

**THESE  
POUR LE DIPLOME D'ETAT  
DE DOCTEUR EN PHARMACIE**

**Soutenue publiquement le 15 Janvier 2016  
Par M. LJUBELSEK Jeremy**

---

**LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE ET  
SON APPLICATION DANS LE DIABETE**

---

**Membres du jury :**

**Président :** Monsieur le Professeur des Universités Thierry HENNEBELLE

**Assesseur(s) :** Monsieur le Maître de conférences Vincent ROUMY

**Membre(s) extérieur(s) :** Pharmacien Madame MACLOU

**THESE  
POUR LE DIPLOME D'ETAT  
DE DOCTEUR EN PHARMACIE**

**Soutenu publiquement le 15 Janvier 2016  
Par M. LJUBELSEK Jeremy**

---

**LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE ET  
SON APPLICATION DANS LE DIABETE**

---

**Membres du jury :**

**Président :** Monsieur le Professeur des Universités Thierry HENNEBELLE

**Assesseur(s) :** Monsieur le Maître de conférences Vincent ROUMY

**Membre(s) extérieur(s) :** Pharmacien Madame MACLOU



## Faculté des Sciences Pharmaceutiques et Biologiques de Lille



3, rue du Professeur Laguesse - B.P. 83 – 59006 LILLE  
CEDEX

TEL :03.20.96.40.40 - : 03.20.96.43.64

<http://pharmacie.univ-lille2.fr>

### Université Lille 2 – Droit et Santé

Président : Professeur Xavier VANDENDRIESSCHE  
Vice- présidents : Professeur Alain DUROCHER  
Professeur Régis BORDET  
Professeur Eric KERCKHOVE  
Professeur Eric BOULANGER  
Professeur Frédéric LOBEZ  
Professeur Damien CUNY  
Professeur Benoit DEPREZ  
Professeur Murielle GARCIN  
Monsieur Pierre RAVAUX  
Monsieur Larbi AIT-HENNANI  
Monsieur Antoine HENRY

Directeur Général des Services : Monsieur Pierre-Marie ROBERT

### Faculté des Sciences Pharmaceutiques et Biologiques

Doyen : Professeur Damien CUNY  
Vice-Doyen, 1<sup>er</sup> assesseur : Professeur Bertrand DECAUDIN  
Assesseur en charge de la pédagogie Dr. Annie Standaert  
Assesseur en charge de la recherche Pr. Patricia Melnyk  
Assesseur délégué à la scolarité Dr. Christophe Bochu  
Assesseur délégué en charge des relations internationales Pr. Philippe Chavatte  
Assesseur délégué en charge de la vie étudiante M. Thomas Morgenroth

Chef des services administratifs : Monsieur Cyrille PORTA

### Liste des Professeurs des Universités - Praticiens Hospitaliers

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	ALLORGE	Delphine	Toxicologie
M.	BROUSSEAU	Thierry	Biochimie
Mme	CAPRON	Monique	Immunologie
M.	DECAUDIN	Bertrand	Pharmacie Galénique
M.	DINE	Thierry	Pharmacie clinique
M.	DUBREUIL	Luc	Bactériologie
Mme	DUPONT-PRADO	Annabelle	Hématologie
M.	DUTHILLEUL	Patrick	Hématologie

M.	GRESSIER	Bernard	Pharmacologie
M.	LUYCKX	Michel	Pharmacie clinique
M.	ODOU	Pascal	Pharmacie Galénique
M.	DEPREUX	Patrick	Chimie Organique (ICPAL)

### Liste des Professeurs des Universités

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
M.	ALIOUAT	El Moukhtar	Parasitologie
Mme	AZAROUAL	Nathalie	Physique
M.	BERTHELOT	Pascal	Chimie Thérapeutique 1
M.	CAZIN	Jean-Louis	Pharmacologie – Pharmacie clinique
M.	CHAVATTE	Philippe	Chimie Thérapeutique 2
M.	COURTECUISSÉ	Régis	Sciences végétales et fongiques
M.	CUNY	Damien	Sciences végétales et fongiques
Mme	DELBAERE	Stéphanie	Physique
M.	DEPREZ	Benoît	Chimie Générale
Mme	DEPREZ	Rebecca	Chimie Générale
M.	DUPONT	Frédéric	Sciences végétales et fongiques
M.	DURIEZ	Patrick	Physiologie
M.	GARÇON	Guillaume	Toxicologie
Mme	GAYOT	Anne	Pharmacotechnie Industrielle
M.	GESQUIERE	Jean-Claude	Chimie Organique
M.	GOOSSENS	Jean François	Chimie Analytique
Mme	GRAS	Hélène	Chimie Thérapeutique 3
M.	HENNEBELLE	Thierry	Pharmacognosie
M.	LEMDANI	Mohamed	Biomathématiques
Mme	LESTAVEL	Sophie	Biologie Cellulaire
M.	LUC	Gerald	Physiologie
Mme	MELNYK	Patricia	Chimie thérapeutique 2
Mme	MUHR – TAILLEUX	Anne	Biochimie
Mme	PAUMELLE-LESTRELIN	Réjane	Biologie Cellulaire
Mme	PERROY – MAILLOLS	Anne Catherine	Droit et déontologie pharmaceutique
Mme	ROMOND	Marie Bénédicte	Bactériologie
Mme	SAHPAZ	Sevser	Pharmacognosie
M.	SERGHÉRAERT	Eric	Droit et déontologie pharmaceutique
M.	SIEPMANN	Juergen	Pharmacotechnie Industrielle
M.	STAELS	Bart	Biologie Cellulaire
M	TARTAR	André	Chimie Organique
M.	VACCHER	Claude	Chimie Analytique
M.	WILLAND	Nicolas	Chimie organique
M.	MILLET	Régis	Chimie Thérapeutique (ICPAL)

### Liste des Maîtres de Conférences - Praticiens Hospitaliers

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	BALDUYCK	Malika	Biochimie
Mme	GARAT	Anne	Toxicologie
Mme	GOFFARD	Anne	Bactériologie
M.	LANNOY	Damien	Pharmacie Galénique
Mme	ODOU	Marie Françoise	Bactériologie
M.	SIMON	Nicolas	Pharmacie Galénique

## Liste des Maitres de Conférences

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	AGOURIDAS	Laurence	Chimie thérapeutique 2
Mme	ALIOUAT	Cécile Marie	Parasitologie (90%)
M.	ANTHERIEU	Sébastien	Toxicologie
Mme	AUMERCIER	Pierrette	Biochimie
Mme	BANTUBUNGI	Kadiombo	Biologie cellulaire
Mme	BARTHELEMY	Christine	Pharmacie Galénique
Mme	BEHRA	Josette	Bactériologie
M	BELARBI	Karim	Pharmacologie
M.	BERTHET	Jérôme	Physique
M.	BERTIN	Benjamin	Immunologie
M.	BLANCHEMAIN	Nicolas	Pharmacotechnie industrielle
M.	BOCHU	Christophe	Physique
M.	BRIAND	Olivier	Biochimie
Mme	CACHERA	Claude	Biochimie
M.	CARNOY	Christophe	Immunologie
Mme	CARON	Sandrine	Biologie cellulaire (80%)
Mme	CHABÉ	Magali	Parasitologie (80%)
Mme	CHARTON	Julie	Chimie Organique (80%)
M	CHEVALIER	Dany	Toxicologie
M.	COCHELARD	Dominique	Biomathématiques
Mme	DANEL	Cécile	Chimie Analytique
Mme	DEMANCHE	Christine	Parasitologie (80%)
Mme	DEMARQUILLY	Catherine	Biomathématiques
Mme	DUMONT	Julie	Biologie cellulaire
M.	FARCE	Amaury	Chimie Thérapeutique 2
Mme	FLIPO	Marion	Chimie Organique
Mme	FOULON	Catherine	Chimie Analytique
M.	GELEZ	Philippe	Biomathématiques
M.	GERVOIS	Philippe	Biochimie
Mme	• GRAVE	Béatrice	Toxicologie
Mme	GROSS	Barbara	Biochimie
Mme	HAMOUDI	Chérifa Mounira	Pharmacotechnie industrielle
Mme	HANNOTHIAUX	Marie-Hélène	Toxicologie
Mme	HELLEBOID	Audrey	Physiologie
M.	HERMANN	Emmanuel	Immunologie
Mme	HOUSSIN-THUILLIER	Pascale	Hématologie
M.	KAMBIA	Kpakpaga Nicolas	Pharmacologie
M.	KARROUT	Youness	Pharmacotechnie Industrielle
Mme	LALLOYER	Fanny	Biochimie
M.	LEBEGUE	Nicolas	Chimie thérapeutique 1
Mme	LECOEUR	Marie	Chimie Analytique
Mme	LIPKA	Emmanuelle	Chimie Analytique
Mme	MARTIN	Françoise	Physiologie
M.	MOREAU	Pierre Arthur	Sciences végétales et fongiques
Mme	MUSCHERT	Susanne	Pharmacotechnie industrielle
Mme	NEUT	Christel	Bactériologie
Mme	NIKASINOVIC	Lydia	Toxicologie
Mme	PINÇON	Claire	Biomathématiques
M.	PIVA	Frank	Biochimie
Mme	PLATEL	Anne	Toxicologie
M.	RAVAUX	Pierre	Biomathématiques
Mme	RIVIERE	Céline	Pharmacognosie
Mme	ROGER	Nadine	Immunologie

M.	ROUMY	Vincent	Pharmacognosie
Mme	SEBTI	Yasmine	Biochimie
Mme	SIEPMANN	Florence	Pharmacotechnie Industrielle
Mme	SINGER	Elisabeth	Bactériologie
Mme	STANDAERT	Annie	Parasitologie
M.	TAGZIRT	Madjid	Hématologie
M.	WELTI	Stéphane	Sciences végétales et fongiques
M.	YOUS	Saïd	Chimie Thérapeutique 1
M.	ZITOUNI	Djamel	Biomathématiques
M.	FURMAN	Christophe	Pharmacobiochimie (ICPAL)
Mme	GOOSSENS	Laurence	Chimie Organique (ICPAL)

### Professeurs Agrégés

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	MAYES	Martine	Anglais
M.	MORGENROTH	Thomas	Droit et déontologie pharmaceutique

### Professeurs Certifiés

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
M.	HUGES	Dominique	Anglais
Mlle	FAUQUANT	Soline	Anglais
M.	OSTYN	Gaël	Anglais

### Professeur Associé - mi-temps

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
M.	DHANANI	Alban	Droit et déontologie pharmaceutique

### Maîtres de Conférences ASSOCIES - mi-temps

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	BERTOUX	Elisabeth	Pharmacie Clinique - Biomathématiques
M.	BRICOTEAU	Didier	Biomathématiques
M.	FIEVET	Pierre	Information Médicale
M.	FRIMAT	Bruno	Pharmacie Clinique
M.	MASCAUT	Daniel	Pharmacie Clinique
M.	WATRELOS	Michel	Droit et déontologie pharmaceutique
M.	ZANETTI	Sébastien	Biomathématiques

•  
•  
**AHU**

Civ.	NOM	Prénom	Laboratoire
Mme	DROUET	Maryline	Pharmacie Galénique
Mme	GENAY	Stéphanie	Pharmacie Galénique

## ***Faculté des Sciences Pharmaceutiques et Biologiques de Lille***

3, rue du Professeur Laguesse - B.P. 83 - 59006 LILLE CEDEX  
Tel. : 03.20.96.40.40 - Télécopie : 03.20.96.43.64  
<http://pharmacie.univ-lille2.fr>

**L'Université n'entend donner aucune approbation aux opinions émises dans les thèses ; celles-ci sont propres à leurs auteurs.**

# REMERCIEMENTS

Je voudrais remercier Monsieur Thierry Hennebelle, Maître de conférences à la Faculté des Sciences Pharmaceutiques et Biologiques de Lille président du jury pour avoir accepté de prendre part à ce projet et de faire l'honneur de présider cette thèse.

Je voudrais remercier Madame Françoise Maclou, Pharmacien d'officine à Bruay-la-Buissière, pour avoir accepté de faire partie du jury.

Je voudrais remercier ma famille qui m'a toujours soutenu, encouragé pendant la rédaction de cette thèse et tout au long de mes études.

Je voudrais remercier tous mes amis, présents dans les moments de doute et pour tous les bons moments passés ensemble.

# Table des matières

<b>1</b>	<b>INTRODUCTION</b>	<b>13</b>
<b>2</b>	<b>HISTORIQUE</b>	<b>15</b>
2.1	Une médecine naissante	15
2.2	L'unification de l'empire chinois	15
2.3	De nos jours	16
2.4	Influence sur l'occident	16
<b>3</b>	<b>LES FONDAMENTAUX</b>	<b>18</b>
<b>3.1</b>	<b>La place de l'homme dans la médecine chinoise</b>	<b>18</b>
3.1.1	L'homme et l'homme	18
3.1.2	L'homme et son environnement	18
3.1.3	L'homme et le temps	18
<b>3.2</b>	<b>Le Yin/Yang</b>	<b>19</b>
3.2.1	Une philosophie	20
3.2.1.1	Définition	20
3.2.1.2	Les deux phases d'un mouvement cyclique	20
3.2.1.3	Phases de transformations	21
3.2.2	Quatre aspects Yin/Yang	22
3.2.2.1	Opposition Yin/Yang	22
3.2.2.2	Interdépendance Yin/Yang	22
3.2.2.3	Equilibre mutuel du Yin et du Yang	22
3.2.2.4	Les transmutations Yin/Yang	23
3.2.3	Application dans la Médecine Traditionnelle Chinoise	23
<b>3.3</b>	<b>Les cinq éléments</b>	<b>24</b>
3.3.1	Dans la culture chinoise	24
3.3.2	Cycle d'engendrement	25
3.3.3	Cycle de domination	26
3.3.4	Application dans la médecine traditionnelle chinoise	27
<b>3.4</b>	<b>Les substances vitales</b>	<b>29</b>
3.4.1	Le Qi	29
3.4.1.1	Un concept	29
3.4.1.2	Les différents types de Qi	30

3.4.1.3	Les différentes fonctions	31
3.4.2	Le sang(Xue)	31
3.4.2.1	Définition	31
3.4.2.2	Fonctions	32
3.4.3	Les liquides organiques (Yin Je)	32
3.4.3.1	Définition	32
3.4.3.2	Fonctions	32
<b>4</b>	<b>LE CORPS HUMAIN</b>	<b>33</b>
<b>4.1</b>	<b>Les organes (Zang)</b>	<b>33</b>
4.1.1	Le Cœur (Xin)	33
4.1.2	Le Poumon (Fei)	34
4.1.3	La Rate (Pi)	34
4.1.4	Le Foie (Gan)	34
4.1.5	Les Reins (Shen)	35
<b>4.2</b>	<b>Les Entrailles (Fu)</b>	<b>35</b>
4.2.1	La vésicule biliaire (Dan)	35
4.2.2	L'estomac (Wei)	35
4.2.3	L'intestin grêle (Xiao chang)	36
4.2.4	Le gros intestin (Dachang)	36
4.2.5	La vessie (Panguang)	36
4.2.6	Les trois foyers (Sanjiao)	36
<b>4.3</b>	<b>Les méridiens (ou canaux)</b>	<b>37</b>
<b>5</b>	<b>PATHOGENIE</b>	<b>39</b>
<b>5.1</b>	<b>Les causes externes</b>	<b>39</b>
5.1.1	Le vent (Fengxie)	39
5.1.2	Le froid (Hanxie)	40
5.1.3	La chaleur (Shuxie)	40
5.1.4	L'humidité (Shixie)	41
5.1.5	La sécheresse (Zaoxie)	41
5.1.6	Le feu (Rexie)	41
<b>5.2</b>	<b>Les sept émotions ou sentiments (Qiqing)</b>	<b>42</b>
5.2.1	La colère (Nu)	42
5.2.2	La joie (Xi)	42
5.2.3	L'excès de réflexion (Si)	43
5.2.4	La peur (Kong)	43
5.2.5	La tristesse (Bei)	43
5.2.6	Les soucis ou l'accablement (You)	43
5.2.7	Le choc émotif (Jing)	44
<b>6</b>	<b>LE DIAGNOSTIC</b>	<b>45</b>
<b>6.1</b>	<b>Regarder</b>	<b>45</b>

6.1.1	La tête et le visage	46
6.1.1.1	La couleur du visage	46
6.1.1.2	Les zones du visage	46
6.1.2	Les membres	47
6.1.3	Les yeux	48
6.1.4	La langue	48
<b>6.2</b>	<b>Ecouter et sentir</b>	<b>49</b>
<b>6.3</b>	<b>Interroger</b>	<b>50</b>
<b>6.4</b>	<b>Palper</b>	<b>51</b>
6.4.1	Prise de pouls	51
<b>7</b>	<b>LES HUIT PRINCIPES</b>	<b>54</b>
<b>7.1</b>	<b>Avers/revers</b>	<b>54</b>
<b>7.2</b>	<b>Froid/chaud</b>	<b>54</b>
<b>7.3</b>	<b>Vide/plénitude</b>	<b>54</b>
<b>7.4</b>	<b>Yin/Yang</b>	<b>55</b>
<b>8</b>	<b>LES TRAITEMENTS DANS LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE</b>	<b>56</b>
<b>8.1</b>	<b>La pharmacopée chinoise</b>	<b>56</b>
8.1.1	Historique	57
8.1.2	Récolte, conservation et préparation des plantes	57
8.1.3	Dénomination des plantes	58
8.1.4	Propriété des plantes	59
8.1.4.1	Les quatre natures	59
8.1.4.2	Les cinq saveurs	60
8.1.4.3	Les mouvements	60
8.1.5	Association de plantes	61
8.1.6	Posologie des remèdes	62
<b>8.2</b>	<b>L'acupuncture</b>	<b>62</b>
8.2.1	Les points	63
8.2.2	Les aiguilles	64
8.2.3	Manipulation des aiguilles	64
8.2.3.1	Insertion de l'aiguille	64
8.2.3.2	Position du patient pendant la manipulation	66
8.2.3.3	Manipulation des aiguilles	67
8.2.4	Moxibustion	68
<b>8.3</b>	<b>Le massage</b>	<b>70</b>
<b>8.4</b>	<b>La prévention</b>	<b>71</b>
<b>8.5</b>	<b>La diététique</b>	<b>72</b>

8.5.1	La nature des aliments	72
8.5.2	Les saveurs	73
8.5.3	Cinq principes de base	73
<b>8.6</b>	<b>Un exemple de gymnastique énergétique : le Qi Gong</b>	<b>74</b>
<b>9</b>	<b>APPLICATION DE LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE DANS LE DIABETE</b>	<b>76</b>
<b>9.1</b>	<b>Le diabète dans la médecine occidentale</b>	<b>76</b>
9.1.1	Diabète de type I	76
9.1.2	Diabète de type II	76
<b>9.2</b>	<b>Le diabète dans la Médecine Traditionnelle Chinoise</b>	<b>77</b>
9.2.1	Introduction	77
9.2.2	Etiologie	79
9.2.3	Pathogénie	80
9.2.4	Diagnostic	81
9.2.5	Traitement	82
9.2.6	Sécheresse-chaueur du poumon et de l'estomac (diabète supérieur)	82
9.2.6.1	Traitements	83
9.2.6.1.1	Traiter avec la pharmacopée chinoise	83
9.2.6.1.2	Traiter avec l'acupuncture	86
9.2.6.2	Prévention	88
9.2.6.3	Régime alimentaire	88
9.2.6.4	Autre outils de prévention	89
<b>10</b>	<b>CONCLUSION</b>	<b>91</b>

# 1 Introduction

« Médecine traditionnelle » est un terme qui englobe la Médecine Traditionnelle Chinoise, l'Ayurveda indienne, l'unani arabe et des formes de médecine indigène. Ces médecines traditionnelles utilisent des thérapies autour des médicaments à base de plantes, parties d'animaux et/ou minéraux et d'autres thérapies non médicamenteuses comme l'acupuncture, les thérapies manuelles et les thérapies spirituelles.

Dans les pays où on utilise surtout l'allopathie ou médecine classique, on peut aussi parler de médecine « non conventionnelle », « alternative » ou encore « complémentaire ». L'utilisation des médecines alternatives est très répandue dans le monde surtout en Asie et en Amérique latine pour des raisons culturelles, économiques et historiques. Il faut savoir qu'en Chine, elle représente 40 % des soins administrés. De plus, elle prend en importance dans les pays en voie de développement surtout expliqué par son accessibilité et son abordabilité. L'exemple de l'Ouganda est criant : le ratio des Médecins Traditionnels est d'environ 1 /20000 habitants. Il faut savoir que dans certains pays en développement, c'est la seule source de soins pour ses patients les plus pauvres du monde.

La Médecine Traditionnelle Chinoise est une médecine millénaire fondée par la philosophie, la science et les coutumes. C'est une médecine alternative très riche qui s'appuie sur des principes fondamentaux solides. Au travers de ces principes philosophiques et énergétiques, la médecine traditionnelle a un arsenal thérapeutique vaste et diversifié comme la pharmacopée chinoise, l'acupuncture, la moxibustion, la diététique, la gymnastique énergétique et la prévention.

Dans les pays développés, la médecine chinoise connaît un essor important surtout expliqué par une inquiétude amenée par la médecine conventionnelle ou allopathie avec ses molécules chimiques, ses effets indésirables et les différents scandales sanitaires qui ont bousculés le monde de la santé. Avec une espérance de vie toujours plus importante, la probabilité de développer des maladies chroniques telles que les maladies cardiaques, les troubles mentaux et le diabète est accrue.

Cette médecine millénaire est une médecine pluridisciplinaire qui était pratiquée il y a encore quelques années par des marginaux, mais aujourd'hui elle a pris sa place comme un moyen alternatif et complémentaire à une médecine occidentale.

L'objectif est dans un premier temps de comprendre la philosophie, la démarche et surtout les grands principes fondamentaux de cette médecine et de voir son application dans le diabète.<sup>1</sup>

## 2 Historique

Résumer l'histoire de la Médecine Traditionnelle Chinoise est compliquée. En effet la Chine est vaste et l'unité politique n'a pas toujours existé. Il est donc compliqué d'unifier le savoir étant donnée l'influence du contexte politique, géographique et économique. Ses origines remontent au III<sup>ème</sup> millénaire av. JC, elle s'est construite avec les âges et s'enrichit des différentes expériences empiriques sans oublier pour autant ses fondements d'origine.

### 2.1 Une médecine naissante

Tout a commencé sur un point de vue légendaire. Au III<sup>ème</sup> millénaire av. JC trois empereurs seraient à l'origine des premiers écrits et des différentes disciplines. Cependant, leur existence est remise en question et ils ont surtout une dimension symbolique.

L'époque pré-impériale, où vont se succéder les dynasties Xia, Shang et Zhou, (2207-722 av. JC) n'apporte pas beaucoup d'informations car aucun texte n'a été conservé, seuls quelques instruments (aiguilles d'acupuncture) et la découverte d'idéogrammes prouvent l'existence d'une médecine primaire.

De 722-481 av. JC l'époque des printemps et automnes correspond à une période où les penseurs tels que Confucius (fondateur du confucianisme) et Dao De Jing (fondateur du taoïsme) vont influencer l'époque, la pensée et la médecine traditionnelle chinoise. De plus, on observe à cette époque, une séparation des corporations : les médecins deviennent indépendants des prêtres et des magiciens...

De 453-221 av JC est une époque clef où on commence à évoquer l'idée de médecine savante. Les grands fondements et la plupart des concepts naissent à cette époque.

### 2.2 L'unification de l'empire chinois

En 221 av. J-C, après de nombreuses batailles, le roi Zheng devient le premier véritable empereur, sous le nom de Qin Shi Huang Di. Il unifie le territoire et attire les élites de tout le pays : savants, médecins, alchimistes. Cependant, il va être l'auteur de massacres en visant particulièrement les élites. Il va aussi être responsable d'un autodafé laissant très peu d'ouvrages scientifiques datant de cette époque. Ensuite vient la dynastie Han (206 av. JC – 220

apr. JC) marquée par le développement de la médecine et de la pharmacopée. Différentes dynasties vont se succéder avec toujours plus de progrès apportés par des savants souvent spécialisés dans plusieurs domaines.

En effet, on va apporter des précisions sur l'acupuncture, l'anatomie, mais aussi les sciences en général et la technologie (exemple de l'imprimerie) qui vont indirectement influencer l'évolution de la Médecine Traditionnelle Chinoise qui devient officielle.

Au cours de ces dynasties, de nombreux scientifiques vont apporter leur pierre à l'édifice en écrivant des ouvrages où ils précisent et élaborent les différents fondamentaux de la Médecine Traditionnelle Chinoise pour arriver aujourd'hui dans notre époque contemporaine avec des bases solides et plutôt homogènes : le Qi, les mouvements, les organes, les entrailles, les méridiens etc....

## 2.3 De nos jours

En 1929, des médecins chinois formés à la médecine occidentale vont demander la suppression de la médecine traditionnelle ce qui va provoquer une vive réaction au niveau du peuple. Le 17 mars, un mouvement de protestation fait plier le gouvernement et la médecine traditionnelle est réhabilitée. Cette date est aujourd'hui une fête célébrant la Médecine Traditionnelle Chinoise. Cependant, les deux systèmes vont s'opposer durant les décennies qui vont suivre et dans les années 50, le gouvernement chinois va réformer les études de santé dans l'objectif de favoriser la coopération entre ces deux médecines.

## 2.4 Influence sur l'occident

La Médecine Traditionnelle Chinoise apparaît en Europe au XVI<sup>ème</sup> siècle, mais c'est seulement au XIX<sup>ème</sup> que des médecins occidentaux commencent à pratiquer surtout à travers l'acupuncture. Cependant sa pratique et son développement restent très basiques et anarchiques :

- On a un manque de communication avec la Chine.
- On observe une pratique centrée sur l'acupuncture en négligeant les principes fondamentaux.
- Beaucoup de praticiens vont élaborer des théories absurdes.

Cette situation va changer et évoluer, car dans les années 1980, la Chine s'ouvre au monde et apporte son savoir par l'intermédiaire de ses universités qui vont profiter aux occidentaux.<sup>2</sup>

## 3 Les fondamentaux

### 3.1 La place de l'homme dans la médecine chinoise

#### 3.1.1 L'homme et l'homme

Pour comprendre la Médecine Traditionnelle Chinoise, il faut connaître la théorie de la globalité de l'être humain. En effet, il est un ensemble indivisible où tout est lié et il est continuellement en interaction avec son environnement. Les différents concepts qui vont être détaillés par la suite sont en relations constantes : en effet les 5 organes (physiologie différente de la médecine occidentale) communiquent à l'aide des vaisseaux et des méridiens (canaux). Ce système physiologique est dépendant du Yin/Yang, des 5 mouvements, du Qi etc...

Des concepts encore un peu vagues pour l'instant, mais il faut retenir que ce système physiologique est un microcosme où tout est lié, interdépendant.

#### 3.1.2 L'homme et son environnement

L'homme est connecté en permanence avec son environnement, ceci est bien mis en exergue avec une vieille expression chinoise : « l'homme et l'univers se correspondent mutuellement ».

L'homme doit s'adapter au monde extérieur, aux saisons, aux climats, aux énergies externes comme le vent, le froid, la chaleur, l'humidité, la sécheresse, la canicule. En effet ces facteurs environnementaux ont une influence sur les organes, le Qi, le Yin/Yang etc....

#### 3.1.3 L'homme et le temps

L'influence du temps est primordiale, il va avoir une influence à différentes échelles :

- cycle annuel
- cycle mensuel
- cycle quotidien

Les situations suivantes tirées du *Nei Jing*, l'ouvrage le plus ancien de Médecine Traditionnelle Chinoise, reflète cette influence du temps :

- Cycle annuel : « le mouvement naturel du Qi est germination au printemps, croissance en été, récolte en automne et conservation en hiver; l'homme devrait adapter son activité à ce mouvement »
- Cycle mensuel : « quand la lune est pleine, la santé de l'homme est florissante, le sang est abondant, les fonctions biologiques ont leurs pleines activités, les muscles sont forts et la peau est ferme ; s'il est attaqué par un vent nocif, il sera seulement atteint légèrement; par contre, quand la lune est vieille; c'est l'inverse, le sang est peu abondant, les fonctions sont déficientes, les muscles faibles et la peau relâchée ; s'il est attaqué par un vent nocif, l'homme souffrira de maladies graves »
- Cycle quotidien : « beaucoup de patients ont l'esprit clair tôt le matin, tranquilles dans la journée, ils sont aggravés le soir et leur état dans la nuit ». <sup>3</sup>

### 3.2 Le Yin/Yang



Figure : sinogramme Yin/Yang<sup>4</sup>

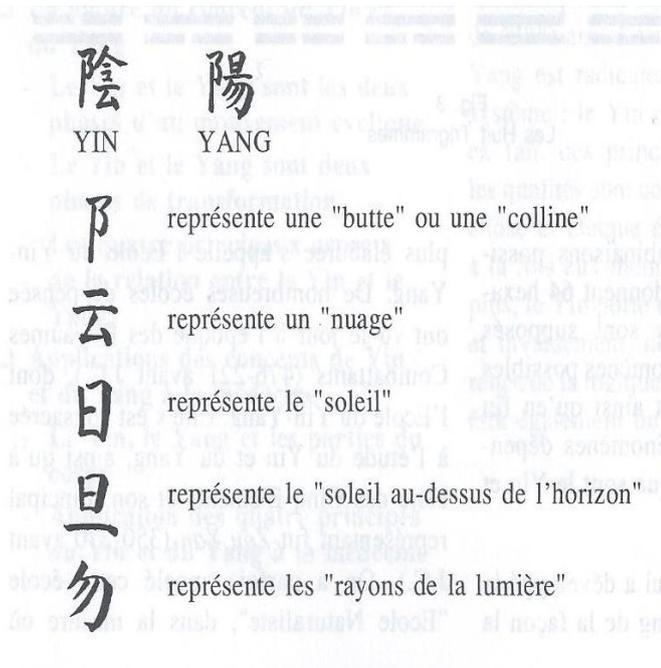


Figure : Yin/Yang<sup>5</sup>

Ci-dessus sur le premier schéma, on observe les sinogrammes du Yin et du Yang puis on décompose avec les différents idéogrammes pour comprendre la signification première de ces symboles.

Le Yin représente le côté sombre et ombragé de la colline et le Yang le côté lumineux et ensoleillé.

### 3.2.1 Une philosophie

#### 3.2.1.1 Définition

Le Yin et le Yang sont présents dans chaque chose de la vie. Ce concept met en exergue l'idée d'un monde en perpétuel mouvement en alternant des phases et des contraires.

L'espace, le temps, la nature, la condition humaine, l'art, la science, la philosophie sont concernés par le Yin et le Yang.

#### 3.2.1.2 Les deux phases d'un mouvement cyclique

Le concept Yin/Yang est un des piliers de la philosophie et de la Médecine Traditionnelle Chinoise. En effet le Yin et le Yang sont des principes antithétiques mais complémentaires.<sup>6</sup>

Ils forment un binôme, un couple qui symbolise les phénomènes naturels.

Par exemple, le Yang correspond au jour et le Yin à la nuit ou encore l'activité est symbolisée par le Yang et le repos par le Yin. Le Yin et le Yang sont les deux phases d'un mouvement cyclique.

<b>Yang</b>	<b>Yin</b>
<b>Lumière</b>	obscurité
<b>Soleil</b>	Lune
<b>Clarté</b>	Ombre
<b>Activité</b>	Repos
<b>Ciel</b>	Terre
<b>Rond</b>	Plat
<b>Temps</b>	Espace
<b>Est</b>	Ouest
<b>Sud</b>	Nord
<b>Gauche</b>	Droite

Figure : Le mouvement cyclique du Yin et du Yang

Présenté de cette manière, le Yin et le Yang sont des phases qui s'alternent dans le temps et l'espace. Le jour est suivi de la nuit, l'été devient hiver, l'univers est donc gouverné par ces principes opposés.

### 3.2.1.3 Phases de transformations

Dans cette théorie, le Yin et le Yang vont symboliser l'état de la matière, le processus de changement et de transformation. Le Yang représente l'immatériel, au contraire le Yin symbolise le coté plus matériel. Dans l'ancienne Chine, la théorie était représentée par le binôme ciel et terre : « *le ciel est une accumulation de yang, la terre est une accumulation de yin* ». Pour donner un exemple, l'eau est Yin et la vapeur Yang.

<b>Yang</b>	<b>Yin</b>
<b>Immatériel</b>	Matériel
<b>Produit l'énergie</b>	Produit la forme

<b>Crée</b>	Développe
<b>Non substantiel</b>	Substantiel
<b>Energie</b>	Matière
<b>Expansion</b>	Compression
<b>S'élève</b>	Descend
<b>Au-dessus</b>	Au-dessous
<b>Feu</b>	Eau

Figure: La phase de transformation du Yin et du Yang

### 3.2.2 Quatre aspects Yin/Yang

#### 3.2.2.1 Opposition Yin/Yang

Comme expliqué ci-dessus, le Yin et le Yang sont souvent en opposition. Toutefois cette idée reste assez relative. En effet, rien n'est totalement Yin ou totalement Yang. Toute chose contient du Yin et du Yang, toute chose est dans un équilibre dynamique.

#### 3.2.2.2 Interdépendance Yin/Yang

Depuis le début, on parle d'une opposition Yin/Yang mais ils sont surtout interdépendants: l'un ne peut exister sans l'autre. Le jour ne peut être sans la nuit ainsi l'activité ne peut exister sans le repos.

#### 3.2.2.3 Equilibre mutuel du Yin et du Yang

Il existe un équilibre dynamique entre le Yin et le Yang. En effet, ils subissent des baisses et des augmentations. Si le Yin augmente, on observe une baisse du Yang et le contraire est aussi vrai.

### 3.2.2.4 Les transmutations Yin/Yang

Cette notion n'est pas statique. Il existe des transformations. Le Yin se change en Yang et le Yang en Yin. L'été devient hiver, le jour se transforme en nuit ou encore la chaleur en froid. Pour cela, différents facteurs et différentes conditions doivent être réunis pour la transmutation.<sup>7</sup>

### 3.2.3 Application dans la Médecine Traditionnelle Chinoise

Le Yin et le Yang vont être à la base de la Médecine Traditionnelle Chinoise. C'est la notion fondamentale ; sans ce concept, la Médecine Traditionnelle Chinoise ne peut exister. Le praticien va se baser sur le rapport Yin/Yang entre deux phénomènes ou à l'intérieur d'un même phénomène. Ci-dessus, on a mis en avant la notion d'équilibre dynamique du Yin/Yang. L'entretien de la santé tourne autour de cet équilibre, autour du maintien de ce rapport, de son évolution, de ses rythmes et de ses cycles.

La pathologie va exister à l'instant où on va observer un déséquilibre Yin/Yang.

L'un va prendre le pas sur l'autre et on va retrouver des excès ou des manques.<sup>8</sup>

En effet, la physiologie, les symptômes, les signes et le patient sont concernés par la théorie du Yin et du Yang. Le traitement a pour objectif de retrouver un équilibre grâce à différentes stratégies :

- Tonifier le Yang
- Tonifier le Yin
- Disperser le Yang en excès
- Disperser le Yin en excès

Cette notion est sans doute la plus importante dans la Médecine Traditionnelle Chinoise.<sup>9</sup>

### 3.3 Les cinq éléments



Figure : Sinogramme des cinq éléments <sup>10</sup>

#### 3.3.1 Dans la culture chinoise

La théorie des cinq éléments ou cinq mouvements est un concept comme le Yin et le Yang, elle nous permet de classer des objets dans différents phénomènes.<sup>11</sup>

Ils sont symbolisés par l'eau, le feu, le bois, le métal et la terre. En effet, ces différents composants vont s'établir dans une organisation penta polaire pour expliquer le fonctionnement et les différents échanges dans un cycle. Cette notion des cinq éléments montre que les philosophes et les savants se sont attachés à la nature et à ses phénomènes pour construire et donner à la médecine traditionnelle chinoise ses grands principes. Par exemple le climat, les saisons, les émotions vont être transposés à ce système comme le montre le tableau ci-dessous.<sup>12</sup>

	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Saisons	Printemps	Eté	Aucune <sup>19</sup>	Automne	Hiver
Directions	Est	Sud	Centre	Ouest	Nord
Couleurs	Vert	Rouge	Jaune	Blanc	Noir
Saveurs	Acide	Amère	Sucrée	Piquante	Salée
Eléments climatiques	Vent	Chaleur	Humidité	Sécheresse	Froid
Stades de développement	Naissance	Croissance	Transformation	Moisson	Stockage
Chiffres	8	7	5	9	6
Planètes	Jupiter	Mars	Saturne	Vénus	Mercure
Yin-Yang	Shao Yang	Tai Yang	Centre	Shao Yin	Tai Yin
Animaux	Poissons	Oiseaux	Humains	Mammifères	Animaux à carapace
Animaux domestiques	Mouton	Volaille	Boeuf	Chien	Cochon
Cultures	Blé	Haricots	Riz	Chanvre	Millet
Organes	Foie	Coeur	Rate	Poumon	Rein
Entraîles	Vésicule Biliaire	Intestin Grêle	Estomac	Gros Intestin	Vessie
Organes des sens	Yeux	Langue	Bouche	Nez	Oreilles
Tissus	Tendons	Vaisseaux	Muscles	Peau	Os
Emotions	Colère	Joie	Excès de réflexion	Tristesse	Peur
Bruits	Cris	Rires	Chants	Pleurs	Grognements

Figure : Correspondance avec les cinq éléments<sup>13</sup>

Dans le cadre de la Médecine Traditionnelle Chinoise, nous allons transposer ce concept aux organes du corps humain. Cependant nous devons d'abord expliquer les relations d'interdépendances entre les cinq mouvements.

### 3.3.2 Cycle d'engendrement

Différents cycles vont expliquer les différentes relations entre les éléments. Dans un premier temps, le cycle d'engendrement où chaque élément va nourrir le suivant.

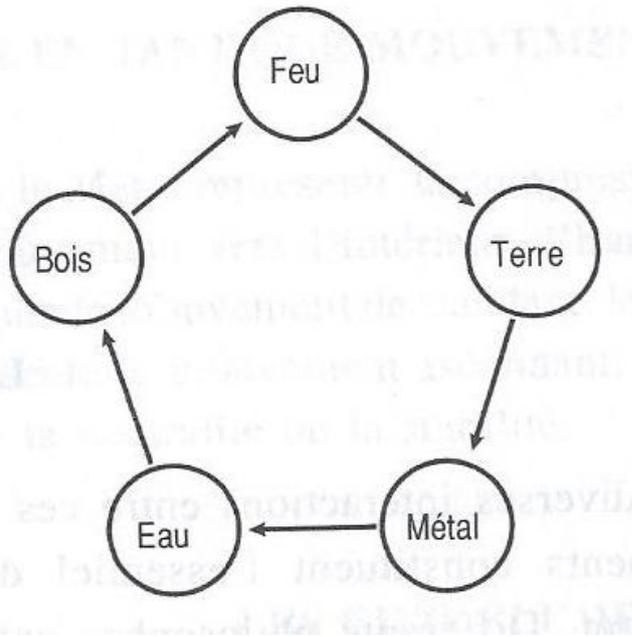


Figure : Cycle d'engendrement<sup>14</sup>

Le bois nourrit le feu, le feu nourrit la terre, la terre nourrit le métal, le métal nourrit l'eau, l'eau nourrit le bois.

Le mouvement qui précède peut être aussi appelé « mère » et celui qui le suit « fils ». Par exemple le bois est la mère du feu et la terre est le fils du feu.<sup>15</sup>

Par conséquent, quand un élément est affaibli, le suivant l'est également. Pour illustrer le concept, une maladie du Foie (symbolisé par le bois) va entraîner une faiblesse au niveau du Cœur (symbolisé par le feu).<sup>16</sup>

### 3.3.3 Cycle de domination

Dans ce cycle, on va parler de contrôle. En effet, les éléments rentrent dans un système d'autorégulation pour maintenir un équilibre.

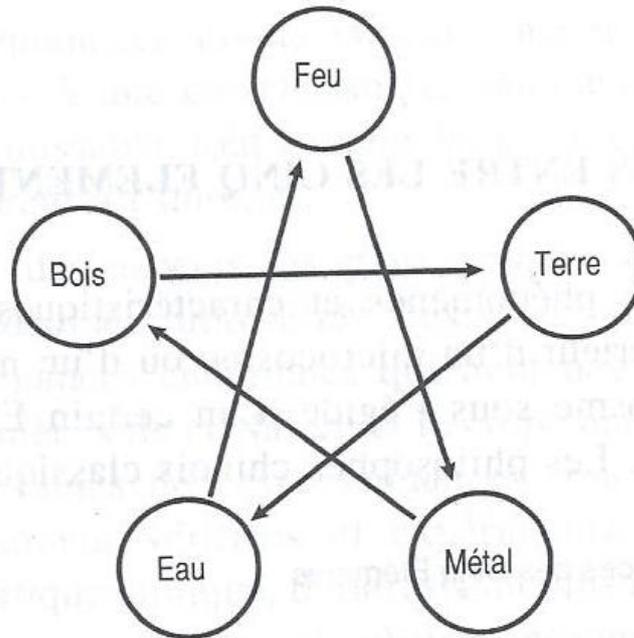


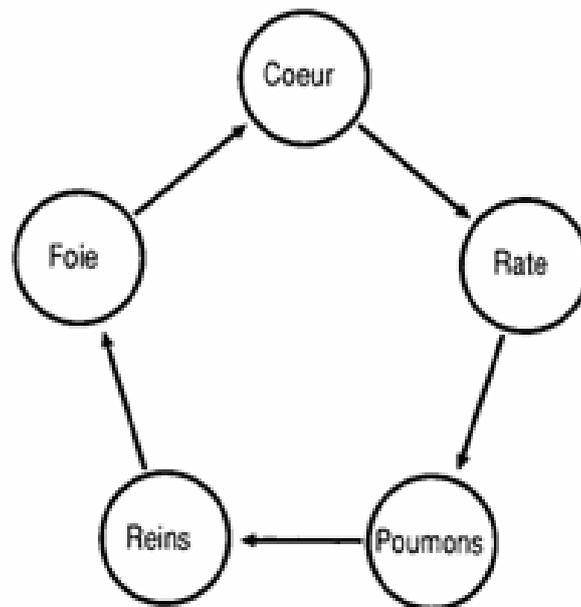
Figure : Cycle de domination <sup>17</sup>

Le bois contrôle la terre, la terre contrôle l'eau, l'eau contrôle le feu, le feu contrôle le métal, le métal contrôle le bois.<sup>18</sup>

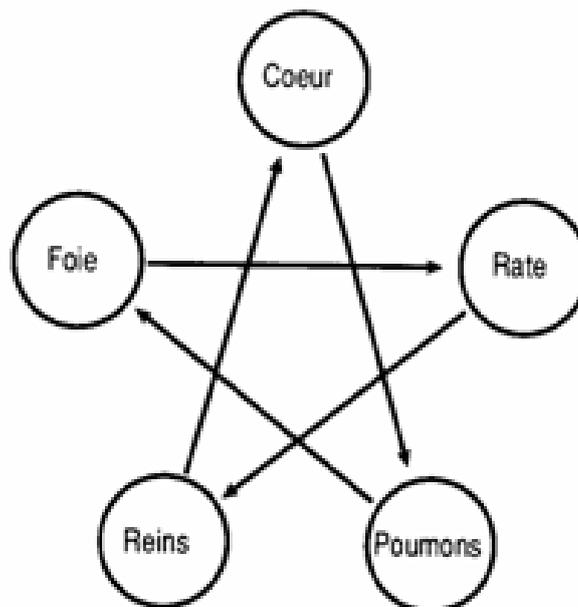
Cette notion de domination permet de contrôler et de freiner un excès éventuel d'un élément. Il est complémentaire du cycle d'engendrement. Le cycle d'engendrement doit en effet connaître une autorégulation car sans, il serait entraîné dans une croissance, une boucle infinie qui n'aurait aucun sens.<sup>19</sup>

### 3.3.4 Application dans la médecine traditionnelle chinoise

Ces différents cycles et ce concept des 5 éléments permettent de mettre en place un système pour expliquer les relations physiologiques. Cette fois, on transpose les cycles aux organes. Il faut savoir que l'anatomie en Médecine Traditionnelle Chinoise tourne autour de cinq organes principaux qui sont le Cœur, la Rate, les Poumons, les Reins et le Foie (voir figure). Ce modèle de base est très utilisé en pratique, cependant il ne faut pas l'appliquer sans un minimum de réflexion et ne pas oublier les fonctions premières des organes. En effet, c'est un système qui peut avoir certaines incohérences.



Le cycle de Production des viscères.



Les cycles de Domination et d'Agression des viscères.

Figure: Le cycle d'engendrement et de domination appliqué au corps humain <sup>20</sup>

Pour illustrer les propos précédents, on va présenter différents exemples :

- Le poumon est la mère du rein (cycle de production ou d'engendrement) : le Qi du poumon descend vers le Qi du rein.
- Le foie domine la rate (cycle de domination) : le foie aide la rate à transformer et à transporter les fluides et le Qi.<sup>21</sup>

### 3.4 Les substances vitales

#### 3.4.1 Le Qi

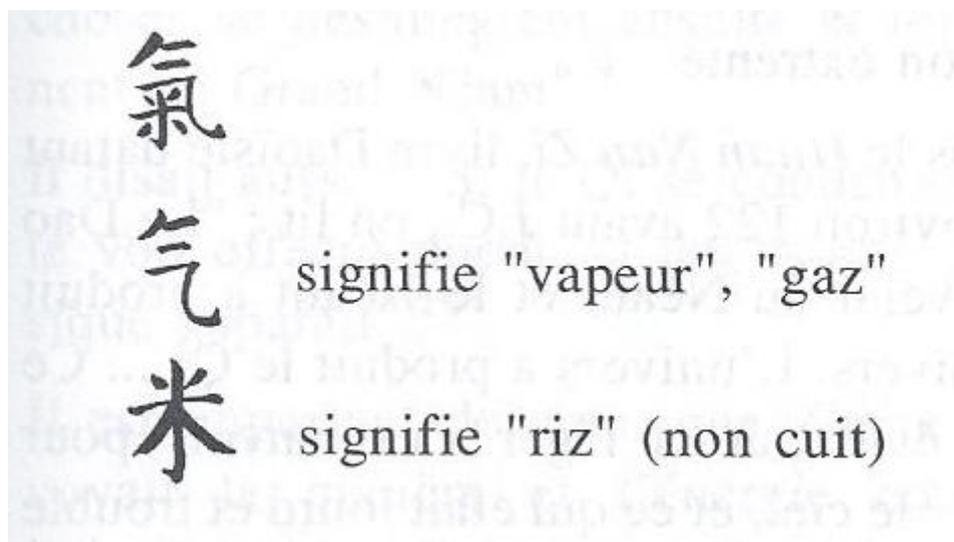


Figure : Le sinogramme du Qi<sup>22</sup>

##### 3.4.1.1 Un concept

Le Qi est une substance vitale qui peut être matérielle ou immatérielle comme le met en exergue le sinogramme ci-dessus qui signifie vapeur et riz. C'est une énergie qui va agir sur un plan physique et spirituel. Il n'y a qu'un seul Qi, on parle de Qi universel mais il peut se présenter sous différentes formes.

En Médecine Traditionnelle Chinoise, le Qi représente une essence pure synthétisée par les viscères et qui circule à travers le corps, les organes et les méridiens. Et selon les localisations, les organes, les viscères, il va prendre une forme et une fonction bien spécifique.<sup>23</sup>

### 3.4.1.2 Les différents types de Qi

- Le Qi originel (Yuan Qi) : Il est le fondement, la base de toutes les énergies pour le corps humain et il va se propager dans les différentes parties du corps. Il va réguler les différents mouvements d'énergie, participer à la transformation des Qi plus complexe, il est aussi à la base de la synthèse des autres substances vitales comme le sang (Xue) et les liquides organiques (Yin Je).
- Le Qi des aliments : Il est la première forme de Qi après la transformation des aliments par la Rate. Mais, il n'est pas utile sous cette forme. Il va donc se combiner à l'air au niveau des poumons pour se transformer en Qi complexe.

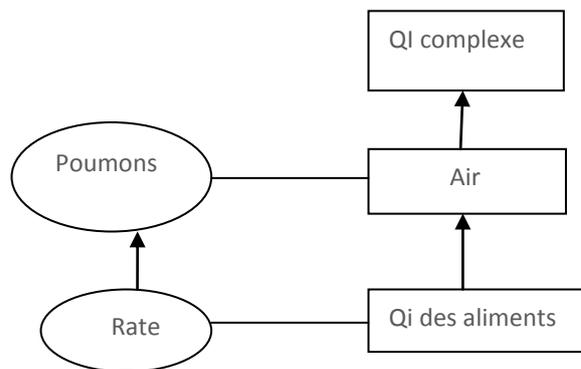


Figure : Le Qi des aliments (Gu Qi)<sup>24</sup>

- Le Qi complexe (Zong Qi) : On l'appelle aussi énergie fondamentale. C'est un Qi, plus subtile, plus raffiné originaire de la transformation du Qi des aliments. Il a comme fonction principale la nutrition du Cœur et des Poumons.
- Le Qi nourricier (Yin Qi) : Il est lié au sang. Il passe dans les vaisseaux et dans les méridiens. Il provient de l'eau et des aliments et va nourrir le corps humain.
- Le Qi protecteur (Wei Qi) : Il se propage dans les parties superficielles du corps humain comme la peau. Il va le protéger des phénomènes extérieurs.<sup>25</sup>

### 3.4.1.3 Les différentes fonctions

Dans la description des différents Qi, nous avons évoqué quelques fonctions. Nous allons ici résumer clairement les fonctions, les rôles primordiaux et préciser certains aspects. Les différentes fonctions sont listées ci-dessous avec un exemple concret.

Les rôles fondamentaux sont :

- La transformation : le Qi de la rate transforme la nourriture en Qi des aliments.
- Le transport : le Qi du foie envoie le Qi dans toutes les directions.
- Le contrôle : le Qi de la rate maintient le sang dans les vaisseaux.
- La protection : le Qi protecteur circulant dans la peau nous protège des facteurs externes.
- Le réchauffement : le Qi est responsable de l'équilibre de la température corporelle.<sup>26</sup>

### 3.4.2 Le sang(Xue)



Figure : Le sang<sup>27</sup>

Le sinogramme représente un vase rempli de sang.

#### 3.4.2.1 Définition

Le sang, contrairement au Qi, n'existe que sous une seule forme matérielle. C'est un liquide rouge circulant grâce aux vaisseaux. Cependant, sans le Qi, le sang ne peut exister. En effet, le Qi des aliments est à l'origine de la formation du sang.

### 3.4.2.2 Fonctions

Le sang va transporter les éléments nutritifs nécessaires au corps et au fonctionnement de l'organisme. Pour cette fonction, le Qi et le sang vont être complémentaires. Mais le sang a un autre rôle primordial qui est d'humidifier. Il va humidifier les tissus comme les yeux, les muscles ou encore les tendons.<sup>28</sup>

### 3.4.3 Les liquides organiques (Yin Je)

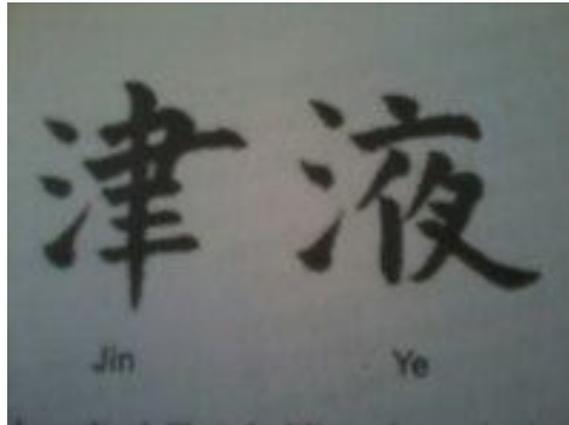


Figure : Sinogramme liquide organique<sup>29</sup>

#### 3.4.3.1 Définition

Ils proviennent du bol alimentaire et de la boisson. Ils sont transformés par la rate et séparés en une partie pure et une autre impure puis vont s'ensuire différentes transformations toujours dans l'objectif de diviser la nouvelle fraction en sous-fraction pure et impure.<sup>30</sup>

#### 3.4.3.2 Fonctions

Les fonctions primordiales sont d'humidifier et de nourrir l'organisme.

Ils sont aussi un composant important du sang et par conséquent ces deux substances vitales se complètent dans leurs rôles.

L'équilibre Yin/Yang est en partie gérée par les liquides organiques; par exemple la régulation de la température corporelle est entretenue par les variations de liquides avec la transpiration par temps chaud ou l'urine par temps froid.<sup>31</sup>

## 4 Le corps humain

### 4.1 Les organes (Zang)



Figure : Sinogramme organe<sup>32</sup>

Les « viscères » sont employés comme terme générique en médecine occidentale pour désigner les organes et les entrailles mais en médecine traditionnelle Chinoise, une autre classification a été faite : les organes, les entrailles et les entrailles particulières. Dans cette partie, on ne va pas étudier le côté anatomique, en effet un terme comme « Rate » ne décrit pas l'organe mais plutôt un ensemble de fonctions.

#### 4.1.1 Le Cœur (Xin)

Il appartient au feu. Il est le souverain du corps humain, gouverne le sang et les vaisseaux. En effet, il est le centre de la circulation, forme et régénère le sang. Il a aussi un rôle sur l'activité mentale (Shen), il est le siège de la conscience.

En cas de dysfonctionnement : la langue va être le principal révélateur, elle va être pâle, mauve ou pourpre. Les émotions (rire excessif), le teint du visage, les troubles de la circulation, la transpiration, la présence d'aphtes, sont aussi des signes de dysfonctionnement du Cœur.

### 4.1.2 Le Poumon (Fei)

Il appartient au Métal et gouverne le Qi.

Il va utiliser le « Qi pur » de l'air qui va s'associer au Qi des aliments. Il va extraire le Qi pur de l'air et utiliser le Qi des aliments produit par la rate et il va exhaler le Qi impur, on dit que le poumon contrôle la respiration.

Il va participer au bon fonctionnement, avec le cœur, des méridiens et des vaisseaux sanguins.

Il a un rôle à jouer dans la qualité de la peau car il va diffuser les liquides dans les parties superficielles du corps.

Il a aussi un rôle primordial dans la diffusion, la descente, la purification.

- La diffusion : elle se définit par la diffusion de différents aspects du Qi à travers le corps.
- La descente : c'est la descente des liquides organiques et du Qi vers les Reins.
- La purification : élimination des impuretés des voies respiratoires.

En cas de dysfonctionnement, les principales manifestations cliniques vont toucher le nez, la peau, mais aussi les émotions.

### 4.1.3 La Rate (Pi)

Elle a un rôle dans le transport et la transformation des aliments et des boissons. Après avoir passé l'estomac, le bol alimentaire est transformé par la Rate en énergie vitale, le Qi.

Elle contrôle aussi la montée du pur, en effet cette partie pure qui provient de la transformation des aliments est distribuée aux autres organes et tissus comme les Poumons.

En cas de dysfonctionnement, les principales manifestations cliniques vont toucher surtout la salive, la bouche, les lèvres, les muscles et les membres.

### 4.1.4 Le Foie (Gan)

Il a un rôle dans la régularisation du Qi et dans sa circulation. Mais il a une fonction primordiale dans le stockage du sang, dans sa régularisation, et le libère pour les organes qui en ont besoin.

En cas de dysfonctionnement, les principales manifestations sont oculaires, tendineuses, musculaires.

### 4.1.5 Les Reins (Shen)

Ils sont forcément impliqués dans le processus de l'eau, ils vont gouverner la transformation et les transports des liquides organiques. Mais ils sont surtout les organes qui stockent l'essence, définit et détermine notre force, notre constitution, et notre vitalité. Elle est héritée des parents (Jing).

Et grâce à cette essence ; les Reins vont être à la base de la formation de la moelle et des os.

### 4.2 Les Entrailles (Fu)



Figure : Sinogramme entrailles<sup>33</sup>

Les entrailles participent au transport, à la transformation mais ne stockent pas.

#### 4.2.1 La vésicule biliaire (Dan)

Elle a un rôle essentiel dans la digestion, en effet elle sécrète la bile. Ici, pas de grandes différences avec la médecine occidentale, cependant elle gouverne la détermination et surtout la prise de décision.

#### 4.2.2 L'estomac (Wei)

Il réceptionne les aliments et les boissons, puis ils subissent une transformation physique et chimique.

### 4.2.3 L'intestin grêle (Xiao chang)

Il réceptionne la matière, substance qui vient de l'Estomac et dans un deuxième temps récupère les nutriments de ces substances. Il collabore avec la Rate pour extraire la partie subtile des aliments.

### 4.2.4 Le gros intestin (Dachang)

Il participe au transport des déchets et à l'élimination des urines.

### 4.2.5 La vessie (Pangguang)

Elle contrôle la réception et l'élimination des urines.

### 4.2.6 Les trois foyers (Sanjiao)

Ils ne représentent pas vraiment des entrailles ou des organes mais plutôt une fonction physiologique. Cette notion de foyer va être importante pour la suite dans la description des différents diabètes selon la Médecine Traditionnelle Chinoise. Chaque foyer englobe plusieurs organes et/ou entrailles.

En effet, les trois foyers sont représentés par le foyer supérieur, médian et inférieur.

- Le foyer supérieur : Il englobe le Cœur et les Poumons, pour résumer il est au centre de la circulation des énergies et des fluides : le sang, le Qi.  
Il est « comme un brouillard ».
- Le foyer médian : il englobe la Rate et l'Estomac, il digère, transforme, transporte le « pur » ou « subtil » des aliments et il est à l'origine de la production du Qi et du sang.  
Il est « comme un marécage ».
- Le foyer inférieur : Il englobe Reins, Vessie, Intestin Grêle et Gros Intestin.  
Son rôle primordial est l'excrétion.

Il est « comme un égout ».

### 4.3 Les méridiens (ou canaux)

Les méridiens sont des canaux qui forment un réseau, un système de communication, responsable de la circulation du Qi et du sang.

Il existe différentes sortes de méridiens :

- Les douze méridiens principaux font la liaison entre les différents organes et entrailles comme le méridien du Poumon et le méridien du Cœur. Nous pouvons remarquer plusieurs points sur le trajet du méridien. Ils ont un rôle primordial dans la thérapie. On va les utiliser dans l'acupuncture, la massothérapie ou encore la gymnastique énergétique. Le praticien va utiliser ces points pour améliorer la circulation du sang et surtout du Qi. Il existe une classification des points. Par exemple, le point numéro 9 sur le méridien du poumon est TAI YUAN (9P.) (P pour poumon).

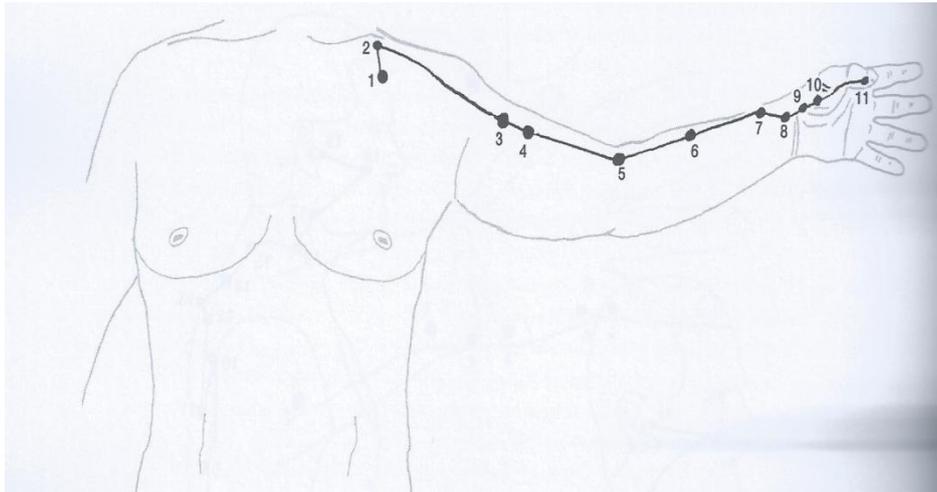


Figure : Méridien du poumon<sup>34</sup>

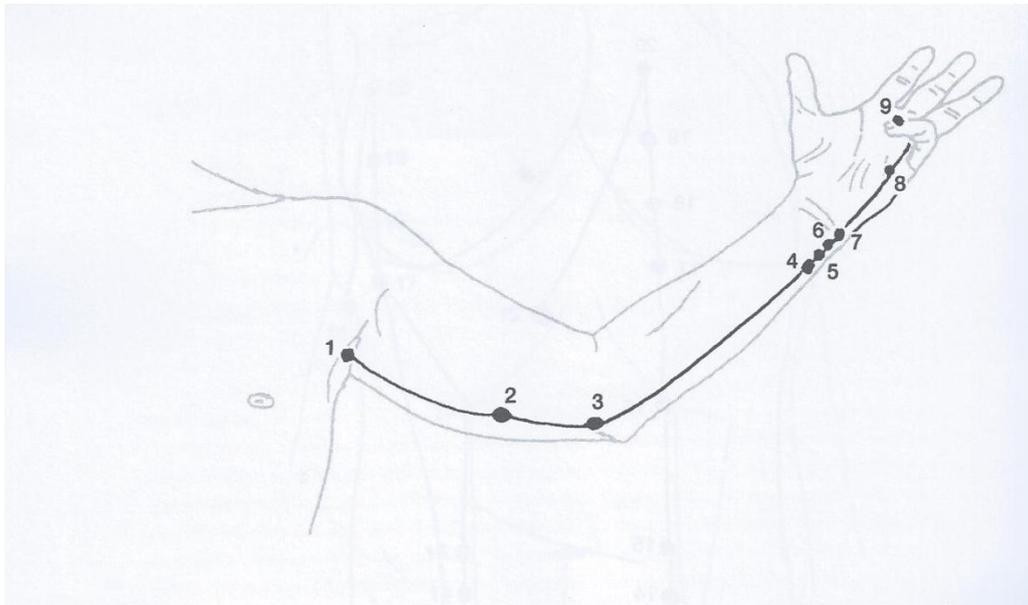


Figure : Mérédien du cœur<sup>35</sup>

- Les huit méridiens particuliers qui sont fortement liés aux méridiens principaux. Ils n'ont pas de connexion avec les organes et les entrailles, cependant ils ont une influence sur l'activité des méridiens principaux en recevant par exemple le surplus d'énergie.
- Douze méridiens distincts qui permettent la connexion avec des zones du corps ou les méridiens principaux ne passent pas.

On a aussi un système de ramifications ou collatéraux complexes qui ne sera pas abordé au cours de cette thèse.

Les fonctions importantes de ce réseau de communication sont :

- La circulation du Qi, du sang et la nutrition des organes.
- La transmission d'informations sous différentes formes.
- La régulation de l'organisme en rééquilibrant par exemple certains déséquilibres énergétiques.<sup>36</sup>

## 5 Pathogénie

Nous allons maintenant aborder la pathogénie, c'est à dire décrire les différentes causes responsables des maladies. Pour cela une classification existe pour distinguer les causes internes et les causes externes.

### 5.1 Les causes externes

Les causes externes sont principalement les facteurs climatiques :

- Le vent
- Le froid
- La chaleur de l'été
- L'humidité
- La sécheresse
- Le feu

On les connaît sous le nom des « six excès », normalement le corps est protégé contre ces différents facteurs mais il suffit d'un déséquilibre au niveau de l'organisme, c'est-à-dire un corps faible ou des conditions climatiques excessives pour provoquer la maladie.<sup>37</sup>

Les différents excès ont des caractéristiques communes :

- Ils sont liés au mode de vie, aux saisons et à l'environnement.
- Ils peuvent agir seuls ou de façon combinée : vent-chaleur, humidité-chaleur.
- Ils sont interdépendants et peuvent s'influencer entre eux.
- Ils « attaquent » souvent le corps par la surface pour ensuite aller en profondeur.<sup>38</sup>

#### 5.1.1 Le vent (Fengxie)

Le vent est une notion à multiples facettes, il est de nature yang.

Il peut se lier aux différentes causes externes, comme la Chaleur ou l'Humidité et contrairement aux différents excès, il n'a pas de souffle opposé auquel il ne puisse se lier. Il est fortement en relation avec le Bois et donc le Foie. Il domine au printemps.

Il va permettre de forcer l'ouverture des différents pores de la surface du corps, il va déséquilibrer les fluides, augmenter la force du Yang, désorganiser le rapport Yin/Yang. Il va agir surtout au niveau du haut du corps (au niveau du Foie), à la surface du corps, aux Poumons, et aux muscles.

Cependant le vent externe peut se transformer en vent interne en s'enfonçant dans les profondeurs du corps. Il va provoquer des tremblements, des contractures musculaires, des convulsions, des vertiges et des céphalées.

### 5.1.2 Le froid (Hanxie)

Le froid règne en hiver, il est de nature Yin et il aura un effet de condensation, concentration abaissement, blocage. Il va provoquer la stagnation du Qi et du sang. Ceci va entraîner des contractures, des paralysies, des spasmes musculaires.

Le froid externe va donc provoquer chaleur, fièvre, courbature comme le syndrome grippal. Le froid interne dû à un vide de Yang va surtout toucher les Reins.

### 5.1.3 La chaleur (Shuxie)

Elle est de nature Yang donc contrairement au froid, on a une élévation, une diffusion. Les substances vitales et les Liquides organiques vont être détruits. On va observer des sécheresses de la bouche, des symptômes vont apparaître comme la soif, une oligurie, une constipation. Dans des cas plus importants, elle va aussi obscurcir l'esprit (Shen) et provoquer nervosité, irritabilité et agitation.

Il faut aussi discuter de la chaleur estivale responsable de différentes pathologies et symptômes spécifiques. Elle peut attaquer le corps en diminuant les liquides et en baissant les souffles. Dans un cas bénin, on observe fièvres, frissons, maux de têtes, sueurs, malaises, diarrhées. Dans un cas grave, les Poumons sont attaqués, on a une montée de fièvre associée à de l'agitation. Le Cœur est aussi touché par la chaleur estivale ce qui entraîne des problèmes psychiques.

#### 5.1.4 L'humidité (Shixie)

Elle correspond à la fin de l'été et au début de l'automne. L'humidité de nature Yin va compliquer la circulation au niveau des méridiens, augmente la viscosité des liquides, perturbe la circulation du Qi et les fonctions de montée et de descente.

La saleté est une des caractéristique de l'humidité, en effet les liquides sont troubles, sales comme l'urine ou les pertes vaginales.

La sensation de lourdeur est causée par l'humidité avec des symptômes tels que l'oppression thoracique, les nausées, la dilatation de l'abdomen.

L'humidité interne expliquée par un vide de Yang va blesser la Rate et va donc toucher les phénomènes de transformations et de transports.

#### 5.1.5 La sécheresse (Zaoxie)

La sécheresse s'oppose à l'humidité.

Elle va attaquer les écoulements et attaquer le Yin et par conséquent provoquer des sécheresses au niveau de la bouche, des lèvres, de la langue, du nez, de la gorge.

On observe aussi des constipations et une diminution de la quantité d'urine toujours expliquée par la baisse d'écoulement.

Les Poumons sont aussi visés par l'humidité, entraînant des dyspnées et des toux sèches.<sup>39</sup>

#### 5.1.6 Le feu (Rexie)

Le feu est une forme extrême de chaleur. Cependant, il est plus dense que la chaleur et il a tendance à monter. Il va être responsable d'aphtes, de saignements, d'agitations car il va toucher la tête.

Pour résumer ; le feu va monter à la tête, sécher les liquides, provoquer des saignements, détruire le Qi et entraîner des troubles psychiques.<sup>40</sup>

## 5.2 Les sept émotions ou sentiments (Qiqing)

Nous allons aborder les causes internes responsables des différentes pathologies. En effet la Médecine Traditionnelle Chinoise prend le patient dans sa globalité, elle prend en compte le physique, l'environnement, les facteurs extérieurs comme les six excès et les émotions.

Contrairement à la médecine occidentale qui passe les émotions et les sentiments dans un plan secondaire dans la responsabilité d'une pathologie ; la Médecine Traditionnelle Chinoise fait un lien direct entre les émotions et les organes. Comme les six excès, les sept émotions font parti du vivant mais dans le cas où elles sont perturbées, elles peuvent avoir une influence directe sur l'organisme et en particulier les viscères. Nous allons donc étudier les émotions les unes après les autres. On compte sept émotions mais cette liste est assez restrictive, on ne peut pas caractériser l'homme autour de sept sentiments mais c'est une bonne base pour expliquer leurs rôles et leurs importances d'un point de vue médical.<sup>41</sup>

### 5.2.1 La colère (Nu)

Il faut savoir que la colère est un concept général et elle regroupe donc différentes émotions comme l'irritabilité, la fureur, l'amertume.

La colère est directement liée au Foie, et elle va déséquilibrer les souffles de cet organe en provoquant une rétention des énergies vitales et des substances vitales au niveau du Foie, une ascension du Yang du Foie et aussi un feu du Foie.<sup>42</sup>

Cette émotion peut causer une montée du Qi responsable de différents symptômes comme les céphalées, les vertiges, ou dans les cas plus graves des hémorragies et des syncopes.<sup>43</sup>

Le déséquilibre sur le Foie avec une stagnation du Qi peut toucher d'autres organes, en effet le Qi va se propager sur l'Estomac et la Rate et entraîner des symptômes comme des ballonnements, des diarrhées, des problèmes de digestion...<sup>44</sup>

### 5.2.2 La joie (Xi)

La joie devient pathologique quand elle est en excès. Le Cœur est le premier touché suivi du Poumon pour une histoire de localisation, en effet le Cœur et le Poumon se situent au niveau du foyer supérieur.<sup>45</sup> Les symptômes qui en découlent sont les palpitations, l'alternance d'euphorie et de dépression.<sup>46</sup>

### 5.2.3 L'excès de réflexion (Si)

Il définit le fait de trop penser dans le sens étudier ou travailler. Ce sont surtout les sociétés industrielles qui sont concernées.

Les écoliers, les étudiants et les personnes pratiquant une activité professionnelle intellectuelle sont les cibles privilégiées. Cette émotion va entraîner des perturbations au niveau de la Rate. Le Qi de la Rate va être en stagnation, la digestion va par conséquent être perturbée. Cependant ce n'est pas le seul organe touché par un excès de pensée car le Qi du Poumon est aussi visé et on observe donc des essoufflements, une raideur de la nuque et des épaules.<sup>47</sup>

### 5.2.4 La peur (Kong)

La peur va toucher le Qi du Rein, cependant les symptômes vont être différents chez l'enfant et l'adulte. Chez les enfants, on observe des énurésies nocturnes.

Pour les adultes, la peur va provoquer une sensation de chaleur au niveau du visage, des palpitations et des sensations de sécheresse au niveau de la bouche.<sup>48</sup>

### 5.2.5 La tristesse (Bei)

Elle est directement liée au Poumon et provoque une diminution du Qi. Les symptômes qui en découlent sont l'essoufflement, la voix éteinte, la dyspnée.

Elle va aussi avoir une influence primordiale sur le Cœur. Les Liquides Organiques comme le sang et les liquides du Poumon vont être perturbés par la tristesse.

Son lien avec le Cœur va entraîner une opposition de la tristesse à la joie. Elle va empêcher l'installation de cette émotion.<sup>49</sup>

### 5.2.6 Les soucis ou l'accablement (You)

Comme l'excès de réflexion, le souci est une émotion très retrouvée dans les sociétés occidentales. En effet, c'est le système et la façon de vivre qui va créer ces émotions : soucis familiaux, emplois, problèmes financiers, précarité.

Ils vont entraîner les mêmes symptômes que l'excès de réflexion et donc agir sur la Rate et les Poumons.

### 5.2.7 Le choc émotif (Jing)

Il va avoir un impact sur le Qi et va le stopper, cette émotion va consommer brusquement le Qi. Surtout celui du Cœur et provoquer des palpitations, des essoufflements.

Le Rein est aussi touché car le corps va utiliser l'essence du Rein pour compenser l'épuisement du Qi au niveau du Cœur entraînant des transpirations nocturnes, une bouche sèche, des vertiges et des acouphènes.<sup>50</sup>

## 6 Le diagnostic

La Médecine Traditionnelle Chinoise prend en compte des phénomènes que la médecine européenne ne considère pas. Par exemple l'absence de soif ou le manque de prise de décision sont pris en compte et associés à la liste des autres symptômes. Cette méthode de diagnostic est caractérisée par deux principes.

Le premier amène l'idée que les symptômes sont le reflet de l'état interne du corps.

La citation : « regarde l'extérieur pour voir l'intérieur » résume ce premier principe.

Le deuxième principe met en exergue l'idée que « la partie reflète le tout », en effet à partir d'un signe précis ou d'un symptôme, on peut avoir une idée globale de l'état de l'organisme. Par exemple, la mesure du pouls donne beaucoup d'informations sur le corps.

Pour résumer la démarche du diagnostic, la médecine chinoise considère l'ensemble des émotions, des symptômes et la manière de vivre comme un ensemble, en effet tout est lié et peut expliquer une pathologie précise.

Pour faire le diagnostic le praticien s'attache à quatre concepts :

- Regarder
- Interroger
- Palper
- Ecouter

### 6.1 Regarder

Dans un premier temps, le médecin va observer pour connaître et décrypter l'intérieur du corps. Il regarde les signes et les symptômes « pour voir l'intérieur ». Le médecin va observer les différentes parties du corps, il va s'attacher aussi à l'observation de l'esprit et du comportement de la personne. Cependant le praticien doit prendre en compte et se renseigner sur le physique et la morphologie initiale dans l'objectif de juger les symptômes corporels. Les symptômes vont être expliqués par un déséquilibre intérieur, par un vide de yang, par les six excès ou encore les émotions. Les parties du corps observées sont :

- L'esprit
- Le corps
- Le comportement

- La tête et le visage
- Les yeux
- Le nez
- Les oreilles
- La bouche
- Les dents et les gencives
- La gorge
- Les membres
- La peau
- La langue
- Les méridiens ou canaux

Nous allons décrire quelque uns de ces éléments pour illustrer le propos.

### 6.1.1 La tête et le visage

La couleur du visage va traduire l'état du Qi et du sang. Le praticien va se fier au teint du visage pour diagnostiquer un état pathologique. Cependant il va devoir prendre en compte le climat, l'activité physique, l'état psychologique, l'exposition au soleil, les intempéries qui sont des facteurs influençant sur le teint.

#### 6.1.1.1 La couleur du visage

Un visage rouge révèle un excès de Yang ou une fièvre ; au contraire, les pommettes rouges mettent en avant une pathologie chronique (vide de Yin).

Un teint noirâtre va indiquer une pathologie du rein. Le teint blanc reflète logiquement un vide de sang. Il faut savoir qu'il existe une multitude de teints et de colorations du visage, et le praticien peut à chaque fois analyser et décrire une pathologie correspondant à chaque teint.

#### 6.1.1.2 Les zones du visage

Nombreuses zones du visage sont liées aux viscères.

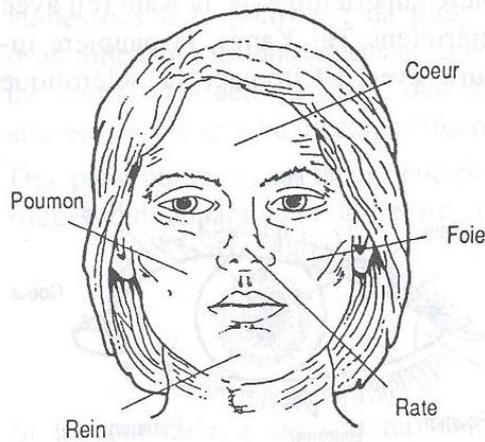


Figure: Les zones du visage<sup>51</sup>

Le praticien va s’attacher aux zones du visage pour diagnostiquer une pathologie sur un organe cible. Par exemple un bout de nez rouge va évoquer un vide de rate. Cette illustration met aussi en exergue le lien entre le teint et les zones du visage ; en effet, ils sont liés et le praticien doit prendre en compte tous ces signes.

### 6.1.2 Les membres

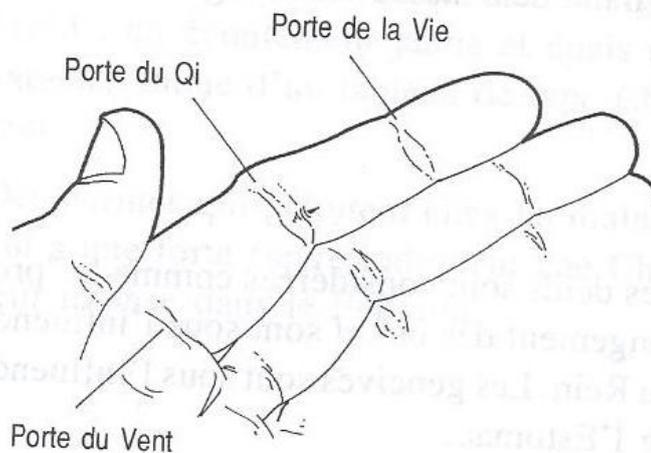


Figure : les portes des doigts<sup>52</sup>

Pour illustrer le diagnostic par l’observation, nous allons parler des membres. Le praticien va s’attacher aux différentes parties du corps et surtout à la couleur et l’aspect. Il va par exemple observer la couleur et la chair de la cheville, si elle est claire et ferme alors elle reflète un bon état général. Les doigts sont aussi une référence pour le praticien, il va pouvoir diagnostiquer des pathologies plus ou moins graves et l’état général du patient. Il va regarder les plis des

articulations chez les enfants de moins de 2 ans, ces différents plis de l'extrémité du doigt jusqu'à la paume sont symbolisés respectivement par les portes de la vie, du Qi et du vent (voir figure). Il va froter le doigt de l'extrémité jusqu'à la paume pour faire apparaître les veinules et ensuite observer leur longueur. Si elles s'étendent jusqu'à la porte de la vie, cela peut révéler une pathologie grave.

### 6.1.3 Les yeux

Les yeux sont un bon reflet de l'état du patient, il renvoie à l'esprit et l'essence. Des yeux assombris vont montrer des soucis émotionnels importants. Comme le visage, les différentes zones de l'œil ont une correspondance avec les viscères du corps humain.

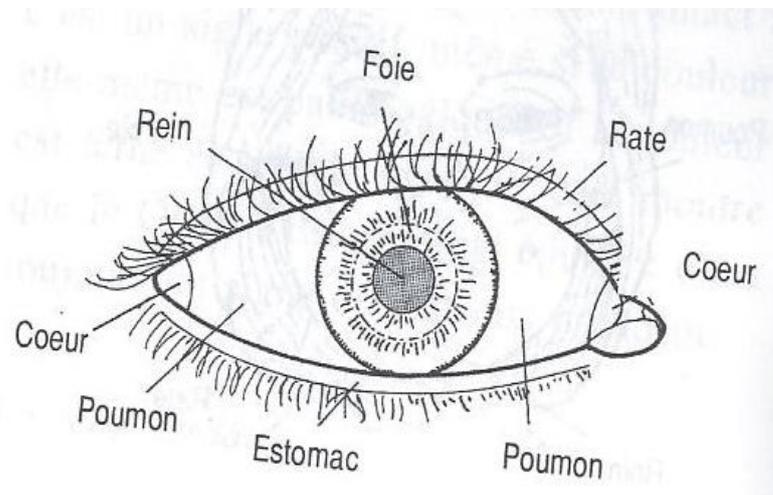


Figure : L'œil<sup>53</sup>

### 6.1.4 La langue

La langue est primordiale pour le praticien, elle est très intéressante pour le diagnostic. Elle donne des informations claires et très fiables pour déterminer un problème ou un déséquilibre chez le patient. Il y a quatre principes primordiaux :

- La couleur de la langue reflète l'état du sang, du Qi et des viscères Yin.
- La forme renseigne sur l'état du sang et du Qi nourricier.
- L'enduit reflète l'état des viscères Yang.
- L'humidité donne des indications sur l'état des liquides organiques.

Encore une fois, chaque partie de la langue correspond à un organe.

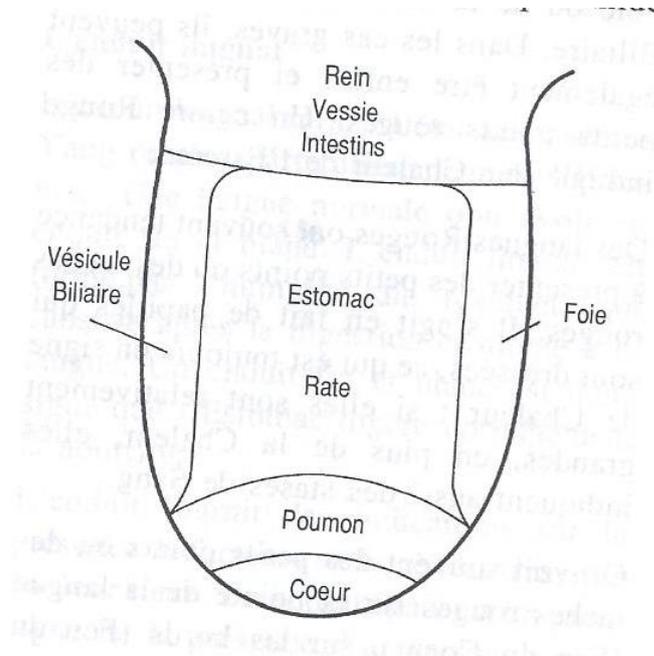


Figure : La langue <sup>54</sup>

## 6.2 Ecouter et sentir

L'ouïe et l'odorat sont aussi deux outils pour le diagnostic. Le praticien va étudier les différents sons produits par le patient comme ceux de la voix, de la toux, et du bruit respiratoire.

Pour la voix, on va écouter si elle est forte ou rauque, qui signifie un état de plénitude. Au contraire, une voix faible met en évidence un tableau de vide du poumon.

Le praticien va appliquer la même démarche pour la respiration, il se base sur la force ou la faiblesse de celle-ci et peut révéler les mêmes tableaux que pour la voix.

Evidemment, le type de toux est un symptôme significatif. Par exemple une toux sèche révèle un vide de yin du Poumon et une toux sans force un tableau de vide.

Concernant l'odorat, on va associer les odeurs corporelles à des dysfonctionnements viscéraux.

Une odeur rance est liée au Foie, une odeur brûlée au Cœur, une odeur putride aux reins.

Pour généraliser le diagnostic par l'odorat, il faut savoir que toute odeur forte indique de la chaleur et l'absence d'odeur révèle le froid. <sup>55</sup>

## 6.3 Interroger

Aussi appelé « la chanson des dix questions » l'interrogatoire est sûrement l'étape la plus importante et la plus originale dans le diagnostic. C'est un dialogue entre le praticien et le patient pour éclairer sur l'origine de la pathologie en discutant des antécédents familiaux, du mode de vie, de l'historique de la maladie, de l'hygiène de vie, de l'environnement, de l'alimentation etc...

Pour cela, le praticien s'appuie sur des bases fondamentales. En effet il existe des grands principes de l'interrogatoire décrit par les auteurs depuis des siècles, néanmoins il faut aussi s'adapter à l'époque actuelle. L'interrogatoire est donc un mélange entre des bases originelles et un dialogue adapté à différents facteurs comme l'époque et le patient.

Le praticien va respecter certaines règles :

- Il doit éviter les questions fermées :  
« Avez-vous bon appétit ? » il vaut mieux demander « Comment est votre appétit ? »
- Il doit éviter de mettre en avant ses émotions face à la réponse du patient.
- Toujours demander de préciser et développer les réponses.  
« Je mange peu » ici on a une information intéressante, néanmoins le praticien doit chercher à connaître la cause de ce manque d'appétit.
- Explorez les réponses :  
« Je suis moins en forme » Il faut chercher à en savoir plus « depuis quand ? »  
« Comment s'exprime cette faiblesse ? »
- Il va falloir synthétiser toutes ces informations, en effet la Médecine Traditionnelle Chinoise a une vision globale. Les symptômes appartiennent à un tableau clinique et révèlent un syndrome général.<sup>56</sup>

Pour l'interrogatoire, le professionnel va suivre un fil directeur avec les thèmes suivants :

- Frissons avec ou sans fièvre
- Transpiration ou absence de transpiration
- Tête et corps
- Thorax abdomen
- Nourriture et goût
- Selles et urines
- Sommeil

- Surdité
- Acouphène
- Soif, boissons
- Douleur<sup>57</sup>

## 6.4 Palper

La dernière démarche diagnostic est la palpation. Elle comprend différentes techniques : la prise de pouls, la palpation de la peau et des membres.

### 6.4.1 Prise de pouls

La palpation regroupe différentes méthodes mais la plus utilisée et la plus efficace est la prise de pouls, qui reflète l'état des organes, des viscères et du Qi.

C'est un signe clinique à part entière, à la différence qu'il donne des renseignements sur le corps dans sa globalité.

Cependant, il peut poser certains problèmes, la prise de pouls est un diagnostic subjectif, en effet, c'est une démarche complexe qui nécessite de l'expérience et une formation poussée.

Il faut prendre en compte le contexte, la prise de pouls doit se faire dans certaines conditions.

Si le patient vient de courir, son pouls va être rapide et le praticien doit le prendre en compte.

Même constat pour une personne qui a un pouls lent, par exemple la personne qui dort beaucoup.

C'est donc une méthode diagnostic rapide qui nous donne beaucoup d'informations.

Il faut savoir que cette pratique est très codifiée et que l'apprentissage est difficile. Dans un premier temps il faut localiser le pouls. Avant on pouvait prendre le pouls sur neuf artères différentes mais aujourd'hui on utilise l'artère radiale. Il y a trois positions à connaitre : pouce, barrière, pied (voir figure)

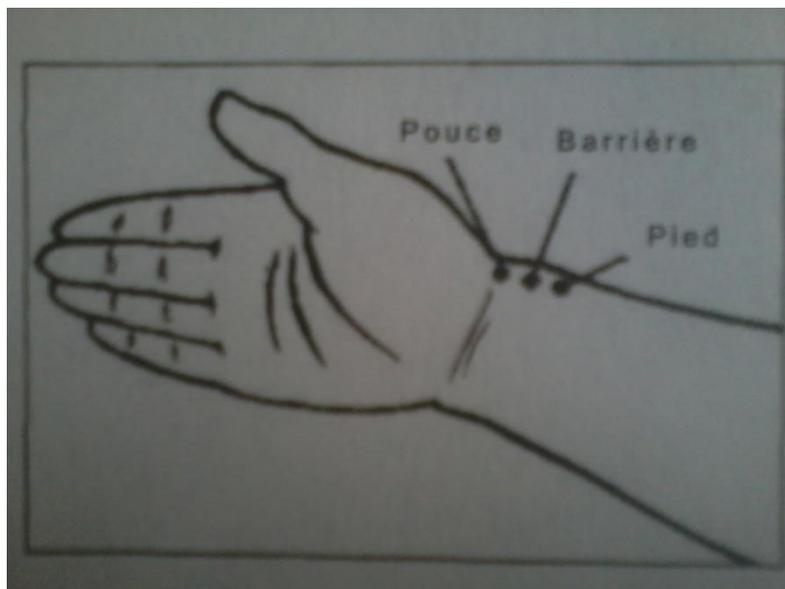


Figure : Position pour la prise de pouls<sup>58</sup>

Ensuite le praticien peut chercher différentes profondeurs de pouls : superficiel, intermédiaire ou profonde. En effet, il peut palper le pouls en exerçant des pressions différentes et donc des profondeurs différentes. Cela nous amène à une multitude de combinaisons pour la prise du pouls entre la localisation et la profondeur.

Localisation du pouls	Type d'énergie	Foyer	viscère
Pouce	Qi	supérieur	Cœur-poumon
Barrière	Sang	moyen	Estomac-rate
Pied	yin	inférieur	Rein

Figure : Prise de pouls selon la localisation

Profondeur	Type d'énergie	Niveau d'énergie	Viscère
Superficiel	Qi	La surface	Cœur et poumon
Intermédiaire	Sang	Estomac et rate	Estomac et rate
profond	yin	L'intérieur	Rein

Figure : Prise de pouls selon la profondeur

Selon la mesure et ses caractéristiques, nous allons avoir des informations sur l'état du Qi, du sang, du Yin, des organes, des entrailles et des possibles pathologies. (voir tableau)

Cependant la palpation ne se fait pas à n'importe quel moment de la journée.

"Le diagnostic doit être fait à l'aube. Quand le yin n'est pas agité, quand le yang n'est pas dispersé, quand aucune nourriture n'a été absorbée, quand les méridiens ne sont pas encore

remplis et que les ramifications sont en équilibre, quand le Qi et le Sang ne sont pas dérangés, alors on peut examiner les défauts des pouls." (Su Wen).

Cette citation sous-entend plusieurs choses, d'abord la prise de pouls se fait tôt le matin, le bras du malade doit être horizontal et placé au niveau du cœur.

Le praticien doit prendre plusieurs choses en compte comme les saisons, le sexe du patient, et l'activité professionnelle, qui ont des influences sur le pouls.<sup>59</sup>

## 7 Les huit principes

Les huit principes vont permettre de synthétiser les symptômes et les signes cliniques et de donner une idée générale sur l'état du patient. C'est une évaluation globale de la situation.

### 7.1 Avers/revers

On l'utilise pour connaître la progression dans l'organisme des agressions extérieures. On va donc situer si le mal est dans les zones superficielles ou dans les zones profondes.

Avers met en avant les atteintes superficielles du corps comme la peau, les muscles ou encore les méridiens. On va observer une pathologie bénigne comme un rhume, des céphalées ou une toux.

Revers correspond à un mal plus profond qui peut toucher les organes. Il provient d'un avers mal soigné ou d'un problème émotionnel.

### 7.2 Froid/chaud

Ce couple nous permet de connaître la nature de la maladie.

Le froid provient d'un facteur externe comme le froid souvent accompagné du vent. Il va provoquer un ralentissement des différentes fonctions et l'incapacité de faire circuler transformer et réchauffer normalement.

Le chaud provient d'un facteur externe comme la chaleur ou le feu ou encore d'une alimentation âcre et sèche. Il va provoquer une excitation un désordre dans les mouvements et un épuisement des essences et des liquides comme dans le diabète.

### 7.3 Vide/plénitude

Ce couple permet d'évaluer un rapport entre les bonnes et les mauvaises énergies.

Le vide indique un épuisement d'énergie essentielle s'observant dans les pathologies chroniques. Il peut être causé par une mauvaise alimentation, les émotions, la fatigue, la vieillesse, l'excès sexuel.

La plénitude indique un surplus d'énergie négative et il s'observe dans les pathologies aiguës. Il est souvent causé par des facteurs externes.

#### 7.4 Yin/Yang

C'est le couple le plus important, il englobe et sert de référence pour les trois autres couples.

Les symptômes du Yin correspondent au revers, au froid et au vide et par conséquent les symptômes du Yang correspondent de l'avant, de la chaleur et de la plénitude.<sup>60</sup>

## 8 Les traitements dans la Médecine Traditionnelle Chinoise

Le traitement mis en œuvre en Médecine Traditionnelle Chinoise va contribuer à rétablir l'équilibre énergétique en traitant le trouble profond. L'exemple de la conjonctivite est révélateur, en effet la médecine occidentale va s'orienter sur une antibiothérapie et des anti-inflammatoires en considérant que la bactérie est la cause principale de cette pathologie. La Médecine Traditionnelle Chinoise a une vision plus globale de l'être humain, elle ne va pas ignorer la bactérie mais va la considérer comme une conséquence d'un trouble plus profond comme un trouble de l'énergie vitale Qi.

L'acupuncture, les massages, la diététique, la gymnastique énergétique et la pharmacopée sont des solutions pour rétablir cet équilibre énergétique.<sup>61</sup>

Le deuxième concept fondamental est la prévention, en effet l'individu doit garder un équilibre dans sa santé. Dans un premier temps, le praticien va appliquer son savoir et des techniques pour prévenir la maladie.

*« Les saints n'attendent pas que le mal soit déclaré pour le traiter, mais s'en occupent avant qu'il ne se déclare ; ils n'attendent pas que le désordre se soit mis dans les affaires, mais s'en occupent avant qu'il ne soit installé. C'est ce qu'on a voulu dire. Attendre que le mal soit déclaré pour y remédier, que le désordre soit installé pour s'en occuper, c'est attendre d'avoir soif pour creuser un puits, attendre le combat pour forger ses armes » (Su .wen chap 2)*

Le contrôle psychique et la pratique spirituelle sont les piliers pour une bonne prévention. Cependant quand la pathologie s'installe, le praticien va utiliser d'autres méthodes et le savoir ancestral de la Médecine Traditionnelle Chinoise.<sup>62</sup>

### 8.1 La pharmacopée chinoise

En Chine, dans 70 % des cas dans la Médecine Traditionnelle Chinoise, on utilise la pharmacopée. Les plantes sont présentes partout dans la vie des Chinois, dans leur vie quotidienne, leur alimentation et forcément dans leurs soins médicaux.

Dans la pharmacopée chinoise :

- 85 % des produits finis appartiennent au règne végétal.
- 13 % des produits finis au règne animal.
- 2 % des produits finis aux minéraux.

### 8.1.1 Historique

Le créateur de la pharmacopée serait un empereur légendaire Shen Nong (2739-2697 av. JC). Il aurait goûté lui-même les plantes pour trouver une quelconque toxicité et pour découvrir leurs saveurs (ce terme sera étudié par la suite dans la thèse).

« Il goute par jour 100 herbes et s'intoxique 70 fois dans la journée »

Un animal légendaire l'aurait aidé dans sa tâche et donc indirectement dans la classification des plantes. Il va être le père de l'un des premiers ouvrages de pharmacopée chinoise Shen Nong Ben Cao Jing même si il va être rédigé 1000 années après sa mort.

### 8.1.2 Récolte, conservation et préparation des plantes

Pour la récolte et la conservation des plantes, les méthodes utilisées sont les mêmes qu'en occident.

- Le lieu de production : il est très important car selon la localisation de la plante, sa teneur en substances actives et sa saveur vont être différentes.
- La période et la technique de cueillette vont aussi jouer un rôle primordial dans le produit brut final. En effet, les différentes parties de la plante vont contenir les substances actives à des concentrations différentes selon les époques ou encore l'âge de la plante.

Exemple :

- la quantité de ginsénoside dans le ginseng (Ren Shen ou Panax ginseng) est plus élevée à l'âge de 6 à 7 ans (la récolte est donc pratiquée entre la 6<sup>ème</sup> année et la 7<sup>ème</sup> année de la plante)
- Man Tuo Luo (Datura stramonium) est composé d'alcaloïdes mais la teneur de cette substance dans ses différentes parties sont différentes selon le moment de la journée. La concentration est importante le matin dans les feuilles et l'après midi dans les racines.
- Selon les parties de la plante utilisées, la récolte se fait à des périodes différentes.

\_ La plupart des fruits sont cueillies à maturité même s'il existe des exceptions.

\_ Les feuilles sont récoltées quand leur croissance est terminée mais on ne doit jamais les cueillir après la pluie.

- Le séchage est une étape importante, en effet elle va décider de la qualité du produit fini. Il existe différentes techniques de séchage : séchage au soleil, séchage à l'ombre, séchage artificiel. Le séchage au soleil va concerner les racines, les tiges ou les graines. Le séchage à l'ombre est utilisé pour les plantes aromatiques et les fleurs car les parfums sont très sensibles au soleil.
- La conservation va permettre de garder l'intégrité de la plante et de la protéger des micro-organismes comme les bactéries et les moisissures. Dans une grande partie des cas, il faut conserver les plantes dans un endroit sec, aéré, à l'abri de la lumière.

### 8.1.3 Dénomination des plantes

Les praticiens utilisent comme dénomination le nom en Pin Yin et la dénomination internationale latine, afin d'éviter toutes erreurs.

Pour la dénomination latine, le nom du genre est en premier suivi du nom de l'espèce, par exemple *Solanum (genre) tuberosum (espèce)* qui est la pomme de terre. Il faut savoir qu'il n'y a pas de règles précises dans la dénomination chinoise (nom en Pin Yin). Elle va mettre en exergue les propriétés de la plante. Heureusement Li Shi Zhen va clarifier cette classification en s'appuyant sur différents critères :

- Propriété de la plante
- Saveur de la plante
- Couleur de la plante
- Son aspect
- Son lieu d'origine

Etc....

Par exemple, *Radix Acyranthis bidentatae* (dénomination latine) est appelé Niu Xi dans la pharmacopée chinoise car elle a un aspect de genou de bœuf.

Niu signifie bœuf et Xi genou.

On va utiliser une autre illustration pour mettre en avant la dénomination chinoise :  
Ding Xiang (Flos caryophylli) peut être traduit par clou de parfum car c'est une plante très parfumée avec une forme de clou.

## 8.1.4 Propriété des plantes

On va exposer les différentes caractéristiques des plantes qui vont servir de base pour la prescription.

- Les quatre natures
- Les cinq saveurs
- Les mouvements
- Le tropisme du méridien

### 8.1.4.1 Les quatre natures

Ce concept des quatre natures s'explique par le potentiel de la plante à jouer sur la température corporelle. Dans le Su Wen, on parle de « chauffer ce qui est froid, refroidir ce qui est chaud ». La plante va être de nature froide, chaude, tiède ou fraîche

Le chaud et le tiède vont agir :

- en dispersant le Froid
- en aidant le Yang
- en reconstituant le Feu
- en dégageant les vaisseaux

Le froid et le frais :

- vont baisser la Chaleur
- disperser le Feu
- refroidir le Sang
- neutraliser les toxines

#### 8.1.4.2 Les cinq saveurs

Le piquant, le doux, l'acide, l'amer et le salé sont les cinq saveurs. Au départ, elles étaient définies par leur notion gustative. Les plantes étaient classées selon leur goût. Mais aujourd'hui, le terme saveur ne définit plus vraiment cette notion de goût. On va classer les éléments de la pharmacopée selon leurs actions thérapeutiques dans une de ces cinq saveurs. Il ne faut donc pas lier la notion de saveur avec le goût mais plutôt à la fonction de la plante.

#### 8.1.4.3 Les mouvements

Les mouvements sont les déplacements d'énergie et les mécanismes physiologiques de base chez l'homme. Il est possible que ces mouvements de montée, descente, intériorisation, extériorisation soient perturbés.

Si le mouvement de montée est ciblé par un problème, on peut observer des vomissements ou une toux. Une anomalie sur la descente va entraîner des diarrhées, des métrorragies. La transpiration est le symptôme principal lors d'un trouble d'extériorisation. Un problème au niveau de l'intériorisation va provoquer un syndrome de superficie.

La pharmacopée est encore un outil indispensable dans le traitement de ses perturbations physiologiques.

L'effet thérapeutique est en liaison avec la saveur et la nature de la plante. En effet une nature et une saveur de type Yang font « monter et flotter ».

La partie de la plante utilisée est déterminante : les minéraux et les racines de plante ont tendance à diriger l'énergie vers le bas. Au contraire les feuilles et les fleurs vont entraîner une élévation.

La préparation du remède est aussi une étape primordiale, si on utilise de l'alcool on va favoriser la diffusion alors qu'avec du jus de gingembre, par exemple, on augmente la dispersion.

Le tableau suivant va résumer les différentes informations décrites ci- dessus.

Mouvements	Nature et saveur	Matières	Fonctions	Indications
Montée, extériorisation	Piquant, doux, tiède, chaud	Fleurs, feuilles	Faire monter le Yang, favoriser les vomissements et la sudorification, disperser le Vent et le Froid	Pathologie haute, superficielle et qui évolue vers le bas
Descente, intériorisation	Acide, amer, salé, froid et frais	Fruits, minéraux	Abaisser le Qi et le Yang, favoriser la purgation, éliminer la Chaleur, empêcher la transpiration	Pathologie basse, intérieure et qui évolue vers le haut

Figure : Les mouvements

### 8.1.5 Association de plantes

Après avoir mis en exergue les différentes caractéristiques qui vont orienter le praticien dans la prescription et expliquer le choix de telle ou telle plante dans la pharmacopée ; il va décider d'utiliser ou non une association de remèdes.

Le premier critère est la nature de la pathologie, si elle est simple le praticien peut utiliser un seul produit. Cependant s'il est confronté à un syndrome ou une pathologie complexe, le praticien va essayer une association de plantes. Il existe des interactions dangereuses, il doit respecter certaines règles et s'appuyer sur les modes de relations entre les plantes. On en compte six :

- La synergie
- La potentialisation
- L'inhibition
- La neutralisation
- La limitation

- L'antagonisme

La synergie : On utilise des plantes avec des effets proches.

La potentialisation : Association de plusieurs remèdes utilisés dans le même objectif et qui vont renforcer l'action du remède principal.

L'inhibition et neutralisation : On va utiliser un remède pour inhiber ou neutraliser les effets délétères produits par le remède principal.

La limitation : Ici les remèdes peuvent se limiter réciproquement.

Antagonisme : Association de remèdes qui vont se révéler toxiques.

### 8.1.6 Posologie des remèdes

L'unité est le jin = 16 liang = 160 Qian

Il faut savoir que :

- 1 jin = 480 g
- 1 liang = 30 g
- 1 qian = 3 g
- 1 fen = 0.3g
- 1 li = 0.03 g

Pour les produits médicinaux ordinaires, la posologie moyenne est comprise entre 3 et 15 grammes, les remèdes forts vont être utilisés avec parcimonie et au contraire les remèdes avec une action moindre seront utilisés en plus grande quantité.

Même idée pour les remèdes de nature lourde comme les minéraux et les coquilles utilisées en grande quantité alors que les fleurs, les feuilles ; des produits de nature légère ; sont utilisées en petite quantité.

Mais la chose importante à retenir est que la posologie des plantes ou des associations utilisées est adaptée à chaque patient.<sup>63</sup>

## 8.2 L'acupuncture

Un dictionnaire de médecine chinoise définit et résume l'acupuncture de cette manière :

« C'est une discipline médicale qui consiste à piquer certains points du corps situés le long des méridiens ou canaux, avec des aiguilles spéciales »

Zhen Jiu signifie acupuncture moxibustion, cette thérapie va permettre de prévenir ou de soigner certaines maladies en poncturant un ou plusieurs points dans l'objectif de réguler le Qi. En effet, le praticien va devoir tonifier le Qi s'il y a un manque ou au contraire le disperser en cas d'excès.<sup>64</sup>

Cette technique ancestrale s'appuie sur des fondements ancestraux de la Médecine Traditionnelle Chinoise qui ont été traités précédemment dans la thèse. L'acupuncture dans sa pratique et dans sa philosophie doit toujours être liée à ces concepts fondamentaux.

On rappelle les grands fondements :

- Les méridiens ou canaux
- Le Qi
- Le yin/Yang
- Les cinq éléments

Pour bien comprendre cet art, on va aborder dans un premier temps les points d'acupuncture.

### 8.2.1 Les points

Les points sont des localisations ; repérés par le praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise ; où il va insérer les aiguilles d'acupuncture.

Ils sont répartis sur la peau, ils sont localisés la plupart du temps sur les méridiens. (voir la figure avec l'exemple du méridien des poumons)

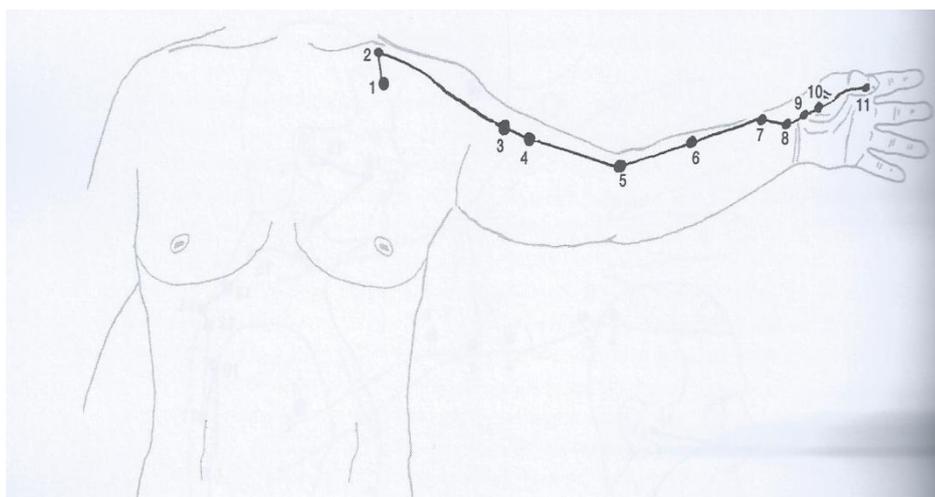


Figure : Les points sur les méridiens du poumon

Le praticien va utiliser les points pour rétablir un équilibre énergétique. Un bon praticien va par conséquent utiliser le moins de points possible et se baser sur un programme spécifique à chaque individu.<sup>65</sup>

## 8.2.2 Les aiguilles

Caractéristique d'une aiguille :

- L'extrémité : partie insérée au niveau du point d'acupuncture.
- Le corps : partie entre l'extrémité et la racine qui est insérée dans le corps du patient.
- La racine : elle lie le corps au manche.
- La queue : partie tenue par le praticien.



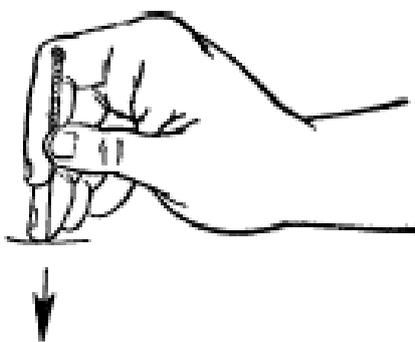
Figure : Aiguille

## 8.2.3 Manipulation des aiguilles

### 8.2.3.1 Insertion de l'aiguille

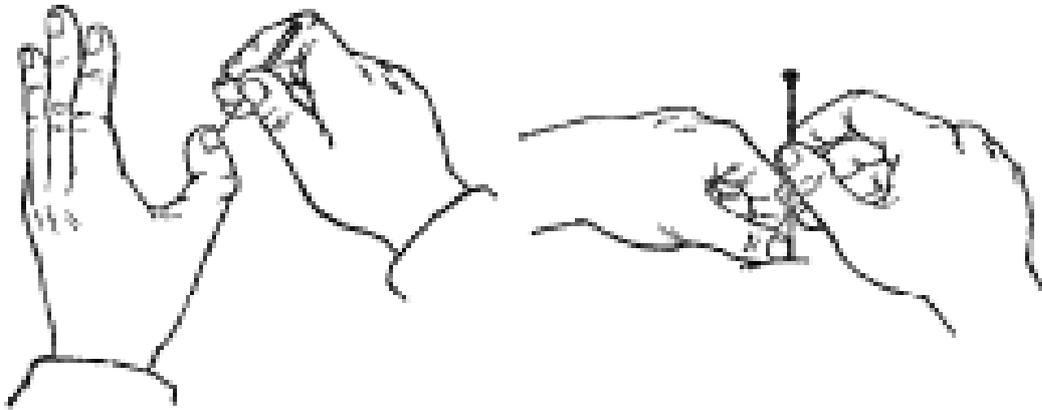
L'insertion des aiguilles est un art et il existe différentes méthodes :

- Insertion avec une main



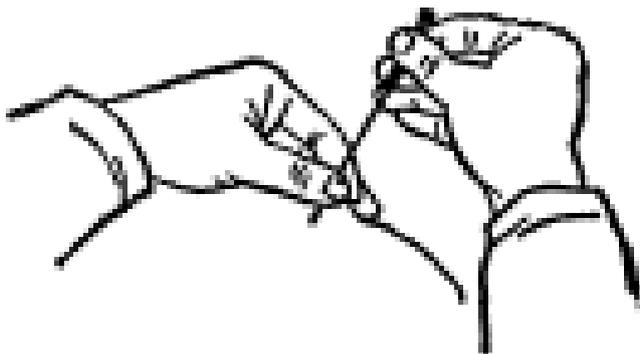
- Insertion avec deux mains
- Insertion avec pression de l'ongle

Le praticien exerce une pression sur le point choisi avec le pouce et fait pénétrer l'aiguille au ras de l'ongle. C'est une méthode utilisée surtout pour les aiguilles courtes.



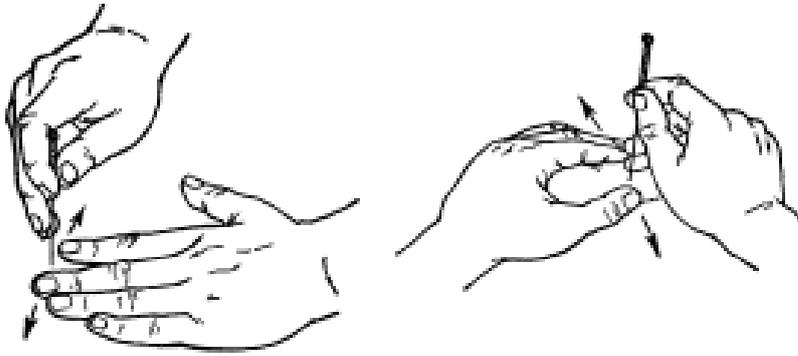
- Insertion guidée par les doigts assistants

Tenir l'aiguille entre le pouce et l'index dans la main gauche. La main droite tient le manchon et d'un seul mouvement le praticien enfonce l'aiguille. C'est une méthode qui convient pour les aiguilles longues.



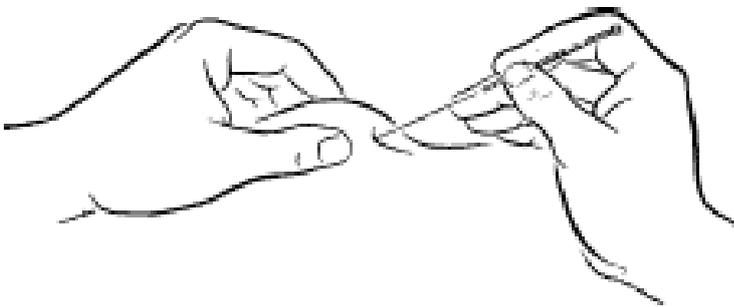
- Insertion avec étalement de la peau

La main gauche est étendue avec l'index et le majeur écartés. La main droite va enfonce l'aiguille.



- Insertion avec pincement de la peau

Il faut pincer la peau avec le pouce et l'index de la main gauche et insérer l'aiguille dans le bourrelet.



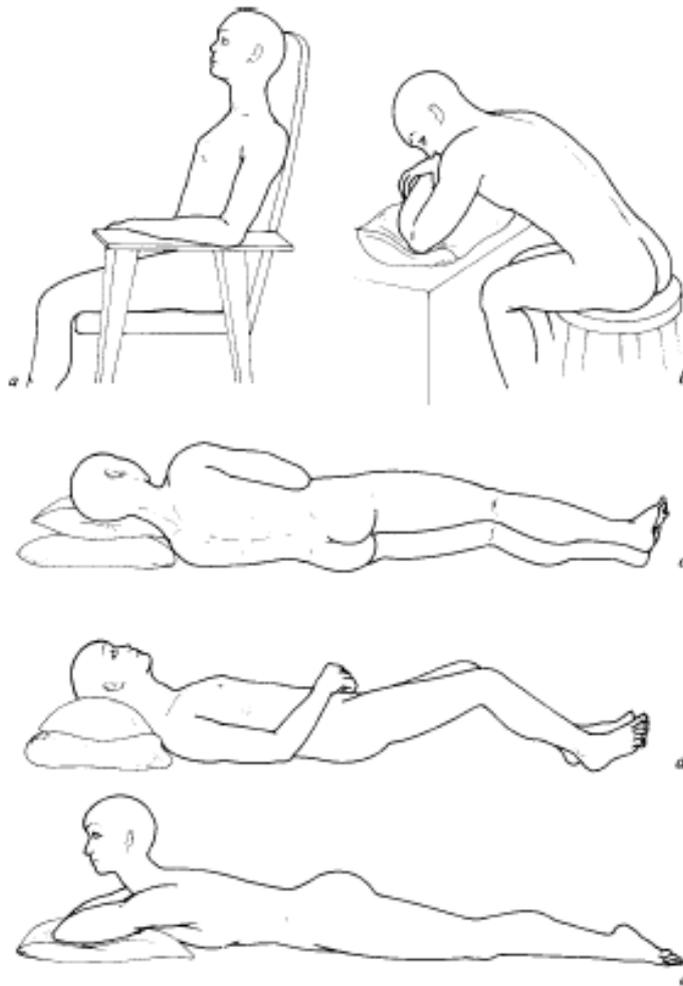
66

### 8.2.3.2 Position du patient pendant la manipulation

La position du patient est primordiale pour le bien du patient et pour l'efficacité de la manipulation des aiguilles.

- Le praticien doit localiser facilement les points.
- Le patient doit être détendu.
- Il doit être dans une position naturelle pour éviter les mouvements.
- Le praticien doit s'adapter à la pathologie du patient et le mettre dans une position adéquate.

Les positions les plus utilisées sont illustrées ci-dessous :



67

### 8.2.3.3 Manipulation des aiguilles

Le praticien ne doit pas seulement implanter les aiguilles mais il doit savoir les manipuler pour ressentir et réguler le Qi chez son patient. On va décrire les différentes manipulations pratiquées par l'acupuncteur :

- « soulever et enfoncer » est une manipulation fondamentale qui consiste à enfoncer l'aiguille profondément puis la soulever vers un niveau plus superficiel. L'objectif étant de rechercher le Qi, cette manipulation est souvent pratiquée dans les premières séances du traitement.
- « tordre et tourner » un deuxième mouvement fondamental qui consiste à faire tourner l'aiguille au moyen du pouce et de l'index. En effet grâce au mouvement de rotation, le praticien va pouvoir stimuler le Qi.

- « suivre » le praticien longe les méridiens avec les doigts en effectuant des pressions dans l'objectif de rediriger le Qi et le sang vers les régions touchées par la maladie.
- « frapper légèrement du doigt » le médecin frappe légèrement l'aiguille avec son ongle pour accélérer l'obtention du Qi.
- « racler ou frôler » il va racler l'aiguille avec son ongle toujours dans le but de stimuler le Qi.
- « agiter et troubler » il va secouer l'aiguille et l'incliner pour diriger le Qi.<sup>68</sup>

## 8.2.4 Moxibustion

Moxibustion signifie traiter la maladie par la « poudre de moxa » dans le but d'amener de la chaleur sur les points d'acupuncture. L'objectif recherché est le même que pour l'acupuncture, c'est-à-dire réguler le Qi (tonifier ou disperser selon les cas). La poudre est produite à partir des feuilles sèches de moxa (*Artemisia vulgaris*).

*Artemisia vulgaris* communément appelé armoise pousse sur les bords des routes en Amérique du Nord, en Asie, et en Europe. Elle est surtout considérée comme une mauvaise herbe. Elle a pour propriété de réchauffer et de lever l'obstruction des méridiens. Souvent, on retrouve cette poudre de moxa en forme de cônes ou de bâtonnets.

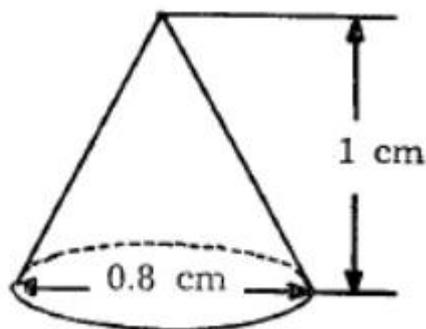


Figure : Cône de moxa

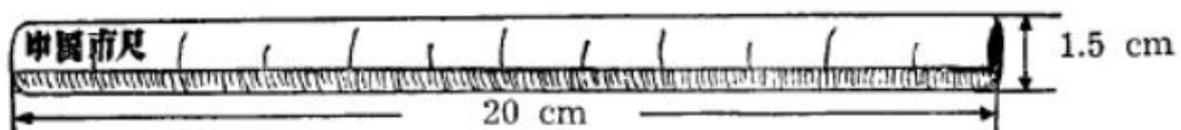


Figure : Bâtonnet de moxa

En clinique, on peut la pratiquer de trois manières différentes :

- Avec des cônes de moxa

Il en existe deux types :

Moxibustion directe où les cônes sont placés sur les points en contact direct avec la peau.

Moxibustion indirecte où les cônes sont posés sur une tranche de gingembre ou d'ail ou sur une couche de sel.

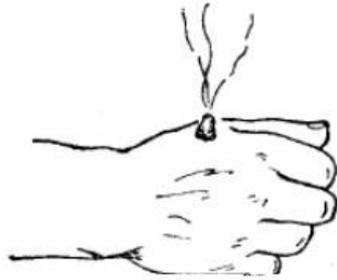


Figure : Moxibustion directe



Figure : Moxibustion indirecte

- Avec des bâtonnets de moxa

On utilise un bâtonnet allumé à distance du point ciblé et on l'agite pour que le patient ressente la chaleur.

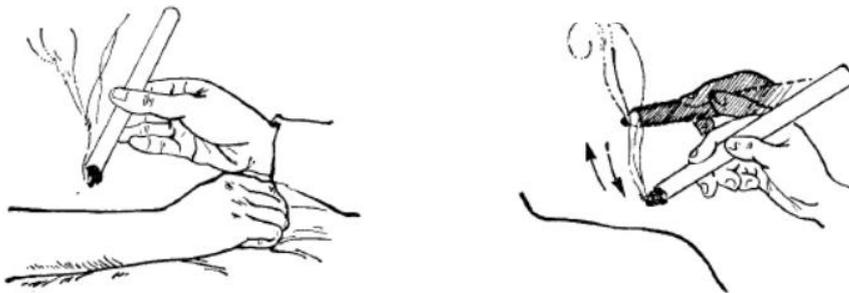


Figure : Moxibustion avec bâtonnet

- Avec des aiguilles

On va combiner l'acupuncture et la moxibustion. En effet, on va implanter l'aiguille sur le point ciblé avec les techniques d'acupuncture puis on va placer du moxa sur le manche. Ensuite, on allume le moxa pour que la chaleur passe à travers l'aiguille.<sup>69</sup>

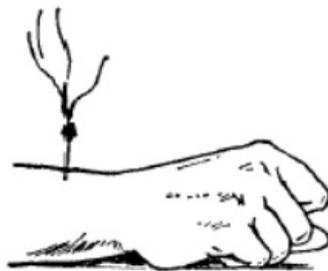


Figure : Moxibustion avec des aiguilles<sup>70</sup>

### 8.3 Le massage

Nous allons aborder le tui na et le dian xue qui sont des techniques de massage utilisées dans la Médecine Traditionnelle Chinoise. Ces techniques de massage sont très proches à la différence que le tui na va travailler sur les méridiens et le dian xue sur les points d'acupuncture.

C'est un ensemble de techniques qui sont appliqués dans différents domaines comme la traumatologie, la rhumatologie, la dermatologie, la gynécologie, la pédiatrie ou encore la neurologie. Ces massages vont avoir une action préventive mais aussi curative. Ils vont avoir une action sur la circulation du sang, sur les tissus blessés, sur les déformations de posture. Mais ils ont aussi une action primordiale sur les phénomènes physiologiques du Qi, du sang, des méridiens et des points d'acupuncture. Cependant, ces massages sont très complexes et demandent une formation longue et difficile avec des enseignants reconnus.

Le tui na (pousser saisir) et le dian xue (massage par pression des points d'acupuncture) utilisent les mêmes mouvements, les mêmes techniques et les mêmes outils. On dénombre environ cinquante gestes dont les principaux sont :

- Frotter
- Presser
- Pousser
- Saisir
- Caresser
- Vibrer

La main est un outil primordial, mais il faut savoir que le praticien peut aussi utiliser les pointes de doigts, les phalangettes, les articulations phalangiennes, le tranchant et la paume.

Les avant-bras, les coudes, les genoux et la plante de pieds sont très utilisés également.

L'automassage est aussi une pratique qui est théorisé dans la Médecine Traditionnelle Chinoise. Toute personne a déjà pratiqué l'automassage instinctivement après un choc ou sur une zone douloureuse. Ici la médecine traditionnelle chinoise met en pratique cette discipline grâce au tuina et au dian xue. Cependant certaines zones du corps sont inaccessibles comme la colonne vertébrale. En contrepartie, cette technique permet une certaine indépendance et une bonne connaissance de son propre corps que n'apporte pas le massage à deux.<sup>71</sup>

## 8.4 La prévention

La prévention ou la préservation de la santé est une branche importante dans le taoïsme. Ce concept met avant l'idée que chaque individu doit prendre soin de sa personne dans l'objectif de vivre longtemps et en bonne santé. Dans la philosophie chinoise, la prévention est plus importante que la notion curative. C'est pourquoi la Médecine Traditionnelle Chinoise est considérée plus comme une science de la santé que comme une science de la maladie.<sup>72</sup> Pour cela depuis des siècles les praticiens ont étudié le vivant et ils ont dégagé des principes fondamentaux liés en grande partie à l'hygiène de vie :

- Lois de la nature : En effet l'homme doit être en harmonie avec son environnement et surtout suivre son rythme naturel. S'il s'oppose à ses lois, il risque de se confronter à des affections et des pathologies. On peut prendre l'exemple des saisons ; l'homme doit respecter l'équilibre dynamique du Yin et du Yang au cours des saisons. Au printemps, il faut nourrir le Yang au contraire en été et en automne il faut nourrir le Yin.
- Facteurs psychologiques : La Médecine traditionnelle Chinoise met en avant l'idée de deux sortes de stimuli, le bon et le mauvais. Le principe est d'écarter les mauvais. On doit lutter de deux manières :
  - Eviter que les stimuli de l'environnement extérieur attaquent l'organisme.
  - Avoir le potentiel de se guérir psychologiquement pour éviter que ses émotions prennent l'ascendant.
- Sexualité : Pour la Médecine Traditionnelle Chinoise, la sexualité a une place importante dans l'hygiène de vie du patient. C'est un instinct qui se déclenche à la puberté et signifie une plénitude du Qi vital des reins. Toujours dans l'idée de rester dans un équilibre énergétique, la sexualité ne doit être ni excessive, ni insuffisante. En effet une sexualité équilibrée est positive pour la psychologie de la personne. Cependant, une activité trop importante risque d'épuiser l'énergie située au niveau des reins.
- Exercice physique : La notion d'exercice physique dans la Médecine Traditionnelle Chinoise se rapproche beaucoup de l'idée occidentale « Un esprit sain dans un corps

sain ». Il est bien sûr très positif pour l'humain et sa physiologie. Néanmoins, il faut le pratiquer avec intelligence et modération comme le mentionne le dicton « faire travailler le corps sans avoir l'air fatigué ». <sup>73</sup>

## 8.5 La diététique

La diététique occidentale décrit les aliments avec une approche qualitative et quantitative : calories, lipides, protides, vitamines, minéraux. La diététique chinoise utilise d'autres critères comme la nature, la saveur et le tropisme des aliments...

La diététique chinoise est utilisée pour maintenir la santé à partir des bases fondamentales de la Médecine Traditionnelle Chinoise (Yin/Yang, les 5 mouvements, les méridiens et les organes).

### 8.5.1 La nature des aliments

Les concepts qui vont être décrits par la suite sont les mêmes que pour la pharmacopée et les plantes mais transposés à l'alimentation.

La nature représente l'effet thermique généré par l'aliment.

On distingue plusieurs natures :

- Froid
- Fraicheur
- Chaleur
- Tiédeur

Les aliments chauds et tièdes vont augmenter l'activité métabolique et fortifier le Yang.

Les aliments froids et frais vont refroidir la chaleur, ralentir l'organisme et soutenir le Yin.

Il existe aussi des aliments neutres qui vont nourrir l'organisme sans le déstabiliser :

- Froid : asperge, céleri, tomate, banane, crabe
- Frais : aubergine, blé, mangue, blanc d'œuf, huitre
- Neutre : arachide, chou, ananas, beurre, boudin
- Tiède : citrouille, oignon, riz, poulet
- Chaud : alcools forts, gingembre sec, piments

## 8.5.2 Les saveurs

C'est la même notion que dans la pharmacopée. Rappel : le piquant, le doux, l'acide, l'amer et le salé sont les cinq saveurs. Au départ, elles étaient définies par leurs notions gustatives. Mais aujourd'hui le terme saveur ne définit plus vraiment cette notion de goût, mais une action thérapeutique.

On peut associer une saveur à un organe :

- Foie : acide
- Cœur : amer
- Rate : sucré
- Poumon : piquant
- Rein : salé

Chaque saveur a une activité spécifique ; chaque saveur va nourrir un organe.

Manquer d'une saveur provoque la malnutrition et au contraire un excès se retourne contre l'organe. De plus le praticien peut s'appuyer sur le désir d'une saveur de son patient pour diagnostiquer un vide ou une plénitude d'un organe. L'harmonie des saveurs est donc fondamentale à notre équilibre.

Exemple : Un besoin d'acide peut cacher un vide de foie.

Un besoin de sucre peut cacher une affection rate-pancréas.

On peut donner une liste d'aliments associés à leurs saveurs.

- Piquant : oignon, radis, coriandre
- Doux : bœuf, caille, carotte, tofu, réglisse
- amer : foie de porc, laitue, rhubarbe, vinaigre
- Acide : fromage, tomate, cerise, raisin
- Salé : canard, crabe, algue

## 8.5.3 Cinq principes de base

*« Les règles de la sagesse prescrivent de se conformer aux saisons de l'année, d'offrir aux repas des produits du pays où l'on est, de s'accommoder aux désirs de l'esprit, aux inclinations de l'homme, à la nature des choses. Ainsi Chaque saison aura ses productions particulières, chaque terrain ses plantes favorites, chaque homme ses mets qui lui conviennent. Ce que la saison n'a pas produit, ce que le sol n'a pas nourri, un homme ne l'offre pas. Si les habitants d'une*

*montagne aride offriraient du poisson, si les habitants du bord d'un lac offriraient des sangliers, un sage dirait qu'ils ne connaissent pas les règles de santé. Pour ce qui concerne ces règles, il faut considérer en premier le temps, en second lieu l'ordre établi par la nature, en troisième lieu la qualité, en quatrième lieu ce qui convient à la condition des personnes et les circonstances, en cinquième lieu la proportion. »*

Cette citation extraite de l'un des cinq grands ouvrages classiques de la Chine antique, définit et résume bien les grands principes de la diététique traditionnelle chinoise.

Les principes de base sont :

- Consommer des produits de saison.
- Consommer des produits de terroir.
- Cuisiner des produits sains, naturels et vivants.
- Utiliser des produits adaptés à chacun (âge, gout).
- Respecter la proportion : ni trop, ni trop peu.

La diététique est donc une notion primordiale, beaucoup de savants et praticiens ont écrit des ouvrages consacrés totalement à cette discipline. L'homme doit se nourrir pour réguler et équilibrer ses fonctions physiologiques. Il faut savoir que la diététique n'expose pas une vérité globale, elle s'adapte à chaque individu et donc à sa physiologie et son équilibre énergétique. Pour résumer, les grands principes de la diététique, elle va nourrir la vie de l'individu, entretenir sa vitalité et prévenir les pathologies.<sup>74</sup>

## 8.6 Un exemple de gymnastique énergétique : le Qi Gong

C'est une gymnastique corporelle issue de la tradition chinoise. Elle est composée de massages, de mouvements lents adaptés à la respiration, de visualisations, de méditations.

Cette gymnastique exercée depuis 3000 ans est née avec les moines taïste. En effet, ils ont construit une méthode pour le travail intérieur appelé « Qi Gong », dans l'objectif de rétablir, rééquilibrer les énergies du corps à l'aide d'un ensemble de techniques corporelles et de visualisations mentales.

Le Qi signifie « souffle, énergie ». Si cette énergie circule harmonieusement dans le corps, c'est signe d'une bonne santé, au contraire si elle rencontre un obstacle, on aboutit à une situation pathologique.

Le Gong définit « le travail, l'exercice, la discipline ».

Par conséquent le Qi Gong signifie le travail du Qi. L'objectif de cette gymnastique est de renforcer, mobiliser, équilibrer et permettre une bonne circulation du Qi. Pour les maîtres de cette discipline, le travail doit être quotidien.

Le Qi signifie « souffle, énergie » et Gong « maîtrise et accomplissement ». Sa pratique s'appuie évidemment sur la Médecine Traditionnelle Chinoise et ses bases fondamentales : le Qi, le yin/yang, les cinq mouvements etc...

Cet ensemble de pratique énergétique vise au bien-être, à l'entretien de la santé, à l'harmonie entre le corps et l'esprit, et surtout à l'harmonie de l'ensemble du corps. Pour cela, le Qi Gong doit permettre une meilleure circulation du Qi et du sang.

Il existe de nombreux mouvements :

- Les mouvements dynamiques, diversifiés, lents, doux, naturels
- Les mouvements statiques tenus pendant un temps donné
- Les exercices de respiration réguliers et profonds en harmonie avec les mouvements
- La méditation
- Les massages

Les bénéfices sont nombreux :

- La prévention : Le Qi Gong permet la relaxation, la souplesse, la prévention des maladies.
- Le développement personnel : Il diminue le stress en régulant les émotions et favorise la mémorisation, l'effort intellectuel et l'imagination.
- L'ouverture spirituelle : Il permet de développer le calme, la sérénité, le lâcher prise.
- Le curatif : En effet cette gymnastique peut être intéressante dans certaines pathologies pour gérer le stress, retrouver un certain bien être et même permettre dans certaines situations une meilleure tolérance aux traitements allopathiques.<sup>75</sup>

## 9 Application de la médecine traditionnelle chinoise dans le diabète

### 9.1 Le diabète dans la médecine occidentale

Ici l'objectif est de rappeler les notions physiologiques du diabète dans la médecine occidentale. Il est intéressant de mettre en avant les notions de médecine occidentale pour bien comprendre le point de vue de la Médecine Traditionnelle Chinoise, il existe bien sûr des liens entre ces deux pratiques mais aussi des différences qui peuvent être constructives dans un sens ou dans l'autre. En effet, il peut exister une complémentarité entre ces deux philosophies, qui sera développée dans la conclusion. Le diabète, quel que soit le type, se traduit par une hyperglycémie chronique.

#### 9.1.1 Diabète de type I

Le diabète de type I est une maladie auto-immune. En effet l'organisme produit des auto anticorps qui attaquent les cellules de Langherans du pancréas responsables de la sécrétion d'insuline. Cette hormone hypoglycémiante, qui régule la glycémie, est donc en déficience au niveau de l'organisme. Normalement, il existe une sécrétion d'insuline constante, mais quand la réaction auto immune se met en place chez l'individu, les auto-anticorps attaquent les cellules de Langherans. Quand 80 % de celle-ci sont détruites, on observe une montée importante de la glycémie avec des symptômes tels que la polyurie, la polydipsie, un amaigrissement et dans le pire des cas on peut être atteint d'un coma acidocétosique provoqué par la synthèse de corps cétoniques.<sup>76</sup>

#### 9.1.2 Diabète de type II

Comme dans le diabète de type I, on a une hyperglycémie chronique mais la cause est différente. En effet ce n'est pas une maladie auto immune, mais on met en évidence une insulino-résistance qui se traduit par une perte d'efficacité de l'hormone hypoglycémiante.

Il existe aussi une anomalie au niveau des cellules pancréatiques qui potentialise encore plus l'hyperglycémie chronique.<sup>77</sup>

## 9.2 Le diabète dans la Médecine Traditionnelle Chinoise

### 9.2.1 Introduction

Au cours de l'histoire on retrouve des descriptions du diabète dans les grands ouvrages. Les connaissances vont évoluer au cours des différentes dynasties et surtout lors de la dynastie Tang. En effet de nouveaux symptômes sont décrits et pour la première fois, on parle de l'importance de la diététique :

*« Chez ceux qui adoptent un régime alimentaire correct, la maladie peut s'améliorer sans préparations médicinales ou d'autres traitements. A défaut, la meilleure thérapeutique ne pourra les guérir. Il faut y songer et veiller à ce point. »*

La dynastie Song marque un tournant dans l'évolution des connaissances sur le diabète, en effet le médecin WANG HUI met en avant la notion de différents types de diabètes :

*« Voici les trois consommations ou diabètes : celui du Foyer Supérieur ou de la soif (XIAO KE), celui du Foyer Central (XIAO ZHONG) et celui du Foyer Inférieur ou des reins (XIAO SHEN).*

*Quand un sujet boit beaucoup mais urine peu, c'est le diabète avec soif (XIAO KE).*

*Quand il mange beaucoup mais qu'il boit peu, et que ses urines sont peu abondantes et jaunes, c'est le diabète du centre (XIAO ZHONG).*

*Quand il urine abondamment aussitôt après avoir bu, que l'urine est sucrée et laiteuse, et qu'il se produit un amaigrissement des membres inférieurs, c'est le diabète des reins (XIAO SHEN) »*

C'est la première fois qu'on distingue trois diabètes avec un symptôme principal différent, cependant la globalité de ceux-ci sont les mêmes pour les trois types. On commence aussi à dénombrer un nombre importants de traitements dans la pharmacopée. On compte 77 drogues issues de la pharmacopée chinoise ; les plus courantes sont :

- REN SHEN (Radix ginseng)
- TIAN HUA FEN (Radix trichosanthis)

- HUANG LIAN ( Rhizoma coptidis )
- GAN CAO ( Radix glycyrrhizae)
- MAI DONG (Radix ophiopogonis japonici)
- ZHI MU (Rhizoma anemarrhena)
- SHENG DI HUANG (Radix rehmanniae recens)

Les connaissances vont donc évoluer avec le temps et dans les dynasties qui vont se succéder. Chaque savant va apporter sa pierre à l'édifice.

Avec toutes ces connaissances accumulées pendant des siècles et même des millénaires, les médecins contemporains en déduisent que le traitement a pour objectif de rafraichir la chaleur, disperser le feu, nourrir le yin, régénérer les liquides.

Aujourd'hui, on a synthétisé toutes ces connaissances et on parle donc de XIAO KE qui signifie diabète dans la Médecine Traditionnelle Chinoise.

XIAO traduit un amaigrissement et Ke met en avant l'idée d'une soif importante.

La Médecine traditionnelle Chinoise résume le diabète par 4 caractéristiques :

- Soif importante
- Augmentation de l'appétit
- Polyurie
- Amaigrissement

On parle de « 3 abondances pour une diminution » une expression beaucoup utilisée dans les ouvrages.

Le diabète est classé sous 3 formes :

- Diabète supérieur (SHANG XIAO)
- Diabète médian (ZHONG XIAO)
- Diabète inférieur (XIA XIAO)

Les trois types de diabètes sont définis par leur symptôme principal. Le diabète supérieur est défini par une soif importante, le diabète médian par une faim excessive et le diabète inférieur par des mictions fréquentes.

Cependant les bases de la maladie sont les mêmes pour chaque diabète, en effet la pathologie est causée par un affaiblissement des Poumons, de la Rate et des Reins. Une citation du Grand Recueil des Remèdes Sacrés résume cette notion :

« *La racine de la maladie est unique mais sa cime est triple* »

La racine caractérise l'affaiblissement des Poumons, de la Rate et des Reins et la cime définit les symptômes principaux cités précédemment pour chaque type de diabète.<sup>78</sup>

## 9.2.2 Etiologie

On compte 4 facteurs et causes responsables du diabète : l'alimentation, l'émotionnel, la déficience héréditaire et le surmenage.

- L'alimentation est sans doute une des causes primordiales dans la survenue du diabète. En effet, le patient est souvent une personne consommant une alimentation inadéquate. Il va consommer trop de graisses, de sucres, d'alcool et trop d'aliments épicés. Cette mauvaise hygiène de vie va provoquer une chaleur dans l'Estomac. Cette chaleur va épuiser les Liquides Organiques et affaiblir le Poumons et l'Estomac. Cette diminution de Liquide Organique va donc expliquer la polydipsie et la polyphagie.
- L'émotionnel est définie par les différentes émotions comme la joie, la colère, l'excès de réflexion, la tristesse, la peur, les soucis et le choc émotif décrites dans un chapitre précédent. Par exemple la colère en excès va produire du Feu et va donc épuiser les liquides des poumons et de l'estomac. Cela va provoquer un état de sécheresse, une diminution des liquides et du yin qui sont les principales causes du diabète.
- La déficience héréditaire touche l'ensemble du corps, en effet dans une situation physiologique normale les organes retiennent l'essence et la conservent. Néanmoins, il existe chez certaines personnes une déficience héréditaire qui affaiblit les cinq organes et surtout les Reins. Ils ne conservent donc plus l'essence et les liquides physiologiques. Ils peuvent donc s'épuiser et provoquer du diabète.
- Le surmenage sexuel peut aussi potentiellement provoquer du diabète en épuisant l'essence, les liquides physiologiques et le yin.<sup>79</sup>

### 9.2.3 Pathogénie

La pathogénie se base sur 4 principes primordiaux :

- Epuisement du yin
- Excès de sécheresse-chaueur
- Déficience du yin comme racine de la maladie
- Sécheresse -Chaleur comme cime de la maladie

Dans cette maladie, on observe un cercle vicieux ; l'épuisement de l'eau va provoquer une chaleur qui elle-même évapore l'eau. Cette relation Chaleur/Eau place le diabète comme une pathologie chronique et instable avec de nombreuses complications sur du long terme.

Tous les organes sont touchés, mais ceux qui sont au centre de la maladie sont les Poumons, la Rate et particulièrement les Reins.

- Relations diabète Poumon : le Poumon est le métal dans le système des cinq éléments. Son rôle est de distribuer l'Eau dans l'organisme. Quand il est atteint par un syndrome de Chaleur, sa fonction est détériorée et les Liquides Organiques sont expulsés vers le bas et éliminés. On a donc une polyurie, une polydipsie, une polyphagie.
- Relation diabète Rate/Estomac : Ici il faut rappeler brièvement les fonctions des différents organes expliqués dans un chapitre précédent. L'Estomac va fermenter les aliments, c'est la Mer des aliments. La Rate va amener la partie subtile des aliments vers le Poumons. La Rate et l'Estomac ont une action complémentaire et font monter la partie noble des aliments vers le poumon. Cependant quand la sécheresse/chaueur est présente dans l'organisme, l'Estomac et la Rate sont blessés ce qui engendre une déficience du Yin et une descente de l'essence des aliments vers le bas et donc son élimination.
- Relation entre le diabète et les Reins : Les Reins sont surement les organes les plus importants dans la Médecine Traditionnelle Chinoise. En effet ils conservent le Yin et le Yang originels. Les Reins ont pour fonction le stockage de l'essence dans les différents organes. Dans le diabète, on va observer une déficience du Yin des Reins, ils ne peuvent donc plus retenir l'essence des aliments qui est donc éliminé.

Les relations sont nombreuses et on remarque que la pathologie du diabète peut avoir différentes origines. C'est une pathologie complexe et le praticien va avoir un rôle important dans le diagnostic, il a pour objectif de réunir les différents symptômes et de caractériser le bon diabète pour choisir un traitement efficace.<sup>80</sup>

#### 9.2.4 Diagnostic

L'objectif du praticien est de diagnostiquer le bon syndrome chez son patient. On rappelle qu'il existe trois types de diabète décrits précédemment.

- Le diabète supérieur : on a surtout une polydipsie et l'organe le plus touché est le poumon.
- Le diabète médian est défini par une polyphagie et la rate est le principal organe blessé.
- Le diabète inférieur est mis en évidence par une polyurie et une déficience importante des reins.

Il faut savoir que ces trois symptômes sont présents dans les trois diabètes mais à des niveaux différents. Un symptôme va donc prendre le dessus et il va permettre au praticien de diagnostiquer le type de diabète. Cependant ces notions restent théoriques et de multiples situations peuvent se présenter, le praticien doit alors s'adapter à chaque patient.

Il va devoir établir un diagnostic précis, relever chaque symptôme mais aussi prendre en compte les différentes complications. Le diabète apparaît souvent chez la personne âgée mais il existe des cas chez le sujet jeune. La maladie se présente de manière différente, elle va être plus brutale.

Chez le sujet d'âge moyen la maladie est plus lente mais les complications sont nombreuses :

- Affections cutanées
- Baisse de la vue
- Vertige
- Engourdissement<sup>81</sup>

## 9.2.5 Traitement

Nous comprenons maintenant que le problème est la déficience du Yin et aussi le syndrome Chaleur/Sécheresse. Ce manque de Yin est la racine et la Sécheresse/Chaleur est la cime.

Dans un premier temps, il faut recharger le Yin en s'appuyant sur le Foie et les Reins. Ensuite on va prendre en charge l'aspect symptomatique en régénérant les liquides organiques.

Cependant on est dans une stratégie globale pour traiter le diabète, il faut savoir que chaque type de diabète se traite avec cette base primordiale mais il existe des nuances.

- Dans le diabète supérieur, on humidifie le Poumon et l'Estomac.
- Dans le diabète médian, on rafraichit l'Estomac et on recharge le Yin.
- Dans le diabète inférieur, on alimente le Foie et les Reins.

Le diabète est complexe et ne se résume pas à trois types. En effet le praticien va devoir s'adapter à chaque patient, à sa pathologie et ses complications.

## 9.2.6 Sécheresse-chaueur du poumon et de l'estomac (diabète supérieur)

Pour illustrer les chapitres précédent, nous allons étudier un cas concret : la sécheresse-chaueur du poumon et de l'estomac (diabète supérieur).

Ce syndrome spécifique est causé par une mauvaise hygiène de vie. La conséquence est la création de Chaleur qui va être néfaste pour le corps humain. En effet, elle va épuiser les Liquides Organiques et entrainer une soif importante chez le sujet.

C'est le symptôme principal avec la polydipsie mais ils en existent une liste importante qui se manifestent de façon plus ou moins différente :

- La dysphorie
- La polyphagie
- La polydipsie
- La Polyurie
- Une urine trouble et jaune
- Un amaigrissement
- Une langue rouge

- Un pouls glissant

Il n'y a plus de régulation des liquides physiologiques, ils vont donc circuler vers le bas de l'organisme, de plus les Reins ne stockent plus les essences alimentaires. L'association de ces défaillances entraîne une urine trouble et jaune.

De plus l'augmentation de Chaleur dans l'organisme va accélérer la digestion de l'Estomac et par conséquent le sujet a souvent faim car l'effet de satiété disparaît.

Ici le praticien a donc réussi à réunir tous ces symptômes grâce à l'interrogatoire, un passage primordial dans le diagnostic, avec des questions précises suivi d'une consultation. Il se fait donc une idée précise du type de diabète (ici supérieur) sans oublier que chaque patient est différent. Il va donc adapter sa démarche thérapeutique :

- Il faut d'abord baisser la Chaleur
- Reproduire du liquide
- Stopper la soif<sup>82</sup>

### 9.2.6.1 Traitements

#### 9.2.6.1.1 Traiter avec la pharmacopée chinoise

L'objectif est de mettre en avant des exemples de traitements en sachant qu'il en existe une multitude et qu'ils peuvent être différents d'un patient à l'autre. Nous allons étudier différents traitements à travers la pharmacopée, l'acupuncture, la prévention et la diététique.

Le praticien va utiliser la pharmacopée chinoise et peut par exemple prescrire la formule :

JIA WEI BAI HU TANG (traduction : décoction de tigre blanc avec une adjonction de produits)

Nous allons détailler la composition et rappeler les différentes caractéristiques, détaillées dans un chapitre précédent, des minéraux et des plantes utilisées dans cette formule (saveurs, natures).

- Composition :
  - SHENG SHI GAO: Gypse (Gypsum Fibrosum) 20-30g



Figure : gypse

Origine: Minéral de sulfate de calcium hydraté

Saveur: Apre et sucrée

Nature: Froide

Actions: Lutte contre la chaleur et le feu, diminue l'agitation psychique, étanche la soif

Indications: pour des chaleurs excessives.<sup>83</sup>

- ZHI MU (Rhizoma Anemarrhenae) 10-15g



Figure: Anemarrhena



Figure: Rhizome d'anemarrhena

Origine: Liliacée produit dans les provinces de shanxi et de hebei

Saveur: Amer et sucré

Nature: Froid

Actions: Lutte contre la chaleur et nourrit le yin

Indications: Utilisé dans les cas de chaleur du poumon et de l'estomac avec soif extrême souvent associé avec gypsum fibrosum<sup>84</sup>

- GAN CAO (Radix Glycyrrhizae) 5g



Figure: Réglisse



Figure : Racine et rhizome de réglisse

Origine: Légumineuse cultivée dans la Mongolie, le Shanxi, le Gans et le Xinjiang

Saveur : Sucré

Nature: Neutre

Actions: Clarifie la chaleur

Indications: Rafraichissement trop important<sup>85</sup>

- REN SHEN: racine du ginseng (radix ginseng) 3-10 g



Figure : Ginseng



Figure : Racine de Ginseng

Origine: Araliacée cultivé dans le nord est

Saveur: Sucré et amer

Nature: Légèrement chaud

Actions : Active la production des liquides et étanche la soif

Indications : Soif sévère, sueur nocturne<sup>86</sup>

Pour synthétiser le gypse (SHENG SHI GAO) est piquant, doux et froid. Il rafraichit la chaleur du Poumon et de l'Estomac. L'annemarrhena (ZHI MU) est froide et va donc soutenir l'action du gypse. Ces deux plantes ont donc une action synergique.

Les autres plantes (JING MI/GAN CAO/REN SHEN) vont protéger, régénérer les liquides physiologiques et neutraliser les effets indésirables des deux premières plantes comme un rafraichissement trop important.

Il est important d'expliquer sous quelle forme va être ingérée cette préparation. Ici nous pouvons préparer ce mélange dans une décoction. On prend 400 ml d'eau, nous allons cuire REN SHEN (radix ginseng) à feu doux puis nous ajoutons les autres ingrédients et on augmente la cuisson. On la stoppe quand il reste 50 à 100 mL de décoction.

Il faut préparer une deuxième décoction dans 400 mL d'eau ; cuire à feu fort l'ensemble du mélange puis le stopper quand il reste 100 mL de décoction.

On les consomme donc tiède, la première décoction doit être consommée après le repas de midi et la seconde après le repas du soir.

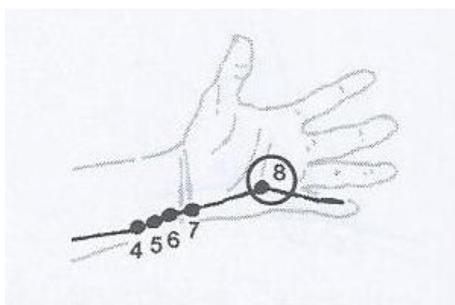
Le traitement s'effectue sur 5 à 7 jours en plusieurs cures.

### 9.2.6.1.2 Traiter avec l'acupuncture

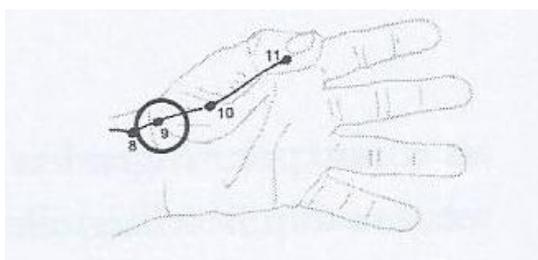
Il faut garder à l'esprit que différentes combinaisons sont possibles, nous allons en présenter une parmi de nombreuses solutions. Le praticien va distinguer deux groupes de points d'acupuncture, et il va pratiquer ses séances d'acupuncture en alternant ces deux groupes.

- Premier groupe :

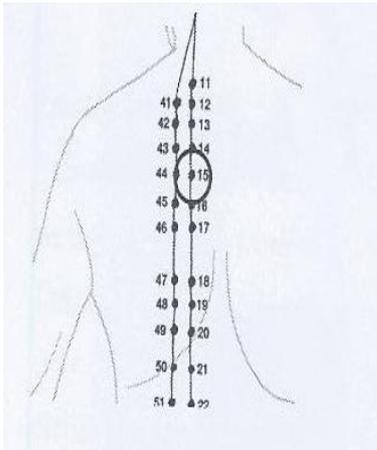
SHAO FU (8C.)



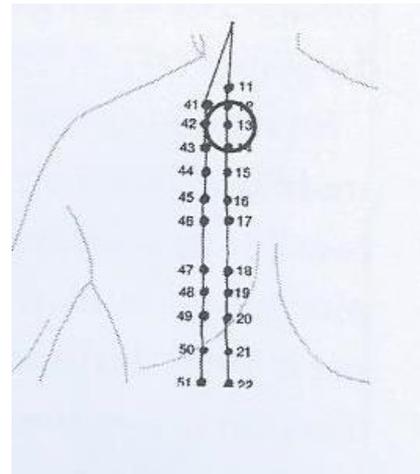
TAI YUAN (9P.)



XIN SHU (15V.)

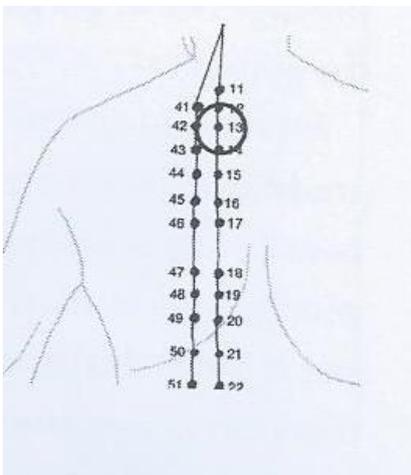


FEI SHU (13V.)

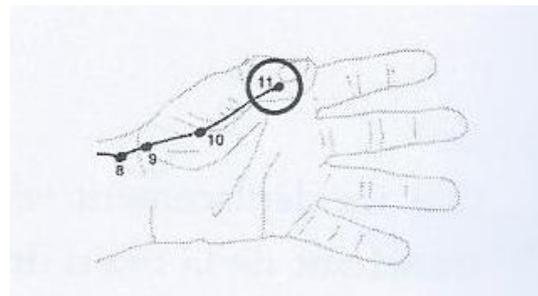


- Deuxième groupe:

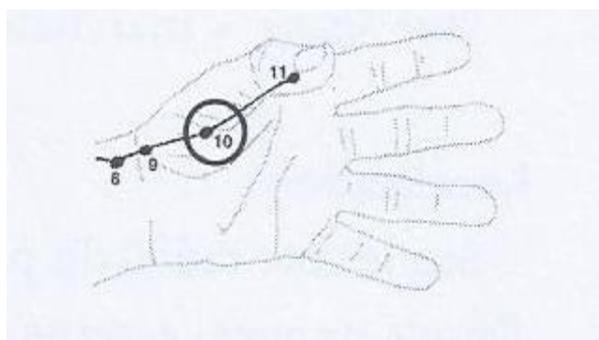
FEI SHU (13V.)



SHAO SHANG (11P)



YU JI (10P)



Premier groupe :

SHAO FU (8C): disperser

TAI YUAN (9P.): tonifier

XIN SHU (15V.): disperser

FEI SHU (13V.): tonifier

Deuxième groupe :

FEI SHU (13V.): disperser

SHAO SHANG (11P)

YU JI (10P)

JIN JIN-YU YE

Ces différents points ont pour fonction de rafraîchir, disperser la chaleur et de régénérer les liquides physiologiques. On va donc placer les différentes aiguilles au niveau de ces points pendant au moins 15 minutes et maximum 20 minutes.

On peut donc exercer une séance tous les jours voir tous les deux jours sur des cures de dix séances. Il faut laisser 3 à 5 jours entre deux cures.

Néanmoins, le praticien doit faire très attention car le diabétique est très sensible aux affections cutanées.<sup>87</sup>

#### 9.2.6.2 Prévention

La prévention est une notion primordiale en Médecine Traditionnelle Chinoise. En effet, beaucoup de consultations chez un praticien concernent la prévention. Le praticien va donc orienter son patient pour éviter que la maladie s'installe, il va lui mentionner les différents facteurs pouvant jouer un rôle dans l'installation de la pathologie et adapter l'hygiène de vie de son patient. Dans le diabète, beaucoup de facteurs entrent en jeu comme l'émotionnel, l'alimentation, la sédentarité.

Chez un diabétique, la prévention va consister à éloigner dans le temps les complications qui peuvent être très graves.

Certains facteurs aggravant le diabète sont :

- Le froid
- L'émotionnel comme le stress ou la colère
- La mauvaise hygiène de vie
- L'alimentation déséquilibrée

#### 9.2.6.3 Régime alimentaire

Pour éviter d'augmenter la Chaleur interne et les pertes de Liquides Organiques, Il faut proscrire les aliments sucrés, la graisse, la viande grillée et les aliments épicés.

Il faut aussi éviter l'alcool et le sel qui ont des pouvoirs desséchants.

Les fruits sont à consommer avec modération car ils sont très sucrés.

Cependant des aliments sont conseillés comme les céréales et les légumes :

- riz

- son de blé
- lentille
- maïs
- légumineuse
- épinard
- choux chinois
- cèpe, bolet

Il faut savoir aussi que le lait, les escargots, le pancréas de porc, les intestins de porc peuvent être utilisés pour traiter le diabète dans la Médecine Traditionnelle Chinoise. Ils vont humidifier l'organisme et éliminer la chaleur.

Une autre part intéressante dans la diététique est la manière de s'alimenter. Il faut éviter les excès de nourriture pendant les repas. Le quantitatif est donc une notion importante et si le diabétique fait face à une faim importante, le praticien va lui conseiller de manger des légumes cuits dans l'eau en plusieurs fois. Il doit se restaurer seulement quand la faim fait son apparition et il ne doit pas manger après 20 heures le soir.

#### 9.2.6.4 Autre outils de prévention

- L'activité sexuelle est un facteur qui peut aggraver le diabète. Un excès sexuel va provoquer une perte de sperme et donc entraîner une perte d'eau (Liquides Organiques) et laisser place à un excès de Feu. On va donc conseiller dans les cas les plus graves une abstinence.
- L'émotionnel a une part importante dans le diabète et ses complications, en effet la colère et la réflexion en excès vont créer du Feu qui va éliminer les Liquides Organiques. Le praticien va demander à son patient de viser l'optimisme et la détente qui vont aider l'organisme à guérir.
- Le diabétique doit entretenir une certaine activité physique, il lui est conseillé de marcher pendant trente minutes avant le repas et pendant cinq minutes après.

- Le TAI JI QUAN et le QI GONG (gymnastique énergétique) leurs sont vivement conseillés car ils vont permettre une meilleure circulation du Qi et du sang et améliorer les défenses de l'organisme.<sup>88</sup>

## 10 Conclusion

La Médecine Chinoise Traditionnelle est une médecine millénaire qui s'est construite au fil des siècles grâce à l'observation de l'environnement, des phénomènes naturels, des énergies qui ont été ensuite transposés à l'homme. Elle prend l'homme dans son environnement et non l'homme et son environnement. La médecine classique et la Médecine Traditionnelle Chinoise, avec des visions et des philosophies différentes, peuvent être complémentaires. En effet, la prise en charge du diabète est un bon exemple car la médecine occidentale est indispensable. Néanmoins, la Médecine Traditionnelle Chinoise peut apporter un plus avec une thérapeutique plus douce, un rapport médecin patient plus humain et des pistes sur l'hygiène de vie, sur l'émotionnel sur son environnement qui ne sont pas forcément pris en compte dans la médecine classique.

Au XX<sup>ème</sup> siècle, la médecine traditionnelle chinoise a failli disparaître, il est donc important de la préserver car au delà d'être une médecine et une philosophie, elle est aussi un patrimoine qui retrace 5000 ans d'histoire.

De plus, dans un monde où le progrès de la médecine est basé sur des principes pharmacologiques et microscopiques, il est important de protéger les médecines traditionnelles où l'homme, l'humain est placé au centre de la réflexion. La citation tirée du film La crise de coline serreau (1992) résume bien la philosophie de la Médecine Traditionnelle chinoise « tu sais comment ça se passe la médecine en Chine ? Non ! Quatre fois par an toute la famille va voir le médecin. Le type les soigne, c'est-à-dire qu'il cherche chez les gens en bonne santé des points faibles qui pourraient devenir des maladies plus tard. Il leur fait des points d'acupuncture, il leur donne des plantes, des corrections de régime, il rééquilibre la machine, on le paye et on s'en va. Pour eux, c'est ça la médecine, c'est empêcher qu'on tombe malade. Par contre si quelqu'un tombe malade, alors là, c'est le médecin qui doit venir chez lui le soigner et pour ça, on ne le paye pas. Parce que ça ce n'est pas de la médecine. Ils disent que de soigner la maladie quand elle est là, c'est comme si on se mettait à fabriquer des armes après avoir déclaré la guerre ou à creuser un puits quand on a soif, ça marche pas, fallait y penser avant. Alors le médecin chinois, il a vachement intérêt à ce que les gens se portent bien car ce sont les biens portants qui le payent. Les malades ça lui bouffe son temps, ça ne lui rapporte pas un rond. Alors s'il a trop de malades, il est ruiné le mec. Et puis les gens disent ; il a

beaucoup de malades. C'est un mauvais. On va pas chez lui. Ici c'est le contraire, plus il a de malades, plus il est respecté le mec, plus il gagne de fric ».

# Bibliographie

---

<sup>1</sup> ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTE, *Stratégie de l’OMS pour la Médecine Traditionnelle Chinoise*, [http://www.medecine-cologique.info/IMG/pdf/Strategie\\_pour\\_les\\_medecines\\_traditionnelles-2.pdf](http://www.medecine-cologique.info/IMG/pdf/Strategie_pour_les_medecines_traditionnelles-2.pdf)

<sup>2</sup> MARIE E, *Précis de Médecine Chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p15-23

<sup>3</sup> MARIE E, *Précis de Médecine Chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p37-39

<sup>4</sup> MARIE E, *Précis de Médecine Chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p45

<sup>5</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p4

<sup>6</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p47

<sup>7</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p2-10

<sup>8</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p16-17

<sup>9</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 11

<sup>10</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p53

- 
- <sup>11</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ;p53
- <sup>12</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p114-117
- <sup>13</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p .32
- <sup>14</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p .30
- <sup>15</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p .30
- <sup>16</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p119
- <sup>17</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p .31
- <sup>18</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p .31
- <sup>19</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p57
- <sup>20</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013;p34
- <sup>21</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013;p34-35
- <sup>22</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p40

- 
- <sup>23</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013;p57-59
- <sup>24</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013;p 66
- <sup>25</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p 85-88
- <sup>26</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p 85-88
- <sup>27</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p 92
- <sup>28</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 73 – 80
- <sup>29</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p94
- <sup>30</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 79 – 80
- <sup>31</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p94-95
- <sup>32</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p63
- <sup>33</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 ; p70
- <sup>34</sup> ERLE MONTAIGNE et WALLY SIMPSON, *Encyclopédie du Dim-Mak L'art des points vitaux selon la tradition chinoise*, Budo Editions p 398
- <sup>35</sup> ERLE MONTAIGNE et WALLY SIMPSON, *Encyclopédie du Dim-Mak L'art des points vitaux selon la tradition chinoise*, Budo Editions p 360

---

<sup>36</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 p 63-74

<sup>37</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 195

<sup>38</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 p 100

<sup>39</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p65-78

<sup>40</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 460-461

<sup>41</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 189-191

<sup>42</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 191

<sup>43</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 p 105

<sup>44</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 192

<sup>45</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 192-193

<sup>46</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 p 104-105

<sup>47</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 193-194

---

<sup>48</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 194

<sup>49</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p112

<sup>50</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 194-195

<sup>51</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 215

<sup>52</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 220

<sup>53</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 216

<sup>54</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 221

<sup>55</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 210-227

<sup>56</sup> C. GLEIZES, A. BOUDAREL, F. GONNEAU, A. CAZIEUX ; *L'interrogatoire en médecine traditionnelle chinoise : la chanson des dix questions*, revue med

<sup>57</sup> GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson, 2013; p 228

<sup>58</sup> MARIE E, *Précis de médecine chinoise*, Edition Dangles, 1997 p 175

---

<sup>59</sup> UNIVERSITE DE LILLE 2 Diplôme inter-universitaire d'acupuncture obstétricale

« 中国把脉怀孕 … » POULS CHINOIS ET GROSSESSE,

<http://www.meridiens.org/obslille/memoires/BIGOTTE-HURET.pdf>

<sup>60</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p 280

<sup>61</sup> CHRISTOPHE LABIGNE, *La diététique chinoise*, Edition dauphin p16 18

<sup>62</sup> ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel, 2013; p 296

<sup>63</sup> INSTITUT ZONGYI, *Phytothérapie chinoise: introduction*,  
[http://www.zhongyi.net/texte/phyto/phyto\\_introduction.pdf](http://www.zhongyi.net/texte/phyto/phyto_introduction.pdf)

<sup>64</sup> HIRIA OTTINO, *Dictionnaire de médecine chinoise*, Edition larousse

<sup>65</sup> DOCTEUR GHEORGHII GRIGORIEFF, *L'acupuncture Automassage des points chinois*, p 31-49

<sup>66</sup> INSTITUT ZHONGYI, *Manipulation de l'aiguille et du moxa*  
[http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7\\_Manipulation\\_Aiguille.pdf](http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7_Manipulation_Aiguille.pdf)

<sup>67</sup> INSTITUT ZHONGYI, *Manipulation de l'aiguille et du moxa*  
[http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7\\_Manipulation\\_Aiguille.pdf](http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7_Manipulation_Aiguille.pdf)

<sup>68</sup> HIRIA OTTINO, *Dictionnaire de médecine chinoise*, Edition larousse

<sup>69</sup> Fundamentos de acupunctura y moxibustion de china, Edition lenguas extranjeras beijing

<sup>70</sup> Fundamentos de acupunctura y moxibustion de china, Edition lenguas extranjeras beijing

- 
- <sup>71</sup> Dr GUILLOUX RONALD, *Le toucher en médecine chinoise*, revue,  
<https://www.cairn.info/revue-corps-dilecta-2006-1-page-99.htm>
- <sup>72</sup> CHRISTOPHE LABIGNE, *La diététique chinoise*, Edition dauphin p 18
- <sup>73</sup> HIRIA OTTINO, *Dictionnaire de médecine chinoise*, Edition Larousse
- <sup>74</sup> Ecole Kokoro Shiatsu Bruges, *Diététique chinois*, [http://www.qigong-bordeaux.fr/fs/sante/9n0cu-DIETETIQUE\\_CHINOISE\\_EN\\_RESUME.pdf](http://www.qigong-bordeaux.fr/fs/sante/9n0cu-DIETETIQUE_CHINOISE_EN_RESUME.pdf)
- <sup>75</sup> Dr MARTINE DEPONDT-GADET, *Qi Gong au féminin Au rythme des saisons*, Edition chariots d'or, <http://www.editions-chariot-dor.fr/bibliotheque/documents/9782360470204.pdf>
- <sup>76</sup> SABBAH LAURENT, *Le tout en un révisions ifsi*, Edition masson p 472
- <sup>77</sup> SABBAH LAURENT, *Le tout en un révisions ifsi*, Edition masson p 477
- <sup>78</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 1-42
- <sup>79</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 43-45
- <sup>80</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 43-48
- <sup>81</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 59
- <sup>82</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 74-87
- <sup>83</sup> DR YOU-WA CHEN, *Le manuel illustré des plantes médicinales chinoises*, Editions You Feng p 74-75
- <sup>84</sup> DR YOU-WA CHEN, *Le manuel illustré des plantes médicinales chinoises*, Editions You Feng p 76

---

<sup>85</sup> DR YOU-WA CHEN, *Le manuel illustré des plantes médicinales chinoises*, Editions You Feng p 504-505

<sup>86</sup> DR YOU-WA CHEN, *Le manuel illustré des plantes médicinales chinoises*, Editions You Feng p 487-491

<sup>87</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 74-87

<sup>88</sup> WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang p 211-219

---

Internet :

- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTE, *Stratégie de l'OMS pour la Médecine Traditionnelle Chinoise*, [http://www.medecine-cologique.info/IMG/pdf/Strategies\\_pour\\_les\\_medecines\\_traditionnelles-2.pdf](http://www.medecine-cologique.info/IMG/pdf/Strategies_pour_les_medecines_traditionnelles-2.pdf)
- C. GLEIZES, A. BOUDAREL, F. GONNEAU, A. CAZIEUX ; *L'interrogatoire en médecine traditionnelle chinoise : la chanson des dix questions*, revue med, [http://www.revmedvet.com/2001/RMV152\\_447\\_456.pdf](http://www.revmedvet.com/2001/RMV152_447_456.pdf)
- UNIVERSITE DE LILLE 2 Diplôme inter-universitaire d'acupuncture obstétricale, « 中国把脉怀孕 … » *POULS CHINOIS ET GROSSESSE*, <http://www.meridiens.org/obslille/memoires/BIGOTTE-HURET.pdf>
- ASSOCIATION ZHONGYI, *Manipulation de l'aiguille et du moxa*, [http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7\\_Manipulation\\_Aiguille.pdf](http://www.zhongyi.net/texte/acupuncture/7_Manipulation_Aiguille.pdf)
- GEORGE SOULIÉ DE MORANT, *Précis de la vraie acupuncture chinoise*, [http://classiques.ugac.ca/classiques/soulie\\_de\\_morant\\_g/precis\\_acuponcture\\_chinoise/soulie\\_acuponcture.pdf](http://classiques.ugac.ca/classiques/soulie_de_morant_g/precis_acuponcture_chinoise/soulie_acuponcture.pdf)
- Dr MARTINE DEPONDT-GADET, *Qi Gong au féminin Au rythme des saisons*, Edition chariots d'or, <http://www.editions-chariot-dor.fr/bibliotheque/documents/9782360470204.pdf>
- Dr GUILLOUX RONALD, *Le toucher en médecine chinoise*, revue, <https://www.cairn.info/revue-corps-dilecta-2006-1-page-99.htm>
- ECOLE KOKORO SHIATSU BRUGES, *Diététique chinois*, [http://www.qigong-bordeaux.fr/fs/sante/9n0cu-DIETETIQUE\\_CHINOISE\\_EN\\_RESUME.pdf](http://www.qigong-bordeaux.fr/fs/sante/9n0cu-DIETETIQUE_CHINOISE_EN_RESUME.pdf)
- NICHOLAS ISABELLA, *Artemisia Vulgaris and the Art of Moxibustio*, revue [http://www.point-to-point-acupuncture.com/files/Moxa\\_Paper.pdf](http://www.point-to-point-acupuncture.com/files/Moxa_Paper.pdf)

---

Livres :

- MARIE E, *Précis de Médecine Chinoise*, Edition Dangles
- GIOVANNI M, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Edition Masson
- ERLE MONTAIGNE et WALLY SIMPSON, *Encyclopédie du Dim-Mak L'art des points vitaux selon la tradition chinoise*, Budo Editions
- ROCHAT DE LA VALLEE E, *Les 101 notions-clés de la médecine chinoise*, Edition trédaniel
- CHRISTOPHE LABIGNE, *La diététique chinoise*, Edition dauphin
- HIRIA OTTINO, *Dictionnaire de médecine chinoise*, Edition Larousse
- SABBAH LAURENT, *Le tout en un révisions ifsi*, Edition masson
- WANG XIE ZHE, *Le diabète en médecine traditionnelle chinoise*, Institut yin-yang
- DR YOU-WA CHEN, *Le manuel illustré des plantes médicinales chinoises*, Editions You Feng

---

Université de Lille 2  
FACULTE DES SCIENCES PHARMACEUTIQUES ET BIOLOGIQUES DE LILLE  
**DIPLOME D'ETAT DE DOCTEUR EN PHARMACIE**  
Année Universitaire 2015/2016

**Nom : LJUBELSEK**  
**Prénom : Jeremy**

**Titre de la thèse : La médecine traditionnelle chinoise et son application dans le diabète**

**Mots-clés : médecine traditionnelle chinoise, Yin/Yang, cinq éléments, Qi, confucianisme, taïisme, acupuncture, pharmacopée, prévention, diagnostic, diététique, diabète**

---

Résumé : La médecine traditionnelle chinoise est une médecine millénaire qui s'est construite au fil des siècles, pour aujourd'hui, avoir des bases solides. La philosophie confucianiste, la philosophie taïste et différentes sciences ont bâti la médecine chinoise en s'inspirant des phénomènes naturels et du cosmos. Le Yin/Yang, le Qi, les cinq éléments, les méridiens sont les principes fondamentaux. A travers ces bases philosophiques et spirituelles, le praticien va utiliser des thérapies comme la pharmacopée, l'acupuncture, la moxibustion, la massothérapie ou encore la gymnastique énergétique pour rééquilibrer et lutter contre la perturbation énergétique. Cependant, il ne faut pas oublier que c'est d'abord un art de vivre avant d'être une médecine. Pour illustrer et comprendre la philosophie de cette pratique, nous avons étudié la vision de la Médecine Traditionnelle Chinoise dans le diabète (Xiao Ke).

---

**Membres du jury :**

**Président :** Monsieur le Professeur des Universités Thierry HENNEBELLE

**Assesseur(s) :** Monsieur le Maître de conférences Vincent ROUMY

**Membre(s) extérieur(s) :** Pharmacien Madame MACLOU

---