

ATELIER

ABORD PRATIQUE DE LA PRÉPARATION À L'ACCOUCHEMENT ET DES DYSTOCIES

Dr Augusta guiraud-Sobral

Dr Dominique Uhrweiller

Dr Marie Hélène Montaigne

Acupuncture et préparation à l'accouchement

Dr Augusta Guiraud-Sobral

La préparation à l'accouchement par acupuncture commence **après 37 SA** et s'étale sur **3 séances**, à raison d'une séance par semaine.

Cette préparation a pour but de rééquilibrer les femmes énergétiquement, éviter les termes dépassés, préparer le périnée, le col, faire descendre la présentation et apaiser leurs angoisses vis-à-vis de l'accouchement.

La première séance à 37 SA

1°. on évalue l'état énergétique de la femme et on le corrige s'il y a besoin.

Le pouls du pied gauche (**Rein yang**) qui jusque là, était plus faible que les autres doit commencer à ressortir et à devenir plus tonique. Les autres pouls doivent être bien frappés et équilibrés.

De même si le pouls du Rein reste toujours faible il faut commencer à tonifier le Rein par son point SHU le **V23**. C'est le cas souvent chez les multipares.

Bien souvent le pouls de la **Rate**, surtout chez les femmes surmenées physiquement ou intellectuellement ou qui s'alimentent mal, est un peu faible à ce terme. Il faut alors tonifier la Rate par son point SHU le **V20**

2°. dans tous les cas, il faut aussi commencer à préparer le périnée avec le **V35**.

3°. après ces points d'ordre général, on va tenir compte de l'examen obstétrical et voir quel est l'état du col et la présentation :

- pour la **maturation du col**, on fera le **F2 et le F3** qui vont avoir un rôle dans la dilatation du col mais aussi apaiser l'esprit. Ils sont à piquer systématiquement chez les femmes qui ont un col long tonique et fermé.

- chez les femmes qui ont une **présentation haute** il faut piquer le **V60** qui va aider le bébé à descendre, va tonifier les lombes et tonifier le Yang des Reins nécessaire à la bonne contractilité utérine. Il va aussi lever les stagnations de Sang et de Qi dans l'utérus susceptibles d'entraîner des accouchements longs et difficiles.

La deuxième séance à 38 SA, on vérifie toujours l'équilibre énergétique et on continue de le rétablir si besoin.

1°. S'il y a un bon équilibre, on commence à préparer aussi le psychisme avec le **C7** qui calme l'esprit, a une action sur les spasmes de l'utérus et harmonise le Qi et le Sang.

Le **MC6** qui harmonise et **renforce le Cœur et la Rate**, pour les femmes fatiguées.

L'association des deux est particulièrement intéressante dans les plénitudes du Cœur avec des angoisses profondes.

2°. Les **Liao** (V31, V32, V33 et V34) qui vont commencer à amener du yang dans le pelvis pour pouvoir avoir des contractions de bonne qualité au moment de l'accouchement. On les embroche avec une aiguille longue.

3°. Le **F2** et **F3** sont à refaire pour les cols longs et toniques encore fermés.

4°. De même le **V60** pour les présentations hautes.

La troisième séance aura toujours pour but de renforcer l'énergie et corriger les déséquilibres s'il y en a. Il faut tonifier les femmes pour qu'au moment de l'accouchement il y ait l'énergie nécessaire pour un travail harmonieux.

1°. C'est le moment de tonifier le Yin au maximum pour avoir l'appel du Yang qui va déclencher le travail :

le **RP6** va **tonifier le Yin**, agir sur le Foie, le Rein et la Rate, et envoyer du Yin dans le pelvis au **VC4** qui lui va le transformer en Yang.

2° le **E36** qui va fournir l'énergie nécessaire à la fin de la grossesse et à l'accouchement.

3°. Pour les cols qui restent longs ou toniques , le **VB34** peut aider à « lâcher prise ».

4°. Pour les présentations hautes , le **V60** associé au **V67**.

5°. Et bien entendu le **C7**, pour donner la sérénité nécessaire à la mise en place des énergies pour avoir un accouchement physiologique et harmonieux.

La préparation à la naissance doit amener les femmes à l'accouchement dans l'équilibre énergétique :

- nécessaire à son déroulement physiologique
- et permettant d'avoir, s'il y a lieu, une bonne réponse à l'acupuncture pour diriger le travail.

Et comme dit François Cheng dans « Le dit de Tianyi » :

Le « non agir » n'est pas tant de rien faire que de faire tout ce qu'il faut et de ne plus « intervenir ».

L'ACCOMPAGNEMENT DE LA PARTURIENTE EN ACUPUNCTURE

De l'influence de l'attitude de la sage-femme, de l'influence des émotions sur le travail.

Docteur Dominique UHRWEILLER

Une bonne préparation à l'accouchement, physique, psychologique fait entrer une future-maman en travail dans des conditions optimales. L'accouchement reste néanmoins une « puissante » expérience, au cours de laquelle chaque femme se révèle dans sa capacité de « laisser-faire » ou de résister.

Dans l'ordre naturel des choses, le travail de l'accouchement se met en route spontanément, en temps voulu. Après 9 mois de maturation, dans l'obscurité, le mouvement amène l'enfant vers la lumière grâce à un lent processus d'ouverture, en rythme, contraction-détente, régulier ou non, de durée variable.

LE TRAVAIL

se fait en **rythme** entre la contraction où le col se rétracte, se serre, se tend , et la détente où le col se relâche. La dilatation s'opère pendant le repos, la contraction suivante bénéficie de ce qui s'est passé avant et pendant le repos.

La future-mère va devoir **puiser** dans toutes ses ressources pour « effectuer » ce travail, ou le laisser se faire? Suivre le rythme des contractions, savoir se relâcher entre, comme une respiration naturelle .Savoir mettre à profit les pauses, pour aller chercher des forces dans les profondeurs, et en prendre le temps.

Pour que le passage puisse se faire, le corps devra s'**adapter** en permanence, suivre le chemin, selon sa distance, sa durée, ses méandres. Cette adaptation se fait dans l'abandon , la souplesse, la confiance dans le savoir-faire maternel.

Tout blocage de ce processus se traduit par les pathologies du travail, dystocies...

Qu'en est-il de la sage-femme ou du médecin qui accompagne le travail? Comment laisser advenir ce rythme, ce temps?

L'accompagnement de la grossesse et, à fortiori, de l'accouchement, met chacun, thérapeute, comme future maman, en face de ses propres représentations au sujet de l'accouchement, de ses pathologies, de la parentalité..

La médecine chinoise nous enseigne à nous, soignants, la nécessité d'être dans un état de présence, de vacuité face à nos patients, quelles que soient nos idées et représentations.

LA QUIÉTUDE DU THÉRAPEUTE

L'attitude du soignant, bien à l'aplomb entre Ciel et Terre, dans un état de **quiétude**, lui permet d'être entièrement présent là où il faut, au moment où il faut. D'être non seulement « à l'écoute », mais réellement **là**, dans une disponibilité intérieure. La relation avec la patiente se fait alors de Shen à Shen, sans « brouillage »

*« Dans le mouvement comme l'eau
Dans la quiétude comme un miroir
dans la réponse comme un écho » ZZ33*

Cette quiétude du thérapeute, va laisser advenir le mouvement, celui qui se met en route et avance spontanément, si on le laisse faire.

Elle permet de suivre le **rythme**, celui de la future maman, celui des contractions, celui de l'enfant dans sa descente. La position dans notre axe Ciel-Terre induit l'alternance yin-yang.

Elle permet surtout la **détente**, la dilatation qui se fait dans le silence de l'intervalle entre les contractions. Et, son objectif, l'**ouverture**, chemin de passage de l'enfant.

Et, suivant ce rythme dans l'attente et l'accueil de ce qui se présente, elle permet de prendre de « la distance » par rapport au **temps**, distance entre le jour et l'heure prévus et ceux qui adviennent.... Epreuve pour la patience... du soignant et, comme un écho, celle de la future-maman en travail.

La quiétude de la sage-femme, bien stable en elle-même, permet, par un **jeu de miroir**, à la femme, de rentrer dans ses profondeurs, pour y **puiser ses forces** et son calme, la confiance et l'abandon.

Cet enracinement génèrera une dynamique, un élan favorable à l'alternance yin/yang, contraction/décontraction du travail

Cette quiétude ouvre également un **espace** à la patiente, pour se sentir écoutée, comprise et respectée dans sa liberté. Elle renforce alors **le sentiment de compétence**, la capacité à faire face à la situation, la prise de conscience de ses ressources personnelles.

C'est un espace de confiance, nécessaire au « laisser-faire », au « laisser-venir »

« Quiétude et silence servent à guérir la maladie » ZZ11

L'accouchement est une épreuve bouleversante émotionnellement, parce que très physique, et aussi parce qu'il touche au sujet fondamental de la vie et de la mort.

Notre attitude doit laisser une place à ces émotions, parce qu'elles jouent un rôle fondamental dans le déroulement du travail, dans la forme et l'intensité de la perception douloureuse.

LES EMOTIONS

ont un lien direct avec le corps, rééquilibratrices, elles permettent le mouvement, l'adaptation aux changements dans notre vie.

Elles ne sont pathologiques que dans leurs excès, ou lorsqu'elles sont niées ou étouffées.
cf Suwen 39

L'angoisse, par exemple, va se manifester physiquement, si sa voie d'extériorisation (liberté de mouvement ou de parole, ou autre expression) est bloquée.

L'anxiété évoque les Ben Shen, liés aux cinq mouvements, tels décrits dans Ling Shu 8.

Ces textes parlent de la conséquence des émotions sur les mouvements du Qi et du sang, sur les *Zang* et les *Fu*.

Un sentiment en excès provoque un blocage du *Qi* et du sang, avec une lésion du *zang* qu'il affecte, provoquant parfois un dégagement de chaleur, souvent celle du Coeur ou du Foie.

Le travail de l'accouchement dépend directement de l'équilibre Qi et sang et de celui des organes. L'influence des émotions est alors fondamentale, nous le constatons quotidiennement en salle de naissance.

- **La colère** *Nu*, affecte préférentiellement l'organe Foie.

Elle peut se manifester à minima par une certaine impatience, une irritabilité, s'accompagne volontiers d'un tableau de stagnation (stagnation de Qi du Foie, stagnation de Qi et de sang)

On retrouve facilement dans les antécédents, des signes de stase hépatique ou biliaire

Rappelons que le Hun, lié au Foie permet l'élan de la naissance, la mise en mouvement

- FO3 *tai chong* , FO2 *xing jian* libère la chaleur du Foie.
- VB21 *jian jing* puits de l'épaule, permet de capter l'énergie en profondeur pour faire descendre.
- CO7 *shen men* si la colère est associée à la peur.
- FO14 *qi men* disperse les stagnations de qi, facilite l'accouchement.
- VB20 *feng chi*.

- **La peur** *Kong* est une peur viscérale qui affecte le Rein et le *zhi*, la volonté, le vouloir-vivre.

A minima, elle se manifeste par une fatigue profonde avec appréhension et angoisse, peur de l'inconnu, peur de la mort...

On constate souvent une insuffisance de *qi* des Reins préexistante, avec dans les antécédents des fausses-couches, des MAP, une grossesse par PMA, ou encore toxémie, HTA.

- RE9 *zhu bin* , RE7 *fu liu*, VE52 *zhi shi*, RE6 *zhao hai*

Si palpitations, agitation, chaleur, penser au lien Rein-Coeur et traiter le Coeur également.

La peur a aussi un lien avec le Foie : « Le Foie thésaurise le sang; le sang est le logis du *Hun*.
« *Quand les souffles du Foie sont en vide il y a peur. Quand ils sont en plénitude, il y a colère...* » Ling Shu 8

Dans ce cas, c'est le vide de sang du Foie qui est à l'origine de l'appréhension, la peur, avec insomnies et réveil en sursaut.

- FO14 *qi men* , FO5 *li gou*, FO3 *tai chong*

L'appréhension peut être une pathologie de la fonction psychique de la Vésicule Biliaire: elle est alors manque de courage, problème de prise de décision, donc ici, de mise en route du travail.

- VB34 *yang ling quan* , VB24 *ri yue*, VB43 *xia xi*

Quand elle est émotivité avec tremblements, crainte, on traitera plutôt le Coeur.

- CO7 *shen men* , VE15 *xinshu*, CO5 *tongli* « manque de confiance en soi, émotivité »
- **La joie Xi**, en excès affecte le Coeur. Il s'agit en fait d'émotions violentes, comme celles souvent présentes lors de l'accouchement.

Elle se manifeste surtout par un état d'hyperémotivité, de pleurs.

- CO7 *shen men*, CO6 *Yin xi* , MC5 *jian shi* , MC6 *nei guan* ... calme, présence et parole...

- **La pensée obsessionnelle Si**, affecte la Rate et le *yi* .

Anxiété, idées fixes, préconçues.

Avec difficultés à changer d'état, à laisser les choses se faire, en particulier pendant le travail. Problème de contrôle permanent.

Durant la grossesse, vide de *qi* de Rate, avec fatigue, troubles digestifs, oedèmes..., certains diabètes

- RA3 *tai bai*, RA8 *diji*, ES36 *zu san li*.
- ES14 *qufang* ouvre la poitrine et fait descendre le *qi* à contre-courant; soucis, obsessions, choc physique ou psychique.
- ES15 *wuyi* « refoulement de soucis, mécontentement » SdeM

- **La tristesse You** affecte le Poumon.

Elle peut émerger pendant le travail, rémanence de deuils récents ou enfouis, fausse-couches ou MFIU, ou difficultés de naissance de la parturiente elle-même.

Problème d'abandon ou de séparation.

- PO7 *lie que* , également point clé de *ren mai* .

Pour traiter le shen, on peut penser aussi à

- DM20 *baihui* qui purifie la tête et le cerveau, abaisse le yang en faisant circuler le *qi* de DM, traite l'inquiétude avec tête lourde et étourdissements.
- ES36 *zusanli* traite la fatigue mais aussi émotivité et angoisse. Femme »vidée »
- ES44 *nei ting* traite l'agitation et la chaleur de l'estomac. Brulûres gastriques, vomissements.
- V62 *shen mo*, point cle du *Yang Qiao mai* permet d'enraciner, rentrer en profondeur, calmer l'agitation.

Permettre l'émergence de leurs émotions par notre présence est un acte thérapeutique en soi, les prendre en compte affine ou complète notre choix de points. Nos aiguilles sauront alors réinsérer la patiente, si elle l'accepte, dans le flux naturel de sa propre vitalité.

CONCLUSION

Présent entre Ciel et Terre, nous allons non seulement interroger, mais aussi ECOUTER, non seulement regarder mais VOIR, non seulement sentir mais RESSENTIR.
Dans la présence mais aussi la discrétion, avec les mots mais aussi le silence, avec le toucher, mais dans le ressenti, nous potentialisons l'interaction énergétique de notre traitement.

« *Entrer dans la quiétude*

Pour qu'en toi

renaisse la rythmique

Entrer dans le silence

Pour que de loin

te revienne la musique... » François Cheng . Le livre du vide médian.

Dr Dominique Uhrweiller

22, chemin du Dubach -68140 MUNSTER.

Tél: 03 89 77 26 54 uhrweiller.d@wanadoo.fr

