

ACUPUNCTURE

Description: Technique millénaire venue de Chine qui consiste à placer dans la peau de fines aiguilles stériles en vue d'obtenir un effet thérapeutique, réflexe ou analgésiant.

C'est une médecine énergétique qui fait appel aux ressources propres du corps de la maman et de son bébé.

En obstétrique, l'acupuncture permet d'harmoniser tout le corps, soit dans un but anesthésiant, soit pour favoriser le déclenchement d'un organe ou la sécrétion d'une substance (ex : l'ocytocine après 40 semaines de gestation).

L'acupuncture est également utilisée pour parer à certains désagréments et pathologies liées à la grossesse.

Indications: **Pendant la grossesse :** vomissements, spasmophilie, hémorroïdes, troubles veineux, pathologie urinaire, démangeaisons, douleurs lombaires, sciatiques, canal carpien, crampes musculaires, anémie, troubles du sommeil, douleurs au bas-ventre.

L'acupuncture peut favoriser la survenue d'une version spontanée en cas de **siège** (idéalement à 32 semaines).

Proche du terme : pour préparer le périnée et le col utérin et déclencher éventuellement le travail par maturation du col.

Pendant l'accouchement : pour régler un certain nombre de difficultés du travail (mauvaise rotation, difficultés à la dilatation ou à obtenir des contractions...).

L'acupuncture ne prétend pas remplacer la péridurale mais elle est efficace pour des **douleurs** sacro-iliaques ("accouchement par les reins"). Les douleurs antérieures réagissent de manière inconstante à l'acupuncture mais elle permet indirectement, par ses effets calmants et relaxants, de mieux gérer la douleur.

L'acupuncture joue aussi un grand rôle dans les suites de couches difficiles (hémorroïdes, oedèmes...) et pour favoriser l'allaitement (stimuler la lactation, en cas d'engorgement,...)

Par qui: Des acupuncteurs diplômés reconnus et de préférence spécialisés dans le domaine de l'obstétrique et de la gynécologie. L'acupuncteur s'intègre donc à l'équipe obstétricale.

A qui s'adresser: Belgian Acupunctors Federation (B.A.F)
<http://www.acupunctuur-baf.be> - 0477/37.53.43
Sages-femmes: <http://www.sage-femme.be>

Risques et réflexions: La technique des aiguilles chinoises peut apporter une aide tout à fait naturelle. Elle est efficace dans 70 % des cas.

L'acupuncture ne remplace nullement l'effet de la péridurale mais elle a sa place quand cette dernière est contre indiquée ou non souhaitée.

Références: Le site très complet sur le sujet de la maternité Hôpital Ste Croix de Metz.

"Docteur, j'attends un enfant, expliquez -moi l'acupuncture", Dr Christian Rempp, Ed. du Dauphin.