

# L'acupuncture : une réalité scientifique et moderne!



La médecine selon la tradition ancestrale est aussi vieille que l'histoire humaine, mais tout à fait nouvelle dans la recherche scientifique d'aujourd'hui.

Par Gaétan Brouillard, M.D.

La médecine traditionnelle (selon la tradition), connue également comme médecine complémentaire ou alternative, fait de plus en plus d'adeptes auprès du grand public. Actuellement, on estime que plus de 30 % de la population canadienne et même que 41 % de la population américaine font appel aux médecines alternatives. On qualifie injustement la médecine alternative de médecine douce en opposition avec la médecine chimique qui serait la médecine « dure ». Cette connotation de médecine douce par rapport à la médecine moderne entretient un côté sectaire de la médecine en générale et ne peut que diviser mala-

droitement une entité qui aurait tout avantage à faire une globalité.

Le médecin se doit d'être à la fine pointe de sa science médicale, mais il doit également être informé des différentes avenues de la médecine complémentaire. Cette prérogative fait partie de ses qualifications de bon médecin pouvant guider correctement les patients qui s'aventurent dans ce genre de thérapie. La publicité est de plus en plus tapageuse dans le domaine des médecines alternatives et le médecin peut mieux que quiconque être bon juge s'il prend le temps de s'informer quant à leur potentiel véritable. Il ne faut pas oublier que cette médecine complémentaire ou alternative, sous prétexte qu'elle est naturelle, n'est pas nécessairement sans conséquence nocive pour la santé physique ou même pour la santé financière de la population.



Le Dr Brouillard est chargé d'enseignement clinique au service de l'unité de médecine familiale, Hôpital Maisonneuve-Rosemont. Il est directeur d'un centre de physiothérapie et d'acupuncture à Laval. Il s'intéresse particulièrement aux maladies musculo-squelettiques et à la douleur.

## L'appel de la médecine alternative

De fil en aiguille, l'acupuncture gagnait de plus en plus d'adeptes en Amérique, surtout depuis qu'en 1971, un groupe d'Américains avaient visité la Chine

# L'acupuncture

En bref :

## L'acupuncture : une réalité scientifique et moderne!

- Les débuts de l'acupuncture
- Des preuves scientifiques
- Les mécanismes d'action de l'acupuncture
- Le mécanisme énergétique
- Les questions fréquemment posées par les patients
- Les aiguilles

pour aller voir les dessous de cette technique plutôt incongrue pour nous, scientifiques sceptiques. M. James Reston, chroniqueur du *New York Times*, et peu crédule vis-à-vis l'acupuncture, tombe subitement malade à Pékin, souffrant d'une crise aiguë d'appendicite, diagnostiquée par les médecins. Il est opéré d'urgence et, sans avoir le temps de questionner ou d'analyser, il est aussitôt traité par l'acupuncture pour des douleurs postopératoires. À son grand étonnement, il est soulagé et se rétablit rapidement. Dès son retour à New York, sa péripétie fait la manchette dans le *New York Times*. Ce fut les premières lueurs de cette technique millénaire du soleil levant éclairant et instruisant l'Amérique.

## Seulement des aiguilles pour soulager?

Il y a de quoi être sceptique. Comment une aiguille

peut-elle apporter un soulagement de la douleur? Une simple aiguille placée à un endroit précis et sans médicament injecté? Était-ce de la magie? Un effet placebo? Un phénomène de distraction? De l'hypnose déguisée? Tout ceci pouvait rendre perplexe.

Il est reconnu que l'acupuncture donne de bons résultats chez les animaux. Des études menées à l'université de Toronto par le docteur Bruce Pomeranz ont défini l'effet antalgique de l'acupuncture. Un ami de Toronto était le médecin vétérinaire attitré des meilleurs coursiers. Ses services de vétérinaire et d'acupuncteur étaient requis partout auprès de la gent équestre huppée. Il m'avait d'ailleurs fait quelques points qui, à mon grand étonnement, apportaient une détente évidente instantanée. Il pouvait même, avec certains points d'acupuncture, augmenter ou ralentir la fréquence de mon pouls en quelques secondes. Voilà quelque chose qui m'intriguait. Je ne pouvais plus reléguer l'acupuncture à un simple folklore.

Cette technique date de plusieurs millénaires et on a retrouvé des manuscrits datant de 3 000 ans où l'on voit des hommes et des animaux traités par l'acupuncture. Comment une médecine aussi vieille et qu'on qualifie d'énergétique pouvait-elle intéresser un médecin? L'acupuncture a un champ thérapeutique très étendu et peut aider efficacement à diminuer la douleur causée par les migraines et même à les faire disparaître. De plus, elle s'avère efficace pour les dysménorrhées, les maladies inflammatoires, les allergies, les infections récidivantes, l'insomnie, la constipation, la douleur chronique, etc.<sup>1,2</sup>

## À la recherche de nouveaux moyens thérapeutiques

L'acupuncture m'intéressait et je voulais en connaître les fondements et ses applications multiples. Où me

# L'acupuncture

renseigner pour avoir de l'information valable sans entrer dans tout un folklore où l'on peut s'égarer facilement? Le Collège des médecins à l'époque m'avait référé à l'*Acupuncture Foundation of Canada*. Cela semblait l'endroit idéal; son représentant était un physiatre pratiquant à l'hôpital de Toronto qui avait également un diplôme d'acupuncture de Pékin. De plus, à la fondation, bon nombre de médecins pratiquaient ou enseignaient l'acupuncture.

## Des preuves scientifiques

En 1981, je rencontre pour la première fois le docteur Bruce Pomeranz qui faisait des recherches à l'hôpital de Toronto depuis quelques années sur les neuro-peptides. Il était l'un des premiers à avancer la notion des endorphines et le premier à apporter des preuves scientifiques en laboratoire sur l'efficacité analgésique de l'acupuncture. Sa première constatation fut que l'effet de l'analgésie en acupuncture était transmissible, c'est-à-dire qu'un certain facteur sanguin biochimique était généré par l'acupuncture. Si l'on transfusait le sang de l'animal analgésié par l'acupuncture à un receveur, cette même analgésie était reproduite. Le docteur Pomeranz découvrit également qu'il pouvait bloquer l'effet analgésique de l'acupuncture chez le rat en injectant de la naloxone. Il trouva des peptides et le taux de ceux-ci avait augmenté à la suite d'une séance d'acupuncture. Les endorphines venaient de voir le jour en sol canadien. Plusieurs expériences à répartition aléatoire et à double insu



Figure 1. Statue de bronze du temps de la dynastie des Ming en 1443 montrant les points d'acupuncture.

furent menées et jugées significatives. L'acupuncture avait désormais ses lettres de noblesse et quelques



Pour  
la maîtrise  
de l'asthme.

Maintenant  
offert en  
inhalateur  
DISKUS® et en  
aérosol-doseur.



<sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> est indiqué dans le traitement d'entretien de l'asthme, lorsque l'utilisation d'un traitement d'association est appropriée. Les patients chez qui cette utilisation est indiquée peuvent comprendre ceux qui reçoivent un traitement d'entretien efficace par un  $\beta_2$ -agoniste à longue durée d'action et un corticostéroïde en inhalation et ceux qui présentent des symptômes malgré une corticothérapie en inhalation. <sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> ne devrait pas être utilisé pour traiter les symptômes aigus de l'asthme<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> DISKUS<sup>®</sup> contient du lactose et est contre-indiqué chez les patients aux prises avec des réactions allergiques au lactose ou au lait à médiation par les IgE.

Chez les adolescents et les adultes, les effets indésirables le plus souvent signalés sont l'irritation de la gorge (2 %), l'enrouement et la dysphonie (2 %), la céphalée (2 %), la candidose (2 %), qui peut être atténuée par le rinçage de la bouche et le gargarisme avec de l'eau après l'inhalation, et les palpitations (1 %). Chez les enfants de 4 à 11 ans, la candidose a été le seul effet indésirable rapporté à une fréquence supérieure à 2 %.

La fonction de l'axe HHS et les paramètres hématologiques doivent être surveillés périodiquement. On recommande de surveiller régulièrement la taille des enfants et adolescents qui suivent un traitement prolongé par des corticostéroïdes en inhalation.

<sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> est offert en deux formes posologiques, soit <sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> DISKUS<sup>®</sup> pour les patients de 4 ans et plus et <sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> en aérosol pour inhalation pour les patients de 12 ans et plus.

<sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> est une marque de commerce, utilisée sous licence par GlaxoSmithKline Inc. DISKUS<sup>®</sup> est une marque déposée, utilisée sous licence par GlaxoSmithKline Inc. <sup>1</sup>ADVAIR<sup>MC</sup> L'apparence, à savoir la couleur, la forme et la taille, du dispositif d'inhalation DISKUS<sup>®</sup> est une marque de commerce, utilisée sous licence par GlaxoSmithKline Inc.

Référence : 1. Monographie d'ADVAIR<sup>MC</sup>, GlaxoSmithKline Inc., décembre 2001.

# L'acupuncture

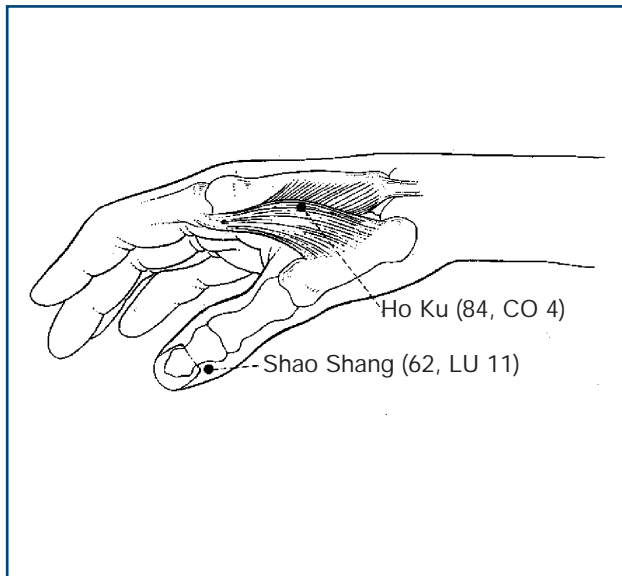


Figure 2. Illustration montrant le point classique Ho Ku. Ce point est très utile dans les céphalées, les épistaxis et différentes affections douloureuses de la gorge, des oreilles et des dents.

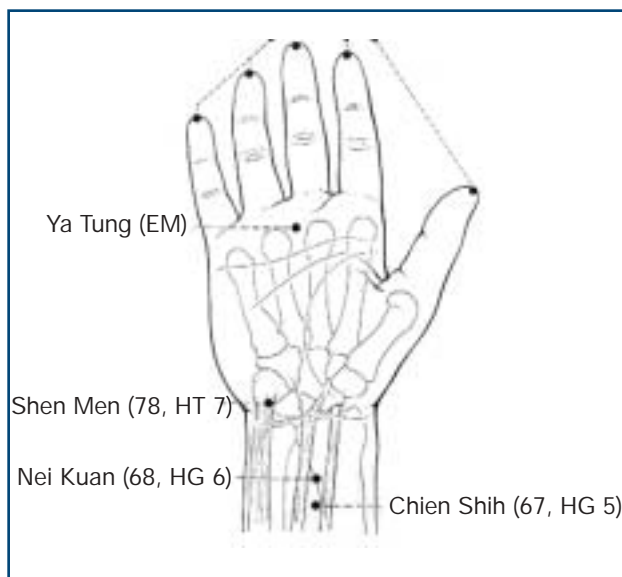


Figure 3. Le point Nei Kuan (ou HG 6 ou P6 ou péricarde 6) est employé fréquemment pour l'angine cardiaque, le hoquet, la douleur abdominale supérieure et est très efficace pour les nausées (des transports ou gravidiques).

années plus tard, fut décrétée acte médical par l'Organisation Mondiale de la Santé et le Collège des médecins du Québec.

## Les mécanismes d'action scientifiques de l'acupuncture

Les mécanismes de l'acupuncture sont complexes, mais nous pouvons en dégager les principales voies.

D'abord, une action analgésique est créée en augmentant les taux d'endorphines et de sérotonine. Il s'agit sûrement du domaine qui a le plus de succès auprès de la population médicale, et c'est ce qui m'attira au départ vers ce genre de traitement. L'acupuncture est un outil intéressant qui permet de soulager la douleur en général. J'ai cependant constaté assez tôt que ses effets thérapeutiques étaient beaucoup plus vastes que la simple analgésie. L'acupuncture a un effet homéostatique global principalement par voie de régulation neuro-hormono-physiologique. En plus d'avoir un effet sérotoninergique, soulageant les allergies, elle diminue l'activité sympathique apportant un effet de relaxation chez les gens hypertendus ayant un profil hyperdynamique. Ses effets vasodilatateurs et antispasmodiques sont incontestables et peuvent soulager les spasmes musculaires. Elle joue également un rôle de régulation hormonale pouvant traiter les problèmes métaboliques tels les processus de dysménorrhées, les irrégularités menstruelles, l'hypothyroïdie légère.<sup>1,2</sup> Un rôle thérapeutique prépondérant est également reconnu au niveau des maladies inflammatoires telles les arthrites et tendinites en augmentant de façon certaine le cortisol.<sup>1,2</sup> Enfin, il ne faut pas oublier un domaine intéressant qui est celui de renforcer le processus immunitaire en stimulant la production de gammaglobulines, favorisant une amélioration des processus anti-infectieux.

## Questions fréquemment posées par les patients

**Est-ce dangereux de contracter des maladies par les aiguilles?**

Non, en demandant à l'acupuncteur d'utiliser des aiguilles jetables à chaque séance.

**Est-ce que l'acupuncture est un acte médical reconnu?**

Oui.

**Est-ce que l'acupuncture peut soulager les douleurs et irrégularités menstruelles?**

Oui. L'acupuncture a un effet régulateur et homéostatique au niveau hormonal. De plus, elle peut aider des femmes en ménopause souffrant de phénomènes d'instabilité vasomotrice.

## Le mécanisme énergétique

L'acupuncture est avant tout un régulateur de l'organisme en général et ceci, par voie énergétique. La médecine traditionnelle chinoise est basée sur de multiples concepts philosophiques dont le plus important stipule que l'univers est une entité indivisible où tout existe en harmonie et de façon interdépendante. Le corps est vu comme un microcosme de cette vaste entité obéissant aux mêmes lois. L'harmonie du corps et de l'esprit est réalisée quand les deux forces primordiales, le Yin et le Yang, le chaud et le froid, la lumière et la noirceur, l'actif et le passif, les énergies mâle et femelle sont mises en équilibre. L'acupuncture agit par des points précis qui sont situés sur des trajets énergétiques que l'on nomme méridiens. Ces douze méridiens principaux sont reliés aux organes profonds. En rétablissant l'équilibre du Yin et du Yang, l'acupuncture assure le maintien de l'énergie vitale nécessaire à une bonne santé. Nous ne savons pas exactement comment ces centaines de points d'acupuncture ont pu être répertoriés avec succès, mais une chose est certaine, ils existent véritablement. Même sans connaître l'emplacement de ces points, nous pouvons les retrouver facilement à l'aide de détecteurs électroniques mesurant la faible résistance galvanique au niveau de ceux-ci.

## Les aiguilles

L'acupuncteur utilise des aiguilles de longueurs variables selon les endroits à traiter. L'aiguille de 3 cm est souvent l'aiguille passe-partout qui sera introduite à une profondeur habituelle de 1,5 cm. À certains endroits, comme les fessiers, on aura recours à des aiguilles beaucoup plus longues, par exemple de 5 cm. Les aiguilles les plus communes sont en acier inoxydable et munies d'un manchon cuivré. La plupart des acupuncteurs en utilisent des jetables. Il reste à espérer que cette pratique sera sous peu généralisée, car la qualité des stérilisations est trop aléatoire actuellement. D'ailleurs, plusieurs états américains obligent maintenant l'utilisation d'aiguilles jetables.

De façon générale, 5 à 10 séances suffisent pour apporter un soulagement efficace et souvent permanent. Ici comme ailleurs, certains seront de meilleurs candidats à l'acupuncture. Si aucun résultat n'est obtenu au bout de 6 ou 7 séances, il n'y a pas lieu de poursuivre les traitements.

Étant donné que l'aiguille est filiforme et flexible, à bout mousse et de petit calibre (environ 30), son introduction cause très peu de malaise et est rarement source d'hémorragie lors du retrait. La perforation d'organe ou l'infection sont des complications rarissimes. Les aiguilles peuvent être stimulées manuellement ou plus

# L'acupuncture



restent encore à découvrir. La compréhension des mécanismes de son mode d'action sont encore à la phase embryonnaire et plusieurs techniques (pression, couleur, laser, injections, etc.) pourront s'adjoindre à cette thérapie plusieurs fois millénaire. Actuellement, l'*Acupuncture Foundation of Canada*, dont le docteur Joseph Wong est le président, offre aux médecins, dentistes et infirmières une formation scientifique et technique de 300 heures qui permet de pratiquer l'acupuncture en bonne connaissance de cause. De plus, des cours de perfectionnement sont régulièrement donnés au Québec. Pour ceux qui veulent

simplement avec un électrostimulateur muni de pinces (principe semblable au TENS [neurostimulation transcutanée]). Les séances durent environ 20 à 30 minutes durant lesquelles le patient repose assis ou couché. La séance en soi devrait toujours être reposante et procurer un sentiment de bien-être. Il est fréquent d'ailleurs que le patient s'endorme pendant son traitement.

L'acupuncture offre de bons résultats chez les enfants. Pour les plus jeunes chez qui les aiguilles (calibre 34) posent un problème, l'utilisation d'électrostimulateurs ou même de laser aux points d'acupuncture est une approche efficace et sans aucune douleur.

## Conclusion

L'acupuncture est une thérapie intéressante sans effets indésirables importants et dont les avenues multiples

s'en imprégner davantage et y ajouter une touche d'exotisme, le docteur Anton Jayasuriya reçoit les médecins à l'hôpital de Colombo au Sri Lanka pour un séjour de plusieurs semaines. Là-bas, nous sommes confrontés à un nombre imposant de patients en clinique externe (environ 100 par jour), et nous sommes à même d'observer des opérations chirurgicales telles des césariennes, des thyroïdectomies et autres... sous anesthésie par l'acupuncture. *Clin*

### Références :

1. Jayasuriya, Sri Anton : *Clinical Acupuncture*. Chandrakanthi, Sri Lanka, 1985.
2. SW, Chu, Luke : *Acupuncture manual, a western approach*. Dekker, New-York, 1976.