

Bernard Memheld

Traitement acupunctural des céphalées par « protocole raisonné »

Résumé : Les céphalées sont une cause extrêmement fréquente de consultation en acupuncture. Elles posent souvent problème, notamment au praticien encore peu expérimenté, hésitant quant à l'abord de Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) à choisir (théorie des méridiens, fonctions des points, typologie, différenciation des syndromes *bianzheng*...?). En partant du diagnostic par les syndromes, on peut aboutir, comme le montre ce travail, à un protocole d'acupuncture composé d'un petit nombre de points, et qui s'avère efficace dans la plupart des cas de céphalées rencontrées en pratique courante. **Mots-clés :** Céphalées-diagnostic par les syndromes-*bianzheng*-protocole.

Summary: Headache is a very frequent cause of consultation in acupuncture. They often cause problems, including the practitioner still inexperienced, hesitant about the first Traditional Medicine Chinese (TMC) to choose (meridian theory, function points, typology, differentiation of syndromes *bianzheng* ...?). Assuming diagnostic syndromes, it can result, as shown in this work, an acupuncture protocol consisting of a small number of points, which is effective in most cases of headache encountered in everyday practice. **Keywords:** headache-diagnosis syndromes- *bianzheng*- protocol.

Introduction

Les céphalées sont une des causes les plus fréquentes de consultation, en particulier en acupuncture. Ceci explique que cette pathologie ait donné lieu à de nombreuses publications, dont certaines dans le cadre de la revue *Acupuncture & Moxibustion* [3]. Après en avoir effectué le diagnostic allopathique complet, afin d'exclure les non-indications pour l'acupuncture (infections, tumeurs...) nécessitant un traitement allopathique immédiat, se pose le problème du diagnostic et de l'abord MTC de cette pathologie. C'est ici que le praticien encore peu expérimenté risque fort de se perdre, devant l'éventail des possibilités qui s'offrent à lui : Grands Méridiens, fonctions des points, typologie, différenciation des syndromes (*bianzheng*),...

En utilisant le diagnostic par la différenciation des syndromes, j'ai abouti, au cours de mon expérience, à ce que j'appelle un « protocole raisonné », composé de peu de points, choisis de manière « raisonnée », c'est-à-dire sur leurs fonctions directement en rapport avec le problème énergétique à résoudre. On aboutit ainsi à un protocole simple à mettre en œuvre et très efficace sur la plupart des céphalées rencontrées en pratique courante. Cependant, avant d'en arriver là, il convient tout d'abord de connaître les principaux syndromes liés aux

céphalées, afin de bien comprendre le choix ultime des points. C'est en cela que le protocole est « raisonné »... et que s'explique son efficacité !

Principaux syndromes et leur traitement

La céphalée (*toutong*) est une affection courante touchant la région au sommet du corps, région qualifiée de « palais du yang clair (*qingyang*) » par la MTC. De nombreux facteurs pathogènes sont susceptibles de la provoquer. Ainsi les facteurs externes que sont le Vent (touchant avec prédilection le sommet du corps), le Feu (de nature ascendante), mais aussi l'Humidité (bloquant le Centre, elle entraîne une non-montée du yang clair et une non-descente du yin trouble). De plus, des causes internes sont fréquentes : le Cerveau, qualifié de « mer des Moelles » est directement dépendant du Rein, du Foie et de la Rate. Un dysfonctionnement de l'un de ces Viscères est donc à même de provoquer des céphalées. Pour finir, une Stase de Sang (traumatisme, maladie chronique) peut également être en cause. Cette affection est donc complexe, ce qui impose la connaissance des syndromes s'y rapportant. On peut en dénombrer onze (tableau I). Nous verrons, pour chacun d'entre eux, les principaux symptômes, ainsi qu'un choix de points que la pratique a retenus comme particulièrement efficaces.

Tableau I : Les 11 syndromes MTC liés à la céphalée.

Céphalée par facteur pathogène externe
1. Céphalée par Vent-Froid
2. Céphalée par Vent-Chaleur
3. Céphalée par Vent-Humidité
Céphalée d'étiologie interne
4. Céphalée par Feu du Foie
5. Céphalée par excès de <i>yang</i> du Foie
6. Céphalée par Froid du Foie
7. Céphalée par déficience des Reins (Déficience du <i>yin</i> , Déficience du <i>yang</i>)
8. Céphalée par déficience de <i>qi</i>
9. Céphalée par déficience de Sang
10. Céphalée par stagnation des Glaires et Mucosités
11. Céphalée par Stase du Sang

Céphalée par Vent-Froid

Sensation de froid et de distension de la tête, douleurs irradiant vers la nuque, avec raideur cervicale. Les symptômes s'aggravent au contact du vent et du froid, le patient se couvre la tête pour se protéger ; de plus, sensation de courbatures généralisées, obstruction nasale, aversion pour le vent et le froid.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : disperse le Vent, calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu* : disperse le Vent, calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- V10 *tianzhu* : disperse le Vent associé au Froid.
- PO7 *lieque* : disperse le Vent et arrête la céphalée. C'est le « point général » de la tête et de la nuque.

Céphalée par Vent-Chaleur

Céphalée avec sensation de distension de la tête. Fièvre et aversion pour le vent. Rougeur du teint et des yeux, sécheresse de la bouche, avec désir de boire, sensation de gêne et de chaleur au thorax, urines foncées et constipation.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : disperse le Vent, calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- ES8 *touwei* : chasse le Vent et disperse le Feu.
- VB14 *yangbai* : chasse le Vent, rafraîchit la Chaleur, arrête les douleurs.

- GI4 *hegu* : disperse le Vent, calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- PO7 *lieque* : disperse le Vent et arrête la céphalée. C'est le « point général » de la tête et de la nuque.

Céphalée par Vent-Humidité

Céphalée avec sensation de lourdeur de la tête, gêne thoracique avec manque d'appétit, nausées, voire vomissements, sensation de lourdeur des extrémités et selles non moulées.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : disperse le Vent, calme les douleurs
- *taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu* : disperse le Vent, calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- VC12 *zhongwan*, ES40 *fenglong*, RA6 *sanyinjiao* : l'association des trois points renforce la Rate dans l'élimination de l'Eau et de l'Humidité.

Céphalée par Feu du Foie

Céphalée avec sensation de distension de la tête, vertiges et éblouissements, rougeur du teint et des yeux, goût amer dans la bouche, acouphènes, sensation de douleur et/ou de brûlure au thorax et aux flancs, urines foncées et constipation.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques. Clarifie la Chaleur du Foie.
- GI4 *hegu* : calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- PO7 *lieque* : arrête la céphalée. C'est le « point général » de la tête et de la nuque.
- FO3 *taichong* : clarifie la Chaleur du Foie et clarifie le Feu.
- TR5 *waiguan* : rafraîchit la Chaleur du *shaoyang*, calme la douleur.

Céphalée par excès de yang du Foie

Céphalée avec sensation de distension de la tête, vertiges et éblouissements, rougeur du teint et des yeux, acouphènes, sécheresse de la bouche, de la gorge et des yeux, palpitations, impatience et susceptibilité, troubles

du sommeil avec activité onirique intense, sensation de chaleur des « 5 cœurs ».

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi*, FO2 *xingjian*, RE7 *fuliu* : calment le Foie. Nourrissent le *yin* et abaissent le *yang*.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu* : calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- PO7 *lieque* : arrête la céphalée. C'est le « point général » de la tête et de la nuque.
- FO3 *taichong* : calme le Foie, abaisse le *yang*.

Céphalée par Froid du Foie

Douleur au vertex avec sensation de froid à la tête, augmentation des douleurs au froid. Le patient dort tête couverte. Pâleur, anxiété, extrémités froides.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : calme les douleurs.
- *taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- VC12 *zhongwan*, FO1 *dadun* : en moxibustion, ils réchauffent le Foie et l'Estomac.
- RA4 *gongsun* : fait descendre le froid.

Céphalée par déficience des Reins

Céphalée avec sensation de vide de la tête, vertiges, acouphènes, lombalgies et gonalgies diffuses, asthénie. Si déficience de *yang* : crainte du froid, extrémités froides, douleurs soulagées par la chaleur, impuissance, règles irrégulières. Si déficience de *yin* : chaleur des « 5 cœurs », rougeur des joues, transpiration nocturne, troubles du sommeil, aversion pour la chaleur.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- VE23 *shenshu*, VG4 *mingmen*, RE3 *taixi* : reconstituent les Reins, nourrissent le *yin* et tonifient le *yang*.

Céphalée par déficience de qi

Céphalée diffuse, aggravée par la fatigue. Asthénie. Crainte du froid. Manque d'appétit et troubles du goût.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu*, ES36 *zusanli* : renforcent le Centre et soutiennent le *qi*.
- VG20 *baihui* : aide le *qi* clair à monter à la tête.

Céphalée par déficience de Sang

Céphalée frontale irradiant vers le haut, vertiges et éblouissements, teint terne et lèvres pâles, palpitations parfois accompagnées de crises d'angoisse.

Traitement acupunctural

- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu* : calme les douleurs. C'est aussi le « point général » de la tête et du visage.
- RA6 *sanyinjiao*, VE17 *geshu*, RA10 *xuehai* : nourrissent et reconstituent le Sang.

Céphalée par stagnation des Glaires et Mucosités

Céphalée au vertex, avec tête lourde, sensation de pesanteur et d'obstruction thoracique, troubles de l'appétit.

Traitement acupunctural

- VB20 *fengchi* : calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- VC12 *zhongwan*, ES40 *fenglong* : font descendre les éléments troubles en renforçant la Rate et l'Estomac.
- VG20 *baihui* : fait diffuser et monter le *yang* clair.

Céphalée par stagnation du Sang

Céphalée fixe, lancinante, aggravée la nuit, entraînant des troubles du sommeil, douleurs qui ne sont améliorées ni par le froid, ni par la chaleur, céphalée fréquemment déclenchée par stress émotionnel et/ou météo sensible.

Traitement acupunctural

- Points *ashi*, *taiyang* (saignée) : éliminent la Stase de Sang et arrêtent les douleurs.
- GI4 *hegu* : fait circuler le *qi* et régularise le Sang.
- VE17 *geshu*, RA10 : *xuehai* éliminent la Stase de Sang.

Discussion et mise au point du « protocole raisonné »

Comme nous venons de le voir, la céphalée, pathologie fréquente en consultation, peut être liée à un grand nombre de syndromes, pour ne parler que de cette approche, qui est l'objet de ce travail. Si l'on ajoute à cela que de nombreux patients présentent souvent une imbrication de plusieurs syndromes, on comprend vite que la situation peut devenir inextricable (et frustrante), surtout pour le confrère encore relativement débutant...

Et pourtant, en prenant le temps de revoir les divers syndromes et leur traitement acupunctural spécifique, on se rendra compte qu'un petit nombre de points réapparaissent constamment. Loin d'être un hasard, ceci est lié aux fonctions spécifiques de ces points, fonctions qui s'avèrent indispensables dans le traitement de toutes ces formes de céphalées. Ces points sont les suivants :

- VB20 *fengchi* : disperse le Vent, calme les douleurs.
- *Taiyang* : point curieux très efficace dans les douleurs céphaliques.
- GI4 *hegu* : élimine le Vent et la Chaleur.
- PO7 *lieque*, ainsi que GI4 *hegu* appartiennent, tous deux, au club très fermé des « points généraux », qui ont la particularité de contrôler, de réguler et d'harmoniser les flux énergétiques de toute une zone du corps. Ils peuvent également en éliminer les pervers externes (*xieqi*). Ainsi, GI4 *hegu* contrôle le visage et la partie antérieure de la tête. Quant à PO7 *lieque*, il contrôle la partie postérieure de la tête et la nuque.

Ces « points généraux » sont issus de l'ouvrage « l'acupuncture et la moxibustion au grand complet » (*zhen jiu da quan*), publié en 1439.

En conséquence, nous pouvons à présent établir un protocole de première intention pour le traitement de toute forme de céphalée : VB20 *fengchi*, *taiyang*, GI4 *hegu*, PO7 *lieque*. J'y ajoute, en cas de besoin, les compléments suivants les points *huatuojiayi* au niveau C2, C3 et C4 en cas de céphalée à prédominance ou à départ occipital.

En résumé, mon « protocole raisonné » prend la forme suivante (figure 1) :

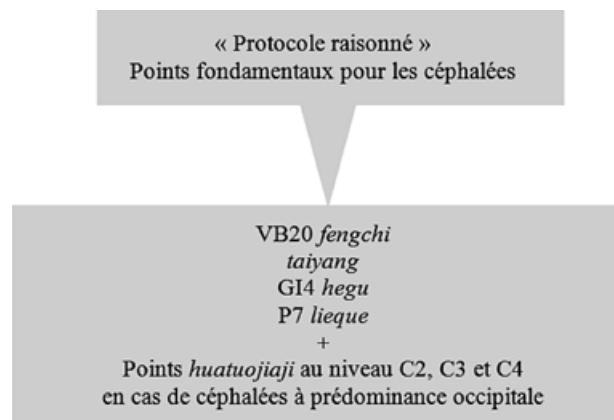


Figure 1 : protocole raisonné.

La mise en pratique est la suivante : les aiguilles sont laissées en place 20 - 30 mn, les séances sont effectuées au début 2 fois par semaine, puis espacées dès que le patient va mieux. Il faut compter entre trois et jusqu'à une quinzaine de séances au total. L'application de ce protocole m'a permis de traiter efficacement près des deux tiers de mes patients atteints de céphalées. Au cas où le résultat se fait attendre, il convient de compléter ce protocole par des points « syndrome(s)-spécifique(s) » (voir plus haut). Dans les cas, rares selon mon expérience, qui ne répondent pas, il faut alors prendre un tout autre chemin... (acupuncturale, bien entendu !).

Un mot pour finir à propos de mon choix pour le terme « protocole raisonné ». En effet, l'utilisation d'un protocole standardisé est souvent estampillé « recette », un terme à connotation plutôt péjorative, qui sous-entend généralement l'absence de toute réflexion de la part de l'acupuncteur, qui se contenterait de piquer des points appris par cœur, sans savoir vraiment ce qu'il fait, ni pourquoi. Ici, il s'agit bien d'un « protocole », puisque l'on utilise de manière standardisée un groupe de points, toujours le même, chez tous les patients présentant une symptomatologie similaire. Mais ce protocole est « raisonné », car le choix des points suit un cheminement intellectuel propre à la MTC, ici la différenciation par les syndromes.

Conclusion

Les céphalées sont l'une des causes les plus fréquentes de consultation en Acupuncture. Leur diagnostic MTC peut être très complexe, ce qui rend d'autant plus délicat le choix des points à puncturer, principalement pour les

confrères encore peu expérimentés. Dans ce travail, j'ai essayé de montrer que l'on peut, tout en respectant les règles propres à la MTC, parvenir à un protocole simple à mettre en œuvre, et régulièrement efficace, baptisé ici « protocole raisonné » pour les raisons explicitées plus haut. Le but de ce type de travail est, à mon sens, triple :

- donner aux jeunes confrères des « fondamentaux » sur lesquels ils peuvent s'appuyer pour bien démarrer leur carrière en Acupuncture.
- faciliter un peu la vie des plus expérimentés (oui, un acupuncteur aussi, a le droit de se faciliter un peu la vie !).
- arriver à des protocoles qui pourront peut-être servir de base de travail dans le cadre d'une ECR.
- Seule l'utilisation, par les lecteurs, de ces « protocoles raisonnés », peut permettre d'atteindre ces buts...



Dr Bernard Memheld
Spécialiste en Chirurgie Orthopédique
et Traumatologie
Expert Assermenté près la Cour d'Appel
de Colmar
Coordinateur de la Capacité de
Médecine d'Acupuncture à la Faculté
de Médecine de Strasbourg
Membre du CFA-MTC
✉ bernard.memheld@wanadoo.fr

Conflit d'intérêts : aucun

Références

1. Auroche B. Céphalée et acupuncture. Méridiens. 1983; 63-64:105-114.
2. Dubois JC. Traitement des céphalées en médecine chinoise. Méridiens. 1984;67-68:87-108.
3. Goret O. Céphalées. Protocole thérapeutique Acupuncture & Moxibustion. 2004;3(1):54-56.
4. Guillaume G, Mach Chieu. Rhumatologie. Paris: Éditions de la Tisserand; 1990.
5. Guillaume G, Mach Chieu. Dictionnaire des points d'acupuncture. Paris: Guy Trédaniel éd.; 1995.
6. Lin Shi Shan, Wang Xi Zhe. La céphalée en Médecine traditionnelle Chinoise. Forbach: Institut Yin-Yang; 1998.
7. Lin Shi Shan, Dubuisson M. Choix des points en acupuncture traditionnelle. Forbach: Institut Yin-Yang; 1997.
8. Lin Shi Shan. Points traitant les douleurs en acupuncture traditionnelle. Forbach: Institut Yin-Yang; 2001.
9. Nguyen Van Nghi. Céphalée d'origine énergétique. Mensuel du Médecin Acupuncteur. 1979;63:83-90.
10. Xiao Yong Jian. Rhumatologie et acupuncture. Forbach: Institut Yin-Yang; 2007.
11. Zhen Jiu Xue. Céphalées. Mensuel du Médecin Acupuncteur. 1980;70:395-397.



Retrouvez tous les contenus de la revue
Acupuncture & Moxibustion

Pour lire ce flashcode, téléchargez

- Sur Android : Téléchargez l'application flashcode depuis Android Market
- Sur Iphone : Téléchargez l'application flashcode depuis Appstore
- Par SMS : Envoyez le mot « flashcode » au 30130