

## Reportage

Jean-Marc Stéphan

### Brèves sur l'art de vieillir avec l'acupuncture : XXII<sup>es</sup> journées de la FAFORMEC

**Résumé :** Deux journées de congrès à Bruxelles ont permis d'aborder l'acupuncture et ses techniques associées (*taijiquan*, *qigong*, électroacupuncture, phytothérapie chinoise, diététique, auriculothérapie) sur l'Art de vieillir. Ce thème très riche a touché à tous les champs de la médecine : rhumatologie avec lombarthrose, cervicarthrose et ses polyarthralgies diverses ; dermatologie avec le traitement des rides ; gynécologie avec les bouffées de chaleur ; obstétrique et fertilité avec la procréation médicale assistée tardive et l'infertilité masculine ; neurologie avec la maladie de Parkinson ; urologie avec les incontinences urinaires ; cancérologie ; hématologie ; psychiatrie, etc. De la sinologie par l'étude des Classiques de la médecine chinoise à la médecine factuelle de l'evidence-based medicine en passant par la chronoacupuncture, l'épigénétique ou même la défense professionnelle de la profession, chaque congressiste a pu trouver dans ce congrès de quoi nourrir sa passion à soigner par la médecine chinoise. **Mots-clés :** Gériatrie - rhumatologie - neurologie - dermatologie - *taijiquan* - congrès.

**Summary:** Two days of congress in Brussels allowed to approach acupuncture and its associated techniques (*taijiquan*, *qigong*, electroacupuncture, Chinese phytotherapy, dietetics, auriculotherapy) on the Art of aging. This very rich theme has touched all the fields of medicine: rheumatology with lumbarthrosis, cervicarthrosis and its various polyarthralgias; dermatology with the treatment of wrinkles; gynecology with hot flashes; obstetrics and fertility with late assisted medical procreation and male infertility; neurology with Parkinson's disease; urology with urinary incontinence; oncology; hematology; psychiatry, etc. From sinology through the study of the Classics of Chinese medicine to evidence-based medicine, through chronoacupuncture, epigenetics or even the professional defense of the profession. each congressman was able to find in this congress something to feed his passion for healing by Chinese medicine. **Keywords:** Geriatrics - rheumatology - neurology - dermatology - *taijiquan* - congress.



Les 22 et 23 novembre 2019 se sont tenues à Bruxelles à l'hôtel Thon City Center les XXII<sup>es</sup> Journées de la Faformec consacrées cette année à l'Art de Vieillir. Les équipes franco-belges de l'ASMAF-EFA (Association Scientifique des Médecins Acupuncteurs de France-Ecole Française d'acupuncture) et de l'ABMA/BVAA (Association Belge des Médecins Acupuncteurs/Belgische Vereniging der Artsen Acupuncturisten) s'étaient associées pour présenter un congrès international qui

faisait suite aux XXI<sup>es</sup> Journées qui avaient eu lieu à Limoges en 2017. De nombreuses nationalités avaient d'ailleurs répondu présent : française et belge bien sûr, mais aussi suisse, allemande, marocaine, luxembourgeoise, chinoise et même taiwanaise.

Plusieurs sessions avaient été organisées avec pour thèmes : comment bien vieillir avec son rachis ; bien vieillir en souplesse avec l'acupuncture : la peau et le corps, bien vieillir et les désagréments de la ménopause, d'autres regards sur l'acupuncture et le bien vieillir, bien vieillir selon les principes de la MTC avec l'acupuncture, bien vieillir en conservant sa fertilité avec l'acupuncture, bien vieillir malgré les dégénérescences avec l'acupuncture, bien vieillir en intégrant l'acupuncture à d'autres traitements pour soigner les maladies complexes et enfin un état des lieux de l'Acupuncture en 2019 avec le point sur les études Evidence-Based Medicine et au niveau des défenses professionnelles.

Cinq ateliers avaient également pris place : l'art de vieillir avec l'acupuncture en suivant les principes du *Dao-dejing* par le Dr Henning Strom ; l'électroacupuncture et gériatrie par le Dr Jean-Marc Stéphan ; le *taijiquan* et retard du vieillissement et/ou prévention des chutes par le Dr Paul Lauwers ; le lifting par acupuncture du Dr Marie-France Mariamet et enfin le Dr Marc Labby qui proposait les quatre formules de points correspondant aux quatre équilibres globaux du Dr Tan pour prendre en charge les fonctions défaillantes du Rein.

### Ouverture du Congrès

Les traditionnels mots d'ouverture du congrès furent prononcés par les Présidents de l'association responsable du congrès OCNA Bruxelles-Lille, les D<sup>r</sup> Jean-Marc Stéphan et Olivier Cuignet, et par le Président, le D<sup>r</sup> Marc Martin, de la Fédération des Acupuncteurs pour la Formation Médicale Continue (Faformec) qui regroupe vingt-deux associations françaises d'acupuncture. La place fut donnée ensuite aux invités d'honneur, le D<sup>r</sup> Patrick Sautreuil (figure 1), médecin acupuncteur, spécialiste en médecine physique et trésorier de l'ASMAF-EFA, Vice-Président de l'ICMART qui nous parla de l'International Council of Medical Acupuncture and Related Techniques forte de ses quatre-vingts associations à travers le monde incluant plus de 35 000 médecins. Suivit le Professeur Jacques Brotchi (figure 2), neurochirurgien à Bruxelles. Il fut le fondateur du service de neurochirurgie de l'hôpital Erasme à Bruxelles. Par ailleurs, de 2004 à 2009, il siège en tant que sénateur coopté du Mouvement Réformateur au Sénat belge. Depuis juin 2009, il est membre du Parlement bruxellois et du Parlement de la Fédération Wallonie-Bruxelles. À la suite des élections du 13 juin 2010, il revient au Sénat en tant que sénateur de communauté. Les élections du 25 mai 2014 le confirment comme député du parlement bruxellois et du Parlement de la Fédération Wallonie-Bruxelles, ainsi que comme sénateur. Du 14 décembre 2018 au 04 juillet 2019, il exerce la fonction de président du Sénat belge et est actuellement Président Honoraire de ce même Sénat.



Figure 1. Le D<sup>r</sup> Patrick Sautreuil (photo P. Clerquin).



Figure 2. Le Professeur Jacques Brotchi et le Dr Olivier Cuignet (photo MJ Smets).

### Comment bien vieillir avec son rachis ?

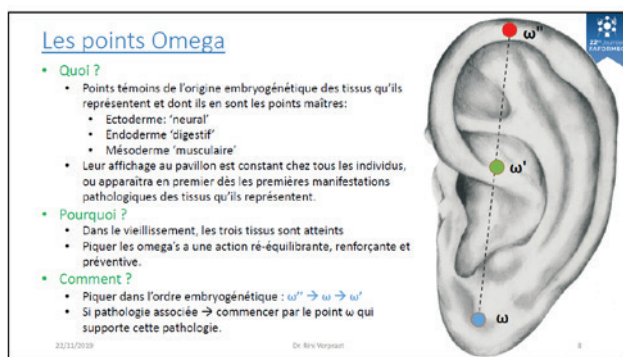
Les D<sup>rs</sup> Angela Tudor et Reghina Patru (figure 3) de la Société Roumaine de MTC ont identifié l'importance des ressources thérapeutiques de la MTC dans la prévention du vieillissement précoce. Puis selon les différents tableaux cliniques de la différenciation des syndromes (*bianzheng*), elles proposent un traitement associant acupuncture et phytothérapie. Un cas clinique d'un homme de 62 ans en déficit de *yin* des Reins et du Foie est proposé dans le cadre du traitement du canal lombaire étroit. Ainsi les points principaux proposés sont : *zhaohai* R6, *shenshu* V23, *henggu* R11, *taichong* F3, *guanyuan* RM4, *sanyinjiao* Rt6, *pangguangshu* V28 et *qihai* RM6 auxquels est associé un traitement de phy-

tothérapie le *qiju dihuang wan* à la posologie de deux comprimés par jour.

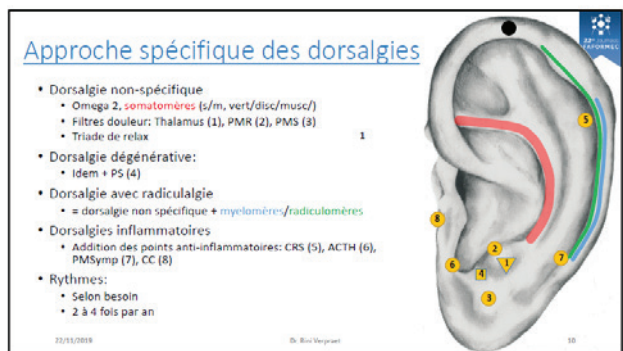


**Figure 3.** De gauche à droite, les D<sup>s</sup> Tudor, Patru et Verpraet (photo JM Stéphan).

Le D<sup>r</sup> Rini Verpraet de l'ABMA-BVAA (figure 3) nous a parlé de l'apport de l'auriculothérapie dans les dorsalgies du sujet âgé. Il a abordé l'intérêt des points Oméga (figure 4) et d'autres points plus spécifiques des dorsalgies (figure 5).



**Figure 4.** Les points Omega en auriculothérapie.



**Figure 5.** Approche spécifique des dorsalgies.

Des cas cliniques concernant la spécificité des cervicalgies au-delà de 65 ans traités par acupuncture ont été exposés par le D<sup>r</sup> Vera Machtelinckx avec une analyse de la littérature, alors que le D<sup>r</sup> Eric Nickels faisait l'inventaire de la place de l'acupuncture et des traitements

« occidentaux » dans la gestion des rachialgies au regard des essais comparatifs randomisés (ECR), méta-analyses de la médecine fondée sur les preuves (Evidence Based Medicine) (figure 6). Il nous démontrait que le manque de preuves EBM reproché à l'acupuncture est en fait tout aussi valable pour la médecine occidentale. Ainsi il expliquait par exemple que le paracétamol [1] ne produisait pas de meilleurs résultats que le placebo pour les personnes atteintes de lombalgie aigüe, et qu'il n'était pas certain qu'il ait un effet sur la lombalgie chronique. De même, si les anti-inflammatoires [2] utilisés de manière usuelle et classique réduisaient la douleur et l'invalidité chez les personnes souffrant de lombalgie chronique par rapport au placebo, les différences étaient faibles : 7 points sur une échelle de 100 points pour l'intensité de la douleur. Le D<sup>r</sup> Nickels démontrait que les effets indésirables étaient loin d'être anodins dans l'usage de ces molécules. Il abordait aussi les manipulations vertébrales qui ne sont pas plus efficaces chez les participants avec des lombalgies aigües que les interventions inertes, la manipulation vertébrale placebo ou lorsqu'elles sont utilisées en complément d'une autre intervention [3]. Enfin la méta-analyse Cochrane sur les infiltrations épidurales, etc., ne montrent qu'il n'existe aucune preuve solide en faveur d'un recours à un type quelconque de traitement par injection. Les auteurs concluaient que les preuves sont insuffisantes pour soutenir l'utilisation du traitement par injection dans les douleurs lombaires subaigües et chroniques [4]. Bref, le D<sup>r</sup> Nickels concluait que l'acupuncture avait toute sa place dans le traitement des rachialgies, et rejoint en ce sens ce qu'une autre analyse avait déjà objectivé en 2014 [5].



**Figure 6.** Les D<sup>s</sup> Eric Nickels et Vera Machtelinckx (photo JM Stéphan).

## Bien Vieillir en souplesse avec l'acupuncture : la peau et le corps

Les D<sup>s</sup> François Marion et Alain Schmidt ont ouvert une discussion sur la possibilité d'utiliser l'acupuncture dans le traitement des rides (figures 7 et 8). Ils concluent que même si la mécanotransduction à la base de l'action de l'acupuncture engendrerait la stimulation des fibroblastes par les aiguilles [6], la littérature manque de données et d'évaluation, que l'acupuncture ne se résume pas à des points locaux et que l'importance du rééquilibrage en acupuncture est primordiale avec l'association d'une bonne hygiène de vie et d'alimentation. Ils notifient également certains effets secondaires, déjà rapportés dans la littérature [7].



Figure 7. Les D<sup>s</sup> François Marion et Alain Schmidt (Photo P. Clerquin).

## Bien vieillir et les désagréments de la ménopause

Les désagréments de la ménopause, telles que les bouffées de chaleur ont bénéficié d'une analyse à la fois selon la médecine chinoise et selon la physiopathologie occidentale par respectivement le Dr Patrick Basmadjian et le Dr Olivier Cuignet (figure 12). Ainsi selon le D<sup>r</sup> Basmadjian, les bouffées de chaleur sont en rapport avec une baisse du *jing* du Rein qui déclenche Vide de *yin* du Rein mais aussi de *yin* et *yang* du Rein associé à d'autres *zangfu*. Cela enclenche de ce fait la montée du Feu-Vide. Le D<sup>r</sup> Cuignet aborda l'explication neurophysiologique des bouffées de chaleur de la ménopause d'une toute autre façon (figure 13) et nous attendons avec impatience un article commun de ces deux médecins dans la revue « Acupuncture & Moxibustion ».

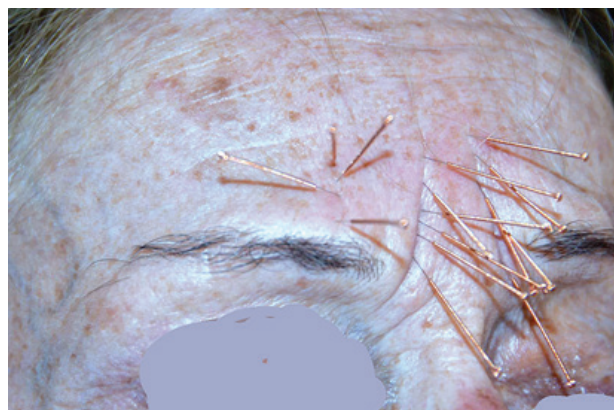


Figure 8. Exemple de traitement des rides par les aiguilles locales.

Annabelle Pelletier nous a exposé la façon de préserver la beauté du ventre à travers les âges de la femme par acupuncture et le D<sup>r</sup> Florence Phan-Choffrut (figure 9), comment la pratique du *taijiquan* peut aussi être un « art de longue vie ». Vous pouvez découvrir cela en lisant leurs articles développés dans ce numéro. Le D<sup>r</sup> Claude Pernice (figure 10 et 10 bis) a soulevé des interrogations sur l'efficacité médicale du *taijiquan* en fonction des données factuelles (figure 11). En se basant sur une méta-analyse récente [8], il conclut que les résultats suggèrent que l'exercice de *qigong* peut être une option pour les personnes âgées pour améliorer la capacité physique, la capacité fonctionnelle, l'équilibre et réduire la dépression et l'anxiété, mais, compte tenu du nombre d'ECR limité, il est nécessaire de réaliser des ECR plus méthodologiques pour confirmer l'efficacité sur la santé physique et psychologique des personnes âgées souffrant de maladies chroniques.



Figure 9. Annabelle Pelletier et le D<sup>r</sup> Florence Phan-Choffrut (photo P. Clerquin).



Figure 10 bis. Les modérateurs les D<sup>rs</sup> Odile Dufflos et Paul Lauwers de cette session (photo MJ Smets).



Figure 10. Le D<sup>r</sup> Claude Pernice (photo JM Stéphan).

Indications	Pas de conclusion	Pas d'efficacité	Efficacité limitée	Efficacité	Nombre de revues systématiques
Au total	7 8%	9 8%	59 62%	20 21%	95
Chutes		1	5 95%	16	22
Dépression	2	1	12	3	18
HTA	1		11 90%		12
Diabète	3 64%	4	4		11
Oncologie		2	8		10
Arthrose			9 100%		9
BPCO	1		6		7
Algologie		1	4	1	6

Figure 11. Résultats de l'évaluation sur huit indications de *taiji* et/ou *qigong*.



Figure 12. Les D<sup>rs</sup> Bertrand Letombe, Eric Nickels, Olivier Cuiquet et D<sup>r</sup> Patrick Basmadjian de gauche à droite (photo JM Stéphan).



## Bouffées de chaleur & Insomnies de la ménopause

### 1. Physiopathologie de la péri-ménopause

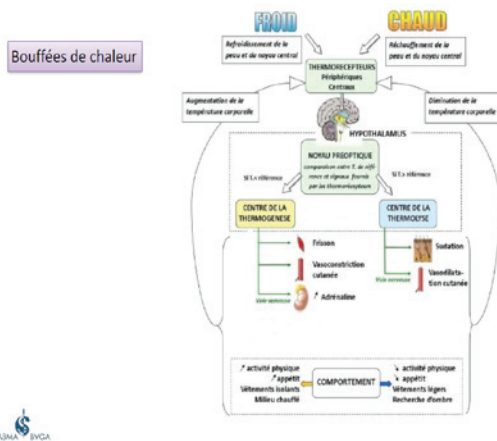


Figure 13. Physiopathologie de la péri-ménopause.

## D'autres regards sur l'acupuncture et le bien vieillir

Le Dr Claude Simmler (figure 14) aborde la chronoacupuncture dans ce qu'il appelle l'acupuncture spatio-temporelle (AST). Et pour gérer l'impermanence, il propose d'utiliser les dix Troncs Célestes et les douze Branches Terrestres, binômes qui définissent la composante Ciel Terre, leurs influences sur les rythmes de l'année, des mois, jours et heures en fonction de différentes règles : *ziwu liuzhu* (*najiafa - nazifa*) [9] ; *linggui bafa* et *feiteng bafa*<sup>1</sup>.

Le Dr Sylvain Faust (figure 15) propose quant à lui un traitement personnel d'acupuncture standardisée dans

1. La théorie des *ziwu liuzhu* concerne la circulation du *qi* et du *xue* dans les méridiens à des heures précises du jour et de la nuit. Cela consistera, en fonction de chaque heure définie par une Branche Terrestre qui se trouve en corrélation avec un Méridien principal à tonifier son organe en vide ou à disperser son organe en plénitude en piquant le point horaire concerné. On utilise la Branche Terrestre de l'heure ou de l'heure couplée selon la méthode « midi-minuit », par exemple le Méridien de Foie est en plénitude entre 1 et 3h solaire, d'où son point tonifiant horaire sera le *xingjian* 2F et son point dispersant horaire sera le *ququan* 8F. La théorie des *ziwu liuzhu*, la théorie des points saisonniers, la méthode de *linggui bafa* (灵龟八法 huit méthodes de la tortue magique) qui concerne l'utilisation des points-clés des huit Merveilleux Vaisseaux, ainsi que celle basée sur le *jia* (méthode des points dits « ouverts ») sont les quatre règles thérapeutiques essentielles de la chronoacupuncture.

les dépressions. Il utilise uniquement des points *jing* (*ting*) de la main : C9 *shaochong*, MC9 *zhongchong*, G11 *shangyang*, P11 *shaoshang*, deux points proches du *guanchong* (TR1) et du *shaoze* (IG1), sans se préoccuper de faire un diagnostic plus précis, ce qui peut paraître surprenant.

## Bien vieillir selon les principes de la MTC avec l'acupuncture

Le vieillissement à travers les textes classiques a été analysé par Gilles Andres (figure 16) : « *Dans la Haute antiquité : les hommes véritables zhenren : longévité sans fin comme celle du Ciel et de la Terre ; au Moyen âge : les hommes réalisés (zhiren) pouvaient parvenir [au rang] des hommes « véritables » ; Ensuite les sages (shengren) : cent ans ; ensuite les hommes vertueux (xianren) pouvaient vivre très longtemps* ».



Figure 14. Le Dr Claude Simmler (photo JM Stéphan).



Figure 15. Le Dr Sylvain Faust (photo P. Clerquin).



Figure 16. Le Dr Gilles Andres (photo P. Clerquin).



Figure 17. Dr Henri Alain Truong Tan Trung (sr) (photo JM Stéphan).

Comment soutenir le *yinqi* et le *weiqi* pour optimiser sa santé en prenant de l'âge ? C'est ce que nous a commenté le Dr Henri Alain Truong Tan Trung (sr) (figure 17). En application pratique, en cas d'asthénie, il propose :

- Dans l'asthénie physique : *gaohuangshu* (43V), *dazhui* (14VG), *dazhu* (11V) ;
- Dans l'asthénie psychique : *gaohuangshu* (43V), *guanyuan* (4VC), *zusanli* (36E) ; le 43V doit toujours être associé au *zusanli* (36E) en moxa, pour attirer le Feu (en plénitude) vers le bas du corps.
- Il propose aussi un traitement par la « grande tonification de l'énergie » qui stimule les énergies essentielle (*rong*) et de défense (*wei*) pour éviter l'infection et les rechutes. Son choix principal des points est le *dazhui* (14VG), *shangzhong* (17VC), *waiguan* (5TR) afin de stimuler le système cutané pour prévenir l'infiltration de l'énergie perverse, *qihai* (6VC), *guanyuan* (4VC), *zusanli* (36E), *quchi* (11GI), *hegu* (4GI).

Prolonger la longévité par acupuncture et techniques associées a été le sujet suivant traité par le Dr Jean-Marc Stéphan. On ne s'attardera pas plus car vous avez déjà pu lire l'article princeps qui analyse en fonction des données de la médecine factuelles les points dits de « longévité de Dou Cai *guanyuan* (4RM), *qihai* (6RM), *mingmen* (DM4) et *zhongwan* (12RM) et ceux de Wang: *shenque* (8RM), *neiguan* (6MC), *yongquan* (1Rn), *taixi* (3Rn), *sanyinjiao* (6Rt), *xuanzhong* (39VB), *zusanli* (36E), *baihui* (20DM), *dazhui* (14DM), *shenzhu* (12DM) et *shenshu* (23V), *waiguanxiashu* ou *yishu* (EX-B3), *feishu* (13V), *xinshu* (15V), *ganshu* (18V) et *danshu* (19V) [10] ».

Nourrir le Cœur, s'appuyer sur les *jingbie* : un art de la longévité ? Afin d'améliorer la longévité, c'est la gageüre tenue par les Drs Sylvie Bidon et Josyane Montlouis (figure 18) de traiter régulièrement les *jingbie* à partir de chaque décennie en puncturant les points de réunion périphérique et centrale, le point *jing* distal et le VG20 (*baihui*). Ainsi de 50 à 60 ans, commence la déhiscence du *yin / yang* avec le couple Foie / Vésicule Biliaire ; puis à 60 ans, c'est le Cœur et le Rein et le *jing* (couple Rein/Vessie) ; de 70 à 80 ans, le risque de la chair flétrie : couple Rate/Estomac ; puis à 80 ans : la peau, le nez le Poumon. La puncture des points des *jingbie* sera bilatérale et utilisera les points associant le point *jing* distal, le point de réunion périphérique, un point du cou et/ou de la tête et systématiquement *baihui* (VG20). Dans le contexte de prévention les trois premiers couples de *jingbie* sont les plus pertinents. La séquence proposée par les Drs Josyane Montlouis et Sylvie Bidon est donc la suivante :

- premier couple : *zhbeyin* (V67), *yingu* (R10) ou *weizhong* (VE40), *tianzhu* (VE10), *baihui* (VG20)
  - deuxième couple : *dadun* (F1) ou *qiaoyin* (VB44), *qugu* (VC2), *tongziliao* (VB1), *baihui* (VG20)
  - troisième couple : *lidui*, E45 ou *yinbai*, Rt1, *qichong* (E30), *renying* (E9), *chengqi* (E1), *baihui* (VG20).
- D'autre part, sont proposés deux points bien que n'appartenant pas au système des *jingbie* : *tongli* (C5), point *luo* du Cœur, *guangming* (VB37), point *luo* du méridien *zushaoyang*. De plus amples détails sur les tra-



**Figure 18.** D<sup>s</sup> Henri Alain Truong Tan Trung (sr), Sylvie Bidon, Josyane Monlouis et Gilles Andrès (photo P. Clerquin).

jets et fonction des *jingbie* et le traitement complet qui fait intervenir les points de tonification des couples des *jingbie* ainsi que la chronoacupuncture peuvent aussi être retrouvés dans la littérature [8,11].

### Bien vieillir en conservant sa fertilité avec l'acupuncture

La conférence suivante de Madame Chantal Diezi et du D<sup>r</sup> Fabienne Taugwalder (figure 19) avait pour sujet la parentalité tardive qui est un défi pour la fertilité. Il s'agit d'une étude rétrospective sur une pratique de Médecine Chinoise Antique (MCA) en cabinet. Cela a fait l'objet d'un article que je vous invite à relire dans le précédent numéro d'Acupuncture & Moxibustion [12].



**Figure 19.** Madame Chantal Diezi et D<sup>r</sup> Fabienne Taugwalder (photo P. Clerquin).

« Pas d'âge pour être père » : mise en place d'un protocole de recherche sur l'infertilité masculine a été le sujet proposé par le D<sup>r</sup> Marc Martin (figure 20). En effet, à partir d'un cas clinique d'un homme de 35 ans présentant selon le tableau de différenciation des syndromes (*bianzheng*) un déficit du *yang* de Rein associé à une atteinte du *shen* de Cœur, il est montré que le spermogramme au bout de six mois passe d'un nombre de 12 millions/ml à 24 millions/ml avec une vitalité de 67% à 88% et une amélioration de 36% des formes typiques de spermatozoïdes versus 2% initialement. Cela va dans le même sens qu'une autre étude clinique qui avait objectivé à partir d'une oligoasthénozoospermie primaire avec un nombre de spermatozoïdes à 5,36 millions/ml et une mobilité à la première heure de 26%, une nette amélioration au bout de deux mois de traitement par moxibustion et électroacupuncture avec un nombre de spermatozoïdes de 8,01 millions/ml et une mobilité 40% [13]. Bref un projet de recherche clinique est en cours avec, on n'en doute pas, un article à paraître dans la revue « Acupuncture & Moxibustion ».



**Figure 20.** Madame Chantal Diezi, D<sup>r</sup> Fabienne Taugwalder et D<sup>r</sup> Marc Martin (photo MJ Smets).





**Figure 21.** Le D<sup>r</sup> Olivier Cuignet (photo P. Clerquin).

Vous trouverez dans ce numéro le texte complet de la conférence suivante du D<sup>r</sup> Olivier Cuignet : électroacupuncture et fécondation in vitro pour réduire les échecs liés aux troubles d'implantation : étude rétrospective et revue de la littérature (figure 21).

### Bien vieillir malgré les dégénérescences avec l'acupuncture

On ne s'attardera pas non plus sur les conférence des D<sup>rs</sup> François Pierrot et Alexandre Denis : « Traitement de la DMLA atrophique par acupuncture » et « Intérêt de l'acupuncture dans la maladie de Parkinson : à partir d'un cas clinique, état des lieux des connaissances théoriques en 2019 » car ils font l'objet également d'un article dans la revue (figures 22 et 23).



**Figure 22.** D<sup>r</sup> François Pierrot (photo P. Clerquin).



**Figure 23.** D<sup>r</sup> Alexandre Denis (photo JM Stéphan).

Le D<sup>r</sup> David Chen du Service d'acupuncture à l'hôpital Longhua affilié à l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise de Shanghai nous a parlé de l'incontinence urinaire d'effort et de l'expérience chinoise de traitement par acupuncture (figure 24). Il propose à puncturer deux groupes de points en alternance. Premier groupe : 20VG (*baihui* 百会), 4VC (*guanyuan* 关元), 12R (*dahe* 大赫), 28E (*shuidao* 水道), 6Rt (*sanyinjiao* 三阴交) ; second groupe : 20VG (*baihui*), 23V (*shenshu* 膻俞), 29V (*zhonglushu* 中膻俞), 35V (*huiyang* 会阳), 39V (*weiyang* 委阳) ; ils sont stimulés par électroacupuncture à une fréquence de 90 à 110 Hz les points 12R, 28E, 29V et 35V. On ignore malheureusement la durée d'impulsion de la fréquence, mais sans doute à 100µs si on se réfère à une étude analogue sur l'incontinence d'effort paru en 2017 [14] qui utilisait une fréquence de 50Hz avec une durée d'impulsion de 200µs, ce qui est équivalent. Le 35V agit localement sur le nerf honteux ou pudental et le muscle du plancher pelvien ; le 12R et le 28E agissent localement sur le nerf ilio-hypogastrique et le muscle détrusor ; le 29V agit localement sur le centre activateur de la miction. Ainsi le D<sup>r</sup> Chen à partir d'un cas clinique a observé l'efficacité de ce traitement.

### Bien vieillir en intégrant l'acupuncture à d'autres traitements pour soigner les maladies complexes

Le D<sup>r</sup> Alain Blans (figure 25) a démontré ensuite l'intérêt de l'astragale (*huangqi* radix astragali) comme plante adaptogène du vieillissement. Selon la pharmacopée



Figure 24. D<sup>r</sup> David Chen (photo MJ Smets).



Figure 25. Le D<sup>r</sup> Alain Blans (photo P. Clerquin).

traditionnelle chinoise, elle tonifie le *qi* et élève le *yang* (*bu qi sheng yang*) ; renforce l'énergie *wei* et resserre la surface (*yi wei gu biao*) ; est diurétique et réduit les œdèmes (*li shui xiao zhong*) et enfin élimine les toxines, le pus et favorise la cicatrisation (*tuo chuang sheng ji*).

Le D<sup>r</sup> Anne Vandevyver (figure 26) nous a intéressés au Feu *yin* et au Feu *yang* de façon à comprendre et soigner les syndromes complexes à partir d'un cas clinique d'une personne de 56 ans présentant une fatigue chro-

nique invalidante. Elle nous a fait revoir les notions de Feu ministre, Feu *mingmen*, *yanqi*, Feu empereur, *jing* du Ciel antérieur et du Ciel postérieur, leurs interactions, les échanges entre l'Eau et le Feu.

Epigénétique et prévention des maladies chroniques par la nutrition, les alicaments et l'acupuncture a été le sujet du D<sup>r</sup> Agnès Mazic de Sonis (figure 27). On y a appris ainsi que le changement des facteurs nutritionnels et d'environnement au cours d'une vie va engendrer le passage d'une maladie aiguë vers une maladie chronique. Pour y pallier, une médecine individualisée selon le génome et le métabolisme propre du patient (la médecine P4 - prédictive, préventive, personnalisée et participative) peut transformer l'évolution en particulier dans la prévention des maladies liées au vieillissement. Rôle ainsi du microbiote intestinal privilégié par une alimentation de type méditerranéen, des alicaments comme la curcumine, l'acupuncture avec le point *yanglao* (6IG) (nourrit la vieillesse).



Figure 26. Les D<sup>rs</sup> Anne Vandevyver et Claire Boland (photo JM Stéphan).



Figure 27. D<sup>r</sup> Agnès Mazic de Sonis (photo P. Clerquin).

Le sujet du D<sup>r</sup> Claire Boland (figure 26) était de bien vieillir avec l'acupuncture à la suite d'un cancer. Deux protocoles d'acupression (relaxant versus stimulant) ont été étudiés dans l'exemple de la fatigue persistante après le cancer du sein (ECR de 288 patientes) [15]. Le protocole relaxant consistait en l'acupression (3 minutes sur chaque point) des points *yintang*, *anmian*, C7 (*shenmen*), Rt6 (*sanyinjiao*) et F3 (*taichong*) ; le protocole stimulant : VG20 (*baihui*), VC6 (*qihai*), GI4 (*hegu*), E36 (*zusanli*), Rt6 (*sanyinjiao*) et R3 (*taixi*).

Il s'avère qu'au bout de six semaines, le protocole relaxant réduisait les scores de fatigue de 34%, le protocole stimulant de 27% alors que les traitements conventionnels les réduisent de 1%. Ainsi 66,2% des participantes au protocole relaxant et 60,9% des participantes au protocole stimulant atteignent un niveau de fatigue normal (BFI <4), comparé à seulement 31,3% dans le groupe contrôle des traitements conventionnels. Par ailleurs, le protocole relaxant est le seul à améliorer significativement les scores de sommeil et de qualité de vie par rapport au groupe témoin (traitements conventionnels). Claire Boland a expliqué les théories à la fois scientifique (rôle de l'insula observé par IRM fonctionnelles) et celles de la médecine traditionnelle chinoise. La formule stimulante comporte ainsi des points qui

tonifient l'organisme et convient aux *bianzheng* de type Vide (Vide de *qi*, de *yang*, de *yin*, de Sang) alors que la formule relaxante apaise les symptômes de Plénitude (Stagnation de *qi* de Foie, Glaires et Humidité) ou un Vide qui affectent le *shen* (Cœur, Rate). Ces résultats confortent l'intérêt de l'acupuncture qui avait déjà été observée dans une étude de cas parue en 2012 [16,17]. Lisez enfin : « De la modernité à la tradition, à propos d'un cas d'aplasie médullaire » du D<sup>r</sup> Jean-Pierre Dartigues (figure 27) et les données probantes en 2019 sur le bien vieillir du D<sup>r</sup> Henri Yves Truong Tan Trung (Jr) (figure 28) exposés dans ce numéro.



Figure 27. D<sup>r</sup> Jean-Pierre Dartigues (photo P. Clerquin).



Figure 29. L'équipe organisatrice du Congrès Faformec de Rouen en 2020 (photo MJ Smets).



**Figure 28.** Dr Henri Yves Truong Tan Trung (Jr) (photo P. Clerquin).

En conclusion, ce congrès de la Faformec et de l'ABMA/BVAA est un bon cru, et nous ne pouvons que nous préparer au prochain congrès qui a été présenté par l'équipe de Rouen et qui se déroulera en novembre 2020 (figure 29).



Dr Jean-Marc Stéphan  
 Coordinateur du DIU d'Acupuncture  
 Obstétricale - Université de Lille - Faculté  
 de Médecine  
 ✉ jean-marc.stephan2@univ-lille.fr

*Conflit d'intérêts : aucun*

#### Note

Un remerciement particulier à nos deux photographes Mme Smets et le Dr Philippe Clerquin.

#### Références

1. Saragiotto BT, Machado GC, Ferreira ML, Pinheiro MB, Abdel Shaheed C, Maher CG. Paracetamol for low back pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2016 Jun 7;2016(6):CD012230. doi: 10.1002/14651858.CD012230.
2. Enthoven WT, Roelofs PD, Deyo RA, van Tulder MW, Koes BW. Non-steroidal anti-inflammatory drugs for chronic low back pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2016;2:CD012087. doi: 10.1002/14651858.CD012087.
3. Rubinstein SM, Terwee CB, Assendelft WJ, de Boer MR, van Tulder MW. Spinal manipulative therapy for acute low-back pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2012;(9):CD008880. Published 2012 Sep 12. doi:10.1002/14651858.CD008880.pub2.
4. Staal JB, de Bie R, de Vet HC, Hildebrandt J, Nelemans P. Injection therapy for subacute and chronic low-back pain. *Cochrane Database Syst Rev.* 2008;(3):CD001824. Published 2008 Jul 16. doi:10.1002/14651858.CD001824.pub3
5. Stéphan JM. Le médecin de terrain face aux choix thérapeutiques. Rapport bénéfice/risque : application aux lombalgies chroniques communes. *Acupuncture & Moxibustion.* 2014;13(4):295-302.
6. Stéphan JM. Acupuncture, tissu conjonctif et mécanotransduction. *Acupuncture & Moxibustion.* 2006;5(4):362-367.
7. Stéphan JM. Le traitement des rides en acupuncture esthétique. *Acupuncture & Moxibustion.* 2012;11(1):54-56.
8. Chang PS, Knobf T, Oh B, Funk M. Physical and Psychological Health Outcomes of Qigong Exercise in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Am J Chin Med.* 2019;47(2):301-322.
9. Stéphan JM. Traitement informatique de la théorie des *ziwu liuzhu* associée à celle des points saisonniers. Application aux techniques thérapeutiques des *jingjin*, des *jingbie* et à la méthode de Yanagiya Sorei. *Méridiens.* 1991;93,15-63.
10. Stéphan JM. Prolonger la longévité par l'acupuncture et ses techniques associées ? A propos d'un cas clinique. *Acupuncture & Moxibustion.* 2019;18(1):12-36.
11. Stéphan JM, Phan-Choffrut F. Les *jingbie* ou Méridiens Distincts. *Acupuncture & Moxibustion.* 2007;6(3):278-282.
12. Diezi Ludi C, Taugwalder F, Mestrallet A. Prise en compte de la dimension transgénérationnelle dans l'accompagnement des couples en quête d'enfant : étude rétrospective sur une pratique de Médecine Chinoise Antique en cabinet. *Acupuncture & Moxibustion.* 2019;18(1):37-43.
13. Stéphan JM. A propos d'un cas clinique : intérêt de la moxibustion, de l'acupuncture et de l'électroacupuncture dans une oligoasthénospermie. *Acupuncture & Moxibustion.* 2012;11(2):118-125.
14. Liu Z, Liu Y, Xu H, He L, Chen Y, Fu L, Li N, Lu Y, Su T, Sun J, Wang J, Yue Z, Zhang W, Zhao J, Zhou Z, Wu J, Zhou K, Ai Y, Zhou J, Pang R, Wang Y, Qin Z, Yan S, Li H, Luo L, Liu B. Effect of Electroacupuncture on Urinary Leakage Among Women With Stress Urinary Incontinence: A Randomized Clinical Trial. *JAMA.* 2017 Jun 27;317(24):2493-2501.
15. Harris RE, Ichescio E, Cummiford C, Hampson JP, Chenevert TL, Basu N, Zick SM. Brain Connectivity Patterns Dissociate Action of Specific Acupressure Treatments in Fatigued Breast Cancer Survivors. *Front Neurol.* 2017 Jun 23;8:298.
16. Stéphan JM. Asthénie : intérêt de l'acupuncture au cours d'un protocole de chimiothérapie (carboplatine-paclitaxel). *Acupuncture & Moxibustion.* 2012;11(3):201-209.
17. Stéphan JM. Intérêt de l'acupuncture dans la fatigue liée au cancer. *Le nouveau Cancérologue.* 2012;5(3):102-106.