

Douleurs du post-partum

Augusta Guiraud-Sobral

Les douleurs sont un phénomène fréquent après l'accouchement.

Il y a des douleurs Yin qui sont sourdes, à type de torsion, spasme ou écrasement, et des douleurs Yang, aiguës, paroxystiques à type de brûlure ou arrachement.

Si la douleur est améliorée par la pression c'est plutôt signe de vide. Les plénitudes, elles, sont aggravées par la pression. Les stagnations sont améliorées par le massage.

Les douleurs les plus fréquentes en suites de couches immédiates sont :

1) Douleurs abdominales :

a) Tranchées utérines :

Douleurs fréquentes et physiologiques dues à l'involution utérine, peuvent devenir excessives et intenses, s'accompagner de sensation vertigineuse, constipation et grande fatigue, surtout chez des femmes anémiées déjà pendant la grossesse ou qui ont saigné beaucoup pendant ou après l'accouchement.

Elles sont améliorées par la pression et les repas.

La langue est pâle et mince et le pouls fin et rugueux.

Nous sommes devant un tableau de vide de Sang.

Le traitement :

17VC pour tonifier le Sang

20V point shu de la Rate

43V si anémie importante, pour stimuler les globules rouge

6VC pour tonifier le Qi et lever la stagnation abdominale

4VC pour renforcer l'utérus et nourrir le Sang

36 E et 6RP pour tonifier le Qi et le Sang

b) Constipation :

Le vide de sang peut aussi engendrer une constipation avec des douleurs abdominales, selles sèches, difficiles à expulser, grande fatigue, sensation vertigineuse et vision parfois brouillée.

La langue et le teint sont pâles et le pouls fin et rugueux.

Pour le traitement :

Autre le traitement de vide de sang avec le 20V, 17V et 43V si anémie,

8F point de tonification du Foie, vivifie le sang et relâche les muscles et les tendons.

10RP pour son action sur les plénitudes abdominales et les ballonnements.

11GI qui agit sur la constipation et équilibre le Qi et le Sang

25V point Shu du GI qui agit aussi sur la sensation de pesanteur sur le rectum.

c) Rétention urinaire :

1Rn bien connu et efficace dans les rétentions urinaires mais douloureux à la puncture

11Rn lui aussi très efficace dans les rétentions : quand l'urine ne vient pas

9 Rn dans les spasmes vésicaux
2F et 3F dans les mictions difficiles
28 E dans les urines insuffisantes
32V anurie et inflammation
34VB qui va relâcher le sphincter vésical
Les Liao qui apportent du Yang pour la mobilisation des urines

d) Douleurs abdominales avec incontinence urinaire :

28V point Shu de la vessie qui va la tonifier
3VC point Mu de la vessie
4VG qui agit dans les pollakiuries et incontinence urinaire surtout nocturne
1F pour les incontinenes urinaires avec des besoins fréquents et pressants

2) Douleurs lombaires :

Les douleurs lombaires sont souvent dues à une stagnation du Yang, il faut donc tonifier et harmoniser le qi pour lever la stagnation. Pour cela :

36 E qui harmonise le Qi et le Sang et lève les stagnations
20VG qui va tonifier et équilibrer l'ensemble des méridiens
Après selon la localisation et la caractéristique de la douleur :

a) Si la douleur se situe dans la région de la périurale :

Faire le traitement « termino-terminal » dans la région de la piqûre : piquer en tonification le point VG en bas de la piqûre de la périurale et en dispersion le point VG après la piqûre.

b) S'il s'agit de douleurs lombaires sans irradiation :

Faire les Liao et le 34VB qui agit sur les douleurs lombaires avec des élancements et impossibilité de s'asseoir ou de se pencher.

c) Si les lombalgies ont tendance à irradier en région dorsale :

41VB pour ouvrir le Dai Mai et faciliter la circulation haut/bas
Liao pour drainer la stagnation

d) Coccygodinies :

1VG agit sur les coccygodinies et la raideur de la colonne vertébrale
20VG pour faire circuler et lever la stagnation.

3) Douleurs périnéales :

Ce sont des douleurs très fréquentes dans le post-partum immédiat et souvent liées à deux causes :

a) Episiotomie.

Si la douleur est liée à l'épisiotomie par elle-même :

4GI + 6RP deux bons points d'analgésie

S'il y a un œdème important du périnée avec sensation de « tiraillement » sur les points, ajouter 7Rn aux précédents pour éliminer l'œdème plus rapidement

b) Hémorroïdes

Souvent volumineuses, inflammatoires avec douleur et prurit intense, une langue rouge et un pouls en corde et rapide nous donnant l'indication d'une stase de sang.

17V pour tonifier et rafraîchir le sang

10RP qui élimine la chaleur et rafraîchit aussi le sang

40V agit sur les hémorroïdes qui saignent avec prurit

57V pour agir sur la distension veineuse et le prurit anal

58V plutôt pour les hémorroïdes volumineuses avec tendance au saignement et les fissures anales

11GI pour faciliter les selles

3F qui va aussi faciliter l'expulsion des selles.

c) Prolapsus utérin :

C'est l'effondrement du Qi. Il faut donc tonifier le Qi et tonifier Dai Mai.

36 E point qui tonifie le Qi et le Sang

20VG élève le Yang et augmente le Qi.

28VB régularise Dai Mai

23V point Shu du Rein

3) Douleurs mammaires :

a) L'engorgement mammaire

C'est une distension douloureuse du sein avec un sein dur et le lait ne s'écoule pas ou très peu. Cela est dû à une stagnation du Qi du foie, la langue a les bords rouges et les pouls à gauche sont en corde, surtout celui de la barrière.

Le 17VC est le point maître de l'allaitement car il lève les stagnations du TR moyen et supérieur. Il peut aussi bien résoudre l'engorgement mammaire comme l'agalactie, c'est juste un problème de technique de poncture. Ici pour l'engorgement mammaire on va le tonifier.

17V, point Shu du diaphragme, va résorber la stagnation dans la région de la poitrine

18V, point Shu du F

11G régule toutes les sécrétions et nourrit le Qi du Cœur

18 E point racine du sein, disperse la stagnation, régularise les seins et la lactation, agit sur le gonflement douloureux du sein.

23 Rn agit aussi sur la douleur du sein et les mastites.

3F fait circuler le Sang et le Qi.

6MC point réputé pour son action antalgique de la poitrine, calme l'esprit et harmonise et renforce le Cœur et la Rate.

4RP point clé du Chong Mai, répond à 6MC et renforce son action.

21VB si inflammation et kystes du sein

34VB douleur du sein avec la notion de « gorge nouée »

41VB point d'ouverture du Dai Mai agit sur la douleur et les abcès du sein.

b) Lymphangites :

11GI élimine la chaleur et équilibre Sang et énergie.

18RP « écoulement céleste » est indiqué dans les mastites, abcès du sein, kystes du sein et hypogalacties.

51V gouverne la nutrition de l'enfant après la naissance, traite les seins. Il est d'autant plus efficace s'il est piqué le plus précocement possible.

c) Crevasse du sein :

39VB accélère la cicatrisation

d) Douleur du mamelon :

17VC point maître de l'allaitement.

3F le mamelon étant régi par le méridien F, le 3F va agir sur les spasmes et douleurs du mamelon.

34 E a aussi une action sur le mamelon

e) Douleur à l'allaitement :

11G régit toutes les sécrétions et nourrit le Qi du Cœur.

18RP « écoulement céleste » va faciliter l'écoulement du lait.

4RP point clé du Chong Mai va faciliter la lactation

6MC qui va avoir une action antalgique dans la région de la poitrine.

f) Hypersensibilité des seins :

Sans pour autant avoir une pathologie spécifique.

14 E pour les femmes qui ont des seins hypersensibles et 3 redoutent d'être regardées ou touchées »

3VC qui agit aussi dans tous les troubles du sein.

4) Douleurs « chagrin » :

À l'accouchement l'utérus s'est vidé et l'axe Shao Yin est resté en vide de sang ou de Yin, certainement sur un vide déjà pré existant ou un accouchement trop long et pénible et ou une hémorragie ou des saignements trop abondants et prolongés.

Parfois ce changement d'état de femme enceinte à cet état de « vide » ou de femme à mère est une étape difficile à franchir amène une tristesse et désespoir et le 14F (Qi men- porte de l'espérance, de l'échéance,) qui régit la fin de tous les mouvements Yin, peut bien aider ces femmes à repartir dans une nouvelle vie.

Alors elles manifestent un regard sans éclat, une anxiété, une insomnie, des pleurs « pour rien », des troubles de la mémoire, palpitations, troubles de la libido et une asthénie avec une langue pâle et mince et un pouls rugueux et faible à la barrière et au pouce du côté gauche.

C'est un vide de sang du cœur.

Le 5C va harmoniser le Cœur et le Shen et communiquer avec le Ren Mai. Calme l'esprit et fortifie le cerveau, va favoriser l'ouverture à la communication et à l'expression du mal-être. Aide aussi à établir la communication mère/enfant.

15V point shu du cœur, va « retenir dans le creux » l'énergie circulante, régulariser et tonifier le cœur, élargir et décontracter la poitrine. Calme l'esprit et tonifie le cerveau.

20 VG point de la mer des Moelles, restaure le yang, clarifie et tonifie le cerveau et rétablit les troubles de la mémoire.

8F nourrit et tonifie le sang

4VC harmonise Chong Mai et Ren Mai, tonifie le souffle originel Yuanqi, récupère le Yang et harmonise le sang.

36 E favorise la montée du yang et renforce l'énergie. Traite les vides de Qi et de Sang, contrôle la mer des céréales.

43V dans les cas d'anémie importante va relancer la fabrication de globules rouges et atténuer très vite l'asthénie et le découragement qui sont souvent la cause d'une mauvaise estime de soi.

6RP tonifie la Rate et l'Estomac, harmonise le souffle et le sang, calme le Shen, nourrit le Yin et lève les stagnations de sang. Aide aussi à la cicatrisation du périnée et donc les problèmes de libido

4Rn peut aider des femmes timides à trouver confiance en elles

7C va aussi les aider à « mettre les pieds » sur terre pour pouvoir avancer dans la maternité

14 E point des chocs émotionnels est particulièrement intéressant chez les femmes ayant un mauvais vécu de l'accouchement.



Dr Augusta Guiraud-Sobral
1 Parc du Cailly
76130 Mont Saint Aignan
augusta.guiraud-sobral@wanadoo.fr

