

Géorient

Hors-Série n° 1 Spécial Médecine Traditionnel Orientale

Comment les médecines traditionnelles orientales s'intègrent dans notre médecine moderne ?



Pharmacie Chinoise



Auteur : Sudhamshu

Editorial

Ni cet éditorial, ni ce journal ne vous soigneront. Mais il vous présentera les multiples techniques orientales qui ont influencé la médecine actuelle. De l'acupuncture au chamanisme en passant par les plantes vous verrez que les techniques présentes dans la médecine traditionnelle orientale, même si elles ne sont pas cliniques, sont bien efficaces. On pourrait croire que manger un oignon haché ne fait rien, alors que le cataplasme chaud d'oignon haché soigne le mal de dos! Mais je ne vais pas gâcher ces surprises tout de suite, vous verrez bientôt les influences des traditions sur les techniques cliniques actuelles. Et vous verrez aussi que les techniques ancestrales ou encore les techniques vieilles comme l'écriture, sont toutes aussi efficaces qu'une bouteille d'advil.

L'équipe médicale Symptôme

Arnaud : Rédacteur en chef
Anatole : Maquettiste
Voopy : Journaliste
Théo : Journaliste

Page 2 et 3 : Présentation des différentes médecines traditionnelles

Page 4 : Techniques et Plantes utilisées

Page 5 : Interview d'un homéopathe

Page 5 : Diagnostic

Page 6 : Légende Indienne

Cabinet de médecine traditionnelle

ouvert pour toute initiation à la pratique de la médecine traditionnelle, ou à un soin traditionnel. Acupuncture, moxibution, phytothérapie serons à votre rendez-vous.

Docteur Nolkon :
-tel portable 333 578 20 33 33 33
-e-mail : Nolkon@mail.com

ouvert du lundi au vendredi
10H à 19H

Les différentes médecines

Le Pilier de la médecine Orientale

En Chine, la médecine traditionnelle est très présente dans la société. Il y a plus de 2600 hopitaux de médecines traditionnelles et énormément de type de formations médicales. La médecine chinoise est divisée en 5 branches: l'acupuncture, la pharmacopée, la diététique, le massage Tui Na, les exercices énergétiques(Qi Gong, Tai Chi) La médecine traditionnelle chinoise est la plus importante et influente en Orient.

Les cinq piliers de la médecine orientale

La **pharmacopée** : En Chine, les plantes médicinales constituent un « trésor national » et sont très largement utilisées. En Chine, la pharmacopée est la première approche privilégiée, on la considère comme plus puissante que l'acupuncture. **L'acupuncture** : Des aiguilles insérées à la surface de la peau stimulent des points d'acupuncture précis pour réguler le Qi (tchi) c'est à dire toutes les énergies bénéfiques ou néfastes qui nous entourent. L'acupuncture permet de renforcer les processus d'autorégulation et de guérison qui se mettent normalement en marche lorsque l'organisme subit une agression. Elles utilisent des aiguilles disposées à des endroits clés appelé méridiens. **La diététique chinoise** : La diététique chinoise est d'abord conçue pour entretenir la santé grâce aux aliments. « La médecine et les aliments proviennent de la même source », dit un proverbe chinois. Selon les théories de la diététique chinoise, tous les aliments possèdent des propriétés entraînant une action sur le corps et, dans certains cas, susceptibles d'agir sur la maladie. **Le massage Tui Na** : Il est basé sur les énergies. Il diffère des massages occidentaux surtout à cause du concept énergétique. Il y a plus de 300 manipulations. Ce massage se classerait dans la catégorie des massages plutôt dynamiques. **Les exercices énergétiques** : Les Chinois sont des millions à pratiquer quotidiennement des exercices physiques qui ressemblent à une gymnastique douce. De plus en plus d'Occidentaux suivent leur exemple et pratiquent le tai-chi (Tai Ji Quan) ou le Qi Gong (se prononce tchi koug). Ensemble, ces deux approches sont considérées comme étant de « l'entraînement énergétique », selon les principes de la Médecine traditionnelle chinoise.



Certainement une des Plus Anciennes

Indien se servant d'un tam-tam pour appeler les esprits



Bouda de médecine

La **médecine tibétaine** est une des plus anciennes médecines traditionnelles encore utilisées de nos jours. Elle existe depuis environ 2500 ans. Les médecins tibétains ont répertorié environ deux milles plantes et une cinquantaine de minéraux aux propriétés médicinales. A ses débuts cette médecine était basée sur la magie, l'exorcisme et les pratiques chamaniques tirées de la religion bön préexistante au bouddhisme. A l'arrivée du bouddhisme les médecins tibétains commencèrent à faire des diagnostics des maux de leurs patients incorporant des techniques telles que l'analyse du pouls et de l'urine. Ils donnent alors des conseils diététiques et de modification de comportement pour soigner en profondeur. Ils utilisent aussi des thérapies physiques aux effets instantanés telles que l'acupuncture tibétaine.

Sûrement la plus complète

The science of life or “Ayurvéda” is the healing system of India, their medicine. India, contrary to Mongolia and Tibet have a healing system without a real link with this in China, and it's also the most ancient medicine of the world because it was created 5000 years ago. It is complete health system who's cares about the body, the spirit, and the mental. Ayurvéda was created by the Yogis (Master of Yoga) and the wise men, to give an optimal longevity to people who practice it. Ayurvéda has certainly influenced lots of traditional medicines who are still active in the west. It's also the most complete traditional medicine which is introduced in the west. Ayurvéda is based on the “Dosha”. There are three Doshas: VATA, PITTA and KAPHA. Vata represents air, Pitta the fire and Kapha the water. This three Doshas represent the physiological structure of the person, but also his mental. This three Doshas are in each of us but in a different proportions, you get this proportions at your birth. If your three Doshas stay in balance, your health is good. When somebody's Doshas are unbalanced, he became sick. The whole art of Ayurvéda consists in the identification of the base of the Doshas in an individual to see if he is unbalanced, and how he is unbalanced, in which way. Then, medicine brought a solution who is able to balance the Doshas of the patient, so he could be in good health. The first solution changes the diet and recommend also a new adapted style of life. And in function of the sickness, the patient takes plants able to balance back the three Doshas and Heal the illness. It the phytothérapeutic part.



Dhanvantari, la divinité associée à l'Ayurveda
Auteur : Matanya



chaman mongol

Les médecins traditionnels mongols sont des médecins à la culture mixte entre le chamanisme et la médecine traditionnelle tibétaine. Avant d'être bouddhiste, les médecins mongols utilisaient des méthodes chamanistes : Le chaman mongol va rentrer en transe afin de se rendre dans des mondes invisibles pour résoudre les problèmes de la vie et du patient pour pouvoir établir la liste des objets curatifs requis. Tandis que dans les croyances bouddhistes, la médecine est basée sur un subtil mélange de spiritualité, d'écoute des vaisseaux sanguins, de contrôle des points énergétiques et d'utilisation de plantes médicinales. La Mongolie est devenue bouddhiste après son évangélisation par les tibétains au XVI siècle, on dit que Begtse, un chevalier mongol, et ses compagnons tentèrent d'empêcher la diffusion du bouddhisme en barrant le chemin du 3e Dalai-lama en 1577. Begtse vaincu, devint alors un protecteur du Bouddhisme. Le Bouddhisme a mis du temps à devenir important en Mongolie, ses techniques, de plus en plus utilisées, ont pris de l'importance jusqu'à devenir, aujourd'hui, la religion et les méthodes les plus utilisées en Mongolie, car de nos jours, presque 97% de la population mongole est bouddhiste.

Le saviez vous ?

Dans les pays orientaux, les gens vont consulter, non pas forcément parce qu'ils sont malades, mais pour avoir une séance de bien-être. Par exemple, une séance d'acupuncture peut servir à soigner, mais aussi à procurer un bien-être intérieur

Techniques et Remèdes utilisés

Les plantes médicinales

La Phytothérapie

On trouve deux types de phytothérapie. La phytothérapie traditionnelle est une utilisation des plantes considérée comme non clinique. La Phytothérapie traditionnelle est l'utilisation des plantes selon les traditions, le bouche à oreille depuis quelque milliers d'années. Alors que dans la phytothérapie avancée on utilise des plantes aux propriétés toujours reconnues par les scientifiques. Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) cette médecine est très utilisée notamment dans les pays en cours de développement. La phytothérapie avancée est plus sûre que la phytothérapie traditionnelle car leurs propriétés sont prouvées scientifiquement. Certaines plantes qui sont considérées comme drogue à forte dose, sont utilisées à faible dose en médecine. La phytothérapie est aussi pratiquée dans beaucoup de pays modernes.



Fleur d'arnica

Les Pharmacopées

Une pharmacopée est un ouvrage encyclopédique recensant principalement des plantes à usage thérapeutique, mais également des substances d'origine animale ou minérale et, plus récemment, des substances chimiques. De nos jours, le terme désigne généralement un recueil à caractère officiel et réglementaire des matières premières autorisées pour la fabrication des médicaments. Il existe des pharmacopées nationales, comme la pharmacopée française, et des pharmacopées internationales, comme la pharmacopée européenne, publiée par le Conseil de l'Europe. Le terme de pharmacopée désigne aussi l'ensemble des médicaments,

souvent des plantes, utilisés dans une région ou à une époque donnée. On parle ainsi de pharmacopée traditionnelle. Elle est primordiale dans la médecine traditionnelle orientale car elle répertorie les plantes et minéraux utilisés pour le traitement des maladies (par des décoctions, utilisation de poudres, etc.). Les médecins chinois ont répertorié environ 8200 mélanges préparés à l'aide d'environ 2000 ingrédients.

Une plante calmante avant de se mettre au lit). Les plantes médicinales peuvent être utilisées en usage externe ou en usage interne, les plantes médicinales sont souvent des plantes vertes. En usage externe, on utilise la plante sur l'extérieur du corps. Ces méthodes peuvent servir pour des brûlures, des ampoules ou des coups. Parmi ces techniques, on peut citer: Les inhalations, le cataplasme, les compresses, les Huiles médicinales, les pommades, les onguents. En usage interne, il faut avaler la plante ou la boire, la plante agit de l'intérieur. Ces méthodes sont largement utilisées en particulier l'infusion qui est la plus répandue. On s'en sert pour soigner les fièvres, les problèmes intestinaux ou d'autres. Pour un usage interne, on pratique ces techniques: les infusions, les décoctions, les macérations, les sirops, les teintures. Il est à noter que les boissons à base de plantes agissent généralement mieux dans un estomac vide. Souvent, on suggère de les boire par petites gorgées. Dans certains cas, on prend tout simplement le remède au besoin.



Goji, plante suprenante aux multiples propriétés.

Auteur : Antonio Tajuelo

Le saviez vous ?

Le Yoga est une forme dérivée du chamanisme

Depuis quand l'homéopathie est elle présente en France?

- L'homéopathie existe depuis 200 ans, c'est un médecin allemand, Samuel Hahnemann, qui l'exerça en premier, d'abord en Allemagne, puis en France. D'autres médecins allemands véhiculèrent l'homéopathie en Europe qui s'étendit progressivement au monde. La France, l'Allemagne et l'Italie sont le berceau de l'homéopathie.

- Tout les homéopathes ont-ils la même façon de soigner où avez-vous chacun votre propre « système » ?

- Chaque homéopathe prescrit un traitement homéopatique (granules) mais on peut le compléter avec d'autres soins. Je propose par exemple aux patients une modification de leurs habitudes alimentaires, l'emploi de compléments alimentaires ou nutritionnels (probiotiques : expliquer) pour soigner le mal en profondeur, on ne soigne pas forcément le mal directement, on peut chercher son origine pour faire d'une pierre deux coups. Je vais voir le docteur Bulard pour des problèmes d'acné et j'ai appris qu'elle était due à des troubles intestinaux, j'essaye donc de rétablir mon transit pour arrêter mon acné au lieu de la soigner directement à l'aide de pommades dermatologiques puisque je sais que tant que ça ne sera pas réglé mon acné reviendra.

- Comment êtes vous devenu homéopathe? Qu'est ce qui vous à pousser à le devenir?

- Etre homéopathe est avant tout un choix personnel, on ne vante pas les mérites de l'homéopathie dans les écoles de médecine. J'ai d'abord fait mes 7 ans d'études de médecine générale, puis j'ai rapidement ouvert un cabinet en suivant des cours d'homéopathie en parallèle. J'ai intégré progressivement l'homéopathie dans ma médecine jusqu'à obtenir le diplôme universitaire. Il existe deux écoles d'homéopathie le CEDH à Paris (Centre d'Enseignement et de Développement de l' Homéopathie) et la SMB (société médicale de biothérapie).

- Un grand nombre de personnes suivant un traitement homéopatique se disent satisfaites et pourtant certains continuent de discréditer l'homéopathie, pourquoi ?

- L'homéopathie n'a pas un effet mesurable, certains disent qu'il n'y a rien dans les granules et que la guérison du patient est uniquement due à l'effet placebo, "j'y crois donc ça marche". L'homéopathie ne peut pas soigner une maladie chronique en une ou deux semaines, il faut du temps. Contrairement aux médecines généralistes, il n'existe pas qu'un seul traitement en homéopathie et c'est à l'homéopathe de trouver le traitement le plus adapté au patient, on avance par tâtonnement.

- Donc si le traitement que je suis ne me satisfaisait pas on aurait essayé autre chose ? -Exact

- vous utilisez, en plus d'un traitement homéopatique, l'acupuncture, depuis quand est-elle exercée en France et où avez-vous appris cette médecine orientale ?

- C'est Louis XIV qui a été le premier à s'y intéresser. mais c'est George Soulié de Morant (1878-1955) qui était le consul de France en Chine, qui a introduit au début du 20e siècle l'acupuncture dans l'Ouest. J'ai fait trois ans d'acupuncture dans une première école puis deux ans dans une autre, il faut, comme pour l'homéopathie, posséder un diplôme universitaire pour pouvoir exercer l'acupuncture dans un cabinet.

Diagnostic du grand manitou

Les médecines traditionnelles étaient et sont toujours très présentes en Orient. Bien que souvent contestées par les médecins généralistes, elles ont influencé directement ou indirectement les médecines occidentales actuelles. On retrouve des techniques de médecine typiquement orientale comme le Qi gong, une Gymnastique traditionnelle chinoise associant mouvements lents, exercices respiratoires et concentration. le tai chi, une discipline corporelle d'origine chinoise alliant des mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli. ou encore l'acupuncture. Elles ont été incorporées dans des médecines dites alternatives telles que l'osthéopathie, l'homéopathie, la phytothérapie, la massothérapie. On peut aussi les regrouper sous le terme de "médecine douce" car respectant le fonctionnement naturel du corps, par l'emploi de techniques manuelles ou par l'administration de substances naturelles.



Carte des points d'acupuncture

Le saviez vous ?

L'acupuncture se pratique aussi sur les chiens



Légende indienne

The night was threatening, Namak felt that the spirits were nervous. He strewed the ashes of the fire that was extinguished and already cold. He didn't feel well seems he heard the nightmare of his last patient. "Don't worry" was he thinking... But he was very worried in his heart. He laid down to meditate, a position that he never used, and closed his eyes while he was trying to imagine the creature of this strange nightmare..." Skin and bones, humanoid, with several hooks in the back, eyeless, mouthless, nostrilless, hearless, a long tail with a skeleton hand at the end..." It was awful, even to imagine. After this meditation, he tried to open his eyes but he couldn't... He was in front of this creature he created, in a spirit. It wasn't talking. He tried to call the spirits by many ways but they didn't answer to his call. He was alone, only shaman stuck in the shadow of his mind, with in front of him this thing he created. "I know your fears" These words were shaking everything. Namak began to be frightened. He didn't see the thing move but he heard its voice. He began to fall down. He saw all around of him images of horror and of dying people. He wasn't dreaming, he was stuck in his own spirit. The creature began to walk, it was raining... It was raining blood. Namak tried to remember a spell against dementia. "I'm inside you, but you aren't yet inside me" He heard this voice from inside the creature. The thing opened his stomach with its hands. He was still standing, but a flux of organs was coming out of him. In the bloody heap, there was a child walking out... He recognized him. It was Namak. He fell down to earth, screaming, ripping out his hair. He saw around him the images, he was killing people. Everything stopped in a few seconds. He was in front of his fire. The shaman saw that he was really sick. The tumor wasn't a simple demon like normally. Maybe clinical medicine would be more efficacious. This time he tried to heal it with spiritualism, he only made it bigger. He died silently after a few minutes.

Webographie

favorisation de la médecine : <http://www.wpro.who.int/>
médecine plante : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Phytoth%C3%A9rapie>
école de médecine chinoise : <http://www.itmct.net/>
site de promotion de médecine : <http://www.capasie.com/>
médecine chinoise : <http://www.passeportsante.net/fr/>
Image : www.flickr.com et [wikipédia commons](http://commons.wikimedia.org)
médecine chinoise : <http://fr.wikipedia.org/wiki/>
médecine indienne : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Ayurveda>
mythologie mongolienne : http://fr.wikipedia.org/wiki/Mythologie_mongole
Site d'une agence francophone en Mongolie : Mongolia.fr
médecine mongolienne : <http://www.worldlingo.com/>

Bibliographie

Les vertues des plantes de Jean-Marie PELT
Les plantes médicinales de Gründ