

Etude des trois articulations principales du membre supérieur :

- Poignet
- Coude
- Epaule.

-Nous étudions chacune de ces articulations dans le cadre de la pathologie classique douloureuse quelque en soit l'origine.

-Analysons la douleur en fonction de sa qualité Yin ou Yang et son irradiation territoriale.

#### A ) Exemple du poignet face postérieure.

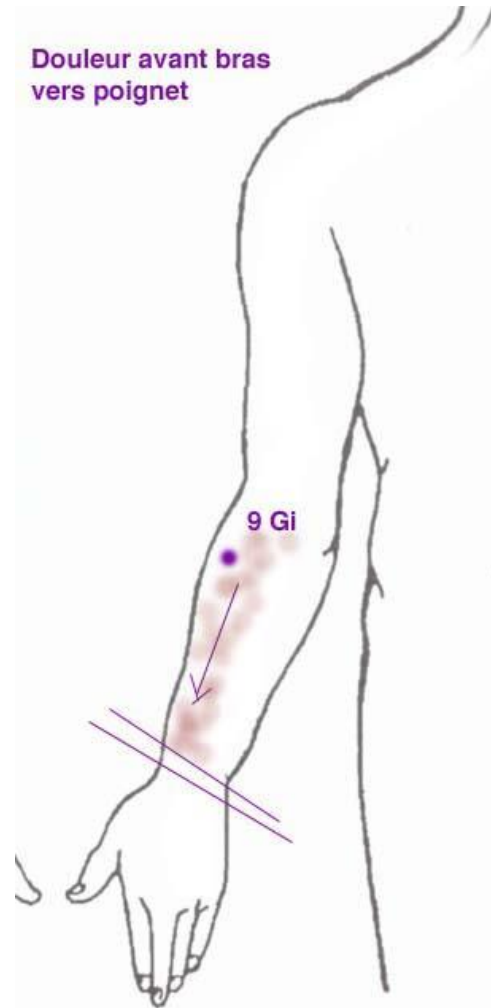
La douleur est localisée au poignet, face postérieure et irradie vers le coude. Elle est aiguë, donc Yang, exemple tendinite de De Quervain.

Le Yang ne peut descendre aux extrémités  
Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 9 Gros intestin.

*Localisation:* entre le long supinateur et l'abducteur du pouce, à trois "cun" ou largeur de pouce du pli de flexion du poignet.

*Indication :* Restaure l'énergie du méridien....indiqué pour la perte des cheveux



## B) Exemple du coude face postérieure.

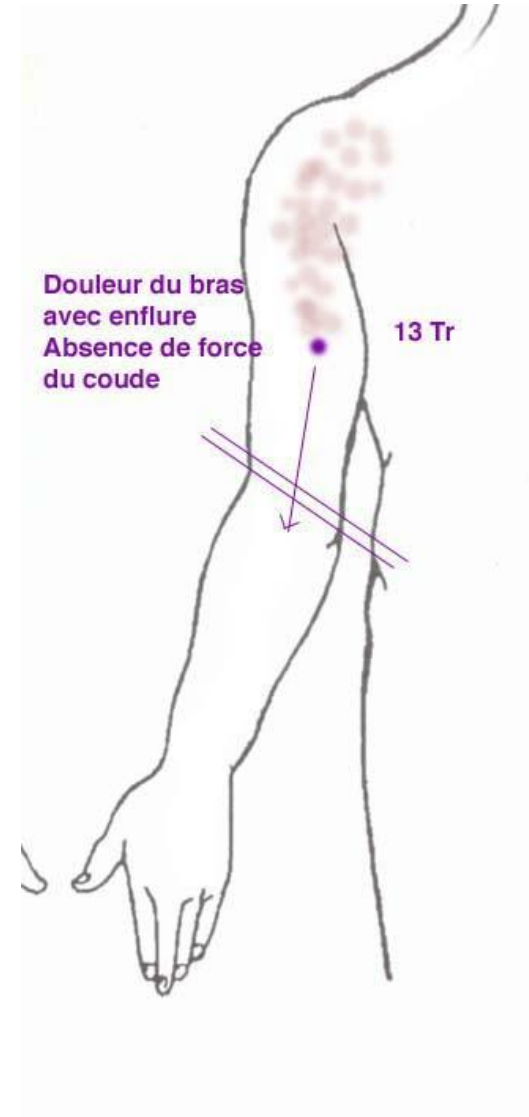
La douleur est localisée au coude, face postérieure et irradie de l'épaule vers le coude. Elle est aiguë, donc Yang  
Le Yang ne peut descendre vers l'avant bras  
Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 13 Triple Réchauffeur .

*Localisation:*

Epaule, sur le bord postéro-inférieur du deltoïde

*Indication:* Débloque la stagnation du Qi



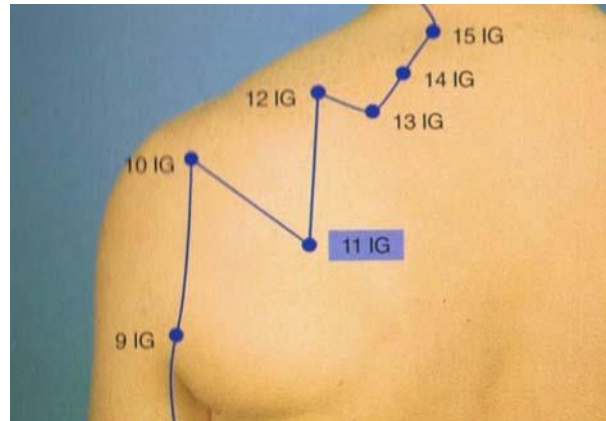
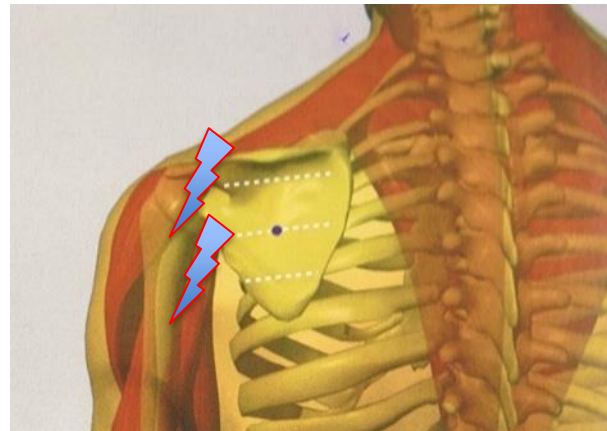
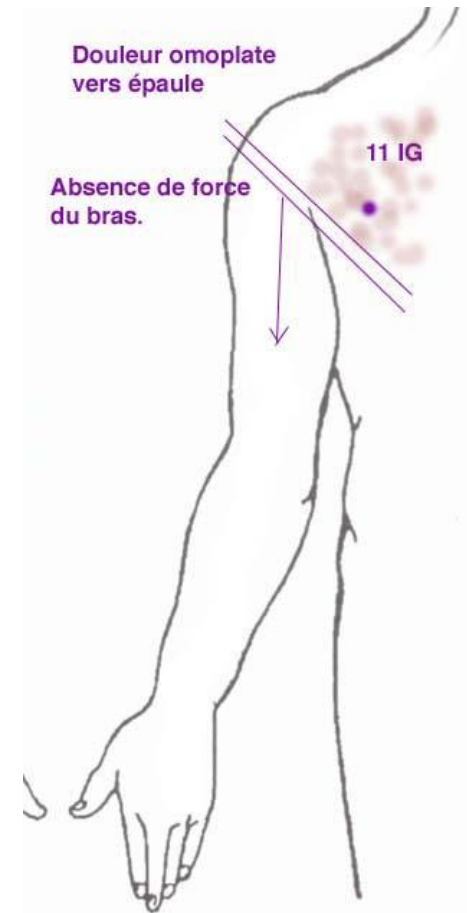
### -C) Exemple de l'épaule face postérieure.

La douleur est localisée à l'épaule, face postérieure et irradie vers le bras face postérieure  
Elle est aiguë avec irradiation et perte de force du bras, donc Yang ( exemple d'une tendinite de l'épaule ou du deltoïde).  
Le Yang ne peut descendre vers le bras/  
Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 11 Intestin grêle

*Localisation:* Au milieu de la fosse sous épineuse.

*Indication:* Grand point pour traiter l'épaule et les douleurs dorsales;  
Difficultés à élever le bras vers le haut.



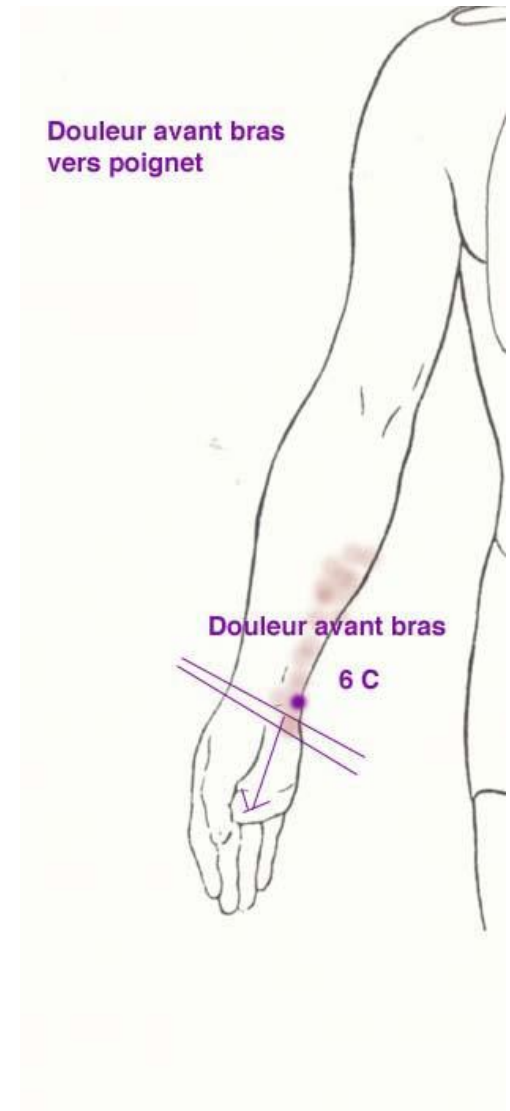
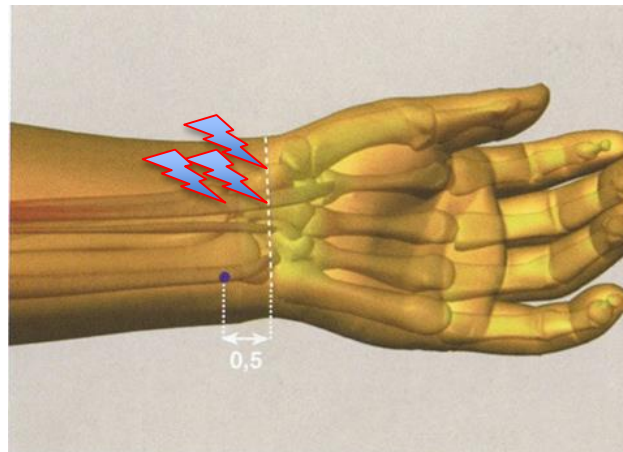
## -D) Exemple du poignet face antérieure.

La douleur est localisée au poignet, face antérieure et irradie vers le coude sur l'avant bras. Elle est sourde avec engourdissement, donc Yin (exemple d'une douleur type canal carpien). Le Yin ne peut descendre vers le poignet. Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 6 Coeur.

*Localisation:* Juste en avant de la styloïde cubitale, dans la gouttière cubitale et à  $\frac{1}{2}$  "cun" ou largeur de pouce du pli du poignet.

*Indication:* Point Xi du méridien, débloque le trajet ....et l'humeur !!



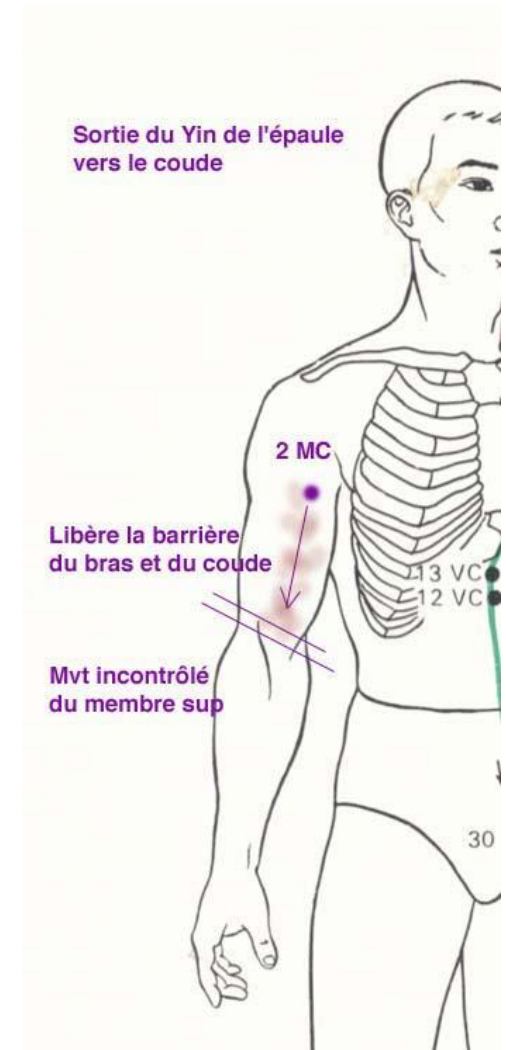
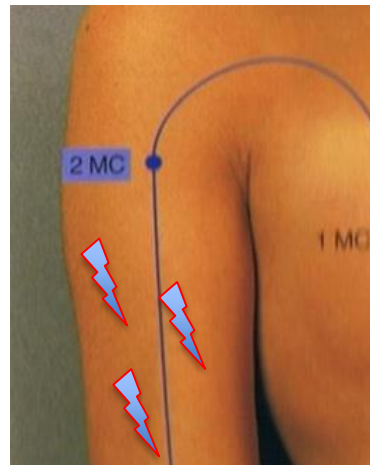
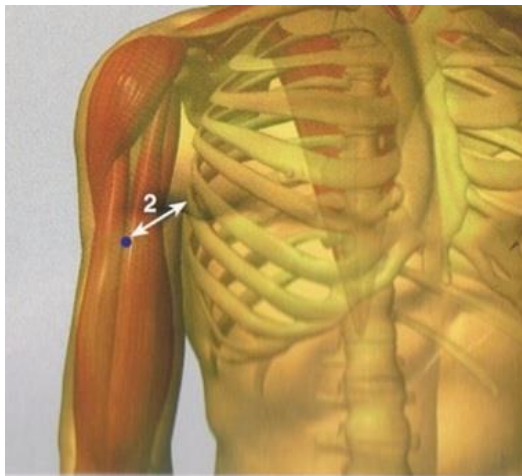
## -E) Exemple du coude face antérieure.

La douleur est localisée au dessus du coude, face antérieure et irradie vers l'épaule sur l'avant bras. Elle est sourde avec engourdissement, donc Yin ( exemple d'une tendinopathie du biceps). Le Yin ne peut descendre vers l'avant bras. Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 2 Maître du Coeur.

*Localisation:* Au niveau du pli de flexion du bras, face interne à deux cun en dessous entre le ventre long et le ventre court du biceps brachial.

*Indication:* Débloque la fluidité du Qi du méridien



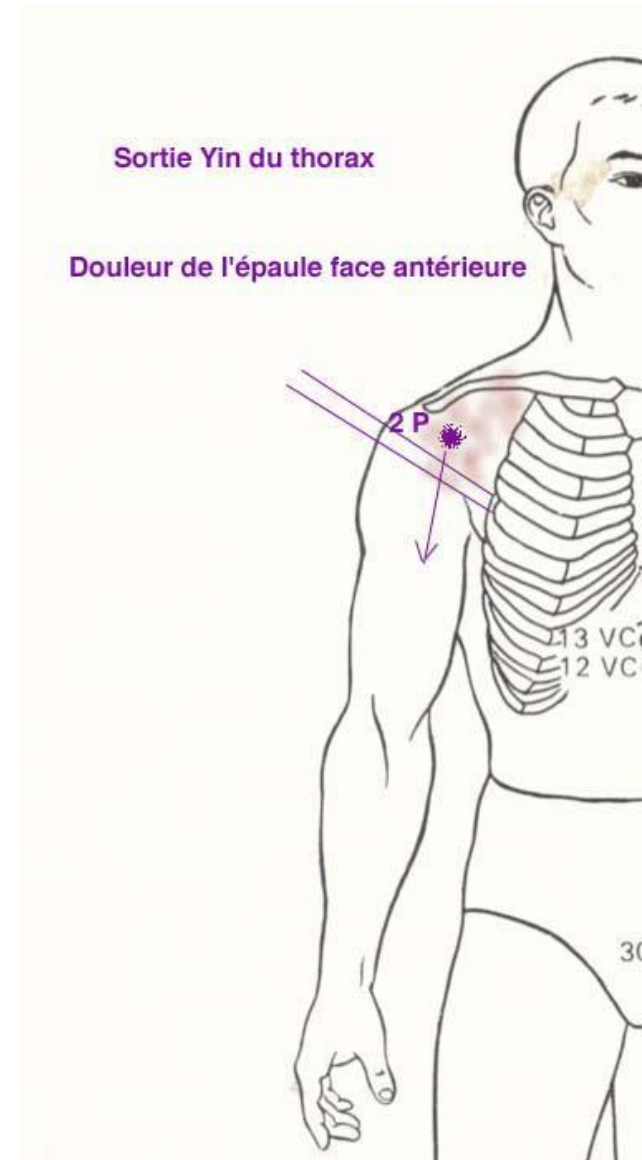
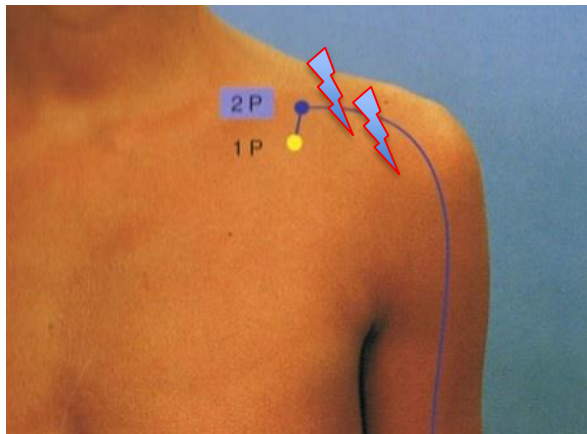
## -F) Exemple de l'épaule face antérieure.

La douleur est localisée au dessus de l'épaule, face antérieure et irradie vers l'avant bras. Elle est sourde avec engourdissement, donc Yin ( exemple d'une tendinopathie de la coiffe des rotateurs). Le Yin ne peut descendre vers le coude Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 2 Poumon

*Localisation:* Au premier tiers externe sous claviculaire, dans un creux sous la tête humérale vers le thorax.

*Indication :* Traite l'engourdissement du bras et de l'épaule.





## Etude des trois articulations principales du membre inférieur :

- Cheville
- Genou
- Hanche

-Nous étudions chacune de ces articulations dans le cadre de la pathologie classique douloureuse quelque en soit l'origine.

-Analysons la douleur en fonction de sa qualité Yin ou Yang et son irradiation territoriale.

### A ) Exemple de la cheville face postérieure.

La douleur est localisée à la cheville, malléole externe face externe et irradie vers le péroné.

Elle est aiguë, donc Yang, exemple d'une entorse de la malléole externe.

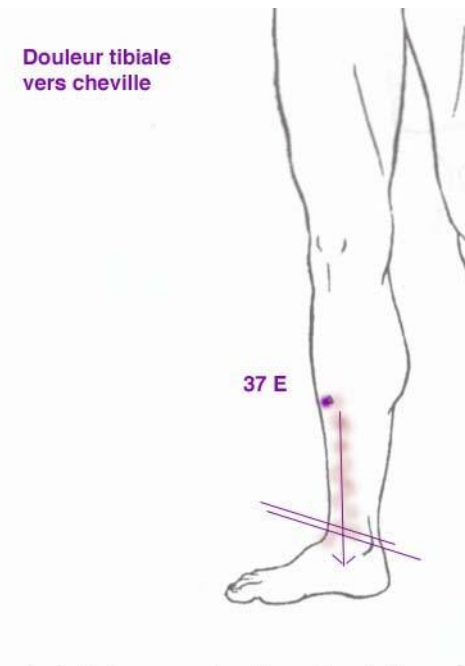
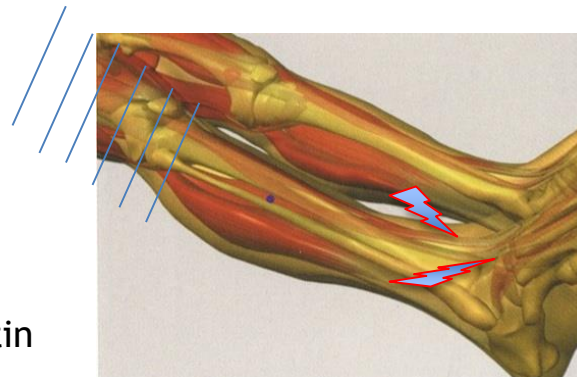
Le Yang ne peut remonter vers le tibia

Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 37 Estomac

*Localisation* : A six cun de l'interligne postérieure de l'articulation du genou, en avant de la crête tibiale.

*Indication*: Traite le blocage du Gros intestin



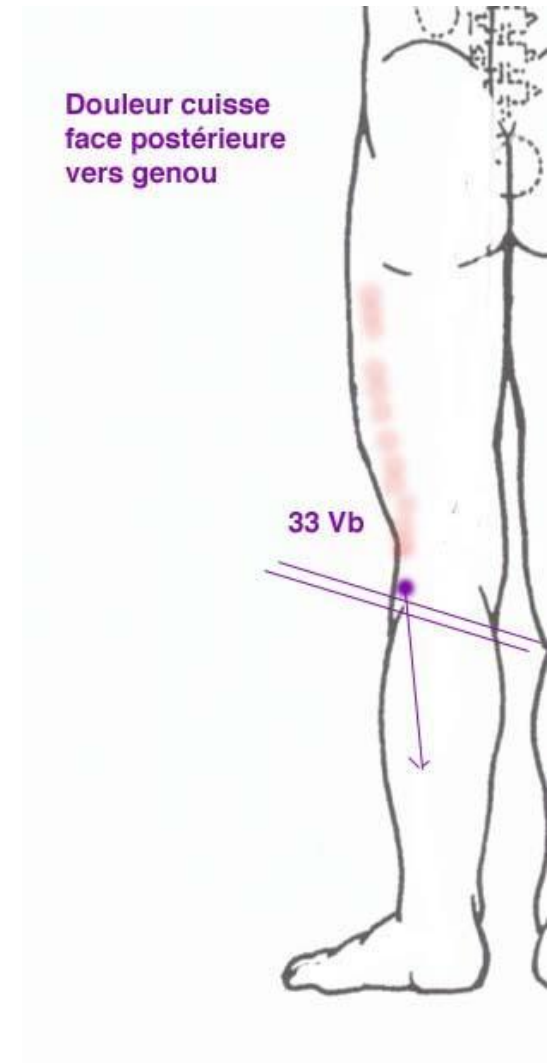
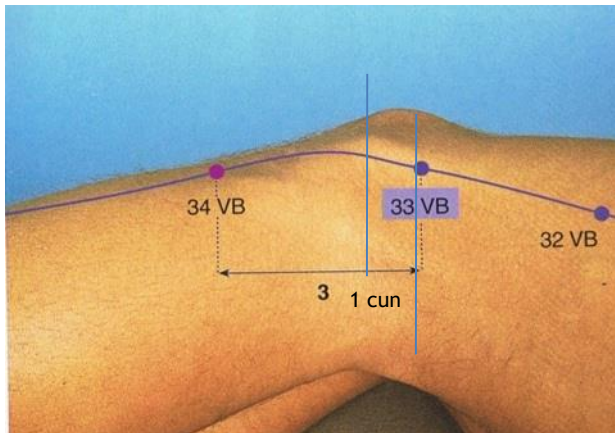
### -C) Exemple du genou face postérieure.

La douleur est localisée au genou, face postérieure et remonte vers le fémur. Elle est aiguë avec perte de force de la cheville, donc Yang (exemple d'une tendinite de la cheville). Le Yang ne peut descendre vers le tibia. Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 33 Vésicule biliaire

*Localisation:* A un cun de l'interligne artriculaire du genou face postérieure, en direction fémorale. Le long de la couture du pantalon.

*Indication :* Débloque l'articulation du genou souvent bloqué par le froid





## -E) Exemple de la hanche, face postérieure

La douleur est localisée à la hanche, face postérieure et irradie vers la fesse

Elle est aiguë avec douleur irradiante, donc Yang (exemple d'une sciatalgie avec contracture pyramidale).

Le Yang ne peut descendre vers le bas, reste bloqué à la hanche.

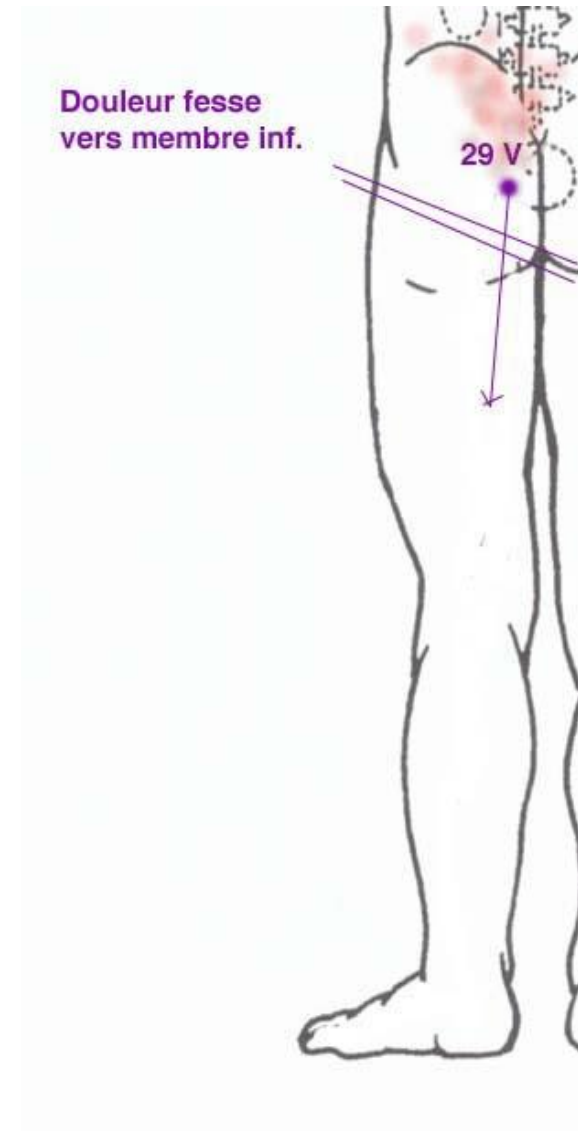
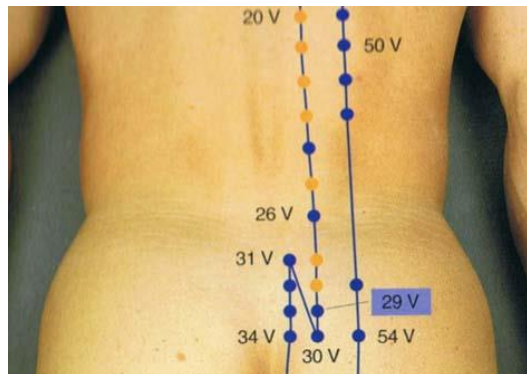
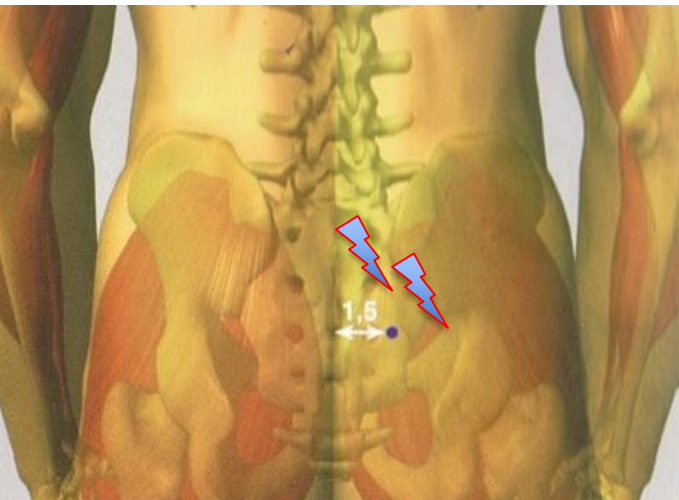
Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 29 V.

*Localisation* : A la hauteur du 3<sup>ème</sup> foramen sacré, à 1 cun et demi à l'extérieur.

*Indication*: Traite le blocage sacro iliaque par atteinte de froid.

**A ne pas confondre avec la sciatique S1, car pas d'irradiation de la douleur dans le membre inférieur.**



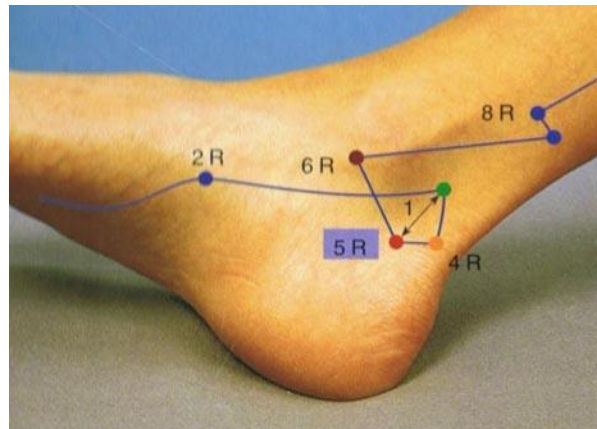
## -B) Exemple de la cheville, face antérieure.

La douleur est localisée à la cheville, face antérieure et irradie vers le mollet. Elle est sourde avec engourdissement, donc Yin (exemple d'une tendinite de la cheville). Le Yin ne peut descendre vers la cheville. Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 5 Rein

*Localisation:* sur la dépression formée par la tubérosité du calcaneum.

*Indication:* Débloque l'articulation de la cheville  
....action sur les blocages psychologiques avec raideur articulaire.



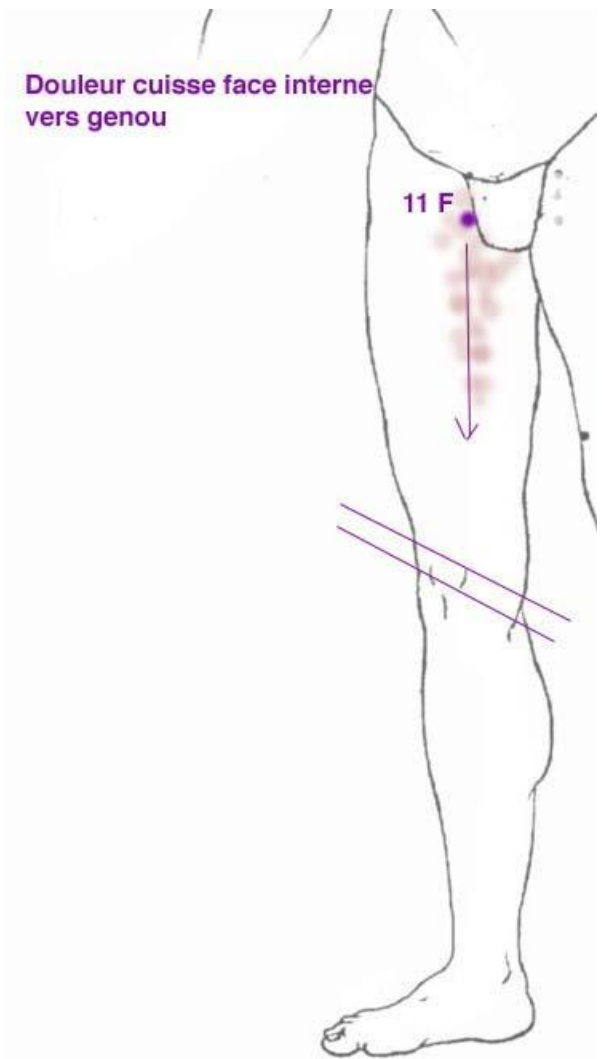
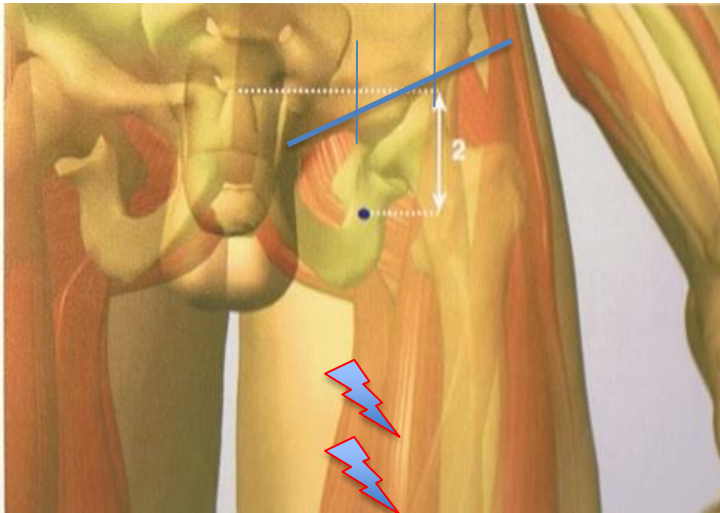
## -D) Exemple du genou face antérieure.

La douleur est localisée au genou, face antérieure et remonte vers la cuisse. Elle est sourde avec douleur lancinante, donc Yin (exemple d'une cruralgie d'origine positionnelle du genou). Le Yin ne peut descendre vers le bas, reste bloqué au genou. Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 11 Foie

*Localisation* : A partir de la ligne de l'aîne, au tiers interne, à deux cun en dessous, sur le bord du long abducteur.

*Indication*: Grand point des congestions pelviennes...action sur la crosse de la saphène interne.



-F) Exemple de la hanche, face antérieure.

La douleur est localisée à la hanche, face abdominale, (type cruralgie haute).

La douleur est sourde, lancinante et irradiante dans le bas ventre, sans irradiation dans la cuisse.

Elle est de nature Yin.

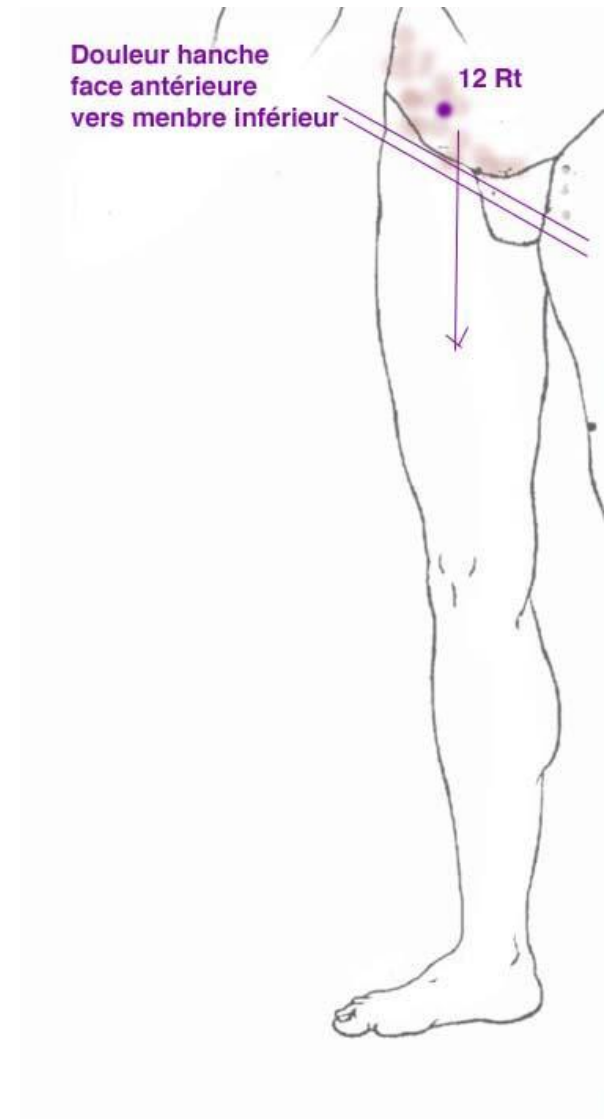
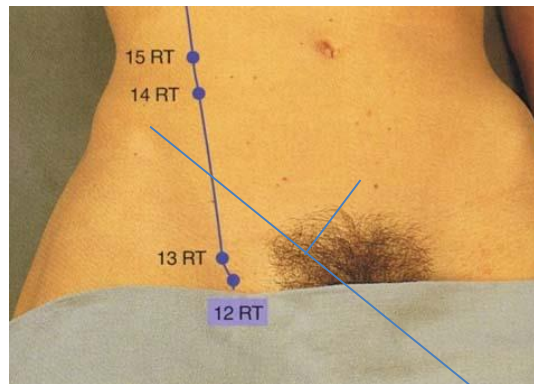
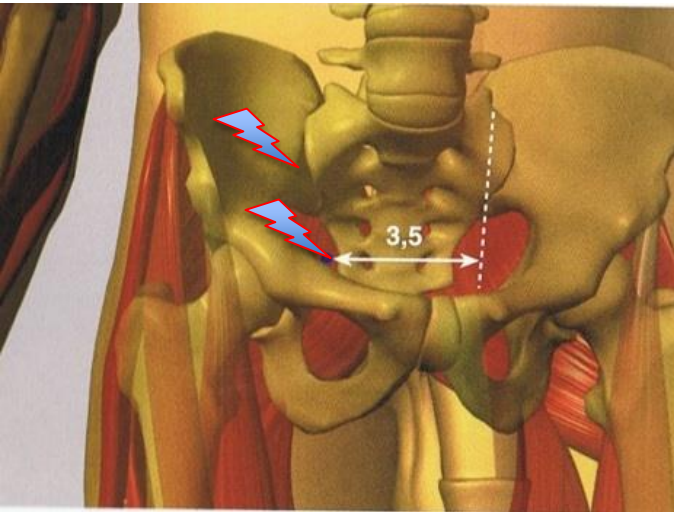
Le Yin ne peut descendre vers le bas, reste bloqué à la hanche.

Il faut libérer par la puncture du point barrière (guan) descendant.

Ici, ce sera le point 12 Rt.

Localisation:

Sur la ligne de l'aine, juste au milieu, à trois cun et demi de l'axe antérieur.



Fin de première partie sur le diagnostic de l'utilisation des points barrières.

A préciser que devant toute douleur, l'imagerie reste le meilleur moyen de différencier une douleur de nature ostéologique d'une douleur énergétique.

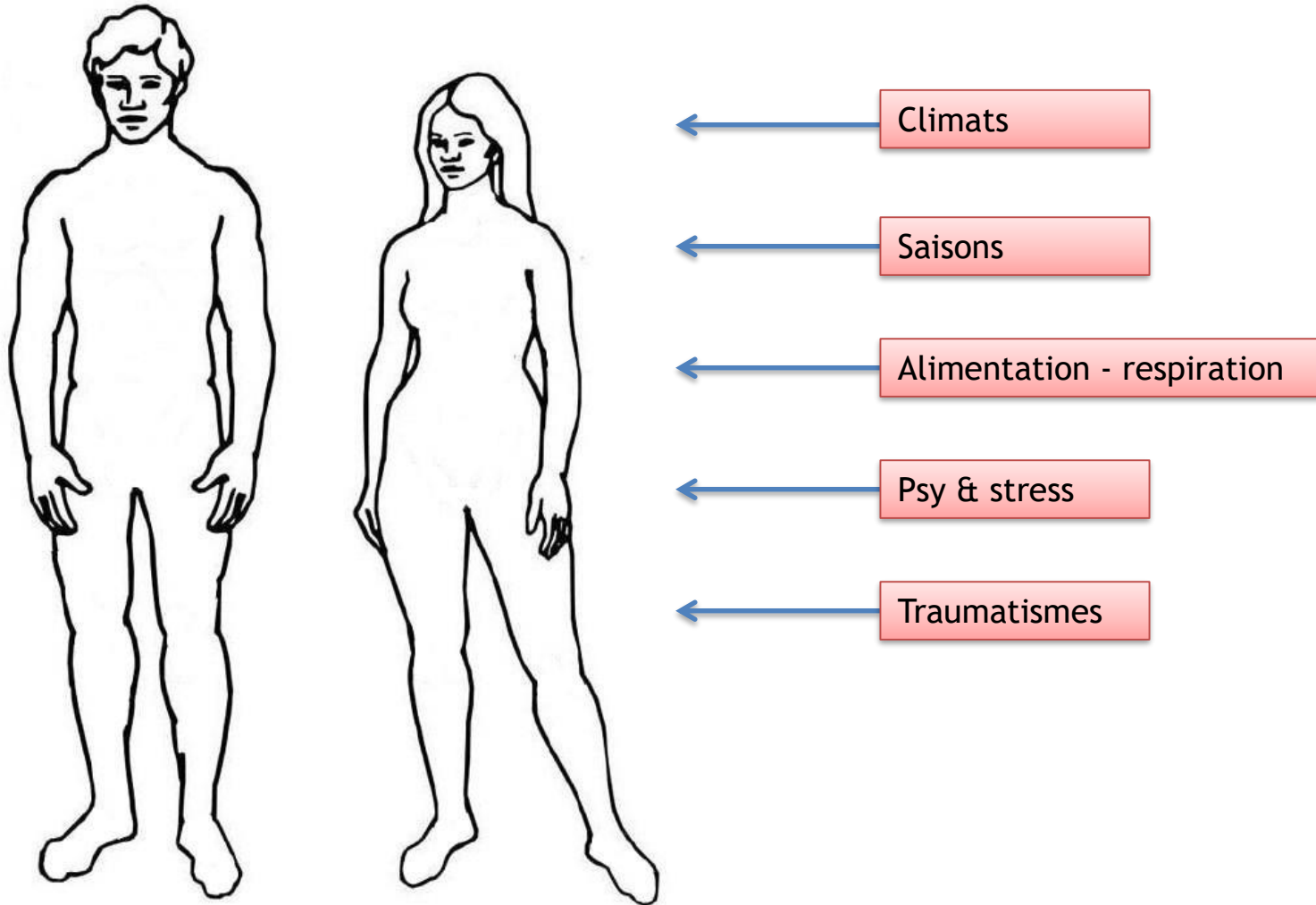
Envisageons maintenant les cas de douleurs du membre supérieur dont la causalité est liée au rhumatisme ( BI ), ou arthrosique.

Nous reprenons l'étude des mêmes articulations dans le cadre de lésions articulaires dues aux pénétrations d'énergies climatiques (Xie Qi )et non de barrières (guan) .

Ces énergies climatiques sont appelées 'perverse' lorsque le climat est excessif ou que l'état immunitaire fait défaut.

Ces notions sont très importantes car elles signent l'incidence de l'hygrométrie sur nos articulations.

## Rappel de l'architecture énergétique du corps humain selon le Médecine Traditionnelle chinoise



L'homme reçoit en permanence des informations de l'extérieur, qu'il traite, assimile et rejette  
Cette perception se fait par la peau, les orifices des sens et les méridiens (luo)



Face à ces manifestations externes, nous réagissons de deux manières :

**En nous défendant** .....énergie de défense : **Wei Qi**, circule à la surface, autour des méridiens

**En nous ressourçant**..... énergie “restauratrice” ; **Yong Qi**, circule dans les méridiens, régénère nos viscères.

Ainsi, le rôle essentiel de nos trajets énergétiques est d’être l’interface entre l’externe et l’interne.

Les points d’acupuncture auront tous un rôle de communication pour harmoniser notre vie au quotidien.

Les trajets des méridiens seront disposés à la surface de la peau sous différentes stratifications.

De la plus externe, donc défensive (comme une sentinelle).....**méridiens tendino-musculaires**

à la plus profonde, donc en relation avec les viscères ....branches profondes des **méridiens principaux**

en passant par d’autres trajets qui nous caractérisent dans notre situation spatiale .....**méridiens curieux**.

Enfin, notre “droit de regard” qui nous permet de communiquer avec l’externe par nos organes des sens :  
.....**les luo longitudinaux**.

**Architecture énergétique :**

-12 méridiens tendino musculaires

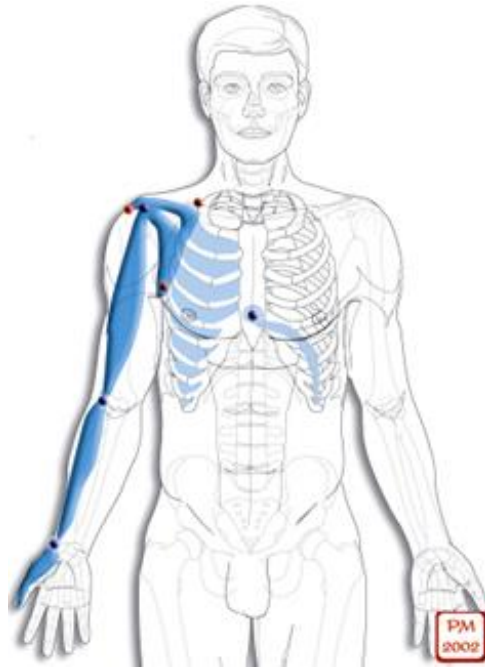
-12 méridiens principaux

-12 méridiens distincts

-12 luo longitudinaux

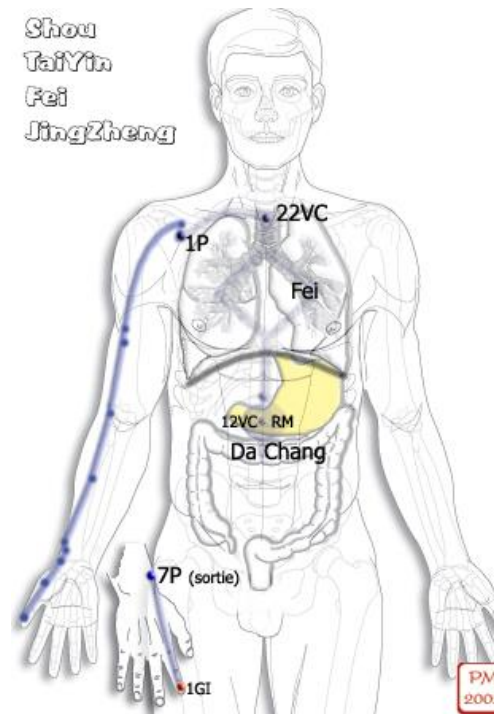
- 8 méridiens curieux

## Stratification des couches énergétique à la surface du corps :



Méridien tendino musculaire du Poumon

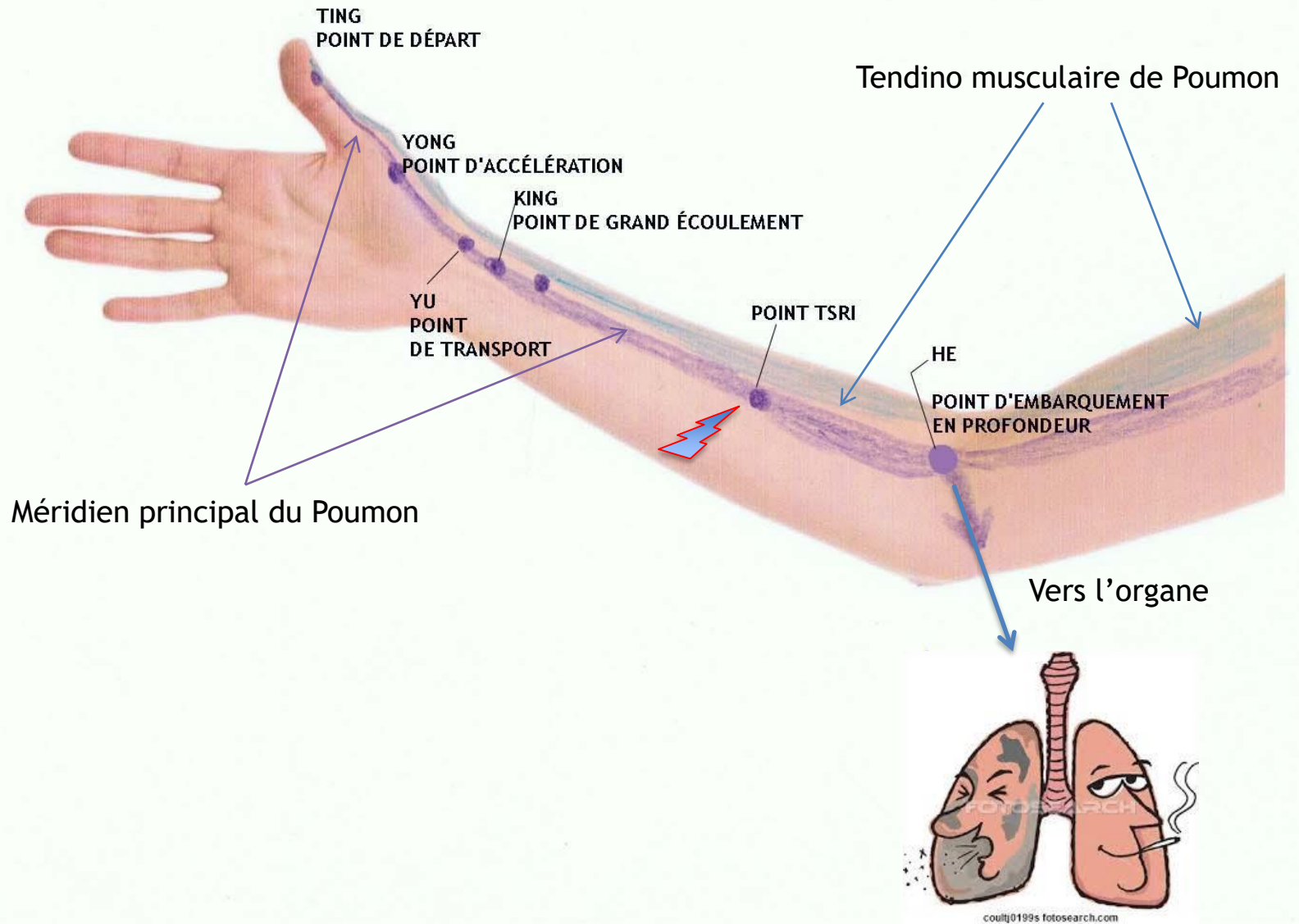
Atteinte toujours récente



Méridien principal du Poumon

Atteinte plus ancienne

# Exemple de circulation de l'énergie sur le méridien de Poumon.



## Principe de pénétration de l'énergie climatique traumatique, dite perverse ou Xié Qi.

Maintenant que nous connaissons le processus de pénétration d'agent climatique dans la peau et les couches profondes, il nous faut l'identifier par le type de douleur qu'il provoque.

Lorsque l'énergie pervers pénètre (voie du tendino musculaire ou directement), elle bloque l'énergie du méridien et dégrade l'articulation ou le muscle et tendon.

Selon le type de climat, nous trouverons les atteints de :

-**Humidité** : douleur articulaire et cartilagineuse avec gonflement de l'articulation

-**Froid** : douleur osseuse fixe, profonde

-**Vent** : douleur musculaire erratique

-**Chaleur** : douleur vasculaire

-**Sècheresse** (rare): douleur type démangeaison.

-Ce sont les **cinq agents "pervers"** qu'il nous faut éliminer par la stimulation de points stratégiques.

-Pour ce faire, utilisons les points appelés "**Shu Antiques**" des avant bras et des pieds en correspondance avec les climats.

-Utilisation de l'aiguille, du moxa, du massage ou de la friction avec produit.

La notion même de la douleur est perçue différemment selon les malades et bien souvent liée à disposition de l'énergie dans le corps.

### **Définition de la douleur de type Yang :**

-Elle est aiguë , souvent pulsatile, en surface et à prédominance diurne.  
Elle s'accompagne souvent de fièvre et chaleur locale.

### **Définition de la douleur de type Yin:**

-Elle s'accompagne souvent d'état de fatigue chronique.

### **Paramètres dont il nous faut tenir compte :**

-**Qualité** de la douleur : Yang / Yin .....palpation.

-**Périodicité** de la douleur : voir nycthémère et horaire des énergies dans le passage des méridiens.

-**Ancienneté** de la douleur (récente : traumatique ou climatique) -  
(ancienne : origine de la manifestation, sa cause)

-**Imagerie** face à la gravité et l'importance de la douleur

## Traitement des Bi en cas d'atteinte du poignet

### A) Atteinte des pervers "Humidité et froid" provoquant l'inflammation du poignet.

Les symptômes:

- Douleurs et enflure de l'articulation des doigt aggravées par le temps humide et froid. L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée et envahie les articulations provoquant :
- Douleur et gonflement, impotence de l'articulation, dégradation du cartilage articulaire.



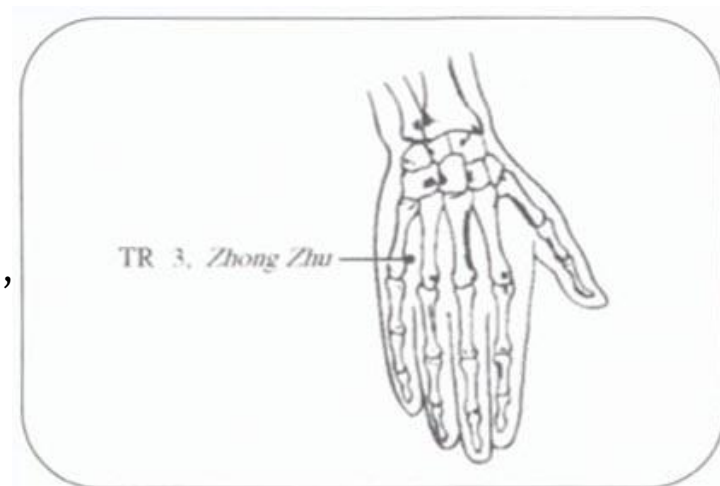


*Traitement :*

Il faut éliminer l'humidité dans l'articulation du poignet en utilisant les points suivants :

**-3 Triple réchauffeur.**

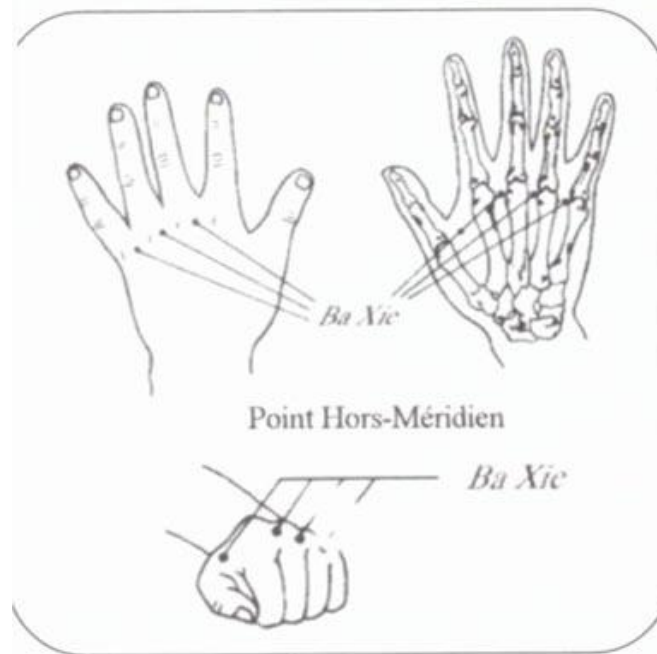
-Point situé sur le méridien, sur le dos de la main, à l'angle formé par le quatrième et le cinquième métacarpien, près de la quatrième articulation métacarpo-phalangienne.



**-Points hors méridiens “Ba Xie “ ou huit pervers**

-4 Points situés dans l'espace interdigital des métacarpiens.

Ces points sont remarquablement efficaces à l'aiguille, parfois en saignée et au moxa.



## B ) Atteinte des pervers “Vent“ provoquant des contractures douloureuses du poignet.

- Les symptômes:

- Douleurs et tétanies de l'articulation des doigt aggravées par le vent.

L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée et envahie les ligaments des articulations provoquant :

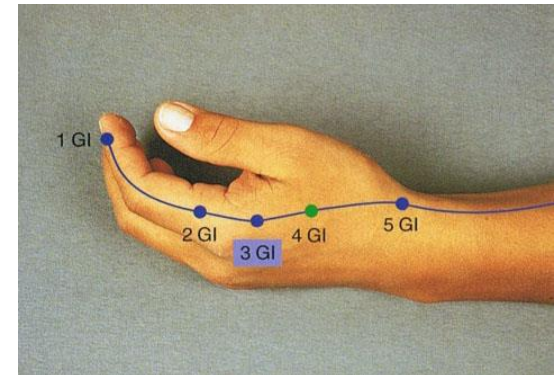
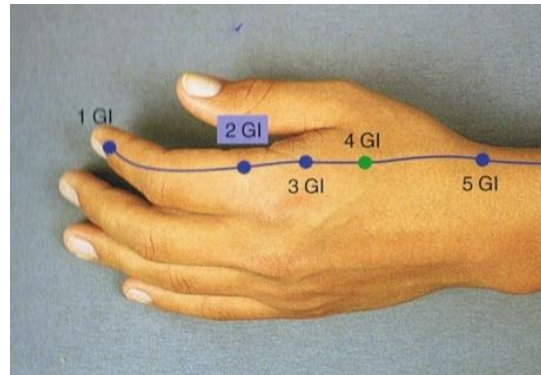
- Douleur et raideurs de l'articulation, crampes des doigts de la main .

Douleurs souvent rencontrée dans le bâtiment où les expositions aux intempéries provoquent ces inflammations.

Le traitement : Utiliser le 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> point du Gros intestin.

Localisation :

En avant et en arrière de l'articulation métacarpo-phalangienne de l'index, sur le trajet du méridien du Gros intestin.

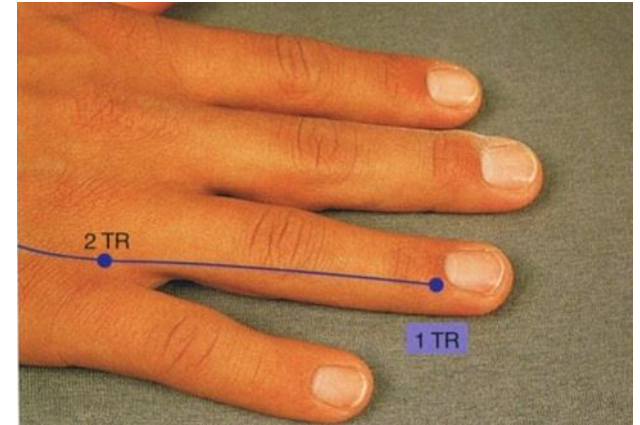


## Autres technique de puncture .

Piquer le premier point (Ting du méridien du Triple réchauffeur) pour bloquer la pénétration de l'énergie perverse climatique "vent".

### *Localisation du point 1 Tr:*

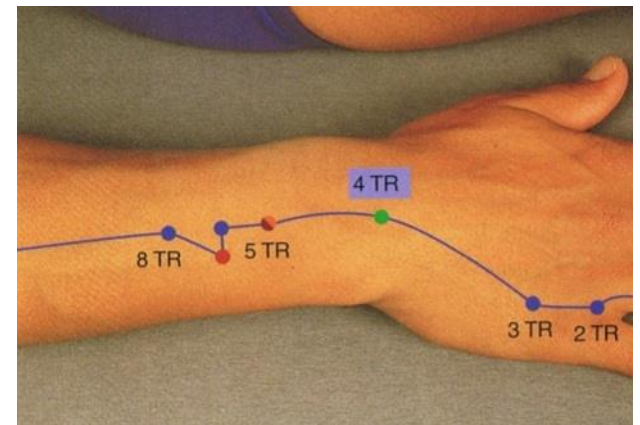
Angle unguéal interne de l'annulaire.  
La puncture se fait avec une petite aiguille.



Piquer le 4 TR pour libérer les tensions ligamentaires de la main.

### *Localisation:*

Au milieu du pli dorsal du poignet, en arrière de l'articulation des 5<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> métacarpien.



## Traitement des Bi en cas d'atteinte du coude.

### A) Atteinte des pervers "Humidité et froid" provoquant l'inflammation du coude.

Les symptômes:

- Douleurs et enflure de l'articulation du coude par le temps humide et froid.
- L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée et envahie les articulations provoquant :
- Douleur et gonflement de l'épicondyle, impotence de l'articulation, dégradation du cartilage articulaire entraînant l'arthrose.



Ne pas confondre avec la douleur et l'inflammation d'un épicondylite ou épitrochléite.

Ici, la douleur est consécutive à l'envahissement du froid humide dans l'articulation du coude.

Traitement :

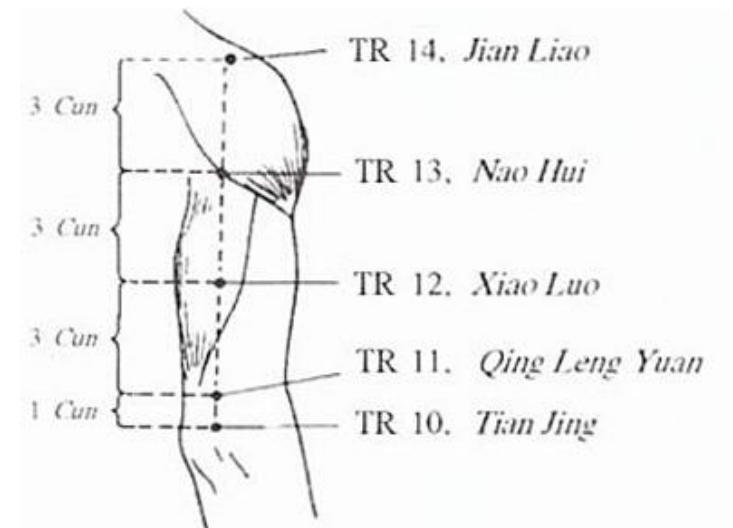
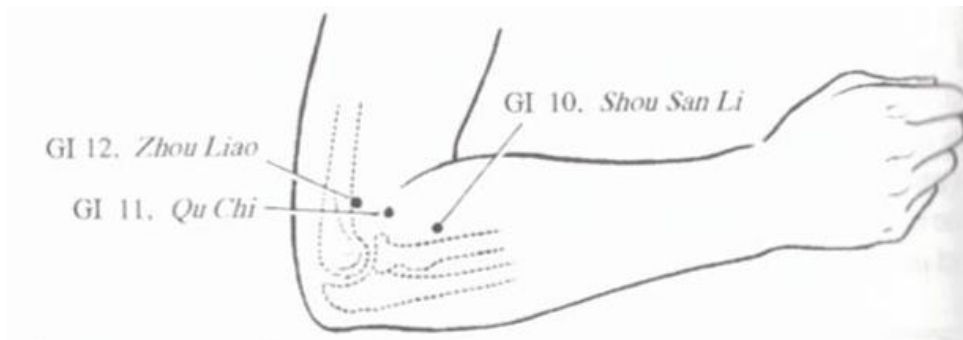
Il faut éliminer l'humidité dans l'articulation du coude en utilisant les points suivants :

- **Les symptômes:**

- Douleurs et enflure de l'articulation du coude aggravées par le temps humide et la mauvaise alimentation.
- La douleur est invalidante et pénalise le mouvement.

- **Le traitement:**

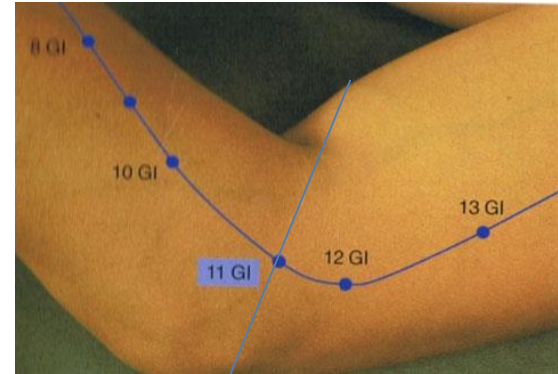
- 11 Gi : point qui libère l'inflammation et réduit l'enflure due à l'humidité
- 12 Gi , libère l'articulation.
- 10 Tr : décongestionne les stases vasculaires, relâche les tendons.



## Localisations et technique de poncture :

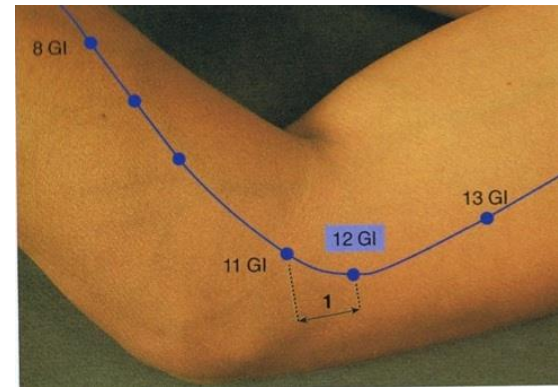
### *Localisation du point 11 GI :*

Coude fléchi, Juste à l'extrémité externe du pli de flexion.



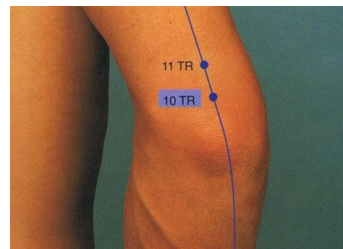
### *Localisation du point 12 GI :*

Coude fléchi, à un cun de l'extrémité externe du pli de flexion en direction proximale.



### *Localisation du 10 Tr :*

Dans la dépression située à un cun de la pointe de l'olécrane vers le haut.





## Traitement des Bi en cas d'atteinte de l'épaule.

### A) Atteinte des pervers "Humidité et froid" provoquant l'inflammation de l'épaule.

Les symptômes:

- Douleurs et blocage de l'articulation de l'épaule par le temps humide et froid.
- L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée ou locale (nuque) et envahie l'articulation provoquant :
- Douleur et gèle de l'articulation, impotence de l'articulation, dégradation du cartilage articulaire entraînant l'arthrose (polyarthrite rhumatoïde, épaule gelée...)

Rechercher la rupture de la coiffe des rotateurs, pathologie où l'acupuncture n'à guère sa place.



Inflammation péri articulaire de l'épaule due à la pénétration d'humidité.  
Intérêt de l'acupuncture.

Cas d'un dépôt par cristaux d'Hydroxy apatite sur tendons et ligaments.  
Arthropathie micro cristalline.....  
Peu d'efficacité pour l'acupuncture.



## Traitement des Bi en cas d'atteinte de l'épaule.

Atteinte du pervers "humidité" provoquant le syndrome de l'épaule gelée ou de l'inflammation rhumatismale.

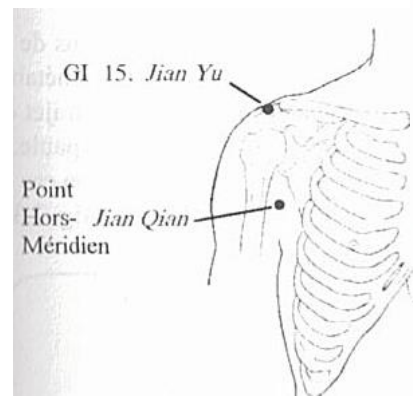
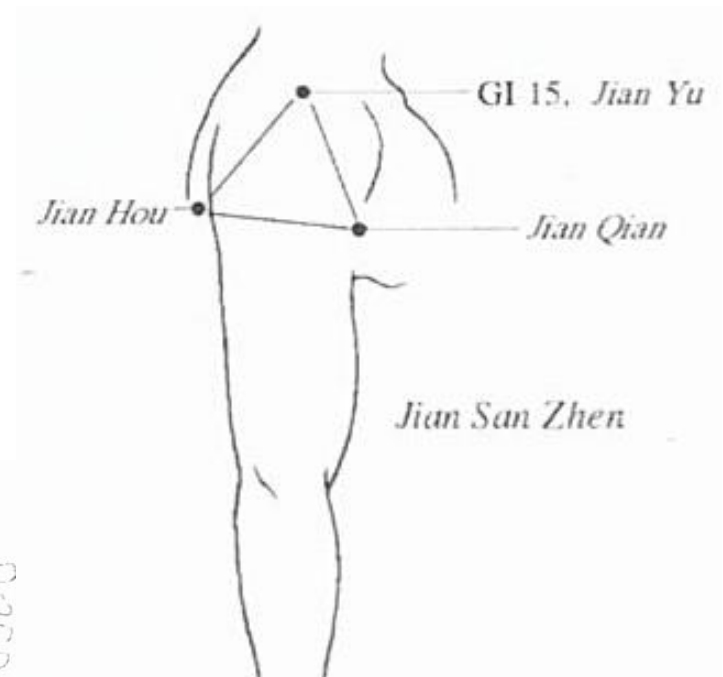
a) Les symptômes:

- Douleurs et blocage de l'articulation de l'épaule aggravés par le temps humide.

b) Le traitement:

Technique des trois points (Jian San Zhen):

- Gi 15, Jian Yu: Débloque l'articulation et assèche l'humidité (moxa)
- H.M Jian Qian: Libère l'articulation, situé à 1 cun au dessus du pli axillaire antérieur
- H.M Jian Hou : Active le sang circulant, , situé à 1,5 cun au dessus du pli axillaire postérieur.



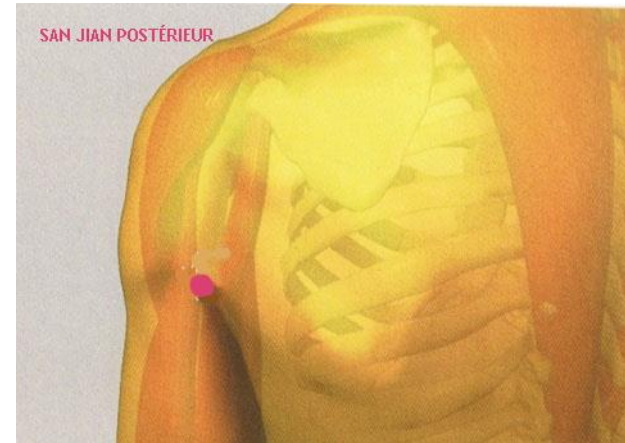
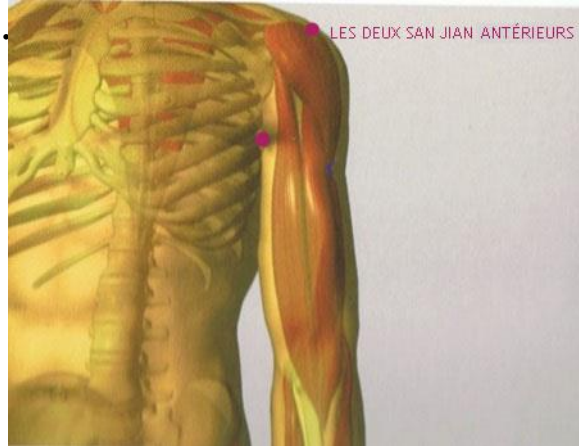
## Localisation et puncture des San Jian dans le traitement du rhumatisme de l'épaule:

### *Localisation des trois San Jian :*

1<sup>er</sup> : Dans la dépression située en avant et en dessous de l'acromion

2<sup>ème</sup> : Postérieur, au pli de l'épaule

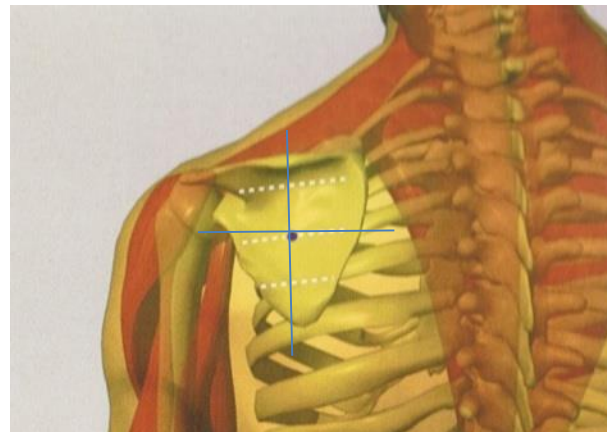
3<sup>ème</sup>: Antérieur, au pli de l'épaule.



### *Localisation d'un grand point de l'épaule :*

11 IG :

Au milieu de la fosse sous - épineuse



## Douleur de l'épaule antérieure par blocage de l'articulation en présence d'humidité

Le douleur est oppressante, lancinante, améliorée par le massage et la chaleur humide.

Irradiation dans l'avant bras.

Deux points stratégiques pour éliminer l'humidité de l'épaule.....

### 3 P et 6 P

*Localisation du 3 Poumon:*

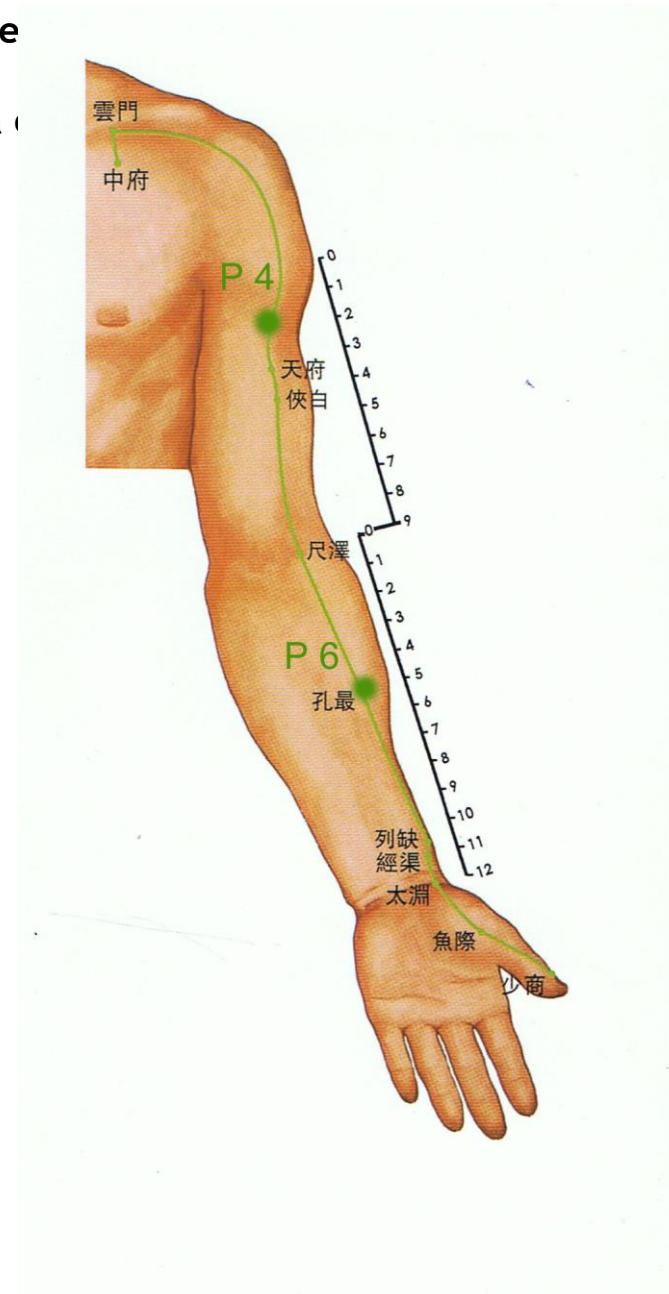
Partie antéro latérale du biceps brachial  
Niveau pointe du mamelon.

*Indication :* Elimine l'humidité .....point de la mémoire

*Localisation du 6 Poumon:*

Sur la face interne radiale de l'avant bras, au milieu en remontant d'un cun vers le proximal.

*Indication :* Chasse l'humidité du méridien...point Xi.



## Traitement des Bi en cas d'atteinte de la cheville

### A) Atteinte des pervers "Humidité et froid" provoquant l'inflammation de la cheville.

Les symptômes:

- Douleurs et enflure de l'articulation de l'articulation de la cheville aggravées par le temps humide et froid.
- L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée (sous la voute plantaire) et envahie l'articulation de la cheville provoquant :
- Douleur et gonflement, impotence de l'articulation, dégradation du cartilage articulaire.

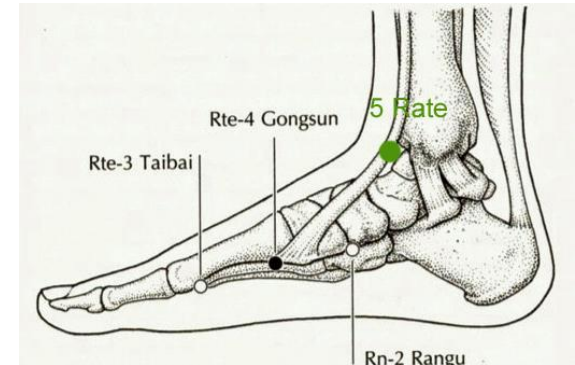


## Traitement :

Il faut éliminer l'humidité dans l'articulation de la cheville en utilisant les points suivants :

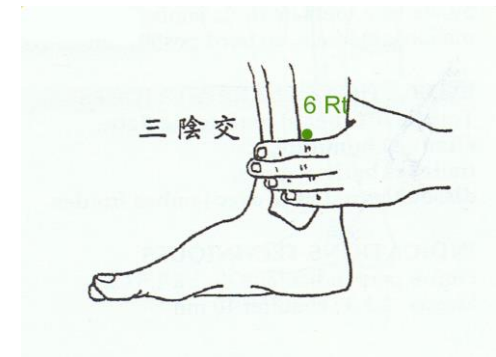
### -5 Rate : Elimine l'humidité de l'articulation

-En avant et au dessous de la malléole interne,  
dans le creux qui se forme en adduction de la cheville.

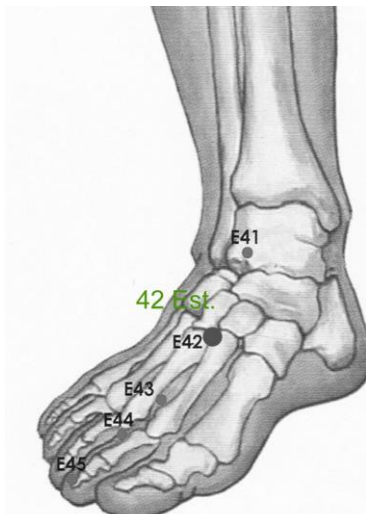


### -6 Rate : Libère le blocage des trois Yin du pied

-Quatre travers de doigt au dessus de la saillie de la malléole interne



### -42 E : Elimine l'humidité et renforce la cheville



Dos du pied, au dessus de la jonction entre deuxième et troisième métatarsien, un cun et demi en dessous du pli de flexion de la cheville.



## Traitement des Bi en cas d'atteinte du genou.

### A) Atteinte des pervers "Humidité et froid" provoquant l'inflammation du genou.

Les symptômes:

- Douleurs et enflure de l'articulation du genou par le temps humide et froid.

L'énergie perverse pénètre par la voie cutanée et envahie l'articulation provoquant :

- Douleur et gonflement du genou, en particulier face interne, impotence de l'articulation, dégradation du cartilage articulaire entraînant l'arthrose.