association haut-bas (→ 8.3.4),
d. association de toutes les méthodes ci-dessus (8.3.1 - 8.3.4),
e. associer, en plus, des points sur le côté gauche et sur le côté droit du corps (→ 8.3.5).



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

9 Recherche scientifique

Ingolf Hosbach

9.1 Introduction

L'objectif de ce chapitre est de donner un vaste aperçu de l'efficacité scientifiquement démontrée ou rejetée de certains points. Le but de ce chapitre n'est pas de prouver l'efficacité de l'acupuncture en tant que telle. Grâce aux toutes nouvelles recherches et à 1000 études récentes menées sur des êtres humains avec des résultats pratiquement tous positifs, il est désormais admis que l'acupuncture est efficace malgré les quelques critiques qui subsistent. Si elle est pratiquée correctement, c'est une méthode bien établie à faibles risques qui entraîne des effets secondaires minimums.

Aussi le champ de recherche en acupuncture est-il parti de questions simples, par exemple, est-ce que l'acupuncture est efficace, pour aboutir à des questions plus spécifiques, comme le choix des points pour telle ou telle pathologie, et celui de la technique de stimulation d'aiguille. En outre, on a de plus en plus mis sur pied des études portant sur des diagnostics et des traitements précis avec, pour base, les principes de la médecine traditionnelle chinoise (MTC). Parallèlement, la qualité des méthodes bio-statistiques mises en œuvre pour la conception et l'analyse de ces études s'est améliorée, et le nombre d'études randomisées et contrôlées a aussi augmenté.

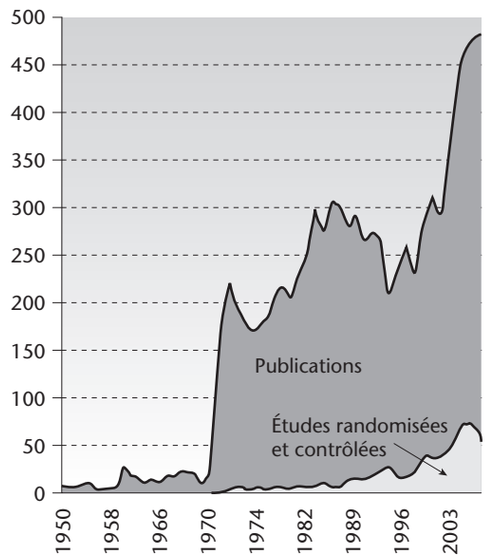


Fig. 1 : nombre de publications et d'études randomisées et contrôlées par an entre 1954 et 2005 (Source : PubMed, US National Library of Medicine, Bethesda, Maryland)

Le pourcentage des études randomisées et contrôlées par rapport à l'ensemble des publications avoisine les 7%, chiffre qui soutient bien la comparaison avec les autres méthodes thérapeutiques (par exemple, arthroscopie 5%, bêtabloquants 7%, traitement de la douleur 7%, médicaments pour faire baisser le cholestérol 8 à 11%).

Principes fondamentaux de l'évaluation scientifique

Un des pré-requis pour inclure une étude dans ce chapitre est la mention de points d'acupuncture spécifiques dans le résumé. Sur 1092 études répertoriées par PubMed jusqu'à mai 2006 avec pour mot-clé « acupuncture », 259 ont été retenues pour ce chapitre. Dans certains cas exceptionnels, nous avons aussi retenu des tests expérimentaux menés sur des animaux. Pour ce qui est de la présentation des résultats, nous avons mis un accent tout particulier sur le rôle des méthodes bio-statistiques et nous en avons fait un critère de fiabilité. Les termes qui permettent l'évaluation d'une étude pour ce qui est sa qualité bio-statistique sont expliqués ci-dessous.

Cas cliniques : généralement un résumé rétrospectif de résultats obtenus grâce à un traitement spécifique chez des patients présentant une pathologie précise ; absence de groupe contrôle ou de traitement contrôle. Forme la plus basique d'essai clinique.

Étude contrôlée : généralement une comparaison scientifique prospective (planifiée à l'avance) d'une thérapeutique impliquant un groupe de patients non traités ou traités avec un placebo, ou traités de façon conventionnelle.

Placebo : « forme de traitement » ou « simulacre » de traitement qui peut prendre la forme d'une pilule ne comprenant aucun principe actif ou d'un traitement sans véritable fondement authentique. L'administration d'un placebo essaye d'éliminer une amélioration qui ne serait pas spécifique au trouble étudié (comme l'attention apportée par le praticien à son malade ou les espérances de ce dernier) grâce à la comparaison avec un groupe ayant reçu un traitement véritable. Alors que les possibilités pour des études placebo-acupuncture sont légion, aucune n'est dépourvue d'inconvénients. L'efficacité de l'acupuncture en tant que médecine holistique peut être considérée comme la somme de nombreux effets psychologiques et physiologiques spécifiques ou non. En fonction du choix du placebo en acupuncture, on peut exclure certains effets. Toutefois, le concept de méridien musculaire a suscité des débats non clos quant à l'existence de points qui ne seraient pas des points d'acupuncture. Le niveau de placebo le plus haut en acupuncture est ce que l'on appelle « l'acupuncture factice », dans laquelle on

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

pique effectivement profondément des endroits qui ne correspondent pas à des points d'acupuncture. La valeur d'une étude augmente considérablement lorsqu'elle est accompagnée par une étude utilisant un placebo.

Randomisation : on met un patient dans un groupe de traitement de façon aléatoire, sans tenir compte du patient ou du thérapeute. La randomisation accroît significativement la valeur d'une étude.

Groupe en attente : groupe contrôle constitué de patients ne recevant aucun traitement. Alors qu'un patient attend de recevoir un traitement, on rassemble toutes les données pertinentes et on les compare plus tard aux données obtenues une fois le traitement administré. Comme il n'y a alors pas de randomisation ni de traitement placebo, la valeur de cette procédure est relativement faible.

Étude croisée : forme particulière d'étude contrôlée. Chaque patient participe à deux formes de traitement différents (par exemple, traitement 1 : médicaments, traitement 2 : acupuncture). L'ordre d'administration de ces traitements peut varier d'un patient à l'autre et être aléatoire (étude croisée randomisée). Toutefois, tout effet à long terme du premier traitement peut poser problème quant au résultat final. C'est pourquoi on a institué des phases de washout, pendant lesquelles les patients ne reçoivent plus aucun traitement afin d'éliminer les effets produits par le traitement précédent et d'éviter de fausser les données à recueillir au cours de la seconde phase. Comme on a pu démontrer que les effets de certains traitements par acupuncture pouvaient durer jusqu'à un an, les études croisées ne conviennent pas vraiment en acupuncture et amènent à remettre réellement en cause des résultats non significatifs.

L'étude « n de 1 » est une autre forme de recherche dans laquelle un patient reçoit divers traitements afin de déterminer celui qui donne les meilleurs résultats pour la pathologie dont il souffre. Les mêmes limites que celles évoquées plus haut s'appliquent à cette forme d'étude.

Significativité : en termes simples, la significativité d'une étude dit si la différence d'un paramètre spécifique observé entre deux groupes est à mettre au compte du traitement (et on note alors une différence réelle) ou si elle n'est que le fruit du hasard. Par exemple, si, sur un grand nombre de patients traités, le paramètre observé diffère de façon significative par rapport au groupe de personnes non traitées, il est **hautement probable** que cette différence ne soit pas due au hasard. On peut exprimer cette différence en termes chiffrés. Si, par exemple, le seuil de significativité est de $p = 0{,}03$, cela signifie que 3% des résultats sont à mettre au compte du hasard et que la différence constatée entre les deux groupes est donc significative. Par convention, le seuil de significativité acceptable est fixé à 5%. La significativité d'une étude dépend du nombre de patient traités et de la taille de la différence des résultats obtenus (par exemple, en supposant que la part du hasard soit identique, la différence obtenue doit être bien plus grande dans un groupe de 10 personnes ($n = 10$) que si la même étude est conduite sur un groupe de 100 patients ($n = 100$). Seuls les résultats dits « significatifs » sont pris en compte dans les procédures de recherche.

Puissance de l'étude : c'est la capacité de l'étude à être statistiquement significative. Plus le nombre de participants est élevé, plus la puissance de l'étude est grande. Selon les normes internationales, une puissance de 80% est un niveau acceptable. En fonction de la différence entre deux groupes d'étude, le nombre de patients nécessaire peut alors facilement aller de centaines à des milliers.

Tests expérimentaux : en standardisant et en contrôlant de façon stricte les conditions des expériences, on essaye de tout faire pour éviter que les résultats soient dus au hasard, ce qui amène parfois à n'avoir qu'un tout petit nombre de participants dans une étude. Généralement, ceux-ci sont des volontaires sains que l'on soumet à des stimuli clairement définis. Dans ce cas, l'acupuncture en tant que thérapeutique revêt un haut niveau de validité. Les études impliquant des sujets sains sans stimuli clairement définis sont beaucoup plus contestables dans la mesure où l'acupuncture considérée comme une thérapie destinée à équilibrer n'est pas pratiquée selon ses propres principes (par exemple, changements péristaltiques provoqués par l'acupuncture chez des sujets sains).

Étude en aveugle : le nec plus ultra des essais cliniques est l'étude dite en double aveugle, dans laquelle à la fois le patient et le thérapeute ignorent quel traitement est administré (par exemple, un comprimé avec ou sans principe actif). Une étude en aveugle est toutefois impossible en acupuncture. Même dans le cadre d'une étude en simple aveugle (seul le patient est « aveugle »), le comportement de ce dernier va fausser le résultat final de l'étude. Cet effet peut être contrebalancé dans une certaine mesure en « aveuglant » la personne qui évalue les résultats du traitement de façon à ce qu'elle ne sache pas quel traitement a reçu le patient (une acupuncture authentique ou une acupuncture factice).

Standardisation : dans les essais pharmaceutiques, la quantité d'ingrédients actifs est facilement établie (par exemple, comprimés standards de 10 mg), ce que l'on ne peut pas faire en acupuncture. Le choix des points qu'un acupuncteur va utiliser dépend largement de son expérience, de ses connaissances antérieures, de sa spécialisation et de son environnement culturel. À strictement parler, les tests en acupuncture ne concernent pas l'acupuncture en tant que telle mais une acupuncture telle qu'elle est pratiquée par un praticien ou un groupe de praticiens. Le fait que cette médecine soit, dans une grande mesure, centrée sur l'acupuncteur a mené, par le passé, à des situations paradoxales : des acupuncteurs chinois expérimentés qui pratiquait la « meilleure » acupuncture qui soit ont réalisé de « mauvais » tests en termes de bio-statistiques en raison de leur manque d'entraînement, alors que de « mauvais » acupuncteurs occidentaux ont réalisé de « bons » tests en termes de bio-statistiques. « Importer » des acupuncteurs chinois dans des essais occidentaux n'a pas non plus résolu le problème car les cliniciens chinois se sont retrouvés à traiter des patient occidentaux qui présentaient des pathologies peu courantes en Chine et qui réagissaient différemment à l'acupuncture. Ce n'est que lorsque l'expérience de tels tests aura progressé des deux côtés (et qu'on arrivera à

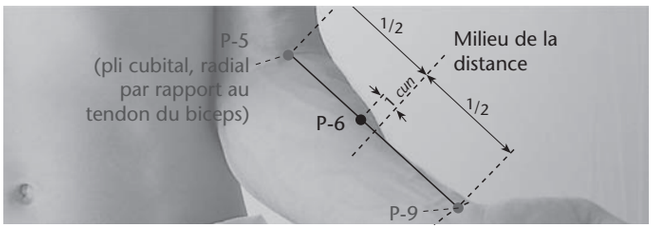
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

les évaluer individuellement pour chaque étude) que la valeur de l'acupuncture en tant que forme de recherche en thérapie pourra progresser elle aussi.

9.2 Recherche scientifique selon les méridiens

Méridien du Poumon

P-5 → RM-23 ; GI-10



P-6 192 patients souffrant d'asthme vrai ont été traités grâce à **P-6** and **P-10**. 98,9% des patients ont constaté une amélioration immédiate ; le taux de rémission clinique associé à une amélioration marquée s'est révélé être de 76,5%. Les meilleurs résultats thérapeutiques ont été obtenus dans les cas d'asthme allergique (selon les critères occidentaux) ou d'asthme dû au froid (selon les critères de la MTC) en laissant les aiguilles en place plus longtemps (environ 40 mn). L'absence d'étude en aveugle et d'un groupe contrôle diminue la valeur de cette présentation spécifique de cas cliniques. **Zang, J Tradit Chin Med 1990**

P-7 → E-8

P-10 → P-6

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle, a étudié les effets d'une insertion d'aiguilles bilatérale avec saignée sur **P-10, MC-8, C-8, GI-2, TR-2** et **IG-3** sur le rythme cardiaque et la conscience de patients ayant fait une crise d'**apoplexie** 3 jours auparavant. Seuls les patients les plus légèrement touchés ont montré des signes d'amélioration au niveau de la conscience alors que le rythme cardiaque s'est accru indépendamment de l'importance de la lésion. **Yi et al, J Tradit Chin Med 2005**



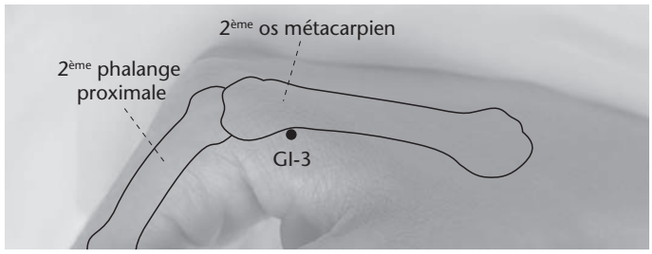
P-11 Trois études russes réalisées sur des animaux on démontré l'action antipyrétique de **P-11**. P-11 peut également renforcer l'action de substances hyperthermiques, ce qui permet d'envisager une association avec des plantes chinoises antipyrétiques. **Nezhenzev et al, Biull Eksp Bio Med 1992, et Fizion Zh SSSR Im I M Sechenova 1991**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée ($n = 76$), qui n'a pas été réalisée en aveugle, a cherché à savoir si faire saigner **P-11** et **GI-1** pouvait prévenir ou traiter l'apparition de laryngospasmes consécutifs à une extubation chez les enfants. L'incidence des laryngospasmes s'est révélée significativement moins importante dans le groupe qui avait été ainsi traité (5% contre 24%). Lorsque des laryngospasmes sont survenus, ils ont tous été soulagés en l'espace d'une minute grâce à une saignée réalisée sur P-11 ou GI-1. **Lee et al, Anaesthesia 1998**

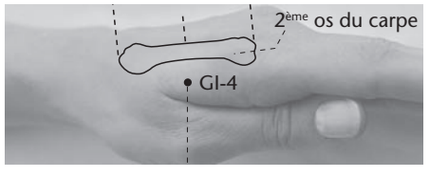
Méridien du Gros Intestin

GI-1 → P-11

GI-2 → P-10



GI-3 Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 210$) montre que piquer **GI-3** et ***lingxia*** amène une amélioration significativement plus grande de la **périarthrite de l'humérus** par rapport à un groupe contrôle traité avec des points locaux. C'est une utilisation intéressante de *lingxia*, point hors méridien non officiellement reconnu, situé 2 *cun* en dessous de VB-34. **Feng, J Tradit Chin Med 2003**



GI-4 → E-36 ; MC-5 ; MC-6 ; E-8 ; VB-43 ; DM-20 ; F-3 ; IG-18 ; Rte-9 ; GI-11 ; E-2

Une étude turque randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle mais avec un groupe contrôle ($n = 55$), a étudié l'effet de l'électro-acupuncture sur **GI-4, GI-11, E-25, E-36, E-44** et **F-3** (associés aux points auriculaires *shenmen* and *sanjiao)* sur l'**obésité chez la femme**. On a administré ce traitement quotidiennement pendant 20 jours. Un groupe a reçu un régime alimentaire de 1425 kilocalories pendant 20 jours alors que l'autre groupe n'a suivi aucun régime. On a noté une baisse de poids de 4,8% chez les femmes soumises à l'électro-acupuncture contre 2,5% chez les femmes qui avaient suivi le régime alimentaire. Les deux groupes ont montré une baisse significative du cholestérol total et du taux de triglycérides. Seul le groupe soumis à l'électro-acupuncture a vu les taux de LDL (lipoprotéine de basse densité) également réduits de façon significative. **Cabioglu et Ergene, Am J Chin Med 2005**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Une étude chinoise (Hong Kong) randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 29$), a étudié les effets de **GI-4** et **MC-6** sur la variabilité du rythme cardiaque (VRC) chez des sujets normaux en état de **fatigue** et de **non-fatigue**. Seuls les sujets fatigués ont montré une modification significative de la VRC. Les auteurs en ont conclu que les effets de l'acupuncture dépendaient non seulement des points sélectionnés mais aussi de l'état fonctionnel de la personne, ce qui constitue un des grands principes de la médecine chinoise. **Li et al, Eur J Appl Physiol 2005**

Une étude vétérinaire peu ordinaire a étudié les effets de l'acupuncture sur le **système immunitaire**. Selon les auteurs, les points immunostimulants comprennent **GI-4, GI-11, E-36, VB-39, Rte-6, DM-14, V-11, V-20, V-23, V-24, V-25, V-26, V-27, V-28** et **RM-12**. On considère que **V-47** est immunosuppresseur. Les points anti-fièvre comprennent **E-36** et **DM-14**. **Rogers et al, Probl Vet Med 1992**

Un test expérimental chinois randomisé, réalisé en simple aveugle ($n = 20$), a comparé les effets d'une neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **GI-4** sur le **seuil de douleur à la chaleur** et le **seuil de vibrations** chez des humains avec un groupe traité avec un point placebo. Dans le groupe étudié, après une TENS sur **GI-4**, le seuil de douleur à la chaleur a été supérieur à celui du groupe contrôle pendant jusqu'à une demie heure. Aucun effet sur le seuil de perception des vibrations n'a été constaté. **Wang et al, Chin Med J (Engl) 2003**

Une étude coréenne randomisée, comportant un groupe contrôle recevant un placebo ($n = 35$) a évalué l'efficacité de l'électro-acupuncture et de la moxibustion sur **GI-4, GI-10, GI-11** et **TR-5** sur la **spasticité consécutive à une attaque d'apoplexie**. Le groupe contrôle a été traité grâce à de l'acupuncture traditionnelle. Seul le groupe traité par électro-acupuncture a montré une diminution significative, immédiate et durable de la spasticité (évaluée selon l'échelle d'Ashworth). **Moon et al, Am J Chin Med 2003**

Une étude allemande randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 29$), a cherché à savoir si l'insertion d'aiguilles sur **GI-4, TR-5, E-36, MC-6, DM-20** et ***baxie*** (point HM) avait un effet vaso-spasmolytique sur des patients atteints du **syndrome de Raynaud** pendant l'hiver. Aucune différence significative n'a été constatée quant au nombre et à l'intensité des crises, pas plus qu'il n'y a eu d'effets significatifs sur la microcirculation de la peau entre le groupe traité par acupuncture et le groupe placebo, avant et après le traitement. **Hahn et al, J Dtsch Dermatol Ges 2004**

Une étude japonaise randomisée et contrôlée ($n = 21$) a étudié l'effet de **GI-4, E-36** et **Rte-6** sur des paramètres objectifs et subjectifs ayant trait à l'**épuisement** chez les membres d'une équipe élite féminine de football pendant une compétition. Seules les joueuses ayant été traitées par acupuncture ont obtenu de meilleurs scores quant à ces paramètres objectifs et subjectifs. **Akimoto et al, Med Sci Sports Exerc 2003**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 89$) s'est intéressée aux effets de **GI-4, E-36, V-18** et **V-23** associés à l'installation d'aiguilles positionnées par scanner autour du crâne et à des préparations de phytothérapie chez des patients souffrant de **démence vasculaire par infarctus multiples**. Le groupe contrôle n'a reçu que le traitement par phytothérapie. Le groupe traité a obtenu des résultats à court terme significativement meilleurs (96,5%) que ceux du groupe contrôle (75%) pour ce qui est des modifications cliniques des symptômes et des caractéristiques intellectuelles et hémorrhéologiques. **Lun et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2003**

Un test expérimental chinois randomisé et contrôlé ($n = 11$) a étudié les modifications de l'**activité cérébrale** en cas d'une stimulation manuelle d'aiguilles sur **GI-4** comparée à une stimulation par électro-acupuncture. L'expérience a été menée grâce à une imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf). Les résultats ont montré que le signal essentiellement produit par l'électro-acupuncture a augmenté au niveau du gyrus précentral, du gyrus post-central ou du lobe pariétal inférieur, et du putamen ou de l'insula. Par contre, la manipulation manuelle de l'aiguille a provoqué une diminution marquée des signaux de l'IRMf au niveau du cingulum postérieur, du gyrus temporal supérieur, et du putamen ou de l'insula. Il semble donc, d'après ces résultats, que ce seraient des mécanismes cérébraux différents qui entrent en jeu lorsqu'on stimule l'aiguille manuellement ou lorsqu'on la stimule par électro-acupuncture. **Kong et al, J Altern Complement Med 2002**

Une étude américaine randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 13$), a évalué les effets de l'électrostimulation transcutanée sur **GI-4** et **MC-6** sur une **douleur tonique** dans le cadre d'un test d'épreuve au froid. Même si l'électrostimulation seule a un effet analgésique significatif, celui-ci peut être accru en lui associant une faible dose de morphine. **Yuan et al, J Clin Pharmacol 2002**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée avec groupe contrôle recevant un placebo ($n = 13$) s'est intéressée à la fois aux effets sur la moelle épinière respectivement de l'acupuncture manuelle et de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) (2 Hz et 100 Hz) sur **GI-4** en mesurant le **réflexe de Hoffmann** (réflexe–H). Alors que l'utilisation de la TENS à la fois avec 2 Hz et 100 Hz a changé l'amplitude du reflexe-H, cette modification a duré plus longtemps avec la stimulation de 100 Hz. Ces résultats laissent à penser que la TENS augmente l'excitabilité du pool de motoneurones dans la moelle épinière. **Chang et al, Acupunct Electrother Res 2001**

Une étude autrichienne randomisée et contrôlée ($n = 45$) a cherché à savoir si l'utilisation de l'acupuncture sur **GI-4** et **Rte-6** chez une femme à terme pouvait avoir une influence sur l'ouverture du col et provoquer l'accouchement, et donc réduire la nécessité de **déclencher les accouchements** une fois le terme dépassé. Par rapport au groupe contrôle, le groupe étudié a montré un laps de temps significativement plus court (3 jours) entre la date présumée de l'accouchement et l'accouchement effectif. Le nombre de déclenchements de l'accouchement 10 jours après le terme échu s'est également révélé significativement plus faible (20%) dans le groupe traité par acupuncture que dans le groupe contrôle (35%). **Rabl et al, Wien Klin Wochenschr 2001**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Une étude israélienne randomisée et contrôlée, réalisée en double aveugle ($n = 25$), s'est intéressée aux résultats de l'acupuncture dans le **syndrome du colon irritable**. Un traitement par acupuncture traditionnelle a été appliqué sur **GI-4** et un traitement factice sur **V-60** au cours de 2 séances. Aucune différence significative n'a été constatée entre les deux groupes. Le choix de ces points d'acupuncture semble toutefois quelque peu étrange. Alors que ces points sont tous deux des points Étoile Céleste de Ma Dan Yang (les 12 points les plus importants en acupuncture), ceux-ci n'ont aucune action spécifique sur les troubles intestinaux. De toute évidence, les auteurs ont choisi les points en fonction du méridien (Gros Intestin). De plus, le choix de ces deux seuls points semble insuffisant. **Fireman et al, Digestion 2000**

Un test expérimental britannique ($n = 14$) a étudié l'effet de l'acupuncture sur **GI-4** sur l'**électroencéphalogramme au repos** de sujets sains. L'acupuncture n'a provoqué aucune modification de l'électroencéphalogramme au repos. **Rosted et al, Complement Ther Med 2001**

Une étude irlandaise randomisée et contrôlée ($n = 30$) a appliqué une neurostimulation électrique transcutanée (TENS) soit sur **GI-4**, soit au-dessus du nerf médian, de façon à évaluer la **circulation sanguine cutanée**. Le groupe contrôle n'a reçu aucun traitement. Seul, le groupe traité par TENS au-dessus du nerf médian a montré une augmentation significative de la circulation sanguine cutanée. **Cramp et al, Acupunct Electrother Res 2001**

Une étude japonaise randomisée et contrôlée qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 22$) a évalué l'effet de l'acupuncture sur **GI-4, E-6** et **E-7** sur une douleur consécutive à l'**extraction d'une dent de sagesse** de la mandibule. Par rapport au groupe contrôle, la douleur a été significativement moindre dans le groupe traité. **Kitade et al, Acupunct Electrother Res 2000**

Un test expérimental suédois randomisé et contrôlé ($n = 12$) a cherché à savoir si une insertion d'aiguille sur **GI-4** entraînait des **modifications du système nerveux sympathique et/ou parasympathique** chez des sujets sains. À cet effet, on a comparé des insertions d'aiguilles régulières et superficielles sur **GI-4**. On a mesuré les modifications grâce à la densité spectrale de puissance et la fréquence des battements cardiaques. Seule une insertion profonde de l'aiguille sur **GI-4** a entraîné une activation significative du système nerveux sympathique et/ou parasympathique pendant et après le traitement, de même qu'une diminution significative des la fréquence des battements cardiaques. **Haker et al, J Auton Nerv Syst 2000**

Une étude américaine randomisée en double aveugle ($n = 101$) avec un groupe contrôle recevant un traitement factice a évalué les effets de la variation d'intensité dans l'électro-acupuncture transcutanée sur le point **GI-4** sur la quantité d'**hydromorphine** nécessaire dans le cadre d'une **analgésie postopératoire contrôlée par le patient**, les incidences des effets secondaires opioïdes et le profil de guérison après une intervention chirurgicale du bas-ventre chez les femmes. Dans le groupe recevant une éléctrostimulation factice, la demande a été réduite de 23% ; une électro-acupuncture transcutanée de faible intensité a engendré une baisse de 34% de la demande d'hydromorphine, et une électro-acupuncture transcutanée de forte intensité a significativement réduit cette demande de 65% tout en s'accompagnant d'une diminution de la somnolence, des nausées et du prurit. **Wang et al, Anesth Analg 1997**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 110$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture transcutanée sur des points d'acupuncture en stimulant **GI-4**, ***yuyao*** (point HM) et **VB-31** au cours d'une anesthésie générale à l'enflurane chez des patients qui subissaient une craniotomie. Pa rapport au groupe contrôle (anesthésie entretenue à l'enflurane seule), la **concentration alvéolaire minimale** (CAM) de l'enflurane a diminuée de 38 à 47% dans le groupe ayant bénéficié de l'acupuncture. Lorsque l'anesthésie accompagnée d'acupuncture est associée à une infiltration de procaïne, cette diminution est encore plus forte, allant de 42 à 66%. L'équilibre hémodynamique s'est également révélé être plus stable pendant l'opération et la récupération postopératoire plus rapide. **Wang et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1994**

Une étude allemande randomisée et contrôlée avec groupe en attente ($n = 6$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **GI-4, E-25, F-3** et **V-25** sur la fréquence des selles et le temps de transit dans le colon dans des cas de **constipation chronique**. Aucune différence significative des paramètres étudiés n'a été constatée entre les groupes. **Klauser et al, Z Gastroenterol 1993**

Un test expérimental japonais s'est intéressé à l'influence de **GI-4** sur le **réflexe de flexion du doigt produit par une vibration**. Une insertion d'aiguille unilatérale sur GI-4 a permis de supprimer ce réflexe des deux côtés. **Takakura et al, Am J Chin Med 1992**

Une étude chinoise randomisée avec groupe contrôle ($n = 12$) a étudié l'effet analgésique de l'acupuncture aqueuse (injection d'une solution de glucose) sur **GI-4** et **VB-34** dans le **contrôle de la douleur postopératoire**. L'intensité de la douleur postopératoire, de même que la nécessité d'une médication analgésique dans le groupe traité se sont révélées significativement moindres que celles du groupe contrôle. **Chen et al, Gaoxiong Yi Xue Ke Xue Za Zhi 1991**

Une étude allemande non randomisée avec un groupe contrôle recevant un traitement factice ($n = 36$) s'est intéressée aux effets **analgésiques** de l'acupuncture sur **GI-4, MC-6, E-36** et **Rte-4** avant une coloscopie. La douleur ressentie par les patients traités par acupuncture s'est révélée significativement moindre que chez les patients qui avaient reçu une acupuncture factice. Les doses d'analgésiques et de sédatifs nécessaires ont aussi été significativement plus faibles. **Li et al, Dtsch Med Wochenschr 1991**

Un test expérimental randomisé, réalisé en simple aveugle ($n = 39$), a étudié l'effet de l'acupuncture et de l'acupuncture au laser sur **GI-4** et ***jianqian*** (point HM) sur le **seuil de douleur**. Par rapport à l'acupuncture au laser, l'acupuncture a significativement permis d'accroître le seuil de douleur. **Brockhaus et al, Pain 1990**

Un test expérimental britannique contrôlé et croisé s'est intéressé à l'efficacité de l'électro-acupuncture sur **GI-4** sur la **douleur dentaire**. Après 30 minutes de stimulation électrique,

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

le seuil de douleur a été relevé de 27%. Cette augmentation peut être partiellement bloquée par le naloxone. **Ernst et al, Acupunct Electrother Res 1987**

Une étude britannique randomisée et contrôlée avec groupe placebo ($n = 51$) a étudié l'effet de l'acupuncture sur **GI-4** en tant que **technique analgésique en chirurgie dentaire**. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe placebo. **Taub et al, Oral Surg Oral Med Oral Pathol 1979**

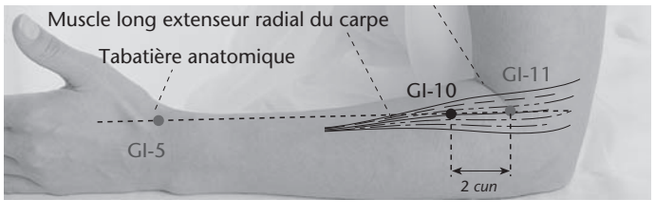
Une étude non randomisée contrôlée avec groupe placebo ($n = 40$) a étudié l'effet de l'acupuncture sur **GI-4** sur le **seuil de douleur postopératoire en chirurgie dentaire** par rapport à celui obtenu avec de la codéine. À la fois l'utilisation de l'acupuncture et celle de la codéine ont donné des résultats significativement meilleurs que ceux du groupe placebo. C'est l'association des deux (acupuncture et codéine) qui a permis d'avoir l'effet le plus fort. **Sung et al, Anesth Analg 1977**

Une étude autrichienne en simple aveugle avec un groupe contrôle recevant un traitement factice ($n = 12$) a mesuré l'effet de **GI-4** et de **MC-6** sur le **seuil de douleur et de tolérance à la douleur**. Par rapport au groupe ayant reçu une acupuncture factice, l'acupuncture effective a permis d'augmenter significativement le seuil de douleur. **Stacher et al, Am J Chin Med 1975**

GI-5 → MC-5

GI-6 → MC-5

GI-7 → MC-5



GI-10 → GI-4 ; DM-12 ; E-36

Une étude suédoise randomisée et contrôlée, en double aveugle ($n = 49$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture au laser sur **GI-10, GI-11, GI-12, P-5** et **TR-5** dans l'**épicondylite humérale latérale (tennis elbow)**. Aucune différence significative n'est apparue à une dose de 0,36 J/point. **Haker et al, Pain 1990**



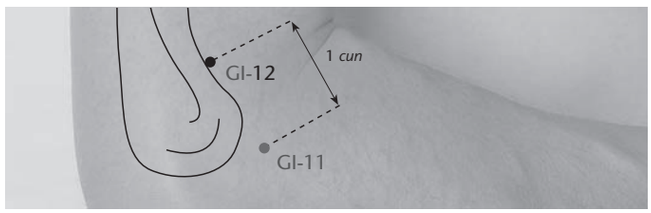
GI-11 → GI-4 ; E-36 ; F-3 ; GI-10 ; GI-15

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée avec groupe placebo ($n = 40$) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **GI-11** sur un **prurit urémique**. Les résultats fournis par les questionnaires montrent que seule l'acupuncture effective sur **GI-11** a permis de réduire ce prurit sur une durée de trois mois. Les taux d'urémie, quant à eux, sont restés inchangés. **Che-yi et al, Nephro Dial Transplant 2005**

Un test expérimental allemand randomisé et contrôlé, réalisé en simple aveugle avec groupe placebo ($n = 22$), a étudié les effets de **GI-11** sur le **système immunitaire phagocytaire**. Évaluée selon les paramètres de laboratoire, l'**activité des neutrophiles** s'est révélée significativement plus forte dans le groupe étudié. **Karst et al, Complement Ther Med 2003**

Une étude longitudinale suédoise, non randomisée, en simple aveugle et avec groupe placebo, s'est intéressée aux effets de l'électro-acupuncture sur **GI-11** et **GI-4** sur l'**activité du nerf sympathique** et le **seuil de douleur**. Seule, l'électro-acupuncture sur ces deux points a repoussé le seuil de douleur et s'est accompagnée d'une activité accrue du nerf sympathique. **Knardahl et al, Pain 1998**

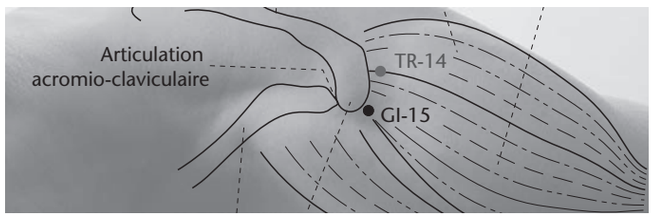
Une étude suédoise randomisée et contrôlée, en simple aveugle avec groupe placebo ($n = 58$), a étudié les effets de l'acupuncture au laser sur **GI-11** et **GI-12** dans l'**épicondylite humérale latérale (tennis elbow)** par rapport à l'application du laser sur la zone douloureuse. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe placebo. **Haker et al, Arch Phys Med Rehabil 1991**



GI-12 → GI-11 ; GI-10

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 64$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **GI-12, TR-5, VB-30** et **E-36** accompagnée d'une médication dans un **infarcissement cérébral aigu** sur les taux de plasma et de somatostatine du liquide céphalorachidien (LCR). Le groupe contrôle a uniquement reçu les médicaments. À la fois les taux de plasma et de somatostatine du liquide céphalorachidien (LCR) ont augmenté de façon significative dans le groupe traité en plus par acupuncture. **Zhang et al, J Tradit Chin Med 1999**

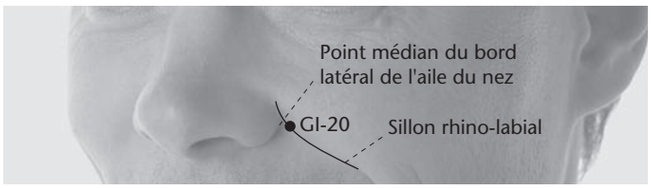
Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 64$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **GI-12, TR-5, VB-30** et **E-36** sur les taux de plasma et de liquide céphalorachidien (LCR) du VIP (vasoactive intestinal peptide), de somatostatine et polypeptide pancréatique en cas d'**infarcissement cérébral aigu**. Le taux de VIP du LCR a chuté de façon significative alors que le taux de polypeptide pancréatique du plasma s'est accru de façon significative. **Zhang et al, Zhen Ci Yan Jiu 1996**



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

GI-15 Une étude taïwanaise randomisée qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 150$) s'est intéressée aux effets de l'électro-acupuncture sur **GI-15, VB-21** et ***jianneiling*** (point HM) avec ou sans bloc nerveux régional (ganglion stellaire et plexus sus-scapulaire) sur l'**épaule gelée** (**capsulite rétractile**) et l'a comparé à la seule installation d'un bloc nerveux régional. C'est l'association de l'électro-acupuncture et du bloc nerveux régional qui a produit la diminution de la douleur et la durée du soulagement les plus significatives tout en permettant une amélioration de l'amplitude du mouvement de l'épaule. **Lin et al, Acta Anaesthesiol Sin 1994**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, non réalisée en aveugle ($n = 63$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **GI-15, GI-11, GI-4, VB-30, VB-34, VB-37, F-3, VB-20, E-25, E-40, E-36, Rte-6** et **Rn-3** sur les symptômes d'**infarcissement cérébral** par rapport au traitement par vérapamil, antagoniste des canaux calciques lents. L'efficacité du groupe traité par acupuncture s'est révélée être de 94% contre 84% dans le groupe traité par vérapamil. Cette différence est statistiquement significative. Le choix d'un antagoniste des canaux calciques lents semble toutefois étonnant dans cette indication. **Zou et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1990**



GI-20 → VB-14

Une étude britannique randomisée et contrôlée ($n = 20$) a étudié l'effet d'un massage de 30 secondes sur **GI-20** sur le **passage de l'air dans le nez** par rapport à un groupe non traité. Les symptômes ont été significativement améliorés dans le groupe traité par massage. **Takeuchi et al, Am J Rhinol 1999**

Méridien de l'Estomac



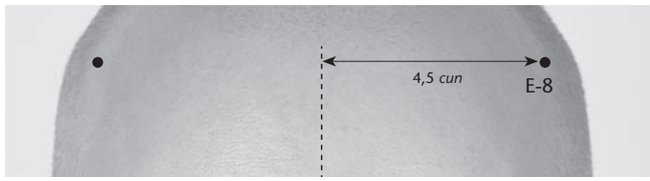
E-2 → VB-14

Un test expérimental non randomisé ($n = 33$) s'est intéressé aux effets de l'acupuncture et de l'électro-acupuncture sur **E-2, GI-4** et **E-44** sur une **douleur dentaire** provoquée. Alors que les deux procédures ont fait reculer le seuil de douleur, la modification n'a pas été suffisante pour prouver que l'acupuncture comme moyen de contrôle de la douleur était significativement efficace en chirurgie dentaire. **Bakke, Scand J Dent Res 1976**

E-4 → VB-14

E-6 → VB-14, GI-4

E-7 → GI-4



E-8 Une grande étude randomisée multi-centres avec groupe contrôle ($n = 120$) qui s'est intéressée à des patients souffrant de migraine sans aura a prouvé que l'acupuncture sur **E-8, VB-5, VB-20, DM-14** et **P-7** était significativement plus efficace que la thérapie médicamenteuse traditionnelle quant à la fréquence et la durée des crises de migraine, et quant au nombre de jours de maladie. Les auteurs ont calculé qu'en traitant la migraine par l'acupuncture, le système de santé italien pourrait économiser 0,5 milliards d'euros par an. **Liguori et al, J Tradit Chin Med 2000**

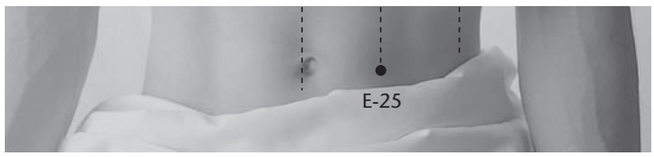
Une étude clinique bulgare ($n = 35$) a constaté que les céphalées consécutives à une césarienne avec anesthésie péridurale étaient traitées avec succès grâce à l'acupuncture pratiquée sur **E-8, GI-4, VB-11, VB-14, V-10, DM-14** et **DM-20** pendant 1 à 3 séances. **Tsenov, Akush Ginekol (Sofia) 1996**

Une étude suédoise avec groupe placebo a étudié l'effet de l'électro-acupuncture intra-segmentale (**E-8**) et extra-segmentale (**GI-4**) sur les seuils de sensibilité sensorielle. Seul le **seuil de douleur** a pu être positivement modifié, et ce uniquement grâce à l'acupuncture intra-segmentale sur **E-8**. **Lundeberg et al, Am J Chin Med 1989**

E-18 → VB-14 ; DM-1

E-20 → TR-8

E-20 → DM-20



E-25 → DM-1 ; DM-20 ; GI-4 ; GI-15

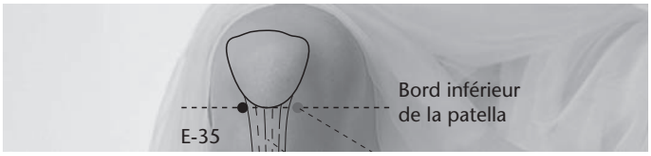
Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 62$) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture et de la moxibustion sur **E-25** et **RM-4** pour traiter la colite chronique, comparés à ceux d'un traitement médicamenteux moderne. Le groupe traité par acupuncture a montré des résultats thérapeutiques similaires mais avec des effets secondaires moindres. **Yang et al, J Tradit Chin Med 1999**

E-32 → VB-31

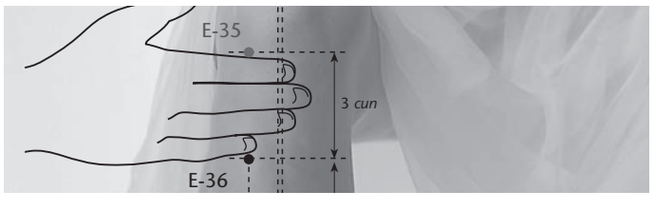
E-34 → E-36, Rte-9

E-35 Une étude chinoise à long terme, randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle ($n = 24$), a étudié les effets de l'électro-acupuncture et de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **E-35** et ***neixiyan*** (point HM) (huit séances sur une

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



période de deux semaines) sur des patients âgés (moyenne d'âge de 85 ans) souffrant d'**arthrose douloureuse du genou**. On a comparé les résultats avec ceux obtenus par un traitement conventionnel de cette pathologie. À la fois l'électro-acupuncture et la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) ont montré une diminution significative de la douleur. L'électro-acupuncture a même aussi eu un effet sur l'amplitude de mouvement du genou. **Ng et al, Altern Complement Med 2003**



E-36 → GI-4 ; V-27 ; MC-6 ; TR-8 ; VB-26 ; VB-31 ; DM-1 ; *weiwanxiashu* (point HM) ; DM-4 ; DM-20 ; F-3 ; Rte-9 ; V-60 ; GI-12 ; GI-15 ; RM-17

Une étude iranienne randomisée et contrôlée avec placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 51$), a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **E-36** et **E-38** sur l'**hypotension sous anesthésie générale avec halothane** provoquée par la nitroglycérine. Avec l'insertion d'aiguilles sur les points ci-dessus, la pression artérielle moyenne s'est révélée significativement plus faible (60 vs 66 mmHg). L'effet de l'acupuncture a été significativement plus grand avec des dosages de nitroglycérine plus faibles qu'avec des doses fortes. De plus, le temps nécessaire pour atteindre la pression artérielle moyenne s'est montré significativement plus court (10 vs 15,8 minutes) et la qualité d'ischémie opérative excellente (83% des sujets par rapport à 25% dans le groupe placebo). **Saghaei M. et al, Acta Anaesthesiol Taiwan 2005**

Un test expérimental américain qui n'a pas été réalisé en aveugle a cherché à savoir si la réaction suscitée par une insertion d'aiguille sur **E-36** pouvait être mise en évidence grâce à l'**imagerie par résonance magnétique fonctionnelle** (IRMf). Les structures limbique et para-limbique des régions corticale et sub-corticale du télencéphale, du diencéphale, du tronc cérébral et du cervelet ont toutes été activées par acupuncture. **Hui et al, Neuroimage 2005**

Une étude randomisée et contrôlée avec placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 13$) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **E-36** sur la **variabilité du rythme cardiaque** chez des sujets sains. Aucun effet spécifique dû à l'acupuncture n'a pu être constaté. **Chang et al, Am J Chin Med 2005**

Une étude croisée allemande, randomisée et contrôlée avec placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 10$), s'est intéressée aux effets de **E-36, GI-11, Rte-10** et **DM-14** sur la **circulation des leucocytes** chez des sujets jeunes sains. On a noté une diminution significative des valeurs des leucocytes et des lymphocytes dans le groupe soumis à l'acupuncture alors que les taux de cortisol et de noradrénaline restaient inchangés. **Kou et al, Brain Behav Immun 2005**

Une étude américaine, non randomisée et contrôlée avec placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 7$), a cherché à savoir si les effets de l'électro-acupuncture sur **E-36, Rte-6, E-34** et **GI-4** avant et pendant la phase d'induction d'une anesthésie générale (desflurane) avaient une influence sur les **besoins en anesthésiques** comparés à ceux du groupe contrôle. Aucune diminution de la douleur n'a été constatée dans le groupe ainsi traité. **Chernyak et al, Anesth Analg 2005**

Une étude croisée taïwanaise, randomisée et contrôlée avec placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 15$) s'est demandée si l'électro-acupuncture sur **E-36** pouvait normaliser la dysrythmie gastrique induite à l'atropine. Alors que le pourcentage de la fréquence normale s'est accru significativement, la **dysrythmie gastrique induite à l'atropine** n'a pas été normalisée par l'électro-acupuncture (aucune différence significative sur l'électroencéphalogramme). **Chang et al, Dig Dis Sci 2002**

Une étude taïwanaise, randomisée et contrôlée ($n = 15$) s'est intéressée aux effets de l'électro-acupuncture sur **E-36** sur la **régularité gastrique myo-électrique**. On a constaté une diminution significative du rythme tachy-gastrique et brady-gastrique pendant la stimulation de **E-36** par l'électro-acupuncture. **Chang et al, Digestion 2002**

Un test expérimental taïwanais, randomisé et contrôlé avec groupe recevant une acupuncture factice ($n = 100$) s'est intéressé aux effets de l'électro-acupuncture sur **E-36** sur **la douleur postopératoire et les effets secondaires liés aux opioïdes**. La douleur postopératoire, les besoins en morphine (analgésie contrôlée par le patient), les nausées et les sensations vertigineuses qu'elle provoque ont tous été significativement réduits. **Lin et al, Pain 2002**

Une étude américaine randomisée en double aveugle avec un groupe recevant une acupuncture factice ($n = 14$) à cherché à savoir si l'électro-acupuncture sur **E-36, VB-34** et **V-60** pouvait réduire les besoins en produits anesthésiques (desflurane) sur une **douleur provoquée expérimentalement**. La stimulation électrique de ces points n'a pas réduit les besoins en desflurane par rapport à ceux du groupe contrôle. **Morioka et al, Anesth Analg 2002**

Une étude prospective de cas cliniques taïwanaise ($n = 15$) s'est intéressée aux effets de l'électro-acupuncture bilatérale sur **E-36** sur les ondes gastriques lentes chez des **patients diabétiques** avec des symptômes suggérant un **dysfonctionnement moteur gastrique**. Les modifications de l'activité gastrique ont été mesurées par électrogastrogramme. On a constaté une augmentation significative des pourcentages de la fréquence normale pendant et après l'acupuncture. De plus, le pourcentage de la fréquence tachy-gastrique a diminué significativement pendant et après l'acupuncture. **Chang et al, Digestion 2001**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Une étude chinoise de cas cliniques ($n = 104$) confirme que l'acupuncture avec injection sur **E-36** a été efficace sur la **leucopénie induite par la chimiothérapie**. **Yin et al, J Tradit Chin Med 2001**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 26$), a étudié les effets de l'acupuncture sur **E-36** associée à l'auriculo-acupuncture sur le **péristaltisme** dans le cadre de la récupération postopératoire des fonctions intestinales après chirurgie abdominale. 92% des patients du groupe traité ont retrouvé un péristaltisme normal en l'espace de 72 heures contre 46% des patients du groupe contrôle. **Wan et al, J Tradit Chin Med, 2000**

Une étude pilote américaine randomisée et contrôlée ($n = 17$) s'est intéressée aux effets de l'acupressure sur **E-36** et **MC-6** sur l'intensité et la fréquence des nausées chez des personnes soumises à une **chimiothérapie pour traiter un cancer du sein**. À la fois la fréquence et l'intensité des nausées ont baissé significativement dans le groupe traité par rapport au groupe contrôle. **Dibble et al, Oncol Nurs Forum 2000**

Un test expérimental italien randomisé et contrôlé ($n = 120$) s'est intéressé aux effets de l'acupuncture sur **E-36** et **GI-4** quant aux modifications des taux de béta-endorphines et autres paramètres (VIP, sous-ensembles de lymphocytes, cellules NK et activité de phagocytose des monocytes) chez des patients souffrant de **divers troubles douloureux chroniques**. Ces modifications ont été comparées à celles d'un groupe contrôle ne recevant aucun traitement. Dans le groupe traité par acupuncture uniquement, les taux d'endorphine, les valeurs de la CD3 et de la CD4, et l'activité de phagocytose des monocytes ont augmenté pendant au moins 24 heures après le traitement. Dans le même temps, on a observé une augmentation des valeurs de la CD8. **Petti et al, J Tradit Chin Med 1998**

Une étude chinoise rétrospective de cas cliniques confirme qu'on obtient de bons résultats dans le traitement de la **leucopénie** par l'acupuncture sur **E-36**. **Wei, J Tradit Chin Med 1998**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée avec un groupe recevant une acupuncture factice ($n = 18$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **E-36** et **GI-4** sur les circuits du système nerveux central grâce à une imagerie par résonance magnétique fonctionnelle du cerveau. Outre une réduction significative de la fréquence cardiaque, l'acupuncture sur ces deux points a abouti à une activation de l'hypothalamus et du nucleus accumbens (structures du circuit descendant antinociceptif) et une désactivation de l'aire cingulaire antérieure, de l'amygdale et l'hippocampe (aire limbiques responsables de la reconnaissance de la douleur). Cette étude fournit donc des explications sur l'**effet de réduction de la douleur de l'acupuncture**. **Wu et al, Radiology 1999**

Un test expérimental longitudinal réalisé en simple aveugle avec un groupe recevant une acupuncture factice ($n = 13$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **E-36** seul, comparé aux effets de l'acupuncture sur **E-36** et **GI-10** sur les **potentiels auditifs endogènes** (P300). Les effets constatés se sont révélés identiques dans les deux traitements par acupuncture. Par contre, contrairement au groupe qui avait reçu une acupuncture factice, on a observé une diminution de l'amplitude du P300. **Hsieh et al, Am J Chin Med 1998**

Une étude américaine randomisée en simple aveugle avec un groupe recevant une acupuncture factice ($n = 100$) s'est intéressée aux effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **E-36** sur les **besoins en analgésiques opioïdes** dans le cadre d'une analgésie contrôlée par la patiente à la suite d'une hystérectomie ou d'une myomectomie, comparée à une stimulation par TENS du dermatome autour de l'incision. La TENS du dermatome au niveau l'incision s'est révélée aussi efficace que la stimulation de **E-36**, ces deux techniques étant plus efficaces que la stimulation reçue dans le groupe traité par acupuncture sur un point factice. **Chen et al, Anesth Analg 1998**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 69$) a comparé une soi-disant immunothérapie sur **E-36** à une désensibilisation conventionnelle de patients souffrant d'**asthme anaphylactique**. Les résultats obtenus dans le groupe traité par acupuncture se sont révélés être significativement meilleurs, à la fois pour ce qui est des paramètres cliniques et des paramètres immunohistochimiques. **Chen et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1996**

Une étude mongole randomisée et contrôlée ($n = 48$) a comparé les effets de l'acupuncture sur **E-36** et **MC-6** associés à une anesthésie épidurale à une anesthésie épidurale seule dans les gastrectomies subtotales. Le groupe traité par acupuncture, tout en nécessitant une quantité d'anesthésiant moindre, a connu un effet analgésique plus fort, un relâchement plus grand des muscles abdominaux et des perturbations hémodynamiques plus faibles. **Sun, Zhen Ci Yan Jiu 1996**

Un test expérimental américain randomisé et contrôlé ($n = 11$) a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **E-36** et **E-37** sur la **circulation sanguine périphérique** et l'**hémodynamique**. Vingt minutes de TENS sur des sujets sains n'ont pas produit de modifications significatives des paramètres mesurés. **Balogun et al, Disabil Rehabil 1996**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée, avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle, s'est intéressée à l'influence de **E-36** sur le spectre du pouls. Les résultats ont montré que l'acupuncture sur **E-36** avait un effet spécifique sur les transformées de Fourier du pouls : C2 et C4 ont diminué alors que C5, C6, C8 et C9 ont augmenté. Cette fréquence spécifique ne se retrouve pas lorsque l'acupuncture est effectuée sur des points qui ne sont pas des points d'acupuncture. **Wang et al, Am J Chin Med 1995**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 45$) s'est intéressée à l'action de **E-36, GI-11** et **Rn-6** sur l'immunoactivité des cellules tueuses (NK) et le taux des interleukines 2 dans des tumeurs malignes. Après un traitement quotidien de 30 minutes pendant 10 jours, les paramètres du groupe étudié ont augmenté significativement par rapport à ceux du groupe témoin. **Wu et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1994**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 80$) a comparé l'**anesthésie avec électro-acupuncture** sur **E-36** et **GI-4** à l'anesthésie péridurale dans les **appendicectomies**. Les opérations ont connues le même succès dans les deux groupes sans

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

différence significative quant au taux de réussite. **Sun et al, Zhen Ci Yan Jiu 1992**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 39$) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **E-36** et **Rte-6** sur le **transit intestinal à la suite d'une chirurgie abdominale**. Dans le groupe traité par acupuncture, le premier transit intestinal postopératoire est intervenu après environ 58 heures contre 86 heures dans le groupe contrôle. **Liu et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1991**

E-37 → E-36

E-38 → VB-34 ; E-36

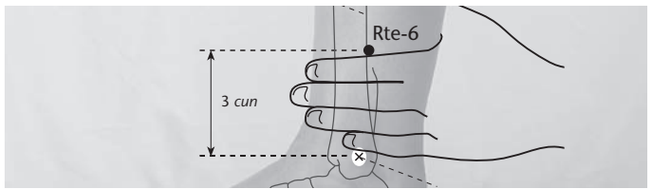
E-40 → GI-15

E-44 → GI-4 ; E-2

Méridien de la Rate

Rte-1 Un test expérimental américain ($n = 13$) s'est intéressé aux effets de l'électro-acupuncture sur **Rte-1** et **F-1** sur le **seuil de douleur liée à la chaleur**. Le seuil de douleur a décru significativement 30 secondes après le début de l'acupuncture. Les auteurs ont émis l'hypothèse que l'électro-acupuncture sur les points cités ci-dessus avait un effet d'inhibition sur les fibres afférentes C ; l'apport analgésique observé est très probablement lié aux fibres afférentes A-delta. **Leung et al, J Altern Complement Med 2005**

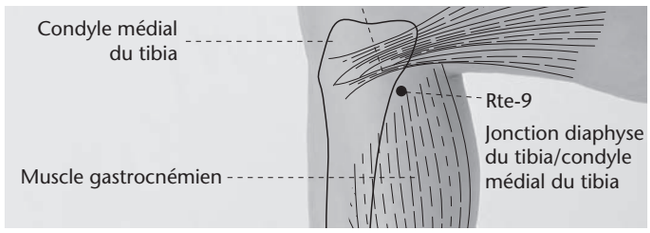
Rte-4 → DM-4 ; MC-6 ; GI-4



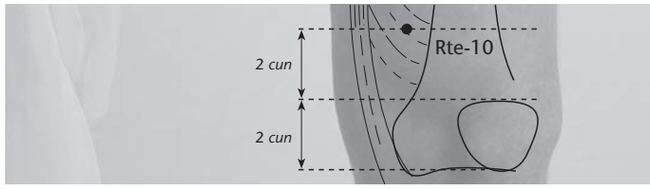
Rte-6 → E-36 ; GI-4 ; MC-6 ; VB-26 ; DM-4 ; DM-20 ; F-3 ; GI-15

Dans une étude comparative randomisée et double aveugle ($n = 56$), des patients souffrant de **cystite interstitielle** ont été soumis à une thérapie au laser sur **Rte-6** effectuée quotidiennement à domicile, pendant 30 secondes, sur une période de 12 semaines. Aucune différence significative n'a été constatée entre les deux groupes. **O'Reilly et al, J Urol 2004**

Une étude australienne randomisée et contrôlée, avec groupe placebo ($n = 20$), a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **Rte-6** et **F-3** sur les **contractions utérines** chez des femmes enceintes ayant dépassé le terme. On a noté une augmentation significative de la fréquence et de la force des contractions dans le groupe traité par TENS par rapport au groupe placebo. **Dunn et al, Obstet Gynecol 1989**



Rte-9 Une étude britannique randomisée et contrôlée réalisée en aveugle ($n = 44$) s'est intéressée à l'influence de l'acupuncture unilatérale vs bilatérale pratiquée sur **Rte-9, Rte-10, E-34, E-36** et **GI-4** chez des patients souffrant d'une **arthrose avancée du genou**. Les symptômes ont été significativement améliorés dans les deux groupes. Cette amélioration a duré six mois. Aucune différence significative n'a été constatée entre les deux groupes. **Tillu et al, Acupunct Med 2001**



Rte-10 → Rte-9 ; E-36 ; RM-17

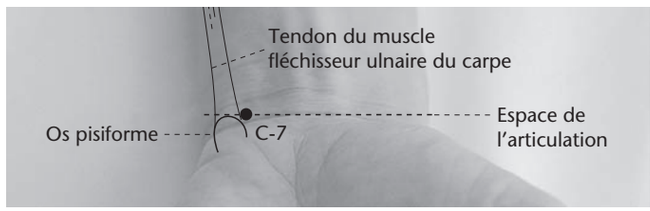
Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 62$) s'est intéressée à l'effet de l'application de microondes K millimétriques sur **Rte-10** et **V-17** sur la **leucopénie provoquée par la chimiothérapie chez des patients atteint d'un cancer des voies gastro-intestinales**. Un groupe a reçu une irradiation avant le début de la chimiothérapie et l'autre uniquement une fois la leucopénie provoquée par la chimiothérapie constatée. Commencer les irradiations avant le début de la chimiothérapie a donné des effets significativement meilleurs (86% contre 73% dans le cadre d'une irradiation plus tardive). **Wu et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1997**

Rte-12 → DM-4

Méridien du Cœur

C-3 → MC-6

C-5 → MC-6



C-7 → VB-26 ; DM-4 ; DM-20 ; IG-3 ; MC-6

Une étude allemande randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 36$), a étudié les effets de **C-7, MC-6, DM-20, V-62** et ***erjian*** (point HM) sur le système nerveux autonome et le rythme cardiaque de patients souffrant d'une **dépression mineure et de troubles anxieux**. Seul, le groupe traité par acupuncture a montré une augmentation relative de la modulation de l'activité cardiovagale du rythme cardiaque. **Agelink et al, Fortschr Neurol Psychiatr 2003**

Une étude pilote britannique ($n = 17$) a considéré les effets de **C-7** sur certains **paramètres de stress** et a constaté une diminution moyenne de 44% de ceux-ci (évalués selon l'échelle

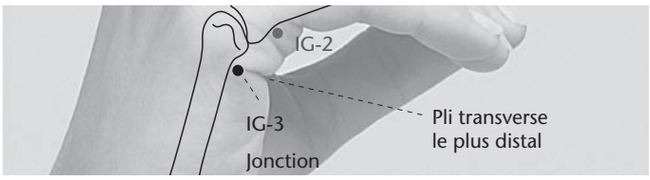
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

de dépression postnatale d'Édinbourg (EPDS)). **Chan et al, Acupunct Med 2002**

C-8 → P-10

C-9 → DM-4

Méridien de l'Intestin Grêle

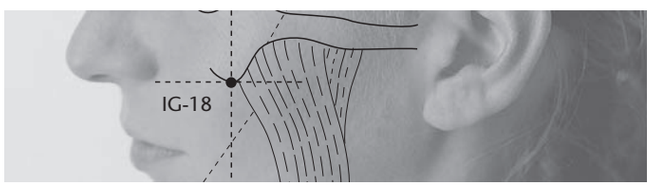


IG-3 → P-10 ; DM-12

Une étude taïwanaise à grande échelle, randomisée et contrôlée (n = 100) a démontré qu'il y avait une amélioration significative des fonctions neurologiques de patients atteints d'une **lésion grave de la moelle épinière** (niveaux A et B de l'échelle de déficience ASIA) après l'application de l'électro-acupuncture sur **IG-3** et **V-62** associée à l'auriculothérapie, par rapport au groupe contrôle ne bénéficiant que d'une rééducation conventionnelle. **Wong et al, Am J Phys Med Rehabil 2003**

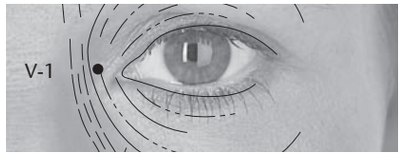
Une étude pilote non contrôlée (n = 18) a trouvé que le traitement du **torticolis aigu** par une seule séance d'acupuncture sur **IG-3** et ***luozhen*** (point HM) piqués du même côté amenait une amélioration moyenne de la rotation latérale de la tête de 53%. **Samuels N, Am J Chin Med 2003**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée (n = 62) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **IG-3** et **C-7** chez des patients souffrant de **démence traumatique** par rapport aux effets de la kinésithérapie conventionnelle. Des modifications significatives des scores MMSE (Mini Mental State Examination) et des valeurs des potentiels auditifs endogènes (P300) ont été constatées uniquement dans le groupe traité par acupuncture. **Zhang et al, Zhen Ci Yan Jiu 1996 and Zhanget al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1995**



IG-18 Une étude chinoise randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle (n = 42) a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **IG-18**, ***yuyao*** (point HM), **VB-20** et **GI-4** sur l'**hypotension contrôlée induite** par isoflurane pour limiter une **perte de sang** au cours d'une **opération du cerveau**. La concentration d'isoflurane nécessaire pour arriver à contrôler l'hypotension a été significativement réduite de 31 à 42% par rapport au groupe contrôle. **Wang et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2000**

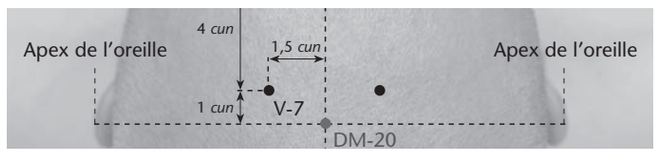
Méridien de la Vessie



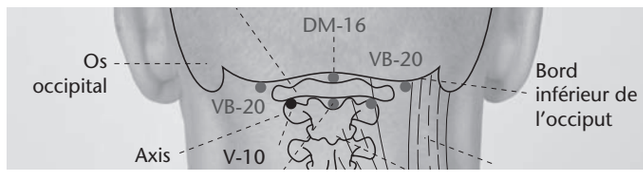
V-1 → VB-14

Une étude comparative non randomisée avec groupe contrôle (n = 34) a étudié les effets de l'acupuncture avec aiguilles chaudes sur **V-1** chez des patients souffrant d'un **épiphora** dû au dysfonctionnement du canal lacrymal. L'amélioration a été significativement plus forte dans le groupe ainsi traité (92% vs 54%) par rapport au groupe contrôle uniquement traité par irrigation du canal lacrymal ou collyre à base de norfloxacine. **Ni et al, J Tradit Chin Med 2002**

Une étude de cas cliniques chinoise évoque le traitement de l'**épiphora** dû à une **insuffisance de l'écoulement lacrymal** par une insertion d'aiguille sur **V-1**. Sur 68 yeux traités dans un groupe de 42 patients, 28 yeux ont été guéris et 35 ont connu une amélioration. 34 yeux se sont améliorés après une seule séance. **Ni Y et al, J Tradit Chin Med 1999**



V-7 Un test expérimental chinois effectué en 1988 a pour la première fois évoqué l'action possible de **V-7**, **VB-6** et ***sishencong*** (points HM) sur l'**hémiplégie** grâce aux modifications de la microcirculation dans la matrice de l'ongle. **Shun et al, Zhen Ci Yan Jiu 1988**

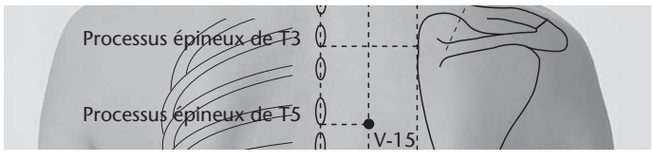


V-10 → E-8

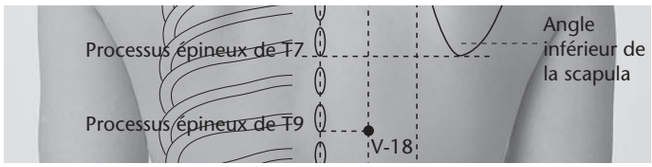
Une étude contrôlée avec groupe placebo qui n'a pas été réalisé en aveugle (n = 65) a étudié les effets d'aiguilles semi-permanentes placées sur **V-10, V-11** et **VB-34** chez des enfants, la nuit précédant une opération chirurgicale destinée à rectifier leur **strabisme**, pour prévenir **les nausées et les vomissements post-opératoires**. Les nausées et les vomissements ont été réduits de 50% par rapport au groupe placebo au cours de la totalité de la phase postopératoire. Le point **MC-6**, déjà largement étudié, n'a pas toujours réussi à prévenir les nausées dans ce type de chirurgie. **Chu et al, Acta Anaesthesiol Sin 1998**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

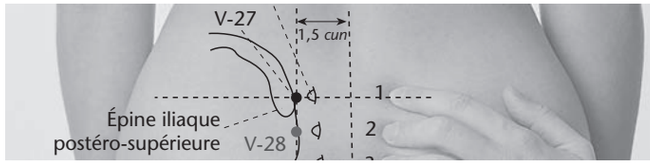
V-11 → DM-12 ; V-10 ; GI-4 ; *dingchuan* (point HM)
V-12 → *dingchuan* (point HM)
V-13 → *dingchuan* (point HM) ; DM-14



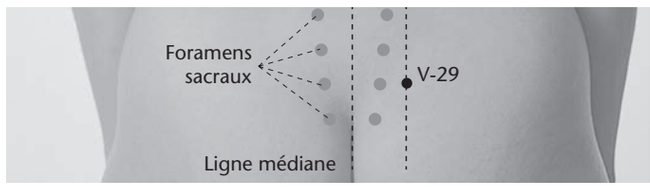
V-15 → *dingchuan* (point HM) ; MC-6
Dans une expérience sur des animaux, on a constaté que la moxibustion sur **V-27** était capable de diminuer l'excrétion rénale de Na^+ tout en réduisant le volume urinaire. La pression sanguine systolique est restée inchangée alors que les taux d'aldostérone et de peptides natriurétiques atriaux (ANP) du plasma ont diminué. Par contre, la moxibustion sur **V-15** a fait augmenter le volume urinaire tout en réduisant l'excrétion rénale de Na^+ et en diminuant la pression sanguine systolique. Ces résultats laissent à penser que **V-15** et **V-27** pourraient être utilisés dans certaines formes d'**hypertension**. **Lee et al, Am J Chin Med 1997**
V-17 → Rte-10



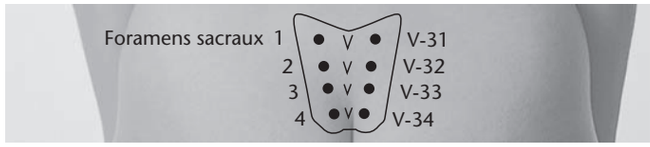
V-18 → V-23
Une étude japonaise randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 189$), a étudié les effets de l'acupuncture intradermique sur **V-18, V-19, V-20, V-21, V-22, V-23, V-24, V-25** et **V-26** sur les **besoins en analgésiques, les nausées et les vomissements**, de même que sur les marqueurs de stress après une **chirurgie abdominale**. Dès la salle de réveil et jusqu'au deuxième jour après l'opération, la douleur au niveau de la cicatrice à la fois au repos et lorsque la personne tousse a été significativement plus faible dans le groupe effectivement traité que dans le groupe contrôle. Les besoins en morphine par péridurale ont également été moins importants (seulement 50%). Les nausées et les vomissements ont aussi significativement reculé (de 20 à 30%). Les concentrations de cortisol et d'épinéphrine du plasma ont été diminuées de 30 à 50% dans le groupe traité par acupuncture au réveil et au cours du premier jour suivant l'opération. C'est une étude des plus fiables grâce à l'excellence de sa méthodologie. **Kotani et al, Anesthesiology 2001**
V-19 → V-18
V-20 → GI-4 ; DM-1 ; V-18 ; DM-14 ; MC-6
V-21 → V-18
V-22 → V-18 ; *huatuojiaji* (points HM)
V-23 → GI-4 ; DM-4 ; DM-20 ; V-18 ; DM-14
V-24 → GI-4 ; V-18
V-25 → GI-4 ; V-18 ; *huatuojiaji* (points HM)
V-26 → GI-4 ; V-18



V-27 → GI-4 ; V-15
Un test expérimental allemand randomisé avec groupe placebo ($n = 42$) a comparé les effets de l'acupuncture sur **V-27** sur la réduction de la douleur à ceux d'un point de la nouvelle acupuncture du crâne de Yamamoto (YNSA). Des stimuli douloureux ont été exercés sur le **bord supérieur du calcanéus**. La différence de réduction de la douleur entre le groupe traité par acupuncture et le groupe traité par YNSA s'est révélée hautement significative. On a aussi constaté des différences significatives entre le groupe effectivement traité et le groupe recevant un placebo. **V-27** pourrait donc se révéler être un point utile pour traiter la douleur du calcanéus. **Ogal et al, Anasthesiol Intensivmed Notfallmed Schmerzther 2002**
Dans une expérience sur des animaux, on a étudié les effets de l'acupuncture sur la motilité intestinale (duodénum) de 15 chiens sains. L'électro-acupuncture appliquée sur **V-27** a diminué la fréquence de la motilité intestinale de 31% pendant la stimulation de ce point et une augmentation de 18% après cette stimulation. L'électro-acupuncture appliquée sur **E-36** a conduit à un résultat opposé, à savoir un accroissement de 20% pendant la stimulation et une baisse de 7% après la stimulation. D'après ces résultats, on pourrait utiliser **V-27** en cas d'**iléus paralytique** ou de **constipation**, alors que E-36 pourrait servir à traiter **les gonflements, le ténesme et la diarrhée**. **Choi et al, J Vet Sci 2001**
V-28 → GI-4 ; DM-4

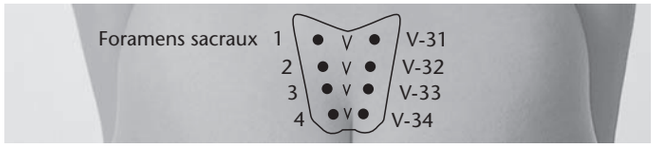


V-29 Il n'existe qu'une étude limitée de cas cliniques décrivant divers troubles. Celle-ci a une valeur plus pédagogique qu'autre chose. **Chen Y, J Tradit Chin Med 2002**



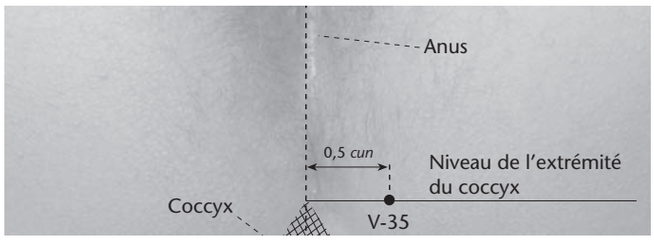
V-32 → DM-4 ; RM-3
Une étude chinoise à moyenne échelle concernant des cas cliniques ($n = 30$) fait état du succès du traitement par électro-acupuncture sur **V-35** et **V-32** de l'**incontinence urinaire et fécale** due à une lésion nerveuse. **Yang et al, J Tradit Chin Med 2003**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



V-33 Une étude de cas cliniques japonaise ($n = 10$) signale une réduction significative de la douleur dans le **syndrome de douleur pelvienne chronique** avec **congestion veineuse pelvienne** grâce à l'insertion bilatérale d'aiguilles sur **V-33** (aiguilles laissées en place 10 minutes et tournées manuellement). **Honjo et al, Int J Urol 2004**

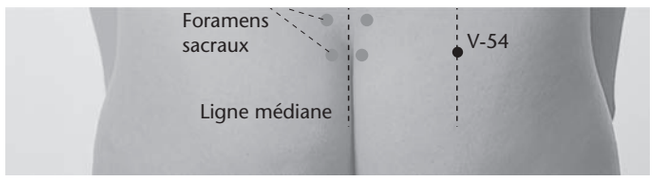
Une étude prospective de cas cliniques japonaise ($n = 13$) a recherché les effets de l'acupuncture bilatérale sur **V-33** sur la cystométrie et l'incontinence chez des **patients présentant une lésion de la moelle épinière**. L'incontinence a complètement disparu dans 15% des cas et elle a diminué de 50% ou moins dans 46% de cas. La capacité cystométrique maximum de la vessie s'est significativement accrue de 75 ml à 148 ml. La cystométrie répétée un mois après le dernier traitement par acupuncture chez six patients a montré une augmentation moyenne de la capacité de la vessie de 187 ml. **Honjo et al, Urol Int 2000**



V-35 → V-29 ; V-32

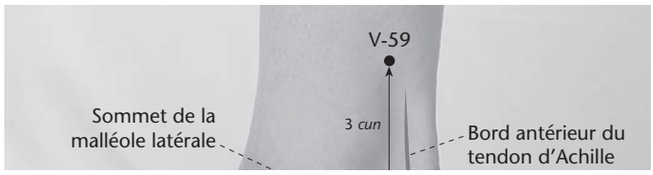
Une étude chinoise à grande échelle concernant des cas cliniques ($n = 103$) fait état du succès du traitement par acupuncture classique sur **V-35** de la **rétention urinaire du post-partum**. **Li et al, J Tradit Chin Med 1996**

V-47 → GI-4

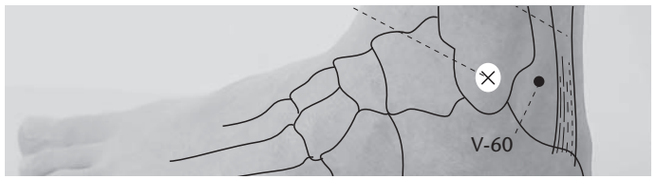


V-54 → DM-3

Une étude chinoise à grande échelle concernant des cas cliniques ($n = 100$) fait état du succès du traitement par acupuncture sur **V-54** de la **douleur lombale**. **Cui, J Tradit Chin Med 1992**



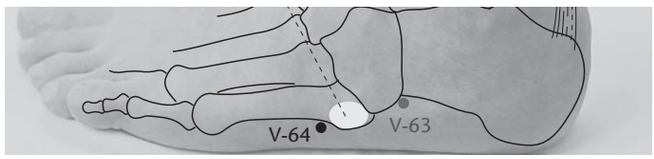
V-59 Une étude chinoise à petite échelle concernant des cas cliniques fait état du succès du traitement par acupuncture sur **V-59** de la **douleur lombale aiguë**. **Hu, J Tradit Chin Med 1993**



V-60 → DM-3 ; E-36 ; GI-4

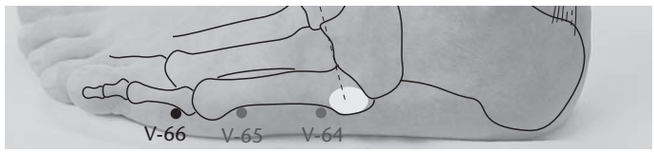
Une étude américaine de cas cliniques ($n = 7$) a constaté les effets positifs révélés par un questionnaire (subjectif) et un réflexe H du tibia (objectif) de l'électro-acupuncture sur **V-60, E-36 Rn-1** et **F-3** sur une **neuropathie liée au SIDA**. Les résultats ont montré une amélioration globale significative des activités fonctionnelles. **Galantino et al, J Altern Complement Med 1999**

V-62 → IG-3 ; C-7 ; DM-20



V-64 Une expérience sur des animaux a montré que l'électro-acupuncture sur **V-64** et **V-65** accroissait l'**activité de l'oxyde nitrique synthase dans les noyaux du tronc cérébral** (nucleus gracilis). **Maat al, Acupunct Electrother Res 2002**

V-65 → V-64



V-66 Un test expérimental mené sur des rats a étudié l'effet antipyrétique de l'acupuncture manuelle sur **V-66** sur la **fièvre** induite par le lipopolysaccharide. L'acupuncture sur ce point a permis de faire baisser la fièvre et de réduire la production des cytokines pro-inflammatoires interleukine-1 béta et interleukine-6 de l'hypothalamus des rats traités. **Son et al, Neurosci Lett 2002**



V-67 Une étude italienne randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle ($n = 123$), a étudié les effets de la moxibustion sur **V-67** sur le taux de conversion de **présentation par le siège**. Cette étude s'est terminée prématurément en raison du nombre important d'abandons des participantes. Jusque là, aucune différence significative n'avait été constatée entre le groupe

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

soumis à la moxibustion et le groupe contrôle. Les auteurs en ont conclu que le traitement par moxibustion n'est pas assez bien accepté par des personnes de culture non asiatique. **Cardini et al, Br J Obstet Gynaecol 2005**

Une étude randomisée et contrôlée ($n = 67$) a montré un taux de conversion de **présentation par le siège** plus élevé dans un groupe traité pendant 30 minutes par la pose d'aiguilles d'acupuncture sur **V-67** (76,4%) par rapport à un groupe non traité (45,4%). **Habek et al, Fetal Diagn Ther 2003**

Une étude randomisée et contrôlée à grande échelle ($n = 260$) a montré un taux de conversion de **présentation par le siège** plus élevé dans un groupe traité par moxibustion sur **V-67** pendant 7 à 14 jours (75,4%) par rapport au groupe contrôle traité de façon conventionnelle (47,7%). **Cardini et al, JAMA 1998**

Une étude à moyenne échelle concernant des cas cliniques ($n = 48$) avec groupe contrôle rétrospectif a montré que l'électroacupuncture sur **V-67** en cas de conversion de **présentation par le siège** avait un taux de réussite de 81,3%. **Li et al, J Tradit Chin Med 1996**

L'acupuncture sur **V-67** a abouti à une augmentation significative du **nombre de cellules c-Fos positives dans le cortex visuel primaire** de bébés rats avec déficit binoculaire à des taux suggérant que **V-67** avait une influence sur l'activité du cortex visuel primaire. **Lee et al, Am J Chin Med 2002**

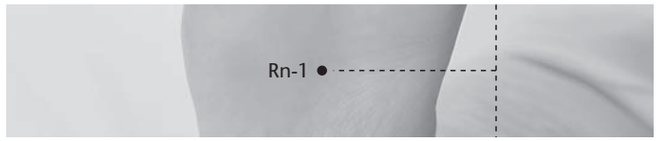
Une étude italienne récente randomisée a étudié les effets de l'acupuncture et de la moxibustion sur **V-67** sur le taux de conversion de **présentation par le siège** chez 240 femmes enceintes. Lors de l'accouchement, le nombre de présentations par le siège était significativement plus faible (37%) dans le groupe traité par rapport au groupe contrôle (54%). En conséquence, la proportion de césariennes dues à une présentation par le siège a aussi baissé de façon significative dans le groupe traité (52% contre 67% dans le groupe contrôle). **Neri et al, J Matern Neonatal Med 2004**

Une étude croate randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 67$), a confirmé l'efficacité de la pose d'aiguilles d'acupuncture sur **V-67** pendant 30 minutes en cas de conversion de **présentation par le siège**. Le taux de succès s'est élevé à 76% alors que celui du groupe non traité par acupuncture était seulement de 45%. Cette différence est hautement significative. **Habek et al, Fetal Diagn Ther 2003**

Une étude autrichienne randomisée avec groupe placebo ($n = 10$) a étudié les effets de l'acupuncture au laser sur **V-67** sur le cortex visuel grâce à une imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf) contrôlant les **modifications neurologiques**. Seule l'acupuncture véritable a réussi à provoquer une activation dans le cunéus (aire de Brodmann BA 18) et le gyrus occipital médial (BA 19). Ces résultats confirment l'utilisation traditionnelle de ce point en cas de troubles ophtalmiques. **Siedentopf et al, Neurosci Lett 2002**

Une étude italienne non randomisée réalisée en simple aveugle avec un groupe recevant une acupuncture factice ($n = 12$ femmes enceintes avec **présentation par le siège**) a prouvé que l'acupuncture sur **V-67** réduisait de façon significative la fréquence cardiaque du fœtus tout en augmentant les mouvements de ce dernier. **Neri et al, J Soc Gynecol Invest 2002**

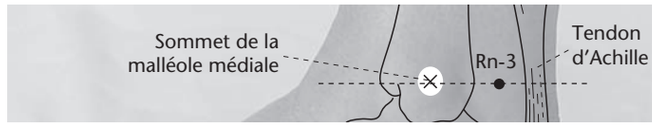
Méridien du Rein



Rn-1 → V-60

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en simple aveugle ($n = 150$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **Rn-1** chez des **enfants souffrant d'asthme vrai** par rapport à un groupe contrôle traité avec des médicaments conventionnels. L'efficacité clinique de l'acupuncture sur **Rn-1** s'est montrée significativement supérieure par rapport aux médicaments (89% vs 64%). De plus, dans le groupe traité par acupuncture, les taux d'éosinophiles et d'immunoglobulines E ont respectivement monté et baissé de façon significative par rapport à ceux du groupe contrôle. **Gao et Zhu, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2005**

Une étude chinoise de cas cliniques a signalé le succès d'une stimulation locale sur **Rn-1** grâce à l'application d'une pâte dans le traitement de l'**hypertension essentielle**. **Gong et al, J Tradit Chin Med 1995**



Rn-3 → DM-4 ; GI-15

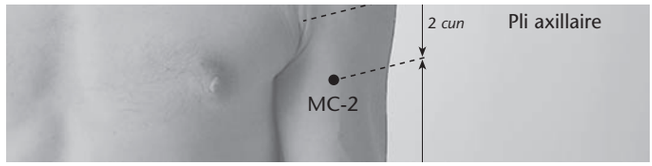
Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée ($n = 157$) a comparé l'absorption du **Tc-99m** (marqueur radioactif du technetium) au niveau de **Rn-3** et de points qui ne sont pas des points d'acupuncture. L'absorption au niveau de **Rn-3** s'est révélée significative plus forte que celle des points qui ne sont pas des points d'acupuncture. **Wu et al, Am J Chin Med 1994**

Rn-4 → MC-6

Rn-5 → DM-4

Rn-6 → E-36

Méridien du Maître du Cœur



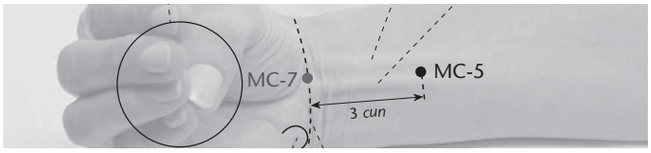
MC-2 Un test expérimental chinois ($n = 100$) s'est intéressé à la fonction cardiaque avant et après la pose d'aiguilles d'acupuncture sur **MC-2, MC-3, MC-4** et **MC-6** par rapport à des

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

points contrôles (points arbitraires et **VB-37**) chez des patients souffrant d'une **pathologie coronarienne**. Par rapport aux points contrôles, les points véritables ont eu un effet, même léger, sur les paramètres mesurés (PEP, LVET, P/L, HI, SV, CO, segment ST et ondes T de l'électrocardiogramme). **You et al, Zhen Ci Yan Jiu 1993**

MC-3 → MC-2

MC-4 → MC-2



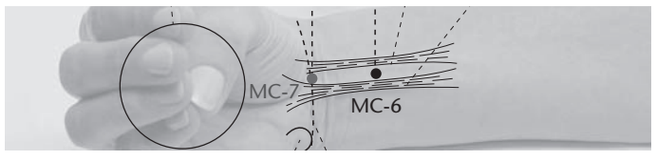
MC-5 Une étude chinoise ancienne a interprété les effets de synchronisation de l'électro-acupuncture sur **MC-5** et de l'activité cérébrale comme ayant une **action homéostatique sur le corps entier**. **Huang et al, Zhen Ci Yan Jiu 1990**

L'électro-acupuncture sur **MC-5** a amélioré le segment ST de l'électrocardiogramme chez des lapins présentant un **infarctus du myocarde aigu** induit. **Cao et al, Zhen Ci Yan Jiu 1990**

Un test expérimental chinois ancien ($n = 10$) a trouvé que l'électro-acupuncture sur **MC-5** et **MC-6** raccourcissait la conduction sino-atriale chez des sujets sains et accroissait la fréquence du nœud sinusal (**effet chronotropique et bathmotropique positif**). **Xi et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1993**

Des travaux antérieurs de l'équipe dirigée par Li et Tjen-A-Looi ont suggéré que l'action d'inhibition de l'électro-acupuncture sur le réflexe de Bezold-Jarisch induit par bradykinine (BK) appliquée sur la vésicule biliaire est en partie due à l'activation des récepteurs opioïdes très probablement localisés dans la partie rostrale de la moelle ventrolatérale (RVLM). Cette étude a étudié les sous-types spécifiques des récepteurs opioïdes et les neurotransmetteurs responsables de cette inhibition. À cet effet, la vésicule biliaire de chats anesthésiés a reçu de la bradykinine pour induire une augmentation de la pression artérielle. On a découvert que l'électro-acupuncture appliquée sur **MC-5** et **MC-6** activait les récepteurs opioïdes mu et delta localisés dans la partie rostrale de la moelle ventrolatérale, évitant par là une augmentation de la pression artérielle pendant un temps plus long grâce à la stimulation du nerf splanchnique (par exemple, par le biais de la vésicule biliaire ou de l'estomac). Cette expérience a conforté les effets positifs de l'électro-acupuncture sur **MC-5** et **MC-6**, surtout en cas d'ischémie du myocarde due à une **pathologie coronarienne**. **Li et al, Auton Neurosci 2001 ; Li et al, Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol 2002 ; Tjen-A-Looi et al, Auton Neurosci 2003**

Dans une étude américaine, 17 sujets sains ont été soumis à un entraînement cycliste de 3 à 4 semaines. On leur a demandé de réaliser cet entraînement avec et sans électro-acupuncture sur **MC-5, MC-6, GI-4, GI-5, GI-6, GI-7, VB-37, VB-38** et **VB-39**. Dans 70% des sujets, l'électro-acupuncture sur des points des méridiens du Maître du Cœur et du Gros Intestin ont accru la charge de travail maximale et abaissé la pression artérielle. Les points du méridien de la Vésicule Biliaire n'ont eu aucun effet. Des études complémentaires sont prévues pour étudier l'application de ces résultats dans le traitement de l'hypertension induite par le stress de l'exercice physique. **Li et al, Clin Auton Res 2004**



MC-6 → MC-2 ; MC-5 ; DM-20 ; DM-14 ; C-7 ; F-3 ; GI-4 ; E-36

Une étude taïwanaise randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 110$), s'est intéressée aux effets des bracelets d'acupression sur **MC-6** sur les nausées et les vomissements pendant l'**anesthésie péridurale au cours d'un accouchement par césarienne**. La diminution des nausées (de 64% contre 71%) et des vomissements (de 22% contre 27%) ne s'est pas révélée significative. **Ho et al, Anesth Analg 2006**

Une étude américaine randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 94$), s'est intéressée aux effets des bracelets d'acupression sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements pendant un accouchement par césarienne sous anesthésie péridurale**. Aucune différence significative n'a été constatée entre les deux groupes pour ce qui est des nausées intra-opératoires (30% vs 43%), des nausées postopératoires (23% vs 41%), des vomissements intra-opératoires (13% vs 9%), des vomissements postopératoires (26% vs 34%), des besoins en antiémétiques intra-opératoires (23% vs 18%), des besoins en antiémétiques postopératoires (34% vs 39%), de la réponse intra-opératoire totale (55% vs 57%) ou de la réponse intra-opératoire totale (51% vs 34%). Ces résultats n'ont pas atteint le seuil de significativité nécessaire. La différence entre les deux groupes quant au nombre de crises de nausées ou de vomissements, et quant à la satisfaction des patientes n'a pas non plus été significative. **Habib et al, Anesth Analg 2006**

Une étude suédoise randomisée et contrôlée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 60$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur des **nausées induites par rotation excentrique**. Le temps moyen avant que les nausées n'apparaissent s'est révélé significativement plus long dans le groupe traité par **MC-6** (352 secondes) que dans le groupe placebo traité par acupression (280 secondes) et le groupe contrôle (151 secondes). **Alkaissi et al, Can J Anaesth 2005**

Une étude turque randomisée et contrôlée qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 90$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture transcutanée sur **MC-6** et **RM-13** comparés à ceux de l'ondansétron sur les **nausées postopératoires de l'amygdalectomie en pédiatrie**. Les nausées ont été les mêmes dans les deux groupes, tout en étant significativement moindres que dans le groupe non traité. Les effets secondaires se sont révélés plus forts dans le groupe traité par ondansétron. **Kabalak et al, J Altern Complement Med 2005**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Une étude indienne randomisée et contrôlée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 120$), a étudié les effets d'un emplâtre de piment sur **MC-6** sur les **nausées et les vomissements postopératoires** comparés à ceux d'un traitement conventionnel par ondansétron. Pendant la durée de la pose de l'emplâtre (6 heures à compter de l'opération), l'incidence sur les nausées et les vomissements, et les besoins en antiémétiques ont été significativement moindres dans les deux groupes. **Misra et al, Can J Anaesth 2005**

Une étude turque randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 127$), a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **MC-6** sur l'incidence et la gravité des **nausées et des réflexes nauséeux pendant la gastroscopie**. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe placebo. **Tarcin et al, Turk J Gastroenterol 2004**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 30$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** accompagnée de mexilétine sur les **extrasystoles ventriculaires intermittentes**. Le groupe traité a obtenu un taux effectif total de 90% comparé au groupe contrôle qui n'avait eu que de la mexilétine (taux effectif total de 80%). Seul le groupe traité par acupuncture n'a montré aucune augmentation des extrasystoles. **Zhang et al, J Tradit Chin Med 2004**

Une étude chinoise avec groupe contrôle a recherché les effets de l'acupuncture sur **MC-6** dans le traitement de patients souffrant d'**angine de poitrine** et d'**infarctus du myocarde aigu**. L'efficacité de l'acupuncture a été significativement plus forte (91%) par rapport à celle de l'isosorbide dinitrate et de la nifédipine. **Meng et al, J Tradit Chin Med 2004**

Une étude américaine avec groupe contrôle ($n = 77$) s'est intéressée aux effets de la stimulation de **MC-6** en cas de **mal des transports** pendant une exposition à une rotation optokinétique en tambour. Malgré les conditions extrêmes de cette expérimentation, la stimulation de **MC-6** a permis de retarder considérablement l'apparition des symptômes. **Miller et al, Aviat Space Environ Med 2004**

Une étude croate en simple aveugle avec groupe contrôle ($n = 36$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** dans le traitement des **vomissements incoercibles de la grossesse**. Le traitement a été évalué par rapport aux besoins en antiémétiques. L'acupuncture sur **MC-6** a montré un taux d'efficacité de 90%, l'acupressure sur **MC-6** un taux de 64%, l'acupuncture factice un taux de 12,5% et l'acupressure factice un taux de 0%. **Habek et al, Forsch Komplementarmed Klass Naturheilkd 2004**

Dans une étude allemande randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle, l'acupuncture sur **MC-6** a significativement réduit les **vomissements à la suite d'une chirurgie gynécologique ou d'une chirurgie du sein** (40% de vomissements dans le groupe placebo, 25% dans le groupe traité avec acupuncture sur **MC-6**). Les vomissements postopératoires ont été réduits uniquement en cas de chirurgie gynécologique et non en cas de chirurgie du sein. **Streitberger et al, Anaesthesia 2004**

Une étude chinoise randomisée en simple aveugle avec groupe placebo ($n = 41$) a étudié les effets d'une acupression biquotidienne sur **MC-6, E-36** et **Rte-6** sur la **motilité gastro-intestinale à la suite d'une hystérectomie trans-abdominale**. Par rapport au groupe contrôle qui avait eu une acupuncture sur des points factices, la motilité gastro-intestinale (mesurée grâce à un stéthoscope multifonctionnel) a été accrue de façon significative dans le groupe traité par acupressure. **Chen et al, Am J Chin Med 2003**

Une étude allemande randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 80$), s'est intéressée aux effets antiémétiques de l'acupuncture sur **MC-6** en plus de l'administration d'ondansétron chez des patients souffrant de **nausées liées à la chimiothérapie**. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe contrôle. **Streitberger et al, Clin Cancer Res 2003**

Une étude américaine randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 230$), a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **MC-6** sur le soulagement **des nausées et des vomissements dans la cadre de la grossesse**. Selon l'index Rhodes, les résultats du groupe effectivement traité ont été significativement meilleurs que ceux du groupe contrôle. **Rosen et al, Obstet Gynecol 2003**

Une étude britannique partiellement randomisée avec groupe placebo, partiellement réalisée en aveugle ($n = 301$ patients souffrant d'un **infarctus du myocarde aigu** dont 125 ont servi de groupe contrôle non randomisé), a comparé les effets du bracelet d'acupression appliqué sur **MC-6** et l'acupuncture placebo. La stimulation de **MC-6** a conduit à une réduction significative des nausées et des vomissements pendant les dernières 20 heures d'une étude de 24 heures (18%), comparé au groupe placebo (32%) et au groupe contrôle (43%). **Dent et al, Complement Ther Med 2003**

Une étude prospective suédoise concernant des cas cliniques ($n = 39$) a étudié les effets de **MC-6** associé à l'ondansétron sur **les nausées et les vomissements** liés à une **chimiothérapie avec cyclophosphamide**. Les auteurs ont conclu que, en comparaison avec le groupe traité par ondansétron seul, le traitement associant acupuncture et ondansétron s'est révélé significativement plus efficace, mais ils ne font pas mention d'un groupe contrôle. **Josefson et al, Rheumatology (Oxford) 2003**

Dans une étude américaine randomisée réalisée en simple aveugle ($n = 53$), un traitement par acupressure sur **MC-6, E-36, Rte-6** et **Rte-4** n'a montré aucune réduction de la **douleur postopératoire et des besoins en morphine après une chirurgie abdominale**. **Sakurai et al, Anesth Analg 2003**

Une étude multi-centres suédoise, randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 410$), s'est intéressée aux effets de **MC-6** dans le traitement **des nausées et des vomissements postopératoires en chirurgie gynécologique**. L'incidence des nausées et des vomissements s'est révélée significativement moindre dans le groupe traité par acupuncture (33%) par rapport au groupe contrôle (46%). **Alkaissi et al, Can J Anaesth 2002**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Une étude américaine randomisée avec groupe placebo et groupe recevant un traitement factice, réalisée en double aveugle (n = 120), s'est intéressée à l'application prophylactique du bracelet « ReliefBand » sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements consécutifs à une chirurgie plastique**, comparé aux effets de ce bracelet associé à 4 mg d'ondansétron. La survenue de nausées et de vomissements, de même que les besoins en médication antiémétique d'urgence a été significativement plus faible dans le groupe traité par **MC-6** associé à l'ondansétron. **White et al, Anesthesiology 2002**

Une étude coréenne randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle (n = 160), a recherché, parmi d'autres paramètres, les effets d'un emplâtre au piment appliqué sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires**. L'incidence des nausées et des vomissements s'est révélée significativement moindre (MC-6 : 26% en 24 heures ; placebo : 57%). **Kim et al, Anesth Analg 2002**

Une étude de cas cliniques japonaise a étudié les effets de différentes techniques de stimulation sur **MC-6** sur les artères coronaires de patients souffrant de **maladie coronarienne**. La dilatation coronarienne moyenne avec l'acupuncture s'est révélée être de 69% par rapport à celle provoquée par l'isosorbide dinitrate. **Kurono et al, Am J Chin Med 2002**

Une étude américaine randomisée avec groupe recevant un traitement factice, réalisée en simple aveugle (n = 187)v a étudié les effets de **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** chez des enfants. **MC-6** a produit des résultats significativement meilleurs que les points factices et s'est révélé être tout aussi efficace que l'administration de dropéridol, sans les effets secondaires sédatifs et hypotensifs de ce dernier. **Wang et al, Anesthesiology 2002**

Une étude américaine randomisée avec groupe recevant un traitement factice, réalisée en simple aveugle (n = 27), s'est intéressée aux effets de **MC-6** sur **les nausées et les vomissements pendant la chimiothérapie**. Par rapport au groupe contrôle, les besoins en antiémétiques ont baissé significativement dans le groupe traité par **MC-6**. **Roscoe et al, Altern Ther Health Med 2002**

Une étude croisée autrichienne randomisée avec groupe placebo (n = 51) s'est intéressée aux effets de **MC-6** sur la **perfusion sanguine cutanée** mesurée par imageur de perfusion sanguine Doppler comparés à ceux de la pose d'aiguilles sur des points d'acupuncture factices. Les modifications de la perfusion sanguine cutanée sont apparues de façon significativement plus précoce dans le groupe traité par acupuncture effective, avec une diminution fondamentalement plus prononcée de la perfusion sanguine cutanée sur les points véridiques. **Litscher et al, Lasers Med Sci 2002**

Une étude autrichienne randomisée à grande échelle, avec un groupe recevant un traitement factice (n = 593), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements au début de la grossesse**. Les femmes qui avaient reçu un traitement par acupuncture traditionnelle ont eu significativement moins de nausées après la deuxième séance et significativement moins de haut-le cœur après la troisième séance que les femmes du groupe contrôle. Les femmes ayant reçu un traitement par acupuncture factice ont eu significativement moins de nausées et de haut-le cœur après la troisième séance par rapport aux femmes non traitées. Un traitement par acupuncture individualisé a permis d'obtenir une réduction significative des nausées et des haut-le-cœur dès la première séance. Dans cette étude, aucune influence significative sur la fréquence des vomissements n'a été constatée. **Smith et al, Birth 2002**

Une étude américaine randomisée avec un groupe recevant un traitement factice (n = 120) a étudié l'influence de l'électro-acupuncture sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements** en pédiatrie chez des enfants qui avaient subi une **opération de la sphère ORL** et étaient réveillés. L'électro-acupuncture sur **MC-6** a significativement réduit les nausées (MC-6 : 60% ; acupuncture factice : 85% ; groupe contrôle : 93%). Alors que les effets sur les vomissements ont été plus faibles dans le groupe traité par **MC-6**, la différence par rapport aux deux autres groupes ne s'est pas révélée significative. **Rusy et al, Anesthesiology 2002**

Une étude pilote suédoise randomisée avec groupe placebo (n = 60) s'est intéressée aux effets du massage tuina (acupressure) sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements liés à la grossesse**. La fréquence à la fois des nausées et des vomissements s'est révélée significativement plus faible dans le groupe traité par acupuncture par rapport au groupe ayant reçu une acupuncture factice et au groupe contrôle non traité. **Werntoft et al, J Reprod Med 2001**

Une étude américaine randomisée et contrôlée (n = 25) a étudié les effets du bracelet d'acupressure sur **MC-6** sur le **mal des transports**. À la fois les symptômes du mal des transports et l'activité gastrique anormale enregistrée par électrogastrogramme se sont révélés plus faibles dans le groupe traité avec les bracelets d'acupressure posés sur **MC-6**. **Stern et al, Altern Ther Health Med 2001**

Une étude américaine randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle, a étudié les effets des bracelets d'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires**. Aucune différence significative n'a été constatée. **Windle et al, J Perianesth Nurs 2001**

Une étude croisée suédoise, randomisée, avec un groupe recevant un traitement factice, réalisée en simple aveugle (n = 33), a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur les **vomissements incoercibles de la grossesse**. Le groupe effectivement traité a montré une réduction significativement plus rapide des nausées, de même qu'un plus grand nombre de patientes ne souffrant d'aucun vomissement. **Carlsson et al, J Pain Symptom Manage 2000**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée avec groupe témoin (n = 181) et une étude de cas cliniques chinoise (n = 33) ont démontré que l'électro-acupuncture sur **MC-6** et **MC-8**, de même que sur **GI-4, TR-5, E-36** et **Rte-6** avec des fréquences de traitement dégressives allant de quatre fois par jour à une fois par semaine sur une période de 15 jours et de 28 jours avait un effet significatif sur les **symptômes de sevrage d'héroïnomanes**.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Zhang et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2000 ; Wu et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2000
Un test expérimental taïwanais non randomisé avec groupe placebo, réalisé en simple aveugle ($n = 44$), s'est intéressé aux effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur la **fraction d'éjection ventriculaire gauche** chez 22 sujets sains et 22 personnes souffrant de troubles coronariens. Aucune modification de la fraction d'éjection ventriculaire gauche n'a été constatée chez les sujets sains alors que la fraction d'éjection ventriculaire gauche a augmenté de façon significative chez les sujets malades. **Ho et al, Am J Chin Med 1999**
Une étude américaine randomisée et contrôlée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 100$) a comparé les effets de l'acupressure préopératoire (groupe effectivement traité) à l'acupuncture intra-opératoire (groupe effectivement traité et groupe contrôle) sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** dans le cadre d'une **amygdalectomie** chez des enfants. Aucune différence significative n'a été constatée. **Shenkman et al, Anesthesiology 1999**
Une étude suédoise randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 60$) a étudié les effets de l'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** dans le cadre d'une **chirurgie gynécologique mineure**. Seul le groupe traité par acupressure sur **MC-6** n'a pas souffert de vomissements et n'a pas eu besoin d'une médication antiémétique. **Alkaissi et al, Acta Anaesthesiol Scand 1999**
Une étude autrichienne randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle, s'est intéressée aux effets de l'acupuncture au laser sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** dans le cadre d'une **chirurgie destinée à rectifier un strabisme**. L'acupuncture par laser a été administrée 15 minutes avant le début de l'anesthésie et 15 minutes après l'arrivée en salle de réveil. Dans le groupe traité par acupuncture, les vomissements se sont révélés significativement plus rares (25%) que dans le groupe contrôle (85%). **Schlager et al, Br J Anaesth 1998**
Une étude chinoise randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 163$), a étudié les effets de patchs stimulant **MC-6, RM-8** et **TR-18** sur le **mal des transports**. Tous les points d'acupuncture testés ont donné des résultats significativement meilleurs que les points de contrôles actifs (emplâtre de scopolamine) et que le groupe placebo (emplâtre de lactose). C'est **TR-18** qui a été le point le plus efficace (symptômes réduits de 100%), suivi par **RM-8** (81%) et **MC-6** (46%). **Pei et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1998**
Une étude chinoise randomisée avec groupe contrôle ($n = 50$) a comparé deux formes d'anesthésie dans le cadre d'une **discectomie cérébrale antérieure** : une anesthésie locale associée à une anesthésie intraveineuse dans le groupe contrôle et de l'électro-acupuncture sur **MC-6** et **GI-4** associée à une anesthésie intraveineuse dans le groupe étudié. Les effets de l'anesthésie sont été les mêmes dans les deux groupes. Les auteurs recommandent donc l'électro-acupuncture sur **MC-6** et **GI-4** car comportant des risques réduits. **Li et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1997**
Une étude britannique randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 81$), a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** dans la prévention des **nausées et des vomissements postopératoires** chez des patientes subissant une **chirurgie gynécologique par célioscopie**. L'utilisation de l'acupuncture a permis de réduire significativement (de 30 à 38%) les nausées et les vomissements postopératoires par rapport au groupe placebo. **Al-Sadi et al, Anaesthesia 1997**
Une étude américaine randomisée avec groupe placebo et groupe recevant un traitement factice, réalisée en double aveugle ($n = 75$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements au cours d'une césarienne par anesthésie péridurale** comparés à l'administration de 10 mg de métoclopramide. L'acupuncture s'est révélée aussi efficace que les 10 mg de métoclopramide. **Stein et al, Anesth Analg 1997**
Une étude australienne randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 84$) a étudié les effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **MC-6** et **GI-4** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** en **pédiatrie** chez des sujets subissant une **chirurgie urologique mineure**. Les différences entre le groupe étudié et le groupe contrôle ne se sont pas révélées significatives. **Schwager et al, Anaesth Intensive Care 1996**
Un test expérimental taïwanais randomisé avec groupe recevant un traitement factice, réalisé en simple aveugle ($n = 48$), a évalué la relation entre l'électro-acupuncture sur **MC-6** et **E-36** et la fonction cardio-pulmonaire chez des sujets sains. Dans le groupe recevant de l'acupuncture, **la fréquence cardiaque au repos, la production d'acide carbonique** et **les besoins en oxygène** ont diminué de façon significative, montrant par là que l'acupuncture peut abaisser le métabolisme. **Lin et al, Chin Med J (Engl) 1996**
Une étude taïwanaise randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 60$), s'est intéressée aux effets des bracelets d'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements consécutifs à l'administration de morphine pour soulager la douleur dans le cadre d'une césarienne sous anesthésie péridurale**. Par rapport au groupe contrôle, les nausées ont décru significativement de 43% à 3% et les vomissements de 27% à 0%. **Ho et al, Acta Anaesthesiol Scand 1996**
Une étude américaine randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 9$), a étudié les effets des bracelets d'acupressure sur **MC-6** sur les nausées et les vomissements dans le cadre du **mal de mer**. Selon le moment d'application des bracelets (plus ou moins tôt au cours du voyage), les sujets soit n'ont eu aucun symptôme, soit se sont plaints de nausées et de vomissements. La différence s'est révélée hautement significative. **Bertolucci et al, Aviat Space Environ Med 1995**
Un test expérimental américain randomisé avec groupe placebo et groupe recevant un traitement factice, réalisé en simple aveugle ($n = 9$), a évalué les effets de l'acupressure sur **MC-6** sur le **mal des transports** induit visuellement. L'acupressure sur **MC-6** a réduit significativement les nausées et l'activité

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

myoélectrique gastrique anormale. **Hu et al, Aviat Space Environ Med 1995**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée avec groupe témoin ($n = 40$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6, GI-4, E-36** et **Rn-4** sur la régulation de la fonction cellulaire immune chez des patients présentant des **tumeurs malignes**. On a constaté une augmentation hautement significative des taux de CD3+ et de CD4+, une d'augmentation du taux des CD4+/CD8+, un taux d'endorphine accru et une diminution du taux du récepteur soluble de l'interleukine-2. **Wu, Zhen Ci Yan Jiu 1995**

Une étude britannique randomisée et contrôlée ($n = 46$) s'est intéressée aux effets de l'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements** consécutifs à une **chirurgie gynécologique par célioscopie**, de même que sur les besoins en antiémétiques. La demande en antiémétiques a été significativement réduite dans le groupe étudié. **Allen et al, Anaesth Intensive Care 1994**

Une étude chinoise comportant deux groupes ($n = 40$) a évalué les effets de l'électro-acupuncture sur **MC-6** à différents moments de la journée (*chen* : 7-9h, *xu* : 15-19h) sur la fonction ventriculaire gauche chez des patients souffrant d'une **maladie coronarienne**. L'électro-acupuncture appliquée le matin a amélioré la fonction ventriculaire gauche alors que celle administrée dans les mêmes conditions l'après-midi a engendré une détérioration de la fonction ventriculaire gauche. **Li et al, J Tradit Chin Med 1994**

Une étude prospective de cas cliniques britannique ($n = 27$) a découvert que porter un bracelet spécifique diminuait **les nausées et les vomissements de la grossesse** de plus de 50%. **Stainton et al, Health Care Women Int 1994**

Une étude américaine randomisée avec groupe recevant un traitement factice, réalisée en simple aveugle ($n = 60$) s'est intéressée aux effets de l'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements de la grossesse**. On a noté une diminution significative des nausées dans le groupe traité par acupressure sur **MC-6**. Les vomissements n'ont pas été modifiés par rapport au groupe contrôle. **Belluomini et al, Obstet Gynecol 1994**

Une étude allemande randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 60$), a étudié les effets de l'acupressure sur **MC-6** sur les **nausées** chez des patientes subissant une **intervention chirurgicale gynécologique de longue durée** (de 6 à 8h). Les nausées, de 53% dans le groupe placebo, sont passées à 23% dans le groupe traité par acupressure. **Gieron et al, Anaesthesist 1993**

Une étude chinoise randomisée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle ($n = 15$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6, C-7** et **C-3** sur la fréquence et la durée des crises d'**angine de poitrine** au cours d'un exercice physique. Les groupes contrôles ont reçu une acupuncture factice ou n'ont pas été traités du tout. Dans le groupe effectivement traité par acupuncture, les crises d'angine de poitrine sont survenues significativement plus tard et la durée de la crise une fois l'effort terminé a été significativement plus courte que dans les groupes contrôles. **Zhou et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1993**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée ($n = 120$) a comparé les effets d'une injection sur **MC-6** de 0,2 ml d'une solution de 50% de glucose et d'eau, à ceux d'une injection intraveineuse de 20 micro-gr/kg de dropéridol dans le traitement préventif des **vomissements consécutifs à une célioscopie en gynécologie**. Un groupe de comparaison non contrôlé n'a reçu aucun traitement. Les vomissements ont été significativement moindres dans les deux groupes traités. **Yang et al, Acta Anaesthesiol Scand 1993**

Une étude italienne randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 60$), a comparé les effets de l'acupressure unilatérale et bilatérale sur **MC-6** dans le traitement des **vomissements gravidiques** à ceux de l'acupressure sur des points factices. L'acupressure sur **MC-6**, qu'elle soit unilatérale ou bilatérale, a fait baisser significativement la fréquence des vomissements (de 60% à 30%) par rapport au groupe placebo. **De Aloysio et al, Obstet Gynecol 1992**

Une étude « n de 1 » américaine a évalué les effets des bracelets d'acupressure sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements** chez les **résidants d'un hospice** ($n = 6$). Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe étudié, le groupe placebo et le groupe ne portant pas ces bracelets. **Brown et al, Am J Hosp Palliat Care 1992**

Une étude canadienne randomisée et contrôlée, réalisée en double aveugle ($n = 90$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **MC-6**, piqué après l'induction de l'anesthésie, sur la fréquence **des nausées et des vomissements consécutifs à une chirurgie destinée à rectifier un strabisme chez des enfants**. Le groupe contrôle a reçu du dropéridol. Aucune différence significative entre les deux groupes n'a été constatée. **Yentis et al, Can J Anaesth 1992**

Une étude canadienne randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle ($n = 45$), a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** piqué après l'induction de l'anesthésie, sur la fréquence **des nausées et des vomissements consécutifs à une amygdalectomie chez des enfants**. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe contrôle. **Yentis et al, Can J Anaesth 1991**

Une étude américaine randomisée et contrôlée, réalisée en double aveugle ($n = 66$), a évalué les effets de l'acupuncture sur **MC-6**, piqué après l'induction de l'anesthésie, sur la fréquence **des nausées et des vomissements consécutifs à une chirurgie destinée à rectifier un strabisme chez des enfants**. Aucune différence significative n'a été constatée entre le groupe traité et le groupe placebo. **Lewis et al, Br J Anaesth 1991**

Une étude de cas cliniques irlandaise ($n = 100$) affirme que la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **MC-6** a permis de réduire de 75% les **nausées provoquées par la chimiothérapie**. **Dundee et al, J R Soc Med 1991**

Une étude croisée suédoise, randomisée et contrôlée ($n = 21$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **MC-6, C-5, V-15, V-20** et **E-36** sur la fréquence des crises d'**angine de poitrine** et les performances avant le début de la douleur pendant un exercice physique chez des patients souffrant d'une maladie coronarienne. La fréquence des crises a décru significativement de 11 à 6 crises par semaine. De la même façon, les performances

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

avant le début de la douleur ont augmenté significativement, passant de 82W à 94W. **Richter et al, Eur Heart J 1991**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en double aveugle ($n = 64$), a étudié les effets de 3 ml d'une injection saline normale sur **MC-6** sur les **vomissements postopératoires**. Les vomissements ont été significativement moindres (2 patients sur 10) dans le groupe ainsi traité. **Shyr et al, Ma Zui Xue Za Zhi 1990**

Un test expérimental britannique randomisé et contrôlé ($n = 18$) a comparé l'efficacité des bandelettes d'acupuncture sur **MC-6** sur le **mal des transports** à celle d'un placebo avec 0,6 mg de scopolamine. Seuls les sujets ayant reçu de la scopolamine ont montré une augmentation significative de la tolérance au test de mouvement couplé et croisé induisant des nausées. **Bruce et al, Aviat Space Environ Med 1990**

Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée ($n = 100$) a étudié les effets de l'électro-acupuncture et de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements consécutifs à une célioscopie**. Les nausées ont significativement diminué dans le groupe traité par électro-acupuncture et le groupe soumis à la perchlorpérazine (12% chacun) par rapport au groupe contrôle (44%), mais pas par rapport au groupe traité par TENS (36%). **Ho et al, Anaesthesia 1990**

Une étude britannique randomisée et contrôlée ($n = 162$) a comparé les effets des bracelets d'acupuncture sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements postopératoires** en salle de réveil à ceux d'un traitement antiémétique traditionnel. L'acupressure sur **MC-6** a significativement réduit l'intensité des nausées. Les besoins moindres en antiémétiques et la diminution des vomissements ne se sont pas révélés statistiquement significatifs. **Barsoum et al, J R Soc Med 1990**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 40$) a étudié les effets de l'acupuncture sur **GI-4** et **MC-6** sur l'**analgésie** intra-opératoire chez des patients subissant une **thyroïdectomie** avec bloc du plexus cervical superficiel. Aucune différence significative n'a été constatée entre les deux groupes. **Ouyang et al, Zhen Ci Yan Jiu 1990**

Une étude croisée irlandaise randomisée avec groupe recevant un traitement factice, réalisée en simple aveugle, a comparé les effets de l'électro-acupuncture et de l'acupuncture préopératoires sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements dans le cadre d'une opération gynécologique mineure** à ceux d'une acupuncture factice. La fréquence des nausées et des vomissements a été significativement réduite dans le groupe traité grâce à **MC-6**. **Dundee et al, Br J Anaesth 1989**

Une étude croisée américaine randomisée et contrôlée ($n = 16$) s'est intéressée à l'efficacité des bracelets d'acupuncture sur **MC-6** sur les **nausées matinales**. L'utilisation des bracelets a permis de les réduire significativement mais aussi de diminuer significativement l'anxiété, la dépression et les dysfonctionnements comportementaux. **Hyde, J Nurse Midwifery 1989**

Une étude croisée irlandaise randomisée avec groupe recevant un traitement factice ($n = 10$) s'est intéressée aux effets de l'électro-acupuncture sur **MC-6** sur les **nausées induites par la chimiothérapie**. Dans le groupe effectivement traité, les nausées ont été complètement absentes ou considérablement réduites chez 97% des sujets et aucun effet secondaire n'a été constaté. La même équipe a confirmé ces résultats dans une étude à plus grande échelle ($n = 105$). **Dundee et al, J R Soc Med 1988**

Une étude croisée irlandaise randomisée avec groupe recevant un traitement factice ($n = 350$) a comparé les effets de l'acupression sur **MC-6** sur les **nausées matinales** à ceux obtenus par un groupe recevant une acupuncture factice et par un groupe contrôle. Les symptômes de nausées matinales n'ont été significativement soulagés que dans le groupe traité par acupuncture effective sur **MC-6**. **Dundee et al, J R Soc Med 1988**

Une étude randomisée avec groupe placebo a étudié les effets de l'acupuncture sur **MC-6** sur **les nausées et les vomissements dans le cadre d'une opération gynécologiques mineure**. L'acupuncture sur **MC-6** a significativement réduit à la fois les nausées et les vomissements. **Dundee et al, Br Med J (Clin Res Ed) 1986**

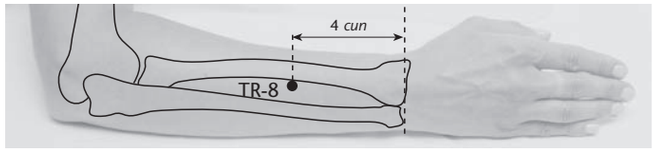
MC-8 → MC-6 ; P-10



MC-9 Une étude de cas cliniques chinoise à grande échelle ($n = 100$) a décrit les effets positifs de **MC-9** sur les **pleurs infantiles nocturnes pathologiques** chez des enfants sains par ailleurs. **Zhao, J Tradit Chin Med 2002**

Méridien du Triple Réchauffeur

TR-5 → MC-6 ; GI-4 ; GI-12 ; GI-10



TR-8 L'acupuncture sur **TR-8** et **DM-15** stimule des zones importantes pour la production de mots dans le gyrus frontal inférieur droit, mais pas dans le gyrus frontal inférieur gauche. **Li et al, Hum Brain Mapp 2003**

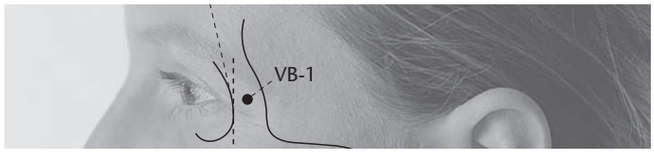
Une étude de cas cliniques russe a montré les effets positifs de l'acupuncture sur **TR-8, TR-9, E-20, E-36, VB-14** et **DM-20** chez 66 patients souffrant d'un ulcère du duodénum accompagnés par des modifications apparentes des corrélations psycho-végétatives. **Kravtsova et al, Vopr Kurortol Fizioter Lech Fiz Kult 1994**

TR-9 → TR-8

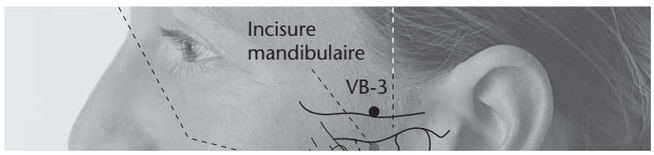
TR-18 → MC-6

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

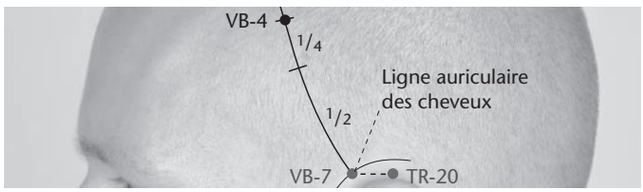
Méridien de la Vésicule Biliaire



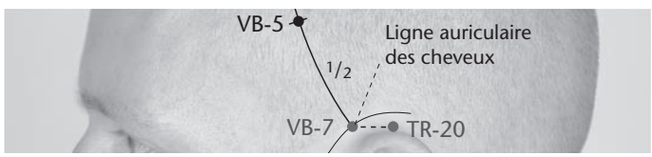
VB-1 Une étude italienne ancienne signale l'utilisation réussie de **VB-1** sur les **symptômes de sevrage** chez neuf patients **héroïnomanes**. Après six mois, 66% de ces patients ont été déclarés abstinents. Outre des réserves concernant la méthodologie d'une étude à si petite échelle, la médication que prenaient en même temps ces patients pose problème pour évaluer les effets de l'acupuncture. **Cocchi et al, Minerva Med 1979**



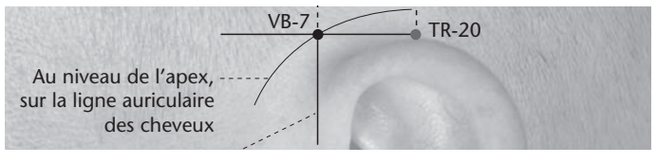
VB-3 Un test expérimental américain croisé, randomisé, réalisé en double aveugle ($n = 20$), s'est intéressé aux effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **VB-3** sur les **besoins en anesthésie** (desflurane) pour prévenir les mouvements volontaires des extrémités en réponse à une stimulation électrique déplaisante. Par rapport au groupe placebo, l'utilisation bilatérale de la TENS sur **VB-3** a significativement diminué de 11% les besoins en desflurane. **Greif et al, Anesthesiology 2002**



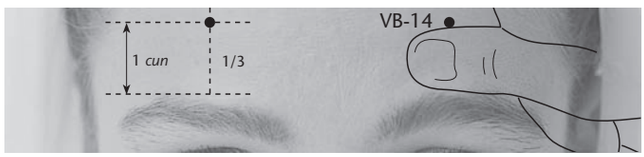
VB-4 À la suite de l'induction d'un **infarcissement ischémique cérébral** par occlusion de l'artère cérébrale moyenne chez des rats, les animaux traités par électro-acupuncture sur **VB-4, VB-5, VB-6** et **VB-7** ont montré une guérison plus rapide que les animaux du groupe contrôle traités par électro-acupuncture sur **DM-20** et **DM-26**. Le volume de l'infarctus a été significativement moindre dans les groupes traités par électro-acupuncture. Les auteurs ont étudié la production induite par l'acupuncture du **facteur de croissance de l'endothélium vasculaire** (VGEF) dans les astrocytes de la zone péri-infarctus comme facteur déclenchant. **Wang et al, Neurol Res 2003**



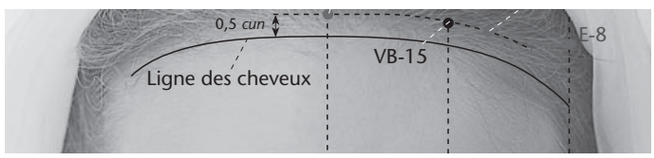
VB-5 → VB-4 ; E-8
Une étude de cas cliniques chinoise recommande une technique d'insertion d'aiguilles particulière (l'aiguille est insérée sur **VB-5** ou ***taiyang*** (point HM) de façon à rejoindre **VB-8**) pour traiter la **migraine**. **Gan et al, J Tradit Chin Med 1986**



VB-7 → VB-4
Une étude de cas cliniques chinoise à grande échelle ($n = 500$) a démontré l'efficacité de l'acupuncture sur **VB-7** dans le traitement de l'hémiplégie consécutive à une attaque d'**apoplexie**. **Sun et al, J Tradit Chin Med 1985**
VB-8 → VB-5
VB-11 → E-8



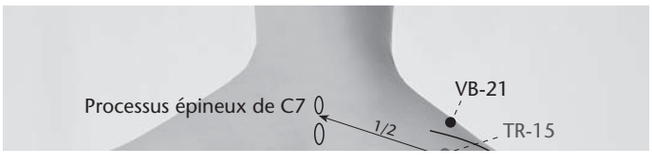
VB-14 → TR-8 ; E-8 ; F-3
Une étude de cas cliniques impliquant 63 patients a montré que la **paralysie faciale** pouvait être facilement traitée par une insertion d'aiguilles sur **VB-14, V-1, E-2, GI-20, E-4, E-6** et **E-18**, additionnés de points spécifiques au tableau pathologique sous-jacent. Un peu plus de la moitié des patients ont guéri et tous, à une seule exception, ont eu une amélioration marquée. **Liu et al, Zhen Ci Yan Jiu 1992**



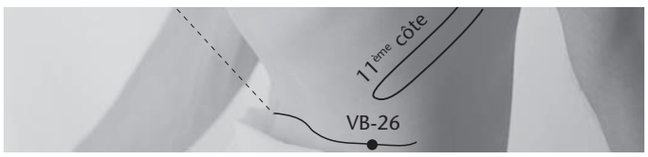
VB-15 Une étude non randomisée et non contrôlée avec comparaison entre différents groupes s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur la **diarrhée infantile**. Le groupe I a été traité par acupuncture du crâne (selon Yamamoto) sur des points de la ligne n°3 en commençant par **VB-15** ; le groupe II a été traité par acupuncture traditionnelle, et le groupe III a été traité par antibiotiques. Le groupe I a obtenu de meilleurs résultats, suivi par le groupe II puis le groupe III, avec des résultats des groupes I et II significativement meilleurs que ceux du groupe III. Toutefois, en plus de certains défauts méthodologiques, les auteurs ne semblent pas avoir maîtrisé totalement leur sujet ; en effet, alors qu'ils utilisent les bons points et les bonnes indications, ils évoquent la ligne n°2 à la place de la ligne n°3 et V-15 à la place de VB-15 ! **Lin et al, J Tradit Chin Med 1993**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-20 → E-8 ; F-3 ; IG-18 ; IG-15



VB-21 → GI-15
Une étude de cas cliniques chinoise a exposé le traitement réussi du **cardiospasme du cardia** grâce à une insertion d'aiguilles sur **VB-21**. **Shi et al, J Tradit Chin Med 1994**
VB-24 → F-14



VB-26 Une étude ancienne comparant différents groupes s'est attachée aux **effets analgésiques** de l'électro-acupuncture sur **VB-26, E-36, Rte-6** et **C-7** chez des patientes ayant subi une hystérectomie avec incision médiane sous-ombilicale. L'électro-acupuncture appliquée sur ces points pendant 40 minutes a eu le même effet analgésique que 30 mg de pentazocine. En outre, par rapport à la pentazocine, l'électro-acupuncture a aussi augmenté la capacité vitale du poumon pendant 3 à 4 heures après l'arrêt du traitement. **Facco et al, Am J Chin Med 1981**
VB-30 → GI-12 ; GI-15



VB-31 → GI-4
Trois publications émanant d'une équipe de recherche canadienne dirigée par Romita a montré que l'électro-acupuncture sur **VB-31, E-22** et **E-36** avait une inhibition plus prononcée que l'acupuncture classique sur le réflexe nociceptif de retrait de la queue chez des rats sous légère anesthésie. **Romita et al, Brain Res 1997, Romita et al, Brain Res Bull 1997, Romita et al, Brain Res 1996**



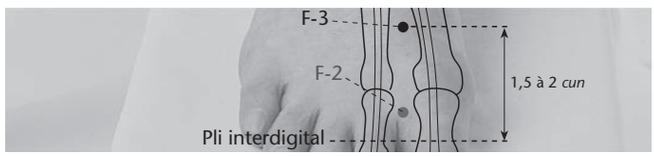
VB-34 → V-10 ; DM-20 ; E-36 ; GI-4 ; GI-15
Une étude coréenne randomisée et contrôlée avec groupe placebo ($n = 10$) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **VB-34** sur les activités du cortex moteur mises en évidence par **imagerie par résonance magnétique fonctionnelle**. Les aires sensorimotrices bilatérales BA 3, 4, 6 et 7 ont été activées pendant l'acupuncture, fournissant une base pour des recherches futures pour les interventions thérapeutiques chez des patients ayant fait une **attaque d'apoplexie**. **Jeun et al, Am J Chin Med 2005**
Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 20$) a comparé les effets de l'électro-acupuncture sur **VB-34** et **E-38** sur l'**épicondylite latérale (tennis elbow)** à ceux de l'acupuncture manuelle sur ces mêmes points. Après six séances sur une période de deux semaines, le groupe traité par électro-acupuncture a montré de meilleurs résultats pour ce qui est du soulagement de la douleur (évaluée selon une échelle analogique visuelle de la douleur) et de la force de serrage de la main libre. **Tsui et al, Acupunct Electrother 2002**
Une étude britannique randomisée et contrôlée avec groupe traité par acupuncture factice, réalisée en double aveugle ($n = 240$), s'est intéressée aux effets de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **VB-34** sur les **seuils de douleur**. Une stimulation à basse fréquence et forte intensité ont montré un effet analgésique significatif qui s'est maintenu une fois la stimulation arrêtée. **Chesterton et al, Pain 2002**
VB-37 → MC-2 ; MC-5 ; GI-15
VB-38 → MC-5
VB-39 → F-3
VB-40 → F-3



VB-43 Une étude autrichienne randomisée et contrôlée avec groupe placebo, réalisée en simple aveugle, a étudié les effets de l'acupuncture au laser sur **VB-43** sur l'activité cérébrale corticale ou sous-corticale mise en évidence par **imagerie par résonance magnétique fonctionnelle**. Seule la véritable acupuncture au laser a conduit à des activations unilatérales dans le thalamus, le noyau sous-thalamique, le noyau rouge et le tronc cérébral, de même que dans les zones de Brodmann 40 et 22. **Siedentopf et al, Laser Med Sci 2005**
Une étude purement descriptive s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **VB-43** et de **GI-4** sur les **potentiels évoqués somatosensoriels**. Une attention toute particulière a été accordée aux effets de la sensation d'aiguille (*deqi*). **Wu et al, Zhen Ci Yan Jiu 1993**

Méridien du Foie

F-1 → Rte-1



Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

F-3 Dans un test expérimental germano-chinois réalisé en double aveugle, l'insertion d'aiguilles sur **F-3** et **VB-40** a produit une activation des aires corticales somatosensorielles secondaires, des aires frontales, du côté droit du thalamus et du côté gauche du cervelet. Les points factices n'ont eu aucun effet. **Fang et al, Neuroradiology 2004**

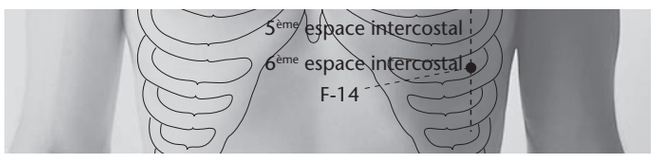
Une étude italienne ouverte, randomisée, avec comparaison entre différents groupes, s'est intéressée aux effets de l'acupuncture, de l'acupuncture au laser et de la neurostimulation électrique transcutanée (TENS) sur **F-3, Rte-6, GI-4, VB-20, DM-20** et ***taiyang*** (point HM) sur les **migraines transformées**. Le nombre de jours de migraine par mois a significativement diminué pendant le traitement dans tous les groupes. L'acupuncture a montré la meilleure efficacité à long terme. **Allais et al, Neurol Sci 2003**

Une étude italienne randomisée et contrôlée avec groupe recevant une acupuncture factice, réalisée en double aveugle ($n = 160$), a comparé l'efficacité de l'acupuncture sur **F-3, Rte-6, E-36, RM-12, GI-4, MC-6, VB-20, VB-14, *taiyang*** (point HM) et **DM-20** sur les **crises de migraine** sans aura à celle de la flunarizine. Le nombre de crises après deux à quatre mois de traitement se sont révélées significativement moins nombreuses dans le groupe traité par acupuncture que dans le groupe traité par flunarizine et, en conséquence, la consommation d'antalgique a été significativement moindre dans le groupe traité par acupuncture. L'intensité de la douleur n'a été significativement réduite que dans le groupe traité par acupuncture. **Allais et al, Headache 2002**

Une étude croisée britannique randomisée avec groupe placebo ($n = 56$) s'est intéressée aux effets de **F-3** sur la **polyarthrite rhumatoïde**. Aucune modification significative n'a été signalée entre le groupe étudié et le groupe placebo. Traiter une pathologie telle que la polyarthrite rhumatoïde avec un point d'acupuncture unique est une pratique relativement peu courante. **David et al, Rheumatology (Oxford) 1999**

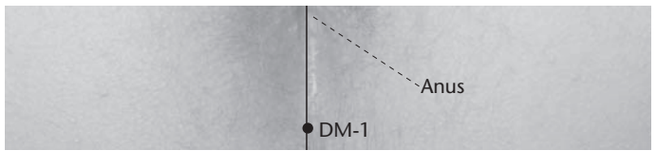
Une étude américaine randomisée et contrôlée avec groupe recevant une acupuncture factice, réalisée en simple aveugle ($n = 56$), a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **F-3, E-36** et **GI-11** sur l'abaissement de la tension sanguine diastolique chez des sujets hypertendus. Par rapport au groupe ayant reçu une acupuncture factice, la pression sanguine diastolique a baissé de façon significative dans le groupe étudié. **Williams et al, Phys Ther 1991**

F-13 → DM-20



F-14 Une étude chinoise non randomisée, contrôlée, qui n'a pas été réalisée en simple aveugle ($n = 56$ plus le groupe contrôle), a étudié les effets de l'injection d'eau sur **F-14, VB-24** et **RM-14** sur la douleur des coliques biliaires. La douleur a disparu dans 57% des cas et on a constaté une amélioration dans 39% d'autres cas. Ce résultat est significativement supérieur a celui obtenu par la groupe contrôle qui avait reçu un traitement conventionnel. **Jiang et al, J Tradit Chin Med 1995**

Vaisseau Gouverneur *(du mai)*



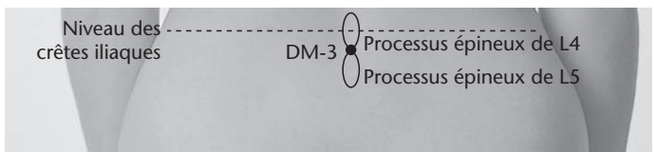
DM-1 Un étude contrôlée comparant différents groupes quant à l'**hypogalactie du postpartum** ($n = 42$) a montré que l'apithérapie (injection de venin d'abeilles sur des points d'acupuncture) sur **DM-1** et **E-18** donnait de meilleurs résultats que les médications conventionnelles. **Choi et al, J Vet Sci 2001**

Une étude animale contrôlée avec comparaison entre différents groupes a montré que l'apithérapie sur **DM-1** et **E-25** chez des porcelets souffrant de **diarrhées** avant le sevrage ($n = 91$) était tout aussi efficace que les traitements médicamenteux conventionnels. **Choi et al, Am J Chin Med 2003**

Dans une étude ancienne contrôlée avec comparaison entre différents groupes de porcelets ($n = 44$) présentant des **diarrhées entéropathogènes induites avec *Escherichia coli***, l'acupuncture traditionnelle sur **DM-1, E-36, V-20, RM-12** et **E-25** a donné de meilleurs résultats que ceux des groupes traités par électro-acupuncture ou par antibiotiques. **Hwang et al, Am J Vet Res 1988**

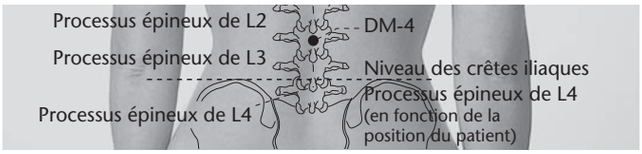
Divers tests expérimentaux menés sur des animaux se sont intéressés aux effets de l'acupuncture sur le signalement et la régulation de la douleur. L'acupuncture sur **DM-1** et **DM-2** a inhibé la réaction à la **douleur induite expérimentalement**. **Bing et al, Neuroscience 1991, Xu et al, Zhen Ci Yan Jiu 1989, Xu et al, Zhen Ci Yan Jiu 1989**

DM-2 → DM-1

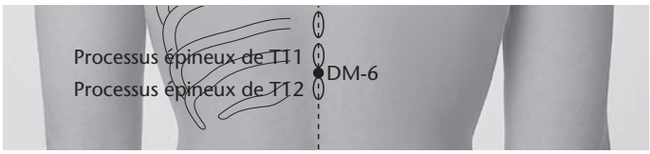


DM-3 Des rats traités par électro-acupuncture sur **DM-3, V-54** et **V-60** 15 minutes après une **lésion de la moelle épinière** au niveau de T8 ont montré une amélioration marquée (à la fois morphologique et fonctionnelle) trois jours après par rapport à des rats qui n'avaient pas été traités par acupuncture. Toutefois, aucun effet bénéfique n'a été constaté chez des rats qui avaient été traités par acupuncture 24 heures après la lésion de la moelle épinière. **Politis et al, Acupunct Electrother Res 1990**

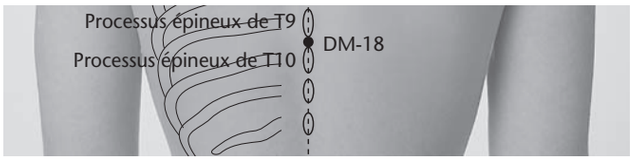
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert



DM-4 Une étude turque randomisée avec groupe contrôle, qui n'a pas été réalisée en simple aveugle ($n = 24$), a comparé les effets de l'acupressure sur **DM-4, DM-15, DM-20, V-23, V-28, V-32, C-7, C-9, E-36, Rte-4, Rte-6, Rte-12, RM-2, RM-3, RM-6, Rn-3** et **Rn-5** sur l'**énurésie** à ceux de l'oxybutynine administrée à un groupe contrôle. Pour 12 patients, l'acupressure a été pratiquée par les parents. Alors que le traitement de chacun des deux groupes a été couronné de succès, la guérison complète a été significativement plus importante dans le groupe traité par acupressure (83,3%) que dans le groupe contrôle (58,3%). **Yuksek et al, J Int Med Res 2003**



DM-6 Une étude chinoise ancienne présentant des cas cliniques a présenté les applications de **DM-6** dans les **hystérectomies avec anesthésie par acupuncture**. **Authors' Collective, Chin Med J (Engl) 1978**



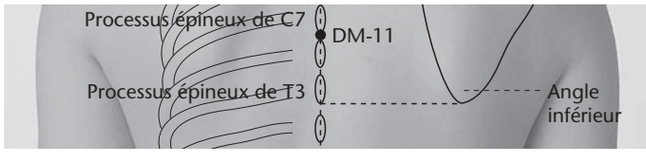
DM-8 Un test expérimental mené sur des rats confirme les effets de **DM-8** sur les **crises d'épilepsie** (en libérant de la mélatonine) et sur l'**infarcissement cérébral** (réduction du volume de l'infarcissement cérébral dû à la libération de taurine et à une diminution de l'aspartame). **Chao et al, Acupunct Electrother Res 2001, Zhao et al, Acupunct Electrother Res 1997, Yin et al, Zhen Ci Yan Jiu 1994**



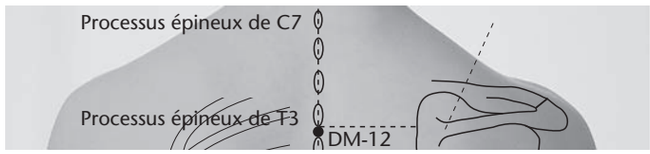
DM-9 On a étudié les effets de l'électro-acupuncture sur **DM-9** chez 23 patients souffrant d'une **maladie coronarienne**. Les résultats ont montré une légère dilatation des artères coronaires et une légère baisse de la fréquence cardiaque (contrôlée par artériographie coronarienne). **Yan et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1998**

Deux études chinoises anciennes ont montré une diminution des symptômes chez des patients atteints de **maladie coronarienne** après un traitement par acupuncture ou par tuina sur **DM-9**. **Wang et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1988, Wang et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1987**

Une étude de cas cliniques chinoise fait état de la réussite du traitement de l'angine de poitrine grâce à l'implantation d'un micro-dépresseur sur **DM-9. Wang et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1988**



DM-11 L'électro-acupuncture sur **DM-11** et **DM-16** avant, pendant et après une **ischémie transitoire** induite expérimentalement chez des gerbilles suggère l'influence protectrice de ces points. Il semble qu'ils suppriment à la fois la libération de glutamate et atténuent la lésion d'ischémie-reperfusion. **Pang et al, Am J Chin Med 2003**



DM-12 Une étude chinoise de cas cliniques montre que l'acupuncture classique sur **DM-12, GI-10, V-11** et **IG-3** avec sensation d'aiguilles (*deqi*) en direction de la région touchée chez 55 patients souffrant de **troubles des vertèbres cervicales** ou d'une **altération du débit du flux sanguin cérébral** a amené une amélioration significative du débit du flux sanguin. **Qie et al, Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1991**



DM-14 → GI-4 ; E-8 ; E-36

Un test expérimental chinois ($n = 40$) s'est intéressé aux effets de l'acupuncture sur **DM-14** et **MC-6** sur les performances de conduite automobile au cours d'un test de simulation de trois heures. Le groupe soumis à l'acupuncture a montré des performances significativement meilleures et une **fatigue moindre** par rapport au groupe contrôle. **Li et al, Accid Anal Prev 2004**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, qui n'a pas été réalisée en simple aveugle ($n = 40$), a étudié les effets de l'acupuncture sur **DM-14** et **MC-6** sur la fréquence cardiaque et les performances de conduite automobile au cours d'un test de simulation de trois heures. Le groupe soumis à l'acupuncture a montré une diminution significative de l'**activation du système**

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

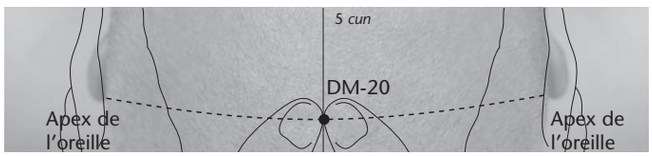
nerveux sympathique et une augmentation de l'**activité parasympathique** en comparaison avec le groupe contrôle non soumis à l'acupuncture. **Li et al, Eur J Appl Physiol 2003**

Une étude rétrospective chinoise de cas cliniques ($n = 25$) a étudié les effets des ventouses sur **DM-14, V-13, V-20** et **V-23** sur l'**asthme vrai** tout en réduisant la cortisone administrée oralement. L'auteur signale que 56% des patients ont eu une amélioration au bout de 30 séances. **Hu, J Tradit Chin Med 1998**

Une étude prospective de cas cliniques chinoise ($n = 50$) rend compte du succès du traitement de la **rhinite allergique permanente** par 10% d'extrait de *Cantharides* appliqués sur **DM-14** et **MC-6**. Les résultats ont montré un taux d'efficacité de 88%. Le test de provocation allergénique de la muqueuse nasale s'est amélioré dans le groupe traité, le nombre d'éosinophiles et de basophiles dans les sécrétions nasales a diminué et le taux des IgE totales du sérum a aussi été réduit de façon significative. **Tang et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1995**

DM-15 → TR-8 ; DM-4

DM-16 → DM-11



DM-20 → TR-8 ; VB-4 ; E-8 ; DM-4 ; F-3 ; C-7 ; GI-4

Une étude chinoise randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle avec comparaison entre différents groupes ($n = 50$), a étudié les effets d'un protocole d'acupuncture standardisé utilisé seul ou associé à l'insertion d'aiguilles sur **DM-20, DM-26** et **C-7** piqués séparément ou en association) sur la **démence vasculaire** chez des patients hémiplégiques. On a observé les symptômes cliniques et l'évaluation a été réalisée grâce à des échelles telles que l'échelle d'Hasegawa's Dementia (HDS-R), l'échelle d'ADL de Katz et le questionnaire des activités fonctionnelles (FAQ). Le groupe traité à qui l'on avait ajouté une insertion d'aiguilles sur **DM-20** et **C-7** a montré une amélioration importante de la mémoire, de l'orientation et de la capacité à réagir. Dans le même temps, la rigidité mentale et les transes ont diminuées. **DM-20** à lui seul a amélioré la compréhension, le calcul et l'adaptation sociale, alors **DM-26** s'est révélé utile pour traiter l'arriération mentale, les échecs dans les tâches quotidiennes, les transes et la mauvaise mémoire. L'association de ces trois points a montré des résultats globalement meilleurs sur l'amélioration des facultés intellectuelles et l'adaptation sociale. La conception particulière de cet essai (associer un protocole standard dans les deux groupes et ajouter des points effectifs pertinents dans le groupe d'étude) offre un modèle intéressant pour éliminer les problèmes persistants des méthodes avec placebo et des études en aveugle. Toutefois, dans cet essai précis, le nombre de participants (5 groupes de 10 sujets chacun) est trop faible pour déterminer si les résultats sont statistiquement significatifs. **Lai et Huang, Chin J Integr Med 2005**

Une étude allemande contrôlée qui n'a pas été réalisée en simple aveugle, comportant deux groupes ($n = 121$ femmes enceintes entre 30 et 39 semaines de gestation) s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **DM-20** et **E-36** sur les **paramètres cardiotocographiques du fœtus et de la mère et sur la circulation maternelle**. La principale différence trouvée est une augmentation transitoire du score de Fisher dans le groupe traité par rapport au groupe contrôle, avec une augmentation persistante de ce score. **Scharf et al, Z Geburtshilfe Neonatol 2003**

Une étude croate randomisée avec groupe placebo ($n = 57$) a étudié l'efficacité de **DM-20, GI-4, RM-3, RM-4, RM-6, VB-34, V-23, Rte-6** et **C-7** sur la **dysménorrhée primaire** en comparaison avec le groupe placebo. Les sujets ont été observés sur une période de deux ans. Au bout d'un an, 93,3% des patientes traitées par acupuncture ne présentaient plus aucun symptôme et/ou ne prenaient plus de médicaments, contre 3,7% dans le groupe placebo. **Habek et al, Gynakol Geburtshilfliche Rundsch 2003**

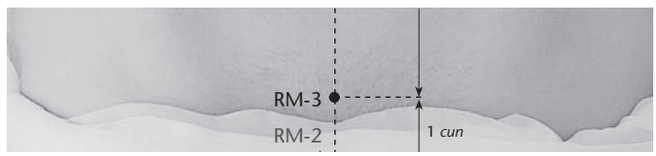
Une étude polonaise randomisée avec groupe placebo, qui n'a pas été réalisée en aveugle ($n = 69$), a étudié les effets de l'acupuncture sur **DM-20, RM-12, E-36, E-21, E-25, F-3, F-13, MC-6** et **C-7**, accompagnée d'un régime basses calories dans le traitement de l'obésité (indice de masse corporelle (IMC) d'environ 33 kg/m^2). Le régime consistait en un apport quotidien de 1200 à 1500 kcal, soit environ 1000 kcal de moins que les besoins énergétiques quotidiens des patients. Le groupe traité par acupuncture a eu des résultats significativement meilleurs après 12 séances sur une période de six semaines. Le poids moyen est passé de 85,5 kg à 72,7 kg, contre 77,1 kg dans le groupe suivant uniquement le régime. **Wozniak et al, Ginekol Pol 2003**

Une étude allemande randomisée avec groupe placebo, réalisée en double aveugle ($n = 56$), s'est intéressée aux effets de l'acupuncture sur **DM-20, *erjian* (point HM), C-7, MC-6** et **V-62** dans le traitement de la **dépression** avec **anxiété généralisée**. Les résultats ont été évalués par questionnaires. Après 10 séances, le groupe recevant une acupuncture effective a montré des améliorations cliniques significativement plus importantes que celles du groupe placebo (61% contre 21%). **Eich et al, Fortschr Neurol Psychiatr 2000**

DM-26 → VB-4 ; DM-20

Vaisseau Conception (*ren mai*)

RM-2 → DM-4



RM-3 → DM-4 ; DM-20

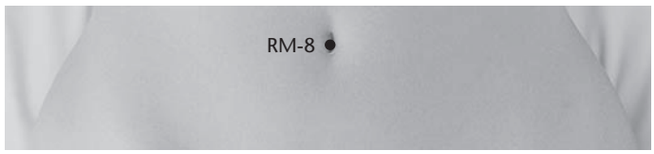
Une étude taïwanaise randomisée et contrôlée ($n = 60$) a comparé l'efficacité de l'électro-acupuncture sur **RM-3, RM-4** et

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

V-32 en cas de **vessie neurogène chez des patients atteints d'une lésion de la moelle épinière** et celle du programme de rééducation conventionnelle de la vessie du groupe contrôle. Le groupe traité par acupuncture a demandé un temps significativement plus court que le groupe contrôle pour arriver à des mictions équilibrées (en moyenne, 28 jours de moins). Les meilleurs résultats ont été obtenus chez les patients traités par acupuncture dans les trois jours suivant la lésion (39 jours de moins de moins). **Cheng et al, Spinal Cord 1998**

RM-4 → DM-20 ; E-25 ; RM-3

RM-6 → DM-4 ; DM-20 ; RM-17



RM-8 → MC-6

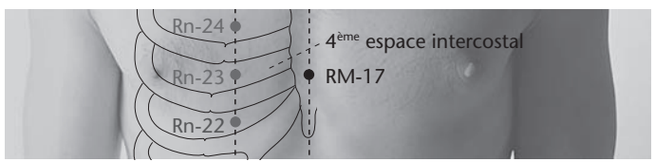
Une étude chinoise randomisée et contrôlée, non réalisée en aveugle ($n = 56$), a étudié les effets de la moxibustion sur **RM-8** en complément de la chimiothérapie dans des **carcinomes rhinopharyngés** (stades III et IV). Les effets toxiques et les effets secondaires dans le groupe traité par moxibustion ont été significativement moindres que ceux du groupe contrôle. Le taux de patients encore en vie au bout de cinq ans s'est avéré respectivement de 50,0% et de 35,7%. **Chen et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2000**

Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 140$) a étudié les effets d'une pommade sur **RM-8** pour traiter la **douleur épigastrique**. Les résultats du groupe traité ont été significativement meilleurs que ceux du groupe contrôle (94% contre 53%). **Ba et al, J Tradit Chin Med 1999**

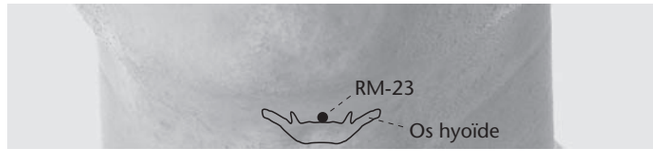
RM-12 → GI-4 ; DM-1 ; DM-20 ; F-3 ; RM-17

RM-13 → MC-6

RM-14 → F-14



RM-17 Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 60$) a comparé les effets de **RM-17, RM-12, RM-6, E-36** et **Rte-10** sur les symptômes de la **démence vasculaire** et ceux d'un traitement conventionnel. Les deux groupes ont montré une augmentation significative des scores de la MMSE, de l'échelle d'Hasegawa's Dementia (HDS-R) et de l'échelle d'ADL de Katz. Toutefois, les résultats du groupe d'acupuncture ont été statistiquement plus significatifs pour ce qui est de la MMSE, de la HDS-R et du taux d'efficacité globale (80% vs 47%). **Yu et al, Neurol Res 2006**

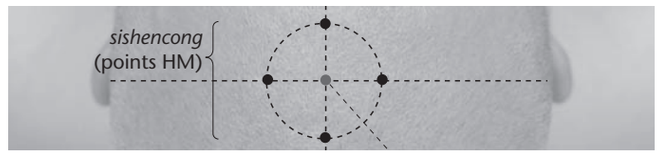


RM-23 Une étude rétrospective chinoise de cas cliniques ($n = 120$) a montré le succès du traitement de la **paralysie pseudobulbaire** par acupuncture sur **RM-23** et **P-5**. **Wang et al, J Tradit Chin Med 1998**



RM-24 Une étude allemande randomisée et contrôlée, réalisée en simple aveugle ($n = 41$), a montré que l'acupuncture sur **RM-24** réduit significativement la gravité du réflexe nauséeux pendant l'échocardiographie transœsophagienne par rapport à l'acupuncture sur un point factice. **Rosler et al, J Altern Complement Med 2003**

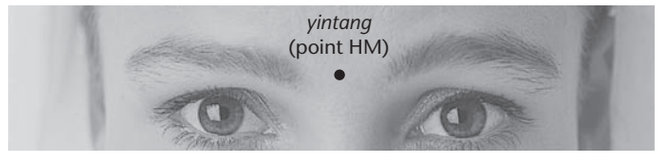
Points hors méridiens



sishencong → V-7

Un test expérimental taïwanais randomisé avec groupe placebo, réalisé en simple aveugle ($n = 9$), s'est intéressé aux effets des points ***sishencong*** (points HM) sur la **variation de la fréquence cardiaque**. Les auteurs ont observé une diminution de l'activité vagale mais une suppression de l'activité sympathique. **Wang et al, Auton Neurosci 2002**

Une étude de cas cliniques chinoise ($n = 51$) a montré l'efficacité du traitement de l'**hyperthyroïdie** par acupuncture sur ***sishencong***. **Xie et al, J Tradit Chin Med 1994**



yintang Une étude croisée autrichienne randomisée, réalisée en simple aveugle ($n = 25$), a montré que l'acupuncture (mais pas l'acupuncture au laser) sur ***yintang*** contrôlée par électroencéphalogramme a un effet sédatif. Les applications cliniques de ce

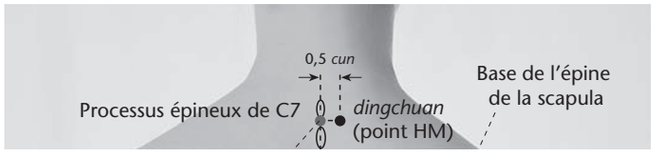
Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

point, par exemple, dans le traitement des **troubles du sommeil**, doivent faire l'objet d'investigations futures. **Litscher et al, Eur J Anaesthesiol 2004**

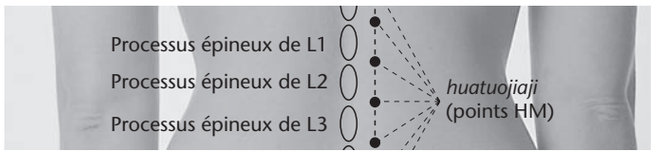
yuyao → IG-18 ; GI-4

taiyang → VB-5 ; F-3

erjian → C-7 ; DM-20

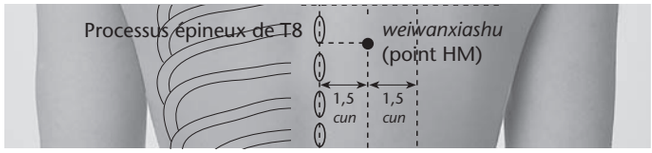


dingchuan Une étude chinoise randomisée et contrôlée ($n = 84$) a comparé les effets d'un cataplasme aux plantes sur ***dingchuan*** (point HM), **V-11, V-12, V-13** et **V-15** en cas de bronchite chronique et ceux d'un traitement par piqûre intramusculaire. Le groupe traité par cataplasme a connu un succès clinique global de 93,2%, immédiatement suivi par le groupe traité par piqûre, et de 91,5% après 18 mois (groupe contrôle : 80% et 80%). La radiographie du thorax a montré l'efficacité du cataplasme comme étant de 40,7% et de 89,8% après 18 mois (groupe contrôle : 20% et 76%). **Huo et al, Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2001**



huatuojiaji Une étude de cas cliniques chinoise ($n = 43$) a décrit le traitement réussi de la rectocolite hémorragique grâce à de l'acupuncture sur ***huatuojiaji*** (points HM) accompagnée par une stimulation de **V-22** et **V-25** au marteau fleur de prunier. **Yue and Zhenhui, J Tradit Chin Med 2005**

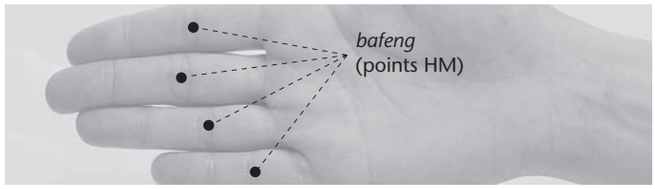
Une étude chinoise rétrospective de cas cliniques ($n = 168$) a décrit le traitement réussi de la sciatique grâce à de l'acupuncture sur ***huatuojiaji*** (points HM). **Pei et al, J Tradit Chin Med 1994**



weiwanxiashu Un test expérimental sur des lapins diabétiques a montré que l'électro-acupuncture sur ***weiwanxiashu*** (point HM) faisait baisser les **taux de glucose du plasma** et inhibait la libération du glucagon pancréatique. Cet effet est accru si on ajoute **E-36**. Ce dernier point n'entraîne aucune modification significative lorsqu'on l'utilise seul. **Zeng et al, J Tradit Chin Med 2002**

baxie → GI-4

bafeng Une étude de cas cliniques décrit le traitement réussi du hoquet grâce à de l'acupuncture sur ***bafeng*** (points HM). **Ex-UE-10. Qi, J Tradit Chin Med 1993**



jianneiling → GI-15

jianqian → GI-4

neixiyan → E-35

zhongping Une étude chinoise rétrospective de cas cliniques ($n = 115$) a décrit le traitement réussi de la douleur de l'épaule et du dos grâce à de l'acupuncture sur ***zhongping*** (point HM). Ce point se trouve à mi-distance entre **E-36** et **E-37**. **Wang et al, J Tradit Chin Med 1995**

9.3 Résumé

Les données présentées montrent clairement que diverses actions d'un certain nombre de points d'acupuncture sont sans aucun doute efficaces. Ces points (par exemple, MC-6), ont été testés selon les standards les plus hautement scientifiques, avec comparaison de l'acupuncture classique, de l'acupuncture en profondeur et de points n'étant pas des points d'acupuncture (méthodologie considérée comme le placebo le plus fort en acupuncture).

Cette preuve d'efficacité est d'autant plus flagrante que les résultats des deux études les plus vastes à ce jour, l'ART (Acupuncture Randomized Trials) et le GERAC (German Acupuncture Trial) ont pu donner l'impression que, si l'efficacité de l'acupuncture ne fait aucun doute, ses effets ne dépendent pas de la localisation des points d'acupuncture. La taille jusqu'ici inégalée de ces études et leur conception intelligente et irréprochable sur le plan bio-statistique (surtout en ce qui concerne le GERAC) ont également contribué à donner cette impression. En raison de leur flexibilité dans la prescription des points d'acupuncture et de leur complexité, ces études n'ont pas été intégrées à la section 9.2. Mais quels sont les résultats fondamentaux de ces études? (jusqu'à mai 2006 : **Witt et al, Lancet 2005 ; Linde et al, JAMA 2005 ; Melchart et al, Br Med J 2005 ; Brinkhaus, Arch Intern Med 2006 ; Diener et al, Lancet Neurol 2006**)

À la fois pour la **gonarthrose** et la **douleur lombale**, l'acupuncture donne de meilleurs résultats que l'absence de traitement (groupe en attente) (ART) ou que les médications traditionnelles (GERAC). Pour ce qui est de la **migraine**, l'acupuncture est significativement plus efficace que l'absence de traitement (groupe en attente) et un traitement par acupuncture pendant seulement six semaines a donné les mêmes résultats que la prise de médicaments

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

conventionnels pendant six mois (GERAC). Pour les **céphalées par tension nerveuse**, l'acupuncture a donné des résultats significativement meilleurs que l'absence de traitement (groupe en attente) (ART). Une étude comparative de l'acupuncture et des médications conventionnelles dans le traitement de la céphalée par tension nerveuse n'a pas été possible dans le cadre du GERAC car tous les patients ont refusé le traitement conventionnel par amitriptyline, contesté en raison de la forte probabilité d'effets secondaires. Jusque là, les résultats sont sans surprise. Leur importance réside dans la comparaison entre l'acupuncture véridique et l'acupuncture placebo (insertion d'aiguilles sur de vrais points et sur des points qui ne sont pas des points d'acupuncture).

Pour le traitement de la douleur lombale, ces deux études (GERAC et ART) n'ont montré aucun avantage significatif de l'acupuncture vraie ; les effets de l'acupuncture semblent donc indépendants de la localisation des points. Quant au traitement de la gonarthrose, l'essai ART a trouvé que l'acupuncture avait un effet à court terme significatif. Toutefois, si des traitements importants ne sont pas administrés par la suite, la maladie progresse, d'autres études ne montrant alors pas de différence entre l'acupuncture vraie et l'acupuncture factice. Les résultats du GERAC confirment l'amélioration significative à court terme. Pour ce qui est des migraines et des céphalées par tension nerveuse, les études que l'ART leur a consacrées n'ont pas pu établir une différence significative entre l'acupuncture vraie et l'acupuncture factice. La partie de l'essai du GERAC consacrée aux migraines a établi que celles-ci duraient significativement moins longtemps dans des sous-groupes. Quant à la migraine due au stress, les résultats du GERAC ont noté à ce jour une amélioration significative à mettre au compte de l'acupuncture effective.

Comment expliquer alors les bons résultats de l'acupuncture placebo, surtout dans le traitement des douleurs lombales? Et comment expliquer les résultats divergents de l'ART et du GERAC concernant la gonarthrose, les migraines et les céphalées par tension nerveuse ? Ces études, toutes deux élaborées en fonctions des critères répertoriés dans la section 9.1 ne devraient-elles pas être totalement fiables en raison de la grande qualité de leur conception ? La réponse à ces questions, outre le fait que les déficits désormais reconnus de l'étude du GERAC (qui, si l'on se reporte aux critères internationaux, avec uniquement 140 heures allouées à la formation (un des niveaux les plus faibles) et des choix contestables quant aux points d'acupuncture vrais et factices), réside dans ce qu'on appelle la « validité interne » des données réunies. La validation externe de ces études, surtout de celle du GERAC, ont été menées de façon exemplaire : à la fois les malades et les praticiens ont été interrogés séparément par téléphone sur les traitements. Cela a éliminé de l'étude un grand nombre de patients qui prenaient en outre des médications autres non acceptables, accroissant ainsi la validité de l'étude. Il n'était toutefois guère possible de contrôler la validité interne de cette étude, les traitements se déroulant dans des centaines de cliniques, sans aucune possibilité de savoir si les points qui ont été piqués sont de vrais points d'acupuncture ou des points factices. Une des particularités de ces deux études laisse à penser que certains des praticiens qui traitaient des patients du groupe placebo ont en fait piqué des vrais points d'acupuncture. De façon générale, les personnes impliquées dans ces études n'étaient pas des chercheurs mais des médecins de famille qui, en participant à cet essai, ont ainsi pu administrer à leurs patients des traitements qui étaient totalement pris en charge par l'assurance maladie obligatoire, leur garantissant ainsi un certain revenu. C'est pourquoi ces études ont non seulement contribué à l'enrichissement des praticiens, mais elles ont également modifié l'esprit même avec lequel ces acteurs cruciaux les ont abordées : la satisfaction des patients et l'argent gagné l'ont emporté sur l'étude elle-même (collecte fiable de données destinées à tester l'efficacité de l'acupuncture). Ces objectifs conflictuels ont surtout eu des répercussions sur le groupe placebo, à savoir un potentiel plus fort de réactions négatives des patients d'une part, et le revenu des praticiens de l'autre ; la qualité de la partie externe de l'étude et les entretiens téléphoniques n'ont pas été suffisants pour rééquilibrer les choses. La partie de l'étude du GERAC consacrée aux céphalées par tension nerveuse a fourni un autre aspect intéressant car elle interdisait de piquer des points situés sur la tête et c'est sur ce sujet que le protocole de cette étude a été le plus vivement contesté (symposium du GERAC, RUB 16 novembre 2005). C'est très précisément dans cette validation externe que l'étude du GERAC a trouvé des différences significatives entre l'acupuncture vraie et l'acupuncture factice !

La leçon majeure qu'il faut tirer des études de l'ART et du GERAC est que le nombre de participants et l'utilisation de techniques bio-statistiques ne sont pas, à eux seuls, une garantie de qualité. Si, dans une étude d'une certaine taille, la collecte des données est compromise par des intérêts conflictuels des initiateurs du projet et des praticiens impliqués, il n'en résultera que des effets nocifs sur la validité de la recherche.

Les réserves ci-dessus doivent nous amener à envisager avec beaucoup de prudence des résultats d'études à grandes échelles comme celles du GERAC et de l'ART.

Même des procédures médicales récentes, considérées sans aucun doute comme éprouvées, ont échoué de façon spectaculaire dans des essais contrôlés en double aveugle (**Moseley, N Engl J Med 2002**), ce qui veut dire que les efforts pour prouver scientifiquement des détails bien précis de l'acupuncture doivent être vus d'une autre façon.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Annexe

Notes du Chapitre 1

1. Le *yin yang shi yi mai jiu jing* (Traité sur la moxibustion des onze méridiens Yin et Yang), manuscrit trouvé sur le site archéologique de Mawangdui et qui remonte à 169 AEC, contient une description simple du système des méridiens. Dans ce manuscrit, les méridiens renvoient à des régions du corps plutôt qu'aux organes internes. Il ne mentionne pas le méridien du Maître du Cœur (méridien *jue yin* de la main), les autres méridiens ne sont pas classés en trois méridiens Yin et trois méridiens Yang, et le concept des Cinq Éléments n'est pas non plus évoqué.
Selon le chapitre 17 du *Ling Shu* et le chapitre 22 du *Nanjing*, les méridiens ont un trajet centripète, partant des doigts et des orteils. Ils ne représentent pas un circuit fermé. De la même façon, le chapitre 5 du *Ling Shu*, qui décrit les « racines » et les « nœuds » des méridiens (→ 1.2.3) repose sur un modèle centripète.
Par contre, le chapitre 21 du *Su Wen* contient des références aux étapes conceptuelles les plus anciennes de la théorie des méridiens, répertoriant ainsi les catégories de méridiens :

- la partie postérieure du corps est gouvernée par le *tai yang*,
- la partie antérieure du corps par le *yang ming*,
- la partie latérale par le *shao yang*,
- la partie médiale par le *tai yin*.

2. Les chapitres 10 et 15 du *Ling Shu* décrivent le système des méridiens comme un circuit continu avec, dans l'ordre, P → GI → E, etc. Mais ce n'est que dans des textes plus tardifs comme le *Shi Si Jing Fa Hui* (Commentaires sur les 14 méridiens, 1341) que, selon Manaka et al (1995), il est fait couramment mention du modèle de circulation évoqué pour la première fois dans le *Ling Shu*. « Le Yang décroît lorsque le Yin croît » ; cette affirmation des textes classiques est la racine de la théorie plus tardive qui veut que les méridiens Yin représentent le flux ascendant du Qi, allant des orteils au tronc et du tronc aux doigts. Il a également été suggéré que les méridiens Yang représentent le flux descendant du Qi, allant des doigts à la tête et de la tête aux orteils.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Bibliographie

Bing Wang Yellow Emperor's Canon of Internal Medicine (*Su Wen* et *Ling Shu*). Traduction de Nelson Liangsheng, Wu et Andrew Qi Wu. China Science & Technology Press, Beijing.

Birch S, Junko I 1994 Japanese Acupuncture : a Clinical Guide. Paradigm Publications, Brookline MA.

Bschaden J 2001 Shen-Akupunkturatlas. Springer, Berlin.

Chen J 1999 Anatomical Atlas of Chinese Acupuncture Points. Shandong Science and Technology Press China, Beijing.

Cheng X (ed.) Chinese Acupuncture and Moxibustion. Foreign Languages Press, Beijing.

Clavey S Fluid Physiology and Pathology In Traditional Chinese Medicine, 2nd edition. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Deadman P, Al-Khafaji M, Baker K 1998 A Manual of Acupuncture. Journal of Chinese Medicine Publications, East Sussex.

Denmai S 2003 Finding Effective Acupuncture Points. Eastland Press, Seattle, WA.

Ellis A, Wiseman N 1989 Grasping the Wind. Paradigm Publications Brookline, MA.

Ellis A, Wiseman N 1991 Fundamentals of Chinese Acupuncture. Paradigm Publications, Brookline, MA.

Flaws B 1998 Sticking to the point. Blue Poppy Press, Boulder, CO.

Focks C 1998 Atlas Akupunktur. Urban & Fischer Verlag, München.

Focks C, Hillenbrand N (eds.) 2003 Leitfaden Chinesische Medizin. Urban & Fischer Verlag, München.

Foen Tjoeng Li, Zhen Jiu Xue 1987–1988 Documents et notes de cours.

Geng J 2001 Die erfolgreiche Punktkombination. Verlag für Ganzheitliche Chinesische Medizin, Kötzting.

Gleditsch J M 2005 Reflexzonen und Somatotopien. Urban & Fischer Verlag, München.

Greten J 2004 Kursbuch Traditionelle Chinesische Medizin. Georg Thieme, Stuttgart.

Hammes M 1992–1994 Namensgebung und Akupunktur. Zeitschrift Aku (Akupunktur, Theorie und Praxis) 4/92, 1/93, 4/93, 4/94.

Hecker U, Steveling A, Peuker E, Kastner J 2001 Lehrbuch und Repetitorium Akupunktur. Hippokrates Verlag, Stuttgart.

Helms J M 1997 Acupuncture Energetics. Medical Acupuncture Publishers, Berkeley, CA.

Hempen C-H 1995 DTV-Atlas zur Akupunktur. DTV, München.

Hicks A, Hicks J, Mole P 2004 Five Element Constitutional Acupuncture. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Jarrett L S 2003 The Clinical Practice of Chinese Medicine. Spirit Path Press, Stockbridge, MA.

Kampik G 1998 Propädeutik der Akupunktur. Hippokrates Verlag, Stuttgart.

Kirschbaum B 1995 Die 8 außerordentlichen Gefäße in der traditionellen chinesischen Medizin. ML-Verlag, Uelzen.

Kirschbaum B 1999 Documents et notes de séminaires. Universität Witten/Herdecke.

Kitzinger E 1995 Der Akupuktur-Punkt – Topographie und chinesische Stichtechnik, 2nd edn., Wilhelm Maudrich, Wien.

König G, Wancura I (1979, 1983). Praxis und Theorie der neuen chinesischen Akupunktur, Bd 1 & 2. Wilhelm Maudrich, Wien.

Kubiena G 2004 Therapiehandbuch Akupunktur, 3rd edn. München.

Kubiena G, Ramakers F 2002 Bestzeitakupunktur – Chronoakupunktur. Wilhelm Maudrich, Vienna.

Kubny M 2002 Qi – Lebenskraftkonzepte in China. Definitionen : Theorien und Grundlagen. Karl F Haug, Heidelberg.

Larre C, Rochat de la Vallée E 1987. The Secret of the Spiritual Orchid. Monkey Press, Cambridge.

Larre C, Rochat de la Vallée E 1997 The Eight Extraordinary Meridians. Monkey Press, Cambridge.

Larre C, Rochat de la Vallée E 1999 Essence, Spirit, Qi and Blood. Monkey Press, Cambridge.

Larre C, Rochat de la Vallée E 2001 The Lung, rev edn. Monkey Press, Cambridge.

Larre C, Schatz J, Rochat de la Vallée E (1ère édition en français 1979 ; traduction anglaise 1986). Survey of Traditional Chinese Medicine. Institut Ricci, Paris and Traditional Acupuncture Institute, Columbia, MD.

Legge D 1997 Close to the Bone. Sydney College Press, Sydney, New South Wales.

Li Ding 1991 Acupuncture, Meridian Theory and Acupuncture Points. Foreign Languages Press, Beijing.

Lie Fjoen Tjoeng 1987–88 Zhen Jiu Xue. Documents et notes de séminaires. Hamburg.

Lorenzen U, Noll A 1992–2000 Die Wandlungsphasen in der traditionellen chinesischen Medizin, Bd 1–5. Müller & Steinicke, München.

Maciocia G 1989 The Foundations of Chinese Medicine. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Maciocia G 1998 Obstetrics and Gynecology in Chinese Medicine. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Manaka Y, Itaya K, Birch S 1995 Chasing the Dragon's Tail. Paradigm Publications. Brookline, MA.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Matsumoto K, Birch S 1983 Five Elements and Ten Stems. Paradigm Publications, Brookline, MA.

Matsumoto K, Birch S 1996 Extraordinary Vessels. Paradigm Publications, Brookline, MA.

Morant G S 1994 Chinese Acupuncture [traduit du français]. Paradigm Publications, Brookline, MA.

Ngyen Van Nghi 1989, 1991 Traditionelle chinesische Medizin. Pathogenese und Pathologie der Energetik in der Chinesischen Medizin, Bd 1 & 2. ML-Verlag, Uelzen.

Ngyen Van Nghi 1996 Hoang Ti Nei King, So Quenn, Bd 1. ML-Verlag, Uelzen.

Van Nghi N 1997 Hoang Ti Nei King, So Quenn, Bd 2. ML-Verlag, Uelzen.

Ni Yitian 1996 Navigating the Channels of Traditional Chinese Medicine. Oriental Medicine Center, San Diego, CA.

Nielsen A 1995 Gua Sha : a Traditional Technique for Modern Practice. Churchill Livingstone, Edinburgh.

O'Connor J, Bensky D 1981 Acupuncture, a Comprehensive Text. Shanghai College of Traditional Medicine/Eastland Press, Seattle, WA.

Ogal H, Kolster B C 1999 Ohrakupunktur, Grundlagen-Praxis-Indikationen, 2nd edn. KVM-Verlag, Marburg.

Ogal H, Stör W (eds) 1999 Seirin-Bildatlas der Akupunktur. KVM-Verlag, Marburg.

Pabst R, Putz R 2004 Sobotta-Atlas einbändig. Elsevier, München.

Peuker E T, Filler J F, Hecker H U, Steveling A 2005 Anatomie-Atlas Akupunktur. Hippokrates, Stuttgart.

Pirog J E 1996 The Practical Application of Meridian Style Acupuncture. Pacific View Press, Berkeley, CA.

Platsch K D 2000 Psychosomatik in der chinesischen Medizin. Urban & Fischer, München.

Platsch K D 2005 Die fünf Wandlungsphasen : das Tor zur chinesischen Medizin. Urban & Fischer, München.

Pollmann N 2002 Basislehrbuch Akupunktur. Urban & Fischer, München.

Porkert M, Hempen C-H 1997 Systematische Akupunktur, 2ème édition. Urban & Schwarzenberg, München.

Ramakers F 2003 Physiologie und Pathologie der 72 Leitbahnen und Akupunkturtechniken (documents de cours et notes personnelles).

Ross J 1986 Zangfu : the Organ Systems of Traditional Chinese Medicine, 2nd edn. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Ross J 1995 Acupuncture point combinations. Churchill Livingstone, Edinburgh.

Schmidt J M 1990 Die klassischen Akupunkturpunkte. ML-Verlag, Uelzen.

Schnorrenberger C C 1979 Lehrbuch der chinesischen Medizin für westliche Ärzte. Hippokrates, Stuttgart.

Schnorrenberger C C 1994 Die topographisch-anatomischen Grundlagen der chinesischen Akupunktur und Ohrakupunktur. Hippokrates, Stuttgart.

Shima M, Chase C 2000 The Channel Divergences, Deeper Pathways of the Web. Paradigm Publications, Brookline, MA.

Solinas H, Mainville L, Anteroche B 1998 Atlas of Chinese Acupuncture, Meridians and Collaterals. Publishing Canada Inc, Sillery, Quebec.

State Standard of the People's Republic of China 1990 the Location of Acupoints. Foreign Languages Press, Beijing.

Tan R T-F 2003 Dr Tan's Strategy of Twelve Magical Points. R T-F Tan, San Diego, CA.

Tan R T-F 2004 Documents et notes de séminaires, Rothenburg.

Thambijarah R (1991). Documents et notes de cours. Hamburg and Berlin.

Unschuld P U (traduction annotée) 1986 Nan-Ching : the Classic of Difficult Issues. University of California Press, Berkeley, CA.

Unschuld P U (traduction annotée) 2003 Huang Di Nei Jing Su Wen. University of California Press, Berkeley, CA.

Wieger L 1965 Chinese Characters. Paragon Book Reprint/ Dover Publications, New York (réédition non abrégée et non modifiée de la 2ème édition publiée par Catholic Mission Press en 1927).

Wiseman N, Ellis A 1994 Fundamentals of Chinese Medicine. Paradigm Publications, Brookline, MA.

World Health Organization 1991 Proposition d'une nomenclature standard et internationale de l'acupuncture. WHO, Geneva.

Wu Jing-Nuan (traduction) 2004 Ling Shu or the Spiritual Pivot. Asian Spirituality, Taoist Studies Series, 2. University of Hawaii Press, Honolulu.

Yan Zhengguo 2003 Anatomical Atlas of Acupuncture Points – a Photo Location Guide. Donica Publishing, London.

Yin Ganglin, Lin Zhenghua 2000 Advanced Modern Chinese Acupuncture Therapy. New World Press, Beijing.

Yuan H 1999 Traditionelle Chinesische Akupunktur. Ullstein Mosby, Wiesbaden.

Yuan H 2002 Chinesische Pulsdiagnostik. Urban & Fischer, München.

Yuan H 2003 Chinesische Zungendiagnostik, 2ème édition. Urban & Fischer, München.

Zhang Y H, Rose K 1995 Who can Ride the Dragon? Paradigm Publications, Brookline, MA.

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Index

Index général

A

Acromion 52
Amplitude de la main (technique d') 36
Anatomie de l'oreille 46
Angle de la mandibule 44
Angle sterno-costal 69
Arcade sourcilière 40
Arcade zygomatique 42
Articulation sacro-iliaque 66
Articulation temporo-mandibulaire 43
Association de points de méridiens Yin et de points de méridiens Yang 693
Association de points du haut et du bas 694
Association de points locaux et de points distaux 691
Association de points situés à l'avant et à l'arrière 692
Association droite-gauche 695
Association intérieur-extérieur 693–694
Association point source *(yuan)* et point *luo* de communication 693–694
Association Yin-Yang 693
Atlas 47
Axis 60

C

Cinq points *shu* (point shu antiques) 670–677
Circuits des méridiens 10–14
Circulation du Qi 5
Colonne cervicale 60–61
Colonne lombale 63
Colonne thoracique 62
Connections Yang-Yang 12
Connections Yin-Yang de la main 11–12
Connections Yin-Yang du pied 12
Connections Yin-Yin 13
Creux de l'épaule 52
Cun du doigt 32

D

12ème côte 62

E

Épaule 51
Épicondyle de l'humérus 55
Épine iliaque antéro-supérieure 71
Équilibrer le *du mai* et le *ren mai* . . . 692–693
Équilibrer le Yin et le Yang des méridiens couplés 693
Équilibrer le Yin et le Yang des méridiens non couplés 694
Espace de l'articulation de la cheville 76
Espace de l'articulation du poignet 58

F

Foramen infra-orbitaire 41
Foramen sacral 65
Formes de Qi 5

G

Glabelle 40
Grand trochanter 72

H

Horloge des Viscères 7
Huit merveilleux vaisseaux 3, 24

J

Jing bie 3
Jing jin 3, 21–23
Jing luo 3, 5
Jing zheng 3, 8

K

König/Wancura, voir Technique d'amplitude de la main 36

L

Ligne axillaire 70
Ligne claviculaire moyenne 69
Ligne de Tuffier 63
Ligne des cheveux 38, 48
Ligne mamelonnaire 69
Liu jing 14–18
Localisation des points 34–36

M

Malléole médiale 75
Mamelon 69
Méridiens divergents 3, 20
Méridiens *luo* de communication 3, 23
Méridiens musculaires 3, 21–23
Méridiens principaux 3, 8–14
Merveilleux vaisseaux 3, 24–29
Mesures en *cun* 31–34
Méthodes de localisation des points 31

O

Œil du genou 73
Olécrâne 56
Ombilic 72
11ème côte, extrémité libre 70
Os naviculaire 78
Os pisiforme 58
Os zygomatique 42

P

Pi bu 3, 24
Pli cubital (pli du coude) 55
Point mer *he (he xue)* 676–677
Points adjacents 685
Points *ben* (points Cinq Éléments) 690
Points cardinaux 678
Points chaîne et points cadenas (méthode d'association des) 695
Points Cinq Éléments 670
Points d'accumulation (*xi* points) . . . 667–668
Points d'entrée 684–685
Points d'ouverture des 8 merveilleux vaisseaux 678–679
Points de commande de Gao Wu 681
Points de confluence 18
Points de croisement (*jiaohui*) 679
Points de départ 19
Points de réunion *(hui)* des 8 tissus 677–678
Points de sortie 684–685
Points de terminaison 19
Points des fantômes de Sun Si Miao 683
Points des Quatre Mers 682
Points distaux 685–686
Points Étoile céleste de Ma Dan Yang 683
Points Fenêtre du Ciel 681–682
Points fleuve *(jing)* 675
Points jaillissement *(ying)* 673
Points locaux 685
Points *luo* de communication 666–667
Points mer *(he)* inférieurs (points *xiahe*) 679
Points *mu* antérieurs 669
Points puits *(jing)* 671
Points racine (points *ben*) 19
Points rivière *(shu)* 674
Points *shu* du dos 668–669
Points *shu* et points *mu* (méthode d'association) 692
Points source (*yuan)* 665–666
Pommettes 41
Positions du corps 35
Processus xiphoïde 69
Proéminence laryngée 49
Protubérance occipitale 48

Q

Qi jing ba mai 3, 24
Qi Nourricier 5–6
Qi Protecteur 5

R

Régions cutanées *(pi bu)* 3
Repères anatomiques 37–78
Ruban élastique 34

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

S

Sacrum 66
Sillon mento-labial 45
Sillon rhino-labial 44
Six grands méridiens. 14–18
Symphyse pubienne 72
Système des méridiens 1–5

T

Tabatière anatomique 59
Tempe 39
Tendon d'Achille. 77
Tendon du biceps 55
Tête de l'humérus 52
Tête de la fibula. 73
Traitement selon l'horloge des Viscères 695–696

U

Unités proportionnelles en *cun* 32–34

V

Vertèbre proéminente 61
Vertex 37

W

Wei qi 5

Y

Ying qi 5–6
Yuan qi. 5

Z

Zones cutanées 3, 24
Zong qi 5

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Index des points d'acupuncture

C

C-1 Jiquan 207
C-2 Qingling 208
C-3 Shaohai 209
C-4 Lingdao 210
C-5 Tongli 211
C-6 Yinxi 212
C-7 Shenmen 213
C-8 Shaofu 214
C-9 Shaochong 215

D

DM-1 Changjiang 499
DM-2 Yaoshu 500
DM-3 Yaoyangguan 501
DM-4 Mingmen 502
DM-5 Xuanshu 503
DM-6 Jizhong 504
DM-7 Zhongshu 505
DM-8 Jinsuo 506
DM-9 Zhiyang 507
DM-10 Lingtai 508
DM-11 Shendao 509
DM-12 Shenzhu 510
DM-13 Taodao 511
DM-14 Dazhui 512
DM-15 Yamen 513
DM-16 Fengfu 514
DM-17 Naohu 515
DM-18 Qiangjian 516
DM-19 Houding 517
DM-20 Baihui 518
DM-21 Qianding 519
DM-22 Xinhui 520
DM-23 Shangxing 521
DM-24 Shenting 522
DM-25 Suliao 523
DM-26 Renzhong 524
DM-27 Duiduan 525
DM-28 Yinjiao 526

E

E-1 Chengqi 129
E-2 Sibai 130
E-3 Juliao 131
E-4 Dicang 132
E-5 Daying 133
E-6 Jiache 134
E-7 Xiaguan 135
E-8 Touwei 136
E-9 Renying 137
E-10 Shuitu 138
E-11 Qishe 139
E-12 Quepen 140
E-13 Qihu 141
E-14 Kufang 142
E-15 Wuyi 143
E-16 Yingchuang 144
E-17 Ruzhong 145
E-18 Rugen 146
E-19 Burong 147
E-20 Chengman 148
E-21 Liangmen 149
E-22 Guanmen 150
E-23 Taiyi 151
E-24 Huaroumen 152
E-25 Tianshu 153
E-26 Wailing 154
E-27 Daju 155
E-28 Shuidao 156
E-29 Guilai 157
E-30 Qichong 158
E-31 Biguan 159
E-32 Futu 160
E-33 Yinshi 161
E-34 Liangqiu 162
E-35 Dubi 163
E-36 Zusanli 164
E-37 Shangjuxu 165
E-38 Tiaokou 166
E-39 Xiajuxu 167
E-40 Fenglong 168
E-41 Jiexi 169
E-42 Chongyang 170
E-43 Xiangu 171
E-44 Neiting 172
E-45 Lidui 173

F

F-1 Dadun 449
F-2 Xingjian 450
F-3 Taichong 451
F-4 Zhongfeng 452
F-5 Ligou 453
F-6 Zhongdu 454
F-7 Xiguan 455
F-8 Ququan 456
F-9 Yinbao 457
F-10 Zuwuli 458
F-11 Yinlian 459
F-12 Jimai 460
F-13 Zhangmen 461
F-14 Qimen 462

G

GI-1 Shangyang 101
GI-2 Erjian 102
GI-3 Sanjian 103
GI-4 Hegu 104
GI-5 Yangxi 105
GI-6 Pianli 106
GI-7 Wenliu 107
GI-8 Xialian 108
GI-9 Shanglian 109
GI-10 Shousanli 110
GI-11 Quchi 111
GI-12 Zhouliao 112
GI-13 Shouwuli 113
GI-14 Binao 114
GI-15 Jianyu 115
GI-16 Jugu 116
GI-17 Tianding 117
GI-18 Futu 118
GI-19 Kouheliao 119
GI-20 Yingxiang 120

I

IG-1 Shaoze 223
IG-2 Qiangu 224
IG-3 Houxi 225
IG-4 Wangu 226
IG-5 Yanggu 227
IG-6 Yanglao 228
IG-7 Zhizheng 229
IG-8 Xiaohai 230
IG-9 Jianzhen 231
IG-10 Naoshu 232
IG-11 Tianzong 233
IG-12 Bingfeng 234
IG-13 Quyuan 235
IG-14 Jianwaishu 236
IG-15 Jianzhongzhu 237
IG-16 Tianchuang 238
IG-17 Tianrong 239
IG-18 Quanliao 240
IG-19 Tinggong 241

M

MC-1 Tianchi 353
MC-2 Tianquan 354
MC-3 Quze 355
MC-4 Ximen 356
MC-5 Jianshi 357
MC-6 Neiguan 358
MC-7 Daling 359
MC-8 Laogong 360
MC-9 Zhongchong 361

P

P-1 Zhongfu 83
P-2 Yunmen 84
P-3 Tianfu 85
P-4 Xiabai 86
P-5 Chize 87
P-6 Kongzui 88
P-7 Lieque 89
P-8 Jingqu 90
P-9 Taiyuan 91
P-10 Yuji 92
P-11 Shaoshang 93

R

RM-1 Huiyin 471
RM-2 Qugu 472
RM-3 Zhongji 473
RM-4 Guanyuan 474
RM-5 Shimen 475
RM-6 Qihai 476
RM-7 Yinjiao 477

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

RM-8 Shenque 478
RM-9 Shuifen 479
RM-10 Xiawan 480
RM-11 Jianli 481
RM-12 Zhongwan 482
RM-13 Shangwan 483
RM-14 Juque 484
RM-15 Jiuwei 485
RM-16 Zhongting 486
RM-17 Shanzhong 487
RM-18 Yutang 488
RM-19 Zigong 489
RM-20 Huagai 490
RM-21 Xuanji 491
RM-22 Tiantu 492
RM-23 Lianquan 493
RM-24 Chengjiang 494
Rn-1 Yongquan 321
Rn-2 Rangu 322
Rn-3 Taixi 323
Rn-4 Dazhong 324
Rn-5 Shuiquan 325
Rn-6 Zhaohai 326
Rn-7 Fuliu 327
Rn-8 Jaioxin 328
Rn-9 Zhubin 329
Rn-10 Yingu 330
Rn-11 Henggu 331
Rn-12 Dahe 332
Rn-13 Qixue 333
Rn-14 Siman 334
Rn-15 Zhongzhu 335
Rn-16 Huangshu 336
Rn-17 Shangqu 337
Rn-18 Shiguan 338
Rn-19 Yindu 339
Rn-20 Futonggu 340
Rn-21 Youmen 341
Rn-22 Bulang 342
Rn-23 Shenfeng 343
Rn-24 Lingxu 344
Rn-25 Shencang 345
Rn-26 Yuzhong 346
Rn-27 Shufu 347
Rte-1 Yinbai 181
Rte-2 Dadu 182
Rte-3 Taibai 183
Rte-4 Gongsun 184
Rte-5 Shangqiu 185
Rte-6 Sanyinjiao 186
Rte-7 Lougu 187
Rte-8 Diji 188
Rte-9 Yinlingquan 189
Rte-10 Xuehai 190
Rte-11 Jimen 191
Rte-12 Chongmen 192
Rte-13 Fushe 193
Rte-14 Fujie 194
Rte-15 Daheng 195
Rte-16 Fuai 196
Rte-17 Shidou 197
Rte-18 Tianxi 198
Rte-19 Xiongxiang 199
Rte-20 Zhourong 200
Rte-21 Dabao 201

T

TR-1 Guanchong 367
TR-2 Yemen 368
TR-3 Zhongzhu 369
TR-4 Yangchi 370
TR-5 Waiguan 371
TR-6 Zhigou 372
TR-7 Huizong 373
TR-8 Sanyangluo 374
TR-9 Sidu 375
TR-10 Tianjing 376
TR-11 Qinglengyuan 377
TR-12 Xiaoluo 378
TR-13 Naohui 379
TR-14 Jianliao 380
TR-15 Tianliao 381
TR-16 Tianyou 382
TR-17 Yifeng 383
TR-18 Qimai 384
TR-19 Luxi 385
TR-20 Jiaosun 386
TR-21 Ermen 387
TR-22 Erheliao 388
TR-23 Sizhukong 389

V

V-1 Jingming 251
V-2 Zanzhu 252
V-3 Meichong 253
V-4 Quchai 254
V-5 Wuchu 255
V-6 Chengguang 256
V-7 Tongtian 257
V-8 Luoque 258
V-9 Yuzhen 259
V-10 Tianzhu 260
V-11 Dazhu 261
V-12 Fengmen 262
V-13 Feishu 263
V-14 Jueyinshu 264
V-15 Xinshu 265
V-16 Dushu 266
V-17 Geshu 267
V-18 Ganshu 268
V-19 Danshu 269
V-20 Pishu 270
V-21 Weishu 271
V-22 Sanjiaoshu 272
V-23 Shenshu 273
V-24 Qihaishu 274
V-25 Dachangshu 275
V-26 Guanyuanshu 276
V-27 Xiaochangshu 277
V-28 Pangguangshu 278
V-29 Zhonglushu 279
V-30 Baihuanshu 280
V-31 Shangliao 281
V-33 Zhongliao 281
V-34 Xialiao 281
V-35 Huiyang 282
V-36 Chengfu 283
V-37 Yinmen 284
V-38 Fuxi 285
V-39 Weiyang 286
V-40 Weizhong 287
V-41 Fufen 288
V-42 Pohu 289
V-43 Gaohuangshu 290
V-44 Shentang 291
V-45 Yixi 292
V-46 Geguan 293
V-47 Hunmen 294
V-48 Yanggang 295
V-49 Yishe 296
V-50 Weicang 297
V-51 Huangmen 298
V-52 Zhishi 299
V-53 Baohuang 300
V-54 Zhibian 301
V-55 Heyang 302
V-56 Chengjin 303
V-57 Chengshan 304
V-58 Feiyang 305
V-59 Fuyang 306
V-60 Kunlun 307
V-61 Pucan 308
V-62 Shenmai 309
V-63 Jinmen 310
V-64 Jinggu 311
V-65 Shugu 312
V-66 Zutonggu 313
V-67 Zhiyin 314
VB-1 Tongziliao 399
VB-2 Tinghui 400
VB-3 Shangguan 401
VB-4 Hanyan 402
VB-5 Xuanlu 403
VB-6 Xuanli 404
VB-7 Qubin 405
VB-8 Shuaigu 406
VB-9 Tianchong 407
VB-10 Fubai 408
VB-11 Touqiaoyin 409
VB-12 Wangu 410
VB-13 Benshen 411
VB-14 Yangbai 412
VB-15 Toulinqi 413
VB-16 Muchuang 414
VB-17 Zhengying 415
VB-18 Chengling 416
VB-19 Naokong 417
VB-20 Fengchi 418
VB-21 Jianjing 419
VB-22 Yuanye 420
VB-23 Zhejin 421
VB-24 Riyue 422
VB-25 Jingmen 423
VB-26 Daimai 424
VB-27 Wushu 425
VB-28 Weidao 426
VB-29 Juliao 427
VB-30 Huantiao 428

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

VB-31 Fengshi. 429
VB-32 Zhongdu 430
VB-33 Xiyangguan. 431
VB-34 Yanglingquan 432
VB-35 Yangjiao. 433
VB-36 Waiqiu 434
VB-37 Guangming 435
VB-38 Yangfu 436
VB-39 Xuanzhong 437
VB-40 Qiuxu 438
VB-41 Zulinqi. 439
VB-42 Diwuhui 440
VB-43 Xiaxi 441
VB-44 Zuqiaoyin 442

Points hors méridiens (HM)

Anmian. 555
Bafeng 612
Baichongwo 605
Bailao 553
Baxie 595
Bitong 546
Bizhong 599
Chonggu zhuidong 558
Dagukong 591
Dangyang 540
Dannang 608
Dannangdian 608
Dannangxue 608
Dingchuan. 573
Duyin 613
Erbai. 588
Erjian 544
Haiquan 549
Heding 604
Huanzhong 615
Huatuojiaji 574
Jiachengjiang 557
Jiali. 556
Jianneiling 598
Jianqian 598
Jiehexue. 582
Jingbailao 553
Jingbi 559
Jinjin. 550
Juquan 548
Kuangu 603
Lanwei 609
Lanweixue. 609
Lineiting 617
Luozhen 594
Neihuaijian 610
Neixiyan 606
Neiyingxiang 547
Pigen. 576
Qiduan 614
Qimen 567
Qiuhou 545
Qizhongsibian. 565
Sanjiaojiu 570
Shangming. 554
Shangyingxiang. 546
Shiqizhui 580
Shiqizhuixia 580
Shixuan 597
Sifeng. 596
Siqiang. 616
Sishencong 539
Taiyang 543
Tituo 568
Tunzhong 583
Waihuaijian. 611
Wailaogong 594
Weiguanxiashu. 575
Weishang. 564
Weiwanxiashu 575
Xiajishu 577
Xianqiang 594
Xiaogukong 592
Xiding. 604
Xiyan 607
Yaodongdian. 593
Yaoqi 581
Yaotongxue 593
Yaoyan. 579
Yaoyi 578
Yijing 566
Yiming 552
Yintang 541
Yuyao. 542
Yuye 551
Zhishi 569
Zhixie 569
Zhongkui. 590
Zhongquan 589
Zhoujian 587
Zicong 563

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Index des noms pinyin des points d'acupuncture

A

Anmian (point HM) 555

B

Bafeng (point HM) 612
Baichongwo (point HM) 605
Baihuanshu V-30 280
Baihui DM-20 518
Bailao (point HM) 553
Baohuang V-53 300
Baxie (point HM) 595
Benshen VB-13 411
Biguan E-31 159
Binao GI-14 114
Bingfeng IG-12 234
Bitong (point HM) 546
Bizhong (point HM) 599
Bulang Rn-22 342
Burong E-19 147

C

Changjiang DM-1 499
Chengfu V-36 283
Chengguang V-6 256
Chengjiang RM-24 494
Chengjin V-56 303
Chengling VB-18 416
Chengman E-20 148
Chengqi E-1 129
Chengshan V-57 304
Chize P-5 87
Chonggu zhuidong (point HM) 558
Chongmen Rte-12 170
Chongyang E-42 281

D

Dabao Rte-21 201
Dachangshu V-25 275
Dadu Rte-2 182
Dadun F-1 449
Dagukong (point HM) 591
Dahe Rn-12 332
Daheng Rte-15 195
Daimai VB-26 424
Daju E-27 155
Daling MC-7 359
Dangyang (point HM) 540
Dannang (point HM) 608
Dannangdian 608
Dannangxue (point HM) 608
Danshu V-19 269
Danzhong RM-17 487
Daying E-5 133
Dazhong Rn-4 324
Dazhu V-11 261
Dazhui DM-14 512
Dicang E-4 132
Diji Rte-8 188
Dingchuan (point HM) 573
Diwuhui VB-42 440
Dubi E-35 163
Duiduan DM-27 525
Dushu V-16 266
Duyin (point HM) 613

E

Erbai (point HM) 588
Erheliao TR-22 388
Erjian (point HM) 544
Erjian GI-2 102
Ermen TR-21 387

F

Feishu V-13 263
Feiyang V-58 305
Fengchi VB-20 418
Fengfu DM-16 514
Fenglong E-40 168
Fengmen V-12 262
Fengshi VB-31 429
Fuai Rte-16 196
Fubai VB-10 408
Fufen V-41 288
Fujie Rte-14 194
Fuliu Rn-7 327
Fushe Rte-13 193
Futonggu Rn-20 340
Futu E-32 160
Futu GI-18 118
Fuxi V-38 285
Fuyang V-59 306

G

Ganshu V-18 268
Gaohuangshu V-43 290
Geguan V-46 293
Geshu V-17 267
Gongsun Rte-4 184
Guanchong TR-1 367
Guangming VB-37 435
Guanmen E-22 150
Guanyuan RM-4 474
Guanyuanshu V-26 276
Guilai E-29 157

H

Haiquan (point HM) 549
Hanyan VB-4 402
Heding (point HM) 604
Hegu GI-4 104
Henggu Rn-11 331
Heyang V-55 302
Houding DM-19 517
Houxi IG-3 225
Huagai RM-20 490
Huangmen V-51 298
Huangshu Rn-16 336
Huantiao VB-30 428
Huanzhong (point HM) 615
Huaroumen E-24 152
Huatuojiaji (point HM) 574
Huiyang V-35 282
Huiyin RM-1 471
Huizong TR-7 373
Hunmen V-47 294

J

Jiache E-6 134
Jiachengjiang (point HM) 557
Jiali (point HM) 556
Jianjing VB-21 419
Jianli RM-11 481
Jianliao TR-14 380
Jianneiling (point HM) 598
Jianqian (point HM) 598
Jianshi MC-5 357
Jianwaishu IG-14 236
Jianyu GI-15 115
Jianzhen IG-9 231
Jianzhongzhu IG-15 237
Jiaosun TR-20 386
Jiaoxin Rn-8 328
Jiehexue (point HM) 582
Jiexi E-41 169
Jimai F-12 460
Jimen Rte-11 191
Jingbailao (point HM) 553
Jingbi 559
Jinggu V-64 311
Jingmen VB-25 423
Jingming V-1 251
Jingqu P-8 90
Jinjin (point HM) 550
Jinmen V-63 310
Jinsuo DM-8 506
Jiquan C-1 207
Jiuwei RM-15 485
Jizhong DM-6 504
Jueyinshu V-14 264
Jugu GI-16 116
Juliao E-3 131
Juliao VB-29 427
Juquan (point HM) 548
Juque RM-14 484

K

Kongzui P-6 88
Kouheliao GI-19 119
Kuangu (point HM) 603
Kufang E-14 142
Kunlun V-60 307

L

Lanwei (point HM) 609
Lanweixue (point HM) 609
Laogong MC-8 360
Liangmen E-21 149
Liangqiu E-34 162
Lianquan RM-23 493
Lidui E-45 173

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Lieque P-7 89
Ligou F-5 453
Lineiting (point HM) 617
Lingdao C-4 210
Lingtai DM-10 508
Lingxu Rn-24 344
Lougu Rte-7 187
Luoque V-8 258
Luozhen (point HM) 594
Luxi TR-19 385

M

Meichong V-3 253
Mingmen DM-4 502
Muchuang VB-16 414

N

Naohu DM-17 515
Naohui TR-13 379
Naokong VB-19 417
Naoshu IG-10 232
Neiguan MC-6 358
Neihuaijian (point HM) 610
Neiting E-44 172
Neixiyan (point HM) 606
Neiyingxiang (point HM) 547

P

Pangguangshu V-28 278
Pianli GI-6 106
Pigen (point HM) 576
Pishu V-20 270
Pohu V-42 289
Pucan V-61 308

Q

Qianding DM-21 519
Qiangjian DM-18 516
Qiangu IG-2 224
Qichong E-30 158
Qiduan (point HM) 614
Qihai RM-6 476
Qihaishu V-24 274
Qihu E-13 141
Qimai TR-18 384
Qimen (point HM) 567
Qimen F-14 462
Qinglengyuan TR-11 377
Qingling C-2 208
Qishe E-11 139
Qiuhou (point HM) 545
Qiuxu VB-40 438
Qixue Rn-13 333
Qizhongsibian (point HM) 565
Quanliao IG-18 240
Qubin VB-7 405
Quchai V-4 254
Quchi GI-11 111
Quepen E-12 140
Qugu RM-2 472
Ququan F-8 456
Quyuan IG-13 235
Quze MC-3 355

R

Rangu Rn-2 322
Renying E-9 137
Renzhong DM-26 524
Riyue VB-24 422
Rugen E-18 146
Ruzhong E-17 145

S

Sanjian GI-3 103
Sanjiaojiu (point HM) 570
Sanjiaoshu V-22 272
Sanyangluo TR-8 374
Sanyinjiao Rte-6 186
Shangguan VB-3 401
Shangjuxu E-37 165
Shanglian GI-9 109
Shangliao V-31 281
Shangming (point HM) 554
Shangqiu Rte-5 185
Shangqu Rn-17 337
Shangwan RM-13 483
Shangxing DM-23 521
Shangyang GI-1 101
Shangyingxiang (point HM) 546
Shanzhong RM-17 487
Shaochong C-9 215
Shaofu C-8 214
Shaohai C-3 203
Shaoshang P-11 93
Shaoze IG-1 223
Shencang Rn-25 345
Shendao DM-11 509
Shenfeng Rn-23 343
Shenmai V-62 309
Shenmen C-7 213
Shenque RM-8 478
Shenshu V-23 273
Shentang V-44 291
Shenting DM-24 522
Shenzhu DM-12 510
Shidou Rte-17 197
Shiguan Rn-18 338
Shimen RM-5 475
Shiqizhui (point HM) 580
Shiqizhuixia (point HM) 580
Shixuan (point HM) 597
Shousanli GI-10 110
Shouwuli GI-13 113
Shuaigu VB-8 406
Shufu Rn-27 347
Shugu V-65 312
Shuidao E-28 156
Shuifen RM-9 479
Shuiquan Rn-5 325
Shuitu E-10 138
Sibai E-2 130
Sidu TR-9 375
Sifeng (point HM) 596
Siman Rn-14 334
Siqiang (point HM) 616
Sishencong (point HM) 539
Sizhukong TR-23 389
Suliao DM-25 523

T

Taibai Rte-3 183
Taichong F-3 451
Taixi Rn-3 323
Taiyang (point HM) 543
Taiyi E-23 151
Taiyuan P-9 91
Taodao DM-13 511
Tianchi MC-1 353
Tianchong VB-9 407
Tianchuang IG-16 238
Tianding GI-17 239
Tianfu P-3 85
Tianjing TR-10 376
Tianliao TR-15 381
Tianquan MC-2 354
Tianrong IG-17 239
Tianshu E-25 153
Tiantu RM-22 492
Tianxi Rte-18 198
Tianyou TR-16 382
Tianzhu V-10 260
Tianzong IG-11 233
Tiaokou E-38 166
Tinggong IG-19 241
Tinghui VB-2 400
Tituo (point HM) 568
Tongli C-5 211
Tongtian V-7 257
Tongziliao VB-1 399
Toulinqi VB-15 413
Touqiaoyin VB-11 409
Touwei E-8 136
Tunzhong (point HM) 583

W

Waiguan TR-5 371
Waihuaijian (point HM) 611
Wailaogong (point HM) 594
Wailing E-26 154
Waiqiu VB-36 434
Wangu IG-4 226
Wangu VB-12 410
Weicang V-50 297
Weidao VB-28 426
Weiguanxiashu (point HM) 575
Weishang (point HM) 564
Weishu V-21 271
Weiwanxiashu (point HM) 575
Weiyang V-39 286
Weizhong V-40 287
Wenliu GI-7 107
Wuchu V-5 255
Wushu VB-27 425
Wuyi E-15 143

X

Xiabai P-4 86
Xiaguan E-7 135

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

XIAJISHU (point HM) 577
XIAJUXU E-39 167
XIALIAN GI-8 108
XIALIAO V-34 281
XIANGU E-43 171
XIANQIANG (point HM) 594
XIAOCHANGSHU V-27 277
XIAOGUKONG (point HM) 592
XIAOHAI IG-8 230
XIAOLUO TR-12 378
XIAWAN RM-10 480
XIAXI VB-43 441
XIDING (point HM) 604
XIGUAN F-7 455
XIMEN MC-4 356
XINGJIAN F-2 450
XINHUI DM-22 520
XINSHU V-15 265
XIONGXIANG Rte-19 199
XIYAN (point HM) 607
XIYANGGUAN VB-33 431
XUANJI RM-21 491
XUANLI VB-6 404
XUANLU VB-5 403
XUANSHU DM-5 503
XUANZHONG VB-39 437
XUEHA Rte-10 190

Y

YAMEN DM-15 513
YANGBAI VB-14 412
YANGCHI TR-4 370
YANGFU VB-38 436
YANGGANG V-48 295
YANGGU IG-5 227
YANGJIAO VB-35 433
YANGLAO IG-6 230
YANGLINGQUAN VB-34 432
YANGXI GI-5 105
YAODONGDIAN (point HM) 593
YAOQI (point HM) 581
YAOSHU DM-2 500
YAOTONGXUE (point HM) 593
YAOYAN (point HM) 579
YAOYANGGUAN DM-3 501
YAOYI (point HM) 578
YEMEN TR-2 368
YIFENG TR-17 383
YIJING (point HM) 566
YIMING (point HM) 552
YINBAI Rte-1 181
YINBAO F-9 457
YINDU Rn-19 330
YINGCHUANG E-16 144
YINGU Rn-10 330
YINGXIANG GI-20 120
YINJIAO DM-28 526
YINJIAO RM-7 477
YINLIAN F-11 459
YINLINGQUAN Rte-9 189
YINMEN V-37 264
YINSHI E-33 161
YINTANG (point HM) 541
YINXI C-6 212
YISHE V-49 296
YIXI V-45 292
YONGQUAN Rn-1 321
YOUMEN Rn-21 341
YUANYE VB-22 420
YUJI P-10 92
YUNMEN P-2 84
YUTANG RM-18 488
YUYAO (point HM) 542
YUYE (point HM) 551
YUZHEN V-9 259
YUZHONG Rn-26 346

Z

ZANZHU V-2 252
ZHANGMEN F-13 461
ZHAOHAI Rn-6 326
ZHEJIN VB-23 421
ZHENGYING VB-17 415
ZHIBIAN V-54 301
ZHIGOU TR-6 372
ZHISHI (point HM) 569
ZHISHI V-52 299
ZHIYANG DM-9 507
ZHIYIN V-67 314
ZHIZHENG IG-7 229
ZHONGCHONG MC-9 361
ZHONGDU F-6 454
ZHONGDU VB-32 430
ZHONGFENG F-4 452
ZHONGFU P-1 83
ZHONGJI RM-3 473
ZHONGKUI (point HM) 590
ZHONGLIAO V-33 281
ZHONGLUSHU V-29 279
ZHONGQUAN (point HM) 589
ZHONGSHU DM-7 505
ZHONGTING RM-16 486
ZHONGWAN RM-12 482
ZHONGZHU Rn-15 335
ZHONGZHU TR-3 369
ZHOUJIAN (point HM) 587
ZHOULIAO GI-12 112
ZHOURONG Rte-20 200
ZHUBIN Rn-9 329
ZICONG (point HM) 563
ZIGONG RM-19 489
ZULINQI VB-41 439
ZUQIAOYIN VB-44 442
ZUSANLI E-36 164
ZUTONGGU V-66 313
ZUWULI F-10 458

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

Index des indications scientifiquement prouvées ou non

A

Absorption du Tc-99m (marqueur radioactif du technetium). 710
Accouchement provoqué. 700, 706
Activité cérébrale (modifications). . . 700, 710
Activité de l'oxyde nitrique synthase dans les noyaux du tronc cérébral 709
Activité des neutrophiles. 702
Activité des systèmes nerveux sympathique et parasympathique 701, 720–721
Analgésie
– chirurgie dentaire 701, 702
– contrôlée par le patient (hydromorphine) 701
– hystérectomie 718
– thyroïdectomie 716
Anesthésie par électro-acupuncture 705
Anesthésie péridurale
– césarienne (nausées et vomissements). 714
– et morphine (nausées et vomissements). 714
– gastrectomie (et). 705
Angine de poitrine. 715, 720
Anxiété 721
Apoplexie 699
Appendicectomie 705–706
Asthme
– allergique 699
– anaphylactique 705
– vrai 699, 710, 721
Asthme vrai chez les enfants. 710

B

Ballonnements. 708
Besoins en opioïdes. 700, 704, 705
Besoins en oxygène. 714
Besoins en produits anesthésiques 717
– chirurgie abdominale 708, 712
– desflurane. 704, 717
– gastrectomie totale 705
Bronchite chronique 723

C

Cancer (patients atteints d'un) . . 705, 706, 714
Cancer du sein, nausées dues à la chimiothérapie. 705
Capsulite rétractile (épaule gelée). 703
Carcinomes rhino-pharyngés 722
Cardiospasme du cardia 718
Célioscopie en gynécologie (nausées et vomissements) 713, 715
Cellules c-Fos positives dans le cortex visuel primaire 710
Céphalées 703, 719
– césarienne sous péridurale (et). 703
Chimiothérapie (nausées et vomissements). 715, 712, 715
Chimiothérapie avec cyclophosphamide (vomissements) 712
Chirurgie abdominale (et transit intestinal). 706
Chirurgie du sein (vomissements). 712
Chirurgie : gynécologique mineure *ou* urologique mineure (en pédiatrie) *ou* plastique, *voir* nausées et vomissements postopératoires
Circulation sanguine cutanée 701
Circulation sanguine périphérique 705
Colite chronique 703
Coloscopie (et effets analgésiques). 701
Concentration alvéolaire minimale 701
Congestion veineuse pelvienne, douleur pelvienne chronique. 709
Constipation 701, 708
Contractions utérines 706
Cortex visuel, cellules c-Fos positives (dans le) 710
Crise de migraine 719
Cystite interstitielle 706

D

Date présumée de l'accouchement
Desflurane 700
– anesthésie et douleur provoquée 704
Démence
– traumatique 707
– vasculaire 721, 722
– vasculaire par infarctus multiples. 700
Dépression légère ou anxiété 706
Dépression. 706, 721
Desflurane
Diarrhées 708, 717, 719
– entéropathogènes induites avec *Escherichia coli*. 719
Discectomie cérébrale antérieure 714
Douleur 700, 701, 702, 704, 709, 712
– au froid 700
– coliques biliaires 719
– de l'épaule et du dos. 723
– dentaire (postopératoire) 701–702
– dentaire. 701–702, 703
– épigastrique 722
– lombale. 709
– pelvienne chronique avec congestion veineuse. 709
– réduction 705
– tonique 700
Dysfonctionnement moteur gastrique chez des diabétiques 704
Dysménorrhée (règles douloureuses) 721
Dysrythmie gastrique (induite à l'atropine) 704

E

Effet chronotropique et bathmotropique positif 711
Effets secondaires liés aux opioïdes. 701, 704
Électro-acupuncture (anesthésie sous) . . . 705
Électroencéphalogramme au repos 701
Énurésie. 720
Épaule gelée, voir capsulite rétractile
Épicondylite latérale humérale, voir Tennis elbow
Épicondylite 702, 718
Épiphora (larmoiement) 707
Épuisement 700
Extraction d'une dent de sagesse (douleur) 701
Extrasystole (ventriculaire intermittente). 712

F

Fatigue (et conduite automobile) 720
Fièvre 699, 709
Flux sanguin cérébral (et troubles des vertèbres cervicales) 720
Formes d'anesthésie en cas de discectomie cérébrale antérieure. 715
Fréquence cardiaque au repos. 714

G

Gastrectomie (anesthésie péridurale) 705
Genoux (arthrose) 704, 706

H

Hémiplégie 707, 717
Hémodynamique. 705
Hoquet. 723
Hypertension
– diastolique 719
– essentielle. 710
– exercice physique (et). 711
– formes (d') 708
Hyperthyroïdie 722
Hypogalactie 719
Hypotension
– anesthésie générale (halothane) 704
– contrôlée. 707
Hystérectomie trans-abdominale (et motilité gastro-intestinale). 712

I

Iléus paralytique 708
Imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (IRMf). 710, 718
– patients ayant fait une attaque d'apoplexie 718
Immunoactivité des cellules tueuses (NK) 705
Incontinence
– fèces (de) 708
– lésion de la moelle épinière (et) 709
– urinaire. 708, 709
Infarcissement cérébral
– aigu. 702, 717, 720
– ischémique 717
Infarctus du myocarde. 711, 712
– aigu. 711, 712
Insuffisance de l'écoulement lacrymal . . . 707
Ischémie transitoire. 720

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert

L

Laryngospasmes 699
Lésions
– moelle épinière (de la) 707, 719
– … graves 707
– spinale (et incontinence) 708, 709
Leucopénie 705
– chimiothérapie (provoquée par la) 705, 706

M

Mal des transports (nausées) 711, 713, 714, 716
Maladies coronariennes 710–711, 712, 714, 715, 716, 720
– patients (atteints de) 715, 720
Migraine sans aura 703
Modifications de l'activité cérébrale 700
Modifications neurologiques 710
Motilité gastro-intestinale (et hystérectomie trans-abdominale) 712

N

Nausées et reflexes nauséeux pendant une gastroscopie 712
Nausées et vomissements
– césarienne sous anesthésie péridurale 711, 714
– chirurgie destinée à rectifier un strabisme 714, 715
– induits par une rotation excentrique 711
– postopératoires et induits par la chimiothérapie 705–716
Nausées et vomissements postopératoires 712, 713, 714
– ablation des amygdales (et) . .711, 714, 715
– chirurgie des voies urinaires (et) 714
– chirurgie gynécologique (et) 712, 713, 714, 715, 716
– chirurgie plastique (et) 713
Nausées matinales (grossesse) 712, 713, 715, 716
Neuropathie (et SIDA) 709

O

Obésité 721
– chez les femmes 699
Opération de la sphère ORL (nausées et vomissements) 713, 716
Opération du cerveau (perte de sang au cours d'une) 707

P

Paralysie faciale 717
Paralysie pseudobulbaire 722
Paramètres cardiotocographiques (du fœtus et de la mère) 721
Paramètres de stress 706
Passage de l'air dans le nez 703
Patients diabétiques avec dysfonctionnement moteur gastrique 704
Périarthrite de l'humérus 699
Péristaltisme 705
Pleurs infantiles nocturnes pathologiques 716
Polyarthrite rhumatoïde 719
Potentiels auditifs endogènes 705
Potentiels évoqués somatosensoriels 718
Pouls 705
Présentation du bébé par le siège 709–710, 710
Production d'acide carbonique 714
Production de mots 716
Prurit urémique 702

R

Rectocolite hémorragique 723
Réflexe de flexion du doigt produit par une vibration 701
Réflexe nauséeux 722
Réflexe–H 700
Régularité gastrique myo-électrique 704
Régulation de la fonction cellulaire immune 715
Résidants d'un hospice (nausées et vomissements chez les) 715
Rétention urinaire du post-partum 709
Rhinite allergique saisonnière 721

S

Sciatique 723
Seuil de douleur 702, 718
– à la chaleur 700, 706
– douleur dentaire postopératoire . . .701–702
Sevrage de l'héroïne 713, 717
SIDA (et neuropathie) 709
Spasticité consécutive à une attaque d'apoplexie 700
Stimuli douloureux
– expérimentaux 704, 708, 719
– sous desflurane 704
Strabisme, voir nausées et vomissements postopératoires
Symptômes de sevrage (héroïne) 713, 717
Syndrome de Raynaud 700
Syndrome du colon irritable 701
Système immunitaire phagocytaire (activité des neutrophiles) 702
Système immunitaire 702
– effets (sur le) 699
Système nerveux sympathique (activité du) 720–721

T

Taux de glucose du plasma 723
Tc-99m (marqueur radioactif du technetium), absorption du 710
Ténesme 708
Tennis elbow 702
Thyroïdectomies (analgésie et) 716
Torticolis 707
Troubles des vertèbres cervicales (débit du flux sanguin cérébral) 720
Troubles douloureux 705
Troubles du sommeil 723
Tumeurs malignes 705

U

Ulcère duodénal 716

V

Variation de la fréquence cardiaque 722
– états de fatigue ou de non fatigue 700
– variabilité 704
Vessie neurogène due à une lésion de la moelle épinière 721–722
Vomissements 710–717
Vomissements gravidiques 712
Vomissements postopératoires 710–716

Facebook : La culture ne s'hérite pas elle se conquiert