



## Acupuncture: loin du mythe

*Faisons fi des a priori et des préjugés, l'acupuncture a sa place parmi notre médecine occidentale. Le Docteur Vincent Mauron, gériatre et acupuncteur au sein des Hôpitaux Robert Schuman (HRS), l'a compris. Entretien.*

Céline Buldgen

### Complémentarité

La médecine traditionnelle chinoise existe depuis plusieurs millénaires. Elle regroupe un ensemble de cinq disciplines à la fois distinctes et complémentaires: la diététique, la phytothérapie (plus de 5000 plantes), l'acupuncture, le massage chinois (Tui Na) et la gymnastique respiratoire (Tai-Chi ou Qi Gong). *«Il faudrait probablement toute une vie pour qu'un praticien puisse acquérir le savoir et le savoir-faire de ces cinq branches thérapeutiques. Dans toute la Chine, seule une poignée de grands Maîtres ont su assimiler l'entièreté de ces connaissances. La médecine traditionnelle chinoise est une excellente approche complémentaire à la médecine moderne occidentale. Elle s'associe très bien à l'ostéopathie, la kinésithérapie, la sophrologie, l'hyp-*

*nose ou encore au soutien psycho-thérapeutique.»*, souligne le Dr Mauron.

Et il poursuit: *«Chers confrères, nous devons dépasser nos préjugés. Dans les domaines qui touchent à la médecine, à la santé et à la vie, il n'existe pas qu'une seule manière de voir les choses. Diverifions nos prises en charge et surtout marions-les entre elles.»*

### Principales indications

L'acupuncture permet de traiter les douleurs aiguës ou chroniques (entorse, céphalées, migraine, fibromyalgie, lumbago, douleurs neuropa-

thiques post AVC...), les troubles du sommeil, les troubles sphinctériens (impériosité, incontinence urinaire), les problèmes dermatologiques (eczéma, psoriasis), les troubles psychiques (dépression, angoisses), les troubles digestifs, les petits désagréments liés à la grossesse (nausées, jambes lourdes et insuffisance veineuse, syndrome de Lacome), les bouffées de chaleur en cas de ménopause, les allergies ou encore les effets secondaires de la chimiothérapie (nausées, fatigue).

Il n'existe aucune contre-indication à la technique de base de l'acupuncture, à condition, bien sûr, de respecter les contre-indications de bon sens, et d'adapter les modalités de la technique afin de ne jamais mettre en danger le patient. Notons que l'épilepsie et le port d'un pacemaker sont les contre-indications formelles à l'électroacupuncture.

### Traiter la douleur

L'acupuncture peut être efficace chez une personne souffrant d'une douleur chronique en complément des options médicamenteuses traditionnelles.

*«Sur le long terme, les analgésiques seuls ne sont pas forcément la panacée pour le patient douloureux chronique. En France, la pratique de l'acupuncture est strictement réservée aux médecins et est reconnue nationalement au travers d'un diplôme qualifiant. Au Luxembourg, il ne semble pas que ce soit encore passé dans les mœurs de confier son patient à un médecin acupuncteur. Seule une très faible proportion des patients est envoyée par son médecin généraliste.»*, note le Dr Mauron.

Et il ajoute: *«Certains confrères sont réticents jusqu'au jour où ils constatent*

### Dr Vincent Mauron

*«Après avoir obtenu l'accord préalable du patient, j'envoie systématiquement un courrier au médecin traitant pour l'informer de l'évolution de la prise en charge.»*

par eux-mêmes l'efficacité de l'acupuncture dans la résolution des douleurs, notamment aiguës. Prenons l'exemple du torticolis aigu. La technique développée par le Dr Bernard Memheld, chirurgien orthopédique allemand, permet au patient «d'aller chercher sa douleur» en mobilisant prudemment sa nuque pendant que l'acupuncteur mobilise une aiguille sur un point d'acupuncture particulier situé à distance au niveau de la main. Quelques minutes suffisent pour que la douleur du patient régresse de moitié, de trois-quarts, voire parfois disparaisse complètement. C'est merveilleux de pouvoir apporter un soulagement au patient sans forcément avoir toujours recours à la médication.»

Le Dr Mauron insiste: le rôle de l'acupuncteur n'est pas de se substituer à un suivi médical classique. Travailler de concert avec l'algologue et le médecin traitant permet de diminuer considérablement la consommation d'antalgiques du patient, voire parfois de pouvoir réaliser un réel sevrage.

### Dr Vincent Mauron

*«La relation humaine est au cœur des préoccupations de l'acupuncture. Notre luxe: pouvoir concéder plus de temps à la relation médecin/patient.»*

### Dr Vincent Mauron

*«Eveillons notre curiosité, et ouvrons-nous à de nouvelles thérapies traditionnelles ou modernes, tant que nous ne mettons pas en danger nos patients.»*

### Autres bienfaits

L'acupuncture peut par exemple offrir une revalidation accélérée chez les patients qui ont reçu une prothèse totale de hanche ou du genou.

Des études américaines ont aussi démontré les avantages de l'acupuncture lorsqu'elle est utilisée en chirurgie thoracique cardiovasculaire :

- en préopératoire : favorise la relaxation du patient qui prend un rôle plus actif dans la prise en charge de sa santé,
- en per et post-opératoire: diminue les saignements, soulage plus rapidement l'intensité de la douleur et offre un meilleur accompagnement du patient.

Enfin, l'acupuncture peut augmenter les défenses immunitaires, améliorer la consolidation des os, accompagner efficacement la chimiothérapie ou servir de traitement de soutien chez

### Parcours professionnel du Dr Vincent Mauron

- Médecin généraliste, le Dr Mauron a obtenu son diplôme d'acupuncture en 2009 à l'Université de Strasbourg et sa qualification en gériatrie en 2011 à la faculté de Médecine de Nancy.
- Praticien au Centre Hospitalier Gabriel Martin de Saint-Paul à l'Île de la Réunion (France) de 2011 à 2013, le Dr Mauron avait intégré l'équipe pluridisciplinaire d'un service de consultations spécialisé dans la lutte contre la douleur en tant qu'acupuncteur.
- Gériatre et acupuncteur à la Clinique Sainte-Marie et au ZithaGesondheetsZentrum des Hôpitaux Robert Schuman (HRS) depuis 2015.

une personne atteinte de la sclérose en plaques...

### Techniques ancestrales

Pour rééquilibrer les énergies, trois techniques peuvent être utilisées en acupuncture:

- Les aiguilles d'acupuncture.
- Les massages des points d'acupuncture (principalement chez les personnes âgées et les enfants).
- Les moxas. Une fois allumés et appliqués à quelques cm des points d'acupuncture, ces bâtonnets d'armoise permettent de chauffer les points d'acupuncture. ■

Actuellement, le Luxembourg possède peu de médecins acupuncteurs. Soulignons toutefois l'existence de l'Association Luxembourgeoise des Médecins Acupuncteurs.

### ACUPUNCTURE: CE QU'IL FAUT DIRE À VOS PATIENTS

1. L'acupuncture n'occasionne aucune douleur.
2. Les aiguilles sont stériles et à usage unique.
3. Le nombre de séances varie selon la maladie/le symptôme.
4. L'acupuncture permet de limiter/supprimer la consommation médicamenteuse, ainsi que de limiter la iatrogénie.
5. Elle ne se substitue jamais au suivi médical du médecin traitant, et ne peut faire régresser ou guérir les maladies terminales et neurodégénératives.
6. Son inefficacité ou son efficacité partielle lors d'un mauvais diagnostic «énergétique».
7. Les séances d'acupuncture ne sont pas remboursées par la Caisse nationale de santé (CNS).