

Zhou Dian, Florence Phan-Choffrut, Zhang Wei, Landry Tamendjou Djilo

Soins esthétiques ou cosmétologie en MTC (中医美容面面观)

Résumé : Voici une transcription de la présentation faite à Shanghai lors d'un voyage d'étude organisé par l'Asmaf-Efa, présentation faite par Madame le Professeur Zhou Dian, spécialisée en cosmétologie, chargée de cours en pharmacopée, massage et acupuncture dans ce domaine. **Mots clés :** cosmétologie - massage - acupuncture.

Summary: Here is a transcript of the presentation made in Shanghai during a study tour organized by Asmaf-Efa, presentation made by Professor Zhou Dian, specialized in cosmetology, lecturer in pharmacopoeia, massage and acupuncture in this area. **Keywords:** cosmetology - massage - acupuncture.

Introduction

La cosmétologie est une discipline dont l'objectif porte sur l'étude du maintien de la beauté physique par des soins et techniques spécifiques ainsi que la prévention et le traitement des maladies susceptibles de toucher la beauté, afin de ralentir le vieillissement et maintenir le corps physique en bon état. Cet aspect de l'entretien de la jeunesse, de la vie, est très présent dans la mentalité des Chinois. Madame le Pr Zhou Dian de l'Université de Médecine Traditionnelle de Shanghai (SHUTCM, Shanghai University of Traditional Medicine) nous a fait une remarquable présentation théorique traduite par Mme Zhang Wei, enregistrée par Dr Tamendjou Djilo. C'est ce travail collaboratif que nous souhaitons partager, car les effets des traitements proposés ne se limitent pas à l'aspect esthétique, y sont incluses des pathologies que nous aurions tendance à classer en dermatologie. L'exposé théorique a été suivi d'une séance pratique que nous ne rapporterons pas ici. La plupart du texte qui suit est de Pr Zhou Dian, mais pour alléger la lecture, il ne sera pas mis en italique, format réservé aux citations.

Contexte : la culture chinoise

Pr Zhou Dian : « à propos de la notion de cosmétique en médecine chinoise on trouve deux systèmes de théories, qui constituent la base théorique en cosmétologie : l'esthétique

chinoise selon la MTC et l'esthétique occidentale. À propos des techniques utilisées en cosmétologie chinoise, il y a des techniques propres à la MTC, comme tuina, anmo, acupuncture, grattage ; y ont été ajoutées des techniques occidentales modernes (par exemple épilation moderne) ».



Figure 1. Beauté chinoise classique (中国古典美) : teint blanc, visage légèrement empâté, douceur dans le maintien, cheveux de jais, lisses et soyeux, taille flexible, œil de biche, nez haut et fin, lèvres pulpeuses vermillon menue, corps fin et élancé, plate, sans fesse.

Les théories fondamentales chinoises constituent une base pour les soins esthétiques en MTC. Les critères de beauté diffèrent selon les pays. Dans la Chine classique, la beauté comporte la notion de « beauté réservée 含蓄的美 », il n'y a pas de standard fixe, il faut imaginer, c'est ce qu'évoquent les quatre beautés classiques (四大美女) (figure 1). En Occident, les critères de beauté répondent à des mesures strictes comme hauteur du nez, distance entre les yeux, proportion des cinq organes des sens ; en Chine, d'autres critères sont utilisés : teint clair avec éclat, mais pas de pâleur.

Historique (développement de la cosmétologie en MTC) (中医美容的发展)

En langue chinoise, la cosmétologie est désignée par quatre termes, 中医美容, *zhōngyī měiróng*. C'est un terme moderne qui n'est pas écrit tel quel dans les classiques médicaux, mais les notions y sont suggérées, par des conseils comme par exemple dans le Neijing on peut lire : « *les problèmes internes ont leurs manifestations à l'extérieur* ». Cela implique qu'en plus des points locaux, il faut régulariser le système global, le système interne. Sun Simiao dans les Prescriptions valant mille pièces d'or (581-907), donne des formules de points d'acupuncture ainsi que des recettes de pharmacopée. Dans le Compendium de materia medica (*Bencao gangmu*) (960-1644) de Li Shizhen, on trouve 270 formules pouvant être utilisées en cosmétologie. Depuis les vingt dernières années, la cosmétologie a connu un grand essor, avec la création d'un enseignement académique sur la beauté, l'ouverture de cliniques et salons de beauté, ainsi qu'une attention particulière portée au maintien de la santé [1-4].

Classification des techniques utilisées en cosmétologie (中医美容的分类)

La cosmétologie est reliée à la MTC, et de ce fait, le thérapeute peut faire appel à différentes techniques :

- Pharmacopée à usage interne et à usage externe (中医美容包括内服, 外用)
- Acupuncture, moxibustion et autres méthodes (par exemple grattage selon les méridiens) (针灸美容: 包括针刺, 艾灸等方法: 刮痧)
- *Tuina* (推拿美容)
- Diététique (药膳美容) : repas, recettes, éventuels ajouts de pharmacopée
- Régulations émotionnelle et psychologique (心理调节美容)

Bases théoriques fondamentales en MTC (中医美容的基础)

À tout moment, le diagnostic en cosmétologie tiendra compte de :

- La notion de globalité, le traitement institué le sera selon l'identification du syndrome
- *Yin-yang*, 5 éléments, Viscères-Entrailles, *qi*-Sang-Liquides organiques, Méridiens.
- Quatre temps du diagnostic, le traitement sera fait par pharmacopée, acupuncture et d'autres techniques

Diagnostic (中医美容的诊断)

Avant de traiter, il faut établir un diagnostic selon la MTC.

Inspection (望) :

Teint (面色)

Le teint reflète l'état de santé. Si le patient ne recherche qu'un entretien de santé, alors l'inspection isolée du teint suffit : un beau teint (身体健康) est un teint rose, peau ferme et tonique. En cas d'insuffisance de *qi*-Sang (气血不足), le teint est plutôt pâle ; si la peau est relâchée et le teint jaune et sans éclat, il y a faiblesse de Rate-Estomac (脾胃虚弱). Un teint plutôt foncé, de couleur bleu-noir avec tâches pigmentées oriente vers une stagnation de *qi* du Foie (肝气郁结) ; s'il y a bouffées de chaleur ou chaleur des cinq centres, il y a Vide de *yin* et excès de Feu (阴虚火旺) ; des cernes, des poches sous les yeux ou des rides précoces orientent vers un Vide de *qi* de Poumon, Rate et Rein (肺, 脾, 肾气虚).

À ces critères généraux, nous ajouterons les renseignements issus du principe holographique (面部全息诊疗). La théorie holographique et celle des méridiens de MTC, consiste à traiter certaines pathologies chroniques à l'aide de points qui représentent respectivement les Viscères et Entrailles du corps humain. Le diagnostic est complété par les renseignements issus de l'holographie : chaque viscère a une zone de projection au visage. Après comparaison de différentes cartographies du visage, Pr Zhou a retenu celle ci-dessous qui lui a apporté plus de satisfaction (figure 2) : on peut y voir que sur le front se trouve la zone de projection de la tête et du rachis, entre les deux sourcils, se projettent les Poumons et le Cœur, sur l'arête du nez, Foie et Estomac, Rate sur la pointe du nez, sous la racine du nez, les ovaires.

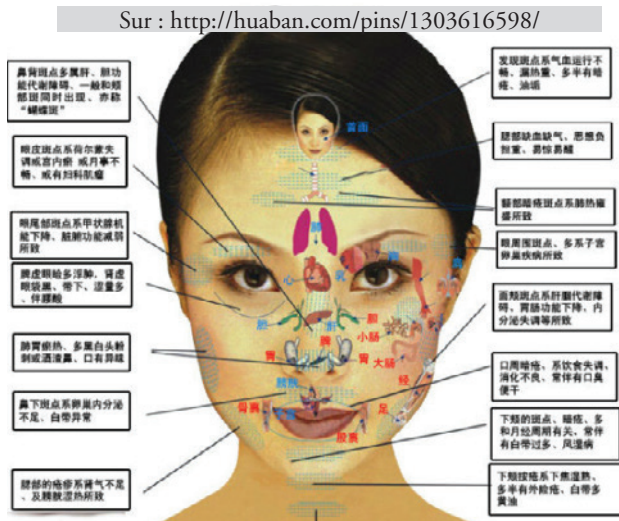


Figure 2. Thérapie par grattage du visage selon l'holographie (面部砭石刮痧疗法示意图).

Diagnostic par grattage avec un grattoir (guasha) (figure 3) (面部刮痧)

Le grattage avec un grattoir en jade peut provoquer des réactions qui permettront d'enrichir le diagnostic. Par exemple l'apparition rapide d'une rougeur de la zone du Cœur atteste la présence d'un Feu du Cœur, si la peau de la zone du Foie est moins lisse ou s'il y a une sensation de nodules cela suggère une stagnation du *qi* du Foie. Le grattage a donc un rôle diagnostic, mais il est également thérapeutique.



Figure 3. Grattoir en jade.

Inspection de la langue (望舌态)

Pour le Pr Zhou Dian, la palpation du pouls est difficile et subjective, les renseignements obtenus par l'examen de la langue (corps et enduit) sont objectifs et fiables, car très révélateurs de l'état réel de l'organisme. Une

langue normale est de couleur rose avec un mince enduit blanc, de taille et mobilité normales (figure 4).

Le corps de la langue renseigne sur l'état des Viscères-Entraînes, l'examen de l'enduit lingual renseigne sur les pervers : une langue gonflée avec empreintes dentaires témoigne d'un Vide de Rate-Estomac ou de Rein (figure 5). Un enduit jaune et gras témoigne de la présence de Chaleur, d'Humidité ou d'indigestion (figure 6), un enduit sec ou l'absence d'enduit sont le témoin d'une perte de Liquides Organiques, d'un excès de Chaleur qui blesse les Liquides Organiques ou de la présence de Feu dû au Vide de *yin* (figure 7). Un enduit noir indique une chaleur extrême ou un froid extrême, une langue violet foncé indique une stagnation de Sang et de Glaires ou la présence de Chaleur perverse. Une langue fissurée témoigne de l'abondance de Chaleur qui blesse le *yin* ou un Vide de Sang, un enduit blanc témoigne d'un Vide de Rate et de Rein *yang*, d'une stagnation d'Humidité-Chaleur.

Une difficulté peut être rencontrée en Occident en raison de l'habitude du nettoyage de l'enduit alors qu'en Chine, l'aspect de l'enduit participe au diagnostic et permet de suivre le traitement.

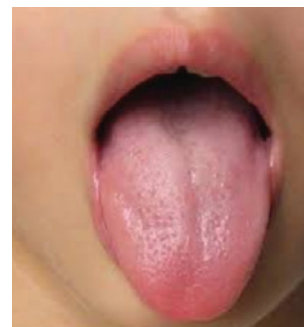


Figure 4. Langue normale (正常舌象).



Figure 5. Langue gonflée avec empreintes dentaires (胖大舌).

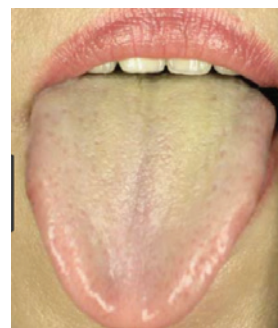


Figure 6. Enduit jaune et gras (黄腻苔).

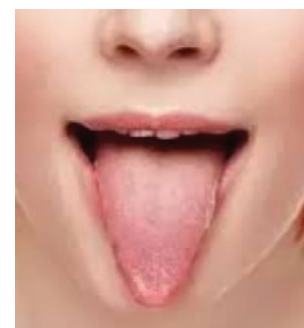


Figure 7. Langue petite, rouge et sans enduit (热象舌苔).

Observation du corps physique (望形体)

L'aspect extérieur étant révélateur du fonctionnement intérieur, nous devons également observer la force et la corpulence du patient, par exemple : une maigreur indique un Vide de *yin* et un excès de *yang*, elle est souvent signe de Feu, une surcharge pondérale indique la présence de *tan*-Humidité. Une petite taille avec obésité indique un Vide de *yang* avec excès de *yin*, une corpulence normale reflète l'harmonie du *yin* et du *yang*.

Palpation de la peau (切皮肤)

Le diagnostic par la palpation permet de connaître l'état des Viscères-Entrailles et du *qi*-Sang : une peau ferme indique la présence de *qi* et du Sang, si elle est relâchée, il y a Vide de Rate et du Rein, des ecchymoses faciles indiquent un Vide de *qi* qui ne peut pas assurer l'homéostasie, des nodules apparaissant lors du massage ou du grattage indiquent une stagnation de *qi* et de *Tan*-Humidité, l'apparition facile de rougeur au grattage indique la présence de Chaleur ; une couleur violette au grattage indique la présence de Froid ou de Chaleur, le diagnostic différentiel se fera par les signes associés. Il y a des nuances entre les races, les races jaunes ont des peaux plus fermes que les races blanches. Il est important lors du traitement par grattage de ne pas faire apparaître des lésions rouges de grattage sur le visage, contrairement à ce qu'on recherche sur le reste du corps.

Pharmacopée et esthétique (中药美容)

Autrefois la pharmacopée « esthétique » était utilisée dans les services de dermatologie, aujourd'hui, avec le développement des soins esthétiques, un service spécialisé y est consacré. La pharmacopée occupe une place primordiale dans les traitements en cosmétologie, car elle permet de régulariser l'intérieur pour faire émerger la beauté vers l'extérieure [5,6]. Seuls les praticiens ayant reçu une formation universitaire sont aptes à la prescription de pharmacopée.

Les plantes ont pour action de nourrir, nettoyer ou hydrater la peau, noircir les cheveux ou favoriser leur

pousse, ralentir le vieillissement et favoriser la longévité.

Mécanisme de l'efficacité de la pharmacopée (美容中药的作用原理)

La pharmacopée à usage interne élimine la perversité, rétablit le bon fonctionnement viscéral, rééquilibre et harmonise le *yin-yang*. On peut aussi appliquer les prescriptions par voie locale [7] sauf certaines préparations, c'est : « faire émerger la beauté extérieure en travaillant le système intérieur » avec des produits ayant pour propriété de tonifier le *qi*, activer le Sang, éliminer la Chaleur toxique et apaiser les démangeaisons en éliminant le Vent.

Quelques exemples de plantes utilisées (常用美容中药举例)

- Huang Qin (Radix Scutellariae), Dan Shen (racine de Salvia), Xia Ku Cao (Prunella vulgaris), Zhen Zhu Fen (Poudre de perles) : éliminent la chaleur et les acnés
- Bai Zhu (Rhizome d'Atractylode), Jiang Can (vers à soie), Dang Gui (angélique chinoise), Gan Cao (régliasse) : anti-pigmentation et blanchiment de la peau
- Xing ren (amande), Mai Dong (Ophiopogon japonicus), Yu Zhu (Polygonatum odoratum), Bai He (lys) : hydratation
- Ginseng, Ling Zhi (amadouvier), Huang Jing (Rhizoma polygonati), E Jiao (gélatine de peau d'âne) : anti-rides

En Occident on utilise les huiles essentielles dont les propriétés thérapeutiques sont similaires. Actuellement certaines plantes de la pharmacopée chinoise sont disponibles sous forme d'huile essentielle que l'on peut utiliser lors des massages.

Formules de beauté de la peau (美容秘方)

Ci-dessous, deux exemples de prescription :

- 杨太真红玉膏 Yang Taizhen Hongyu pommade : Amande pelée, talc, poudre légère chacun est réduit en fine, cuit à la vapeur, comme le bornéol, un peu de musc, de poulet et mélanger soigneusement. Appliquer

après le nettoyage soigneux de la peau. Action : rend le teint hydraté et éclatant.

– 玉容散 Yu Rong San : Bai Fuzi, Mi Tuo Seng (Lithargyrum), Oyster, Poria, Chuan Xiong chacun égal, enfin du lait de brebis. Appliquer sur le visage tous les soirs, frotter avec les mains, laver avec de l'eau trouble et appliquer sur le visage. Action : chasse le Vent, active le sang, hydrate la peau et antipigmentation.

Esthétique et méridiens (经络美容)

Il s'agit de stimuler les points et les méridiens par différentes techniques : *tuina-anmo*, puncture, moxibustion, grattage, ventouses dans le but de désobstruer et régulariser les méridiens, traiter les maladies pour une beauté de la peau.

Système des méridiens (经络的概念)

Concept : il s'agit de faire circuler le *qi* et le Sang du corps entier, faire communiquer entre eux les Viscères et les Entrailles et les membres, favoriser les liaisons haut-bas, intérieur-extérieur, et stimuler le système des méridiens pour conduire l'information. Les méridiens sont constitués de méridiens et de collatéraux.

Système des méridiens :

- Méridiens : 12 méridiens principaux, 8 méridiens curieux, 12 méridiens distincts
- Vaisseaux *luo* : 15 *luo*, *fuluo*, *sunluo*
- Vaisseaux de liaison :
 - liaison avec l'extérieur : 12 tendino-musculaires, 12 *pibu*
 - liaison avec l'intérieur : 6 Viscères et 6 Entrailles.

Pour les soins du visage, on peut utiliser des points locaux, mais il faut appliquer un traitement global par des points distaux. Il est préférable d'utiliser trois à quatre méridiens : le méridien concerné, le couplé *biaoli*, ou celui avec lequel il est en relation par la loi des cinq mouvements.

Points souvent utilisés sur le visage (常用按摩美容穴位)

Yintang (印堂), *taiyang* (太阳), VE2 *zanzhu*, *chengqi* ES1, *qiuhou* (球后), *tongziliao* VB1, *shangguan* VB3,

tinggong IG19, *quanliao* IG18, *yingxiang* GI20, *dicang* ES4, *jiache* ES6.

Application des soins esthétiques chinois en clinique (中医美容应用)

Indications de l'esthétique chinoise (中医美容治疗适应症)

Au début, le terme utilisé était soin esthétique chinois (中医美容), mais aujourd'hui on ajoute le terme *yangsheng* « pour le maintien de la santé » (中医养生美容).

Les indications sont, au sens large, l'embellissement physique et moral. Au sens étroit, ce sont les soins du visage et des organes des sens et l'obtention d'une meilleure forme physique. Les motifs de consultation sont souvent l'acné, la pigmentation, l'obésité, la chute des cheveux et le vieillissement de la peau ainsi que d'autres problèmes dermatologiques (urticaire, eczéma, psoriasis) dans lesquels les résultats sont très bons.

Acné : est appelée « acné pulmonaire du vent », « épine de vin », « épine de vent », etc., localisée à la face et sur le thorax, elle se présente sous l'aspect de pointe d'aiguille ou de grains de riz. Au début, ce sont des petites papules et pustules, avec des nodules sévères, des kystes, des cicatrices et la pigmentation.

Étiologie : (病因病机) : sur un terrain avec chaleur du sang, il y a écart alimentaire et attaque par pervers externe, ce qui provoque une Stase de Sang et de *tan-Mucosités*.

On distingue quatre syndromes (辨证分型) :

Vent-Chaleur du Poumon (肺经风热型)

Il y a papules, rougeur, douleur avec prurit, les papules sont peu nombreuses, de la taille d'une graine de sésame ou d'un haricot mungo, pas ou peu de pus, soif, selles sèches, la langue est rouge, parfois un enduit jaune fin, le pouls est flottant.

Humidité-Chaleur Rate-Estomac (脾胃湿热型)

Les boutons sont gros avec pus et signes de Chaleur (soif, bouche et gorge sèches, constipation, l'enduit lingual est rouge ou jaune, gras, le pouls est tendu ou glissant).

Chaleur du Foie (肝经郁热型)

Si l'éruption est rythmée par les cycles menstruels et si elle est plus particulièrement localisée sur les territoires Foie et Rein (les deux joues, le cou, etc.), cela évoque une chaleur du méridien du Foie. Ce sont des papules inflammatoires avec irritabilité, la langue est rouge ou jaunâtre, le pouls est tendu.

Accumulation de *tan* et Stase de Sang (痰凝血瘀型) :

Syndrome chronique (hémorroïdes), les nodules ou kystes sont foncés avec pigmentation de la peau, la langue est rouge, l'enduit mince.

Diagnostic selon la localisation (根据发病部位辨痤疮)

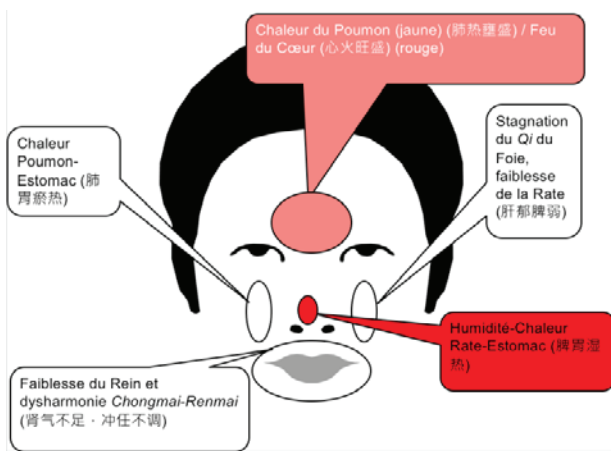


Figure 8. Diagnostic étiologique de l'acné selon la topographie des lésions au niveau de la face.

Pharmacopée selon les syndromes

Nous ne décrivons pas ici les prescriptions, cependant, les diagnostics les plus fréquemment rencontrés selon l'analyse en vue de prescrire de la phytothérapie sont :

- Vent-Chaleur au méridien du Poumon
- Chaleur-Humide de la Rate et de l'Estomac
- Stagnation de Chaleur-Foie
- Stase de Sang

Points utilisés dans l'acné (痤疮取穴)

Points principaux : *feishu* VE13, *pishu* VE20, *hegu* GI4 (*hegu* GI4 est efficace, quel que soit le type de Chaleur à la face.)

Points complémentaires : *yingxiang* GI20, *didang* ES4, *taiyang*

Points selon le syndrome :

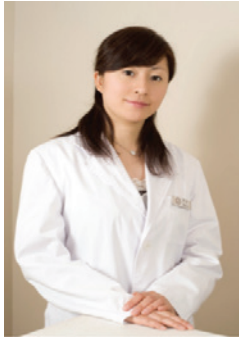
- Chaleur du Poumon : *quchi* GI11, *dazhui* VG14
- Humidité liée à la Rate : *zusanli* ES36, *fenglong* ES40 (puncture ou moxa), *pishu* VE20
- Stagnation du *qi* du Foie : *taichong* FO3, *sanyinjiao* RA6

De manière générale, les points sont utilisés de façon bilatérale, soit puncture, soit grattoir ; si la chaleur est importante, on peut faire saigner VG14. Le grattage sur les méridiens et les points est plus souvent utilisé que la pharmacopée.

Conclusion

Le terme cosmétologie pourrait faire penser qu'il s'agit d'un domaine superficiel de la médecine. Nous devons probablement modérer cette affirmation :

- D'une part la MTC affirme que l'extérieur est le reflet de l'intérieur, cela signifie que n'importe quelle manifestation cutanée est le reflet d'un trouble énergétique peut-être accessible par une ou plusieurs techniques de la MTC.
 - D'autre part, les Chinois classent dans la cosmétologie, des affections qu'en Occident, nous allons classer en dermatologie (acné, cicatrice d'acné, verrues, eczéma, psoriasis.....) [8-15].
- Nombre d'études ont évalué l'efficacité de l'utilisation des aiguilles en cosmétologie ainsi que le faible coût [16]. Le mécanisme d'action évoqué est que lorsque les aiguilles sont insérées, l'énergie et les endorphines sont libérées ce qui améliore la circulation sanguine et stimule la repousse cellulaire. L'insertion des fines aiguilles favorisera également la production de collagène, une protéine qui permet de garder l'élasticité de la peau [16]. Considérée comme inoffensive, l'acupuncture utilisée en cosmétologie serait une alternative à l'utilisation du Botox (Botulinum Toxin).



Dr Zhou Dian, 周典
SHUTCM (上海中医药大学)
✉ 1460620764@qq.com



Dr Florence Phan-Choffrut
✉ phan-choffrut@wanadoo.fr



Mme Zhang Wei, 张伟
SHUTCM (上海中医药大学)
✉ zwshctm@gmail.com



Dr Landry Tamendjou Djilo
✉ fifone62@yahoo.fr

Conflit d'intérêt : aucun

Références :

- Huang F. History, present and future of traditional medicine cosmetic. *Journal of Chinese medicine* : 1998,13(6):.7.
- Li C, Li J, Liu DY. Brief history of cosmetology in the Imperial Palace of China. *Chinese journal of medical history*. 2001,31(3):180.
- Doran V. An introduction to facial revitalisation acupuncture. *European Journal of Oriental Medicine European Journal of Oriental Medicine* 2007 5(5).
- Bo P. Preliminary investigation on the thought of cosmetology in « Compendium of materia medica ». *Liaoning journal of tcm*. 1987,11(5):10.
- Hong WX. Discussion of cosmetic prescriptions and drugs in 3thousand golden prescription. *Fujian journal of traditional chinese medicine*. 1987,18(1),39-41.
- Wang XP. Analysis of the cosmetics made by Sun Simiao. *Shaanxi journal of TCM*. 1987,8(3):103.
- Xu SS. 60 cases of cosmetic dermatitis treated with traditional chinese medicine facial mask. *Yunnan journal of tcm and materia medica*. 1999,20(4):31.
- Bui VT. L'acupuncture en dermatologie : analyse de trois cas. *Acupuncture & Moxibustion* 2013,2(1-2):58-61.
- Harris AG, Naidoo C, Murrell DF. Skin needling as a treatment for acne scarring: An up-to-date review of the literature. *Int J Womens Dermatol*. 2015 Apr 10;1(2):77-81.
- Al Qarqaz F, Al-Yousef A. Skin microneedling for acne scars associated with pigmentation in patients with dark skin. *J Cosmet Dermatol*. 2018 Jun;17(3):390-395.
- Alster TS, Graham PM. Microneedling: A Review and Practical Guide. *Dermatol Surg*. 2018 Mar;44(3):397-404.
- Dogra S, Yadav S, Sarangal R. Microneedling for acne scars in Asian skin type: an effective low cost treatment modality. *J Cosmet Dermatol*. 2014 Sep;13(3):180-7.
- Fabbrocini G, Fardella N, Monfrecola A, Proietti I, Inno-cenzi D. Acne scarring treatment using skin needling. *Clin Exp Dermatol*. 2009 Dec;34(8):874-9.
- Harris AG, Naidoo C, Murrell DF. Skin needling as a treatment for acne scarring: An up-to-date review of the literature. *Int J Womens Dermatol*. 2015 Apr 10;1(2):77-81.
- Fabbrocini G, Fardella N, Monfrecola A, Proietti I, Inno-cenzi D. Acne scarring treatment using skin needling. *Clin Exp Dermatol*. 2009 Dec;34(8):874-9.
- Zhang Q, Zhu LX. Meridional Cosmetology: Report of 300 Cases with Discussion of Underlying Mechanism. *The International Journal of Clinical Acupuncture* 1996,7(4):401-405.