

Vos  
**HORMONES**  
vous jouent-  
ils des tours  
chaque mois?

**L'Acuponcture**  
peut vous  
aider

Etes-vous une de celles, qui ont chaque mois des états d'âme, d'irritation, de dépressivité, de

boulimie, de maux de tête, douleurs aux seins ou d'insomnies?

Ou avez-vous plutôt une menstruation douloureuse ou un cycle irrégulier, des pertes de sang excessives ou de trop longue durée?

Y avez-vous déjà pensé de faire traiter ces plaintes et ceci sans se faire administrer des hormones? C'est possible à l'aide de l'acuponcture et la médecine chinoise.

## Troubles de la menstruation

Cela comprend toutes les anomalies du cycle menstruel, qu'il s'agisse d'un cycle irrégulier, une menstruation qui arrive **trop tôt** ou **trop tard**, ou des pertes de sang entre les menstruations ou d'une ménopause précoce.

Une perte de sang **excessive** ou de **trop longue durée** est également anormale.

Des pertes excessives peuvent provenir de causes organiques ou fonctionnelles. Des causes organiques se situent dans l'utérus, les ovaires, comme des tumeurs bénignes, des tumeurs malignes de l'utérus. Si l'examen gynécologique exclut des causes organiques, la médecine chinoise est certainement indiquée pour traiter ces problèmes.

La **menstruation douloureuses** (la dysménorrhée) est aussi cataloguée comme trouble menstruel.

La douleur peut survenir avant, pendant ou après la menstruation au niveau du bas du dos ou de l'abdomen. Certaines femmes ont également des problèmes vagues au milieu du cycle, au moment de l'ovulation.

Ici aussi des causes organiques comme l'endométriose doivent être exclues. Dans le cas où il n'y a pas de cause organique la médecine chinoise est valable, mais la durée du traitement est plus longue.

## **Syndrôme prémenstruel**

Ce syndrome couvre les symptômes émotionnels et physiques, qui surgissent dans la période de 2 à 14 jours avant la menstruation et qui peuvent durer jusqu'à la menstruation ou même au delà.

Ceci comprend: la dépression, l'irritabilité, la colère, les émotions excessives, le gonflement du ventre, la constipation ou la diarrhée, les maux de tête, les éruptions de la peau, l'acné, le gonflement ou la douleur des seins et les insomnies.

Les plaintes peuvent varier de moyennes à intenses et gênantes.

## **La médecine occidentale et les troubles menstruels**

La médecine occidentale décrit le mécanisme des troubles menstruels en termes d'hormones, de prostaglandines ou substances chimiques de transmission nerveuse. Bien que cette description biochimique est correcte, la médecine occidentale offre peu de possibilités pour traiter les plaintes fonctionnelles de la menstruation, sauf les produits hormonaux.

## **La médecine chinoise et les troubles menstruels**

Un cycle normal est le résultat d'un équilibre des différents systèmes d'organes, d'une circulation

normale de l'Energie et du Sang dans les méridiens et d'un équilibre entre le Yin et le Yang dans le corps. (le Sang dans la médecine chinoise couvre plus que la substance organique que nous connaissons de la médecine occidentale)

Un excès de yang peut provoquer une menstruation excessive ou précoce; un excès de yin provoquera un cycle trop long. Un manque d'énergie ou la Chaleur dans le Sang peut être à l'origine d'une menstruation précoce. Un blocage d'énergie peut être responsable des menstruations douloureuses.

Le but du traitement est de remettre en équilibre, d'enlever les blocages afin de faire circuler l'énergie librement, de rétablir les vides ou de diminuer les excès.

Quand tous les systèmes seront équilibrés, l'Energie, le Sang, le Yin et le Yang un état de santé et d'harmonie sera retrouvé.

Le but de la médecine chinoise n'est donc pas de réduire les plaintes en première instance, mais d'éliminer les causes, ce qui fera disparaître automatiquement les symptômes.

Le traitement consiste à piquer certains points précis (les points d'acupuncture) situés sur les méridiens.

### **Durée du traitement**

Les traitements d'acupuncture se concentrent souvent autour d'un certain moment du cycle, par exemple la seconde partie.

Pour la plus part des plaintes, le traitement sera prolongé durant au moins trois cycles consécutifs, bienqu'une amélioration peut se manifester du premier mois.

### **Quels sont les résultats possibles?**

Le syndrome prémenstruel, les menstruations douloureuses, le cycle trop court ou trop long ou les pertes de trop longue durée réagissent rapidement.

Des menstruations excessives ou des cycles irréguliers demandent souvent plus que 3 cycles avant que l'harmonie totale soit rétablie.

Il vaut mieux en discuter avec votre acupuncteur, qui placera vos symptômes dans leur contexte exact. Il vous procurera les détails sur la durée et le pronostic.

### **L'acupuncture est-elle remboursée?**

Le traitement par un acupuncteur affilié à la BAF est partiellement remboursé par quelques mutuelles. Des informations à ce sujet sont disponibles auprès de votre caisse d'assurance maladie ou chez un acupuncteur affilié à la BAF.

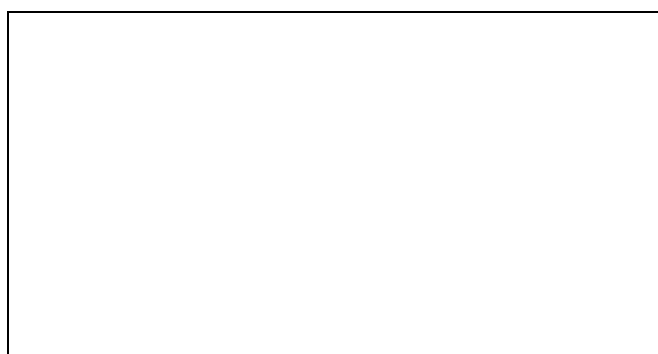
Un certain nombre de compagnies d'assurances ont conclu un accord avec la BAF dans le cadre de leur polices accident (du sport) ou hospitalisation. Vous trouverez des informations à ce sujet dans votre police, chez votre courtier ou auprès d'un acupuncteur affilié à la BAF.

### **Acupuncteurs reconnus**

La liste des acupuncteurs reconnus par l'association professionnelle légale "Belgian Acupunctors Federation BAF", peut être consultée sur le site [www.acupunctuur-baf.be](http://www.acupunctuur-baf.be),

ou peut être obtenue en envoyant une enveloppe adressée à vous-même et dûment affranchie à:

**BAF, Postbus 82, 2900 Schoten.**



© Copyright Belgian Acupunctors Federation BAF 2003