

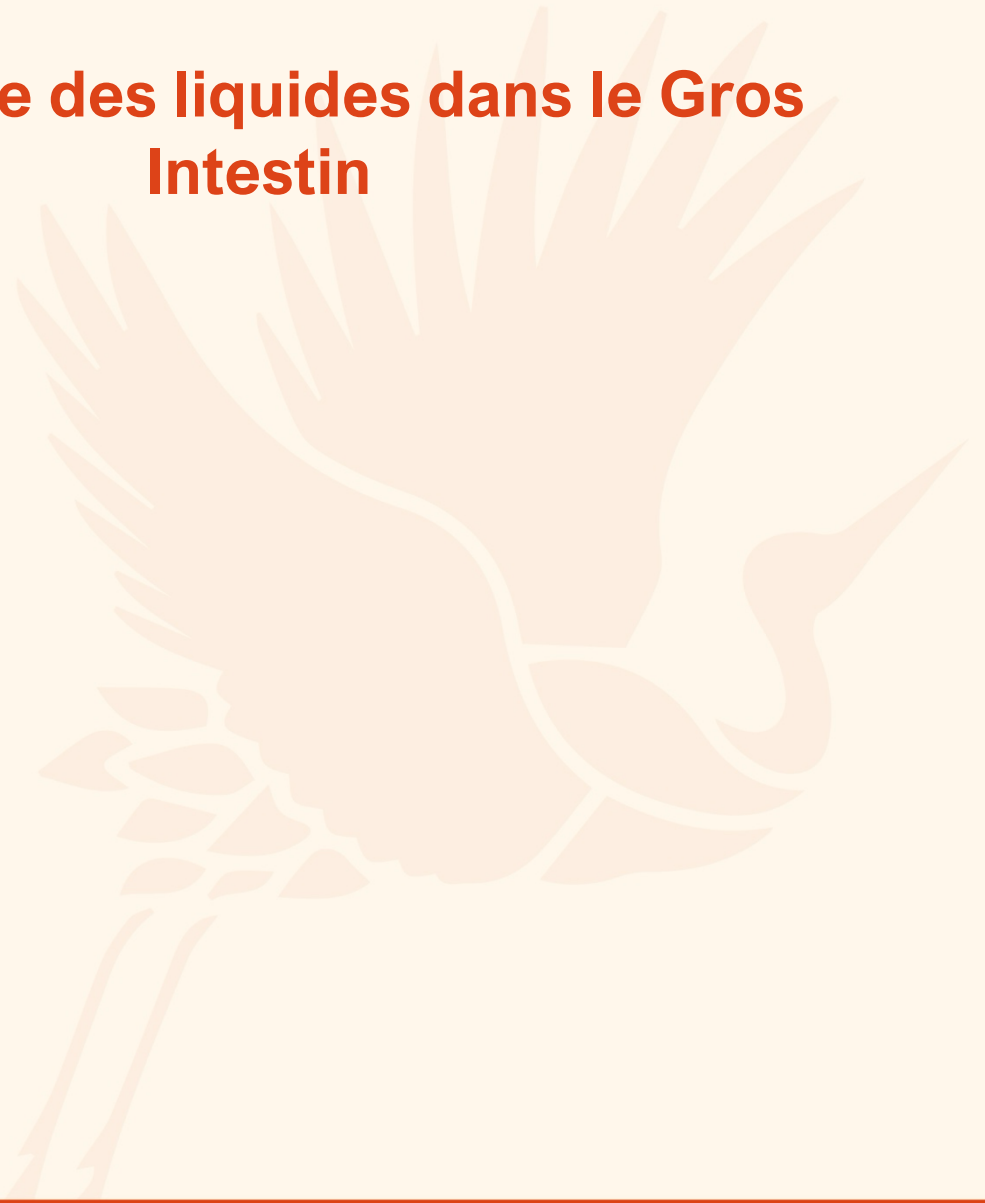


Nouveau printemps

L'école du Qi pour redevenir jeune après 60 ans

Cas numéro 8 : Poumon - Gros Intestin

Déficiences des liquides dans le Gros Intestin



Cas numéro 8 : Poumon - Gros Intestin

Déficiences des liquides dans le Gros Intestin

Avant-propos

Bonjour et bienvenue dans cette nouvelle vidéo où on va terminer le cycle du Poumon et du Gros intestin qui, pour rappel, appartiennent à un même logiciel-organe. Nous avons vu tous les cas du Poumon puis, la dernière fois, un problème spécifique de chaleur-humidité au niveau du Gros Intestin. Aujourd'hui, nous allons voir **le cas où cette chaleur-humidité a déclenché une sécheresse dans le Gros Intestin.**

Nous savons que **Gros Intestin et Poumon sont interdépendants.**

- Le Gros Intestin (**Da Chang**) appartient au « métal sec ».

Rappel

Les 5 éléments sont à mettre en relation avec les 5 logiciels-organes. Le métal est à mettre en relation avec le Poumon, le bois avec le Foie, le feu avec le Cœur, la terre avec la Rate-Pancréas et l'eau avec les Reins.



Nouveau printemps

- Le Poumon dépend également du métal dont la caractéristique principale est d'être sèche.

Une vie entière ne suffirait pas à comprendre le cycle des 5 éléments ! Rappelez-vous qu'une flèche était tirée entre le Poumon et le Foie qui est en lien avec la colère, la violence et l'excès de **Yang**. Or le Poumon contrôle le Foie – le métal coupe le bois. Par exemple, la tristesse va permettre d'éviter que la personne se mette en colère.

Prenez le temps de méditer sur ce cycle des 5 éléments ! Cela vous permettra de comprendre toute la symptomatologie du corps.

Le Gros Intestin va transformer l'humidité apportée par la Rate et produire une fonction d'assèchement pour que les selles soient bien moulées. Mais **si le Poumon est déséquilibré, cette fonction d'assèchement risque d'être excessive et d'entraîner entre autres des problèmes de constipation.**

Autrement dit, la Rate va transformer votre bol alimentaire en une sorte de bouillie qui va passer par le duodénum et l'intestin grêle. Mais après, il faut que cela s'assèche pour que les selles soient moulées. C'est pour cela qu'on met en relation le Poumon et le Gros Intestin avec le métal sec : c'est **la capacité qu'a l'organisme d'assécher l'humidité**. Par contre, quelqu'un qui a une insuffisance importante de l'énergie de la Rate aura tout le temps des selles très molles.

Symptomatologie

Les principaux symptômes sont :

- Selles sèches dont l'évacuation est très difficile malgré les efforts ;
- Constipation avec distension abdominale en cas de gravité ;
- Sécheresse de la bouche et de la langue ;
- Mauvaise haleine ;
- Vertiges avec éblouissements dans certains cas ;
- Teint sans éclat ;
- Pollakiurie avec urines en petites quantités ;
- Langue rouge très peu humide ;
- Enduit lingual blanc et sec ou jaune et sec ;
- Pouls fin (**Xi**) et relâché (**Huan**), fin et rugueux (**Se**) ou fin et rapide.

Étiopathogénie

Le Gros Intestin est sec et chaud à la suite d'une perte de liquides organiques ou bien par suite d'une insuffisance du Yin de l'Estomac, ce dernier ne pouvant assurer une descente des liquides dans le Gros Intestin.

Le Gros Intestin insuffisamment lubrifié ne peut assurer son rôle dans la conduction et l'évacuation des selles. Cette stagnation retentit sur la fonction d'harmonie-descente de l'Estomac : **le Qi impur remonte en causant des vertiges et de la cacostomie.**

On peut donc se trouver devant :



Nouveau printemps

- Une déficience chronique de **Yin** ;
- Des maladies chroniques épuisant le **Yin** ;
- Les suites d'une maladie fébrile d'origine externe épuisant les liquides ;
- La vieillesse avec diminution globale des liquides de l'organisme ;
- Une déficience du sang après l'accouchement.

Évidemment, la fin de vie s'accompagne d'un affaiblissement physiologique des Poumons et des Reins. Ainsi, les personnes âgées sont plus constipées que les personnes d'âge moyen.

C'est donc un syndrome qui se rencontre surtout chez les femmes après les accouchements, chez les personnes âgées qui manquent de **Yin** ou dans certaines phases ultimes de maladies chaudes.

- **Cette insuffisance de liquides dans le Gros intestin est simultanée avec une présence de chaleur qui peut remonter par l'Estomac et provoquer vertiges et mauvaise haleine ou nausées.**
- Les grands symptômes sont la constipation. Les selles sont sèches et difficiles à évacuer.
- Le pouls peut être fin (**Xi**) et rapide, (**Shu**). Un pouls **Xi** est un pouls mince comme un fil. Il signe tous les états de vide et d'épuisement.
- L'enduit de la langue est plutôt jaune et sec mais la langue aura la possibilité d'être rouge.

Relations avec la médecine occidentale

Cette constipation opiniâtre se rencontre de préférence chez les vieillards, dans les suites de couches ou la période terminale des maladies fébriles. La médecine chinoise est donc en corrélation avec tout cela !

Je vous ai déjà parlé des 5 fatigues en médecine chinoise. On peut se créer des périodes de sécheresse intestinale en restant trop assis, car cette position blesse les Reins mais aussi le Gros Intestin. Cela peut entraîner de la constipation mais va aussi de pair avec un climat anxigène.

À retenir

Chaque symptôme est un signal d'alarme ! Avant de vous précipiter sur des traitements qui vont vous permettre d'aller à la selle, essayez de comprendre ce symptôme. Quand vous l'aurez compris, vous n'en aurez plus peur et, à partir de là, vous saurez comment corriger le tir. Voilà comment redevenir capitaine de sa vie, mais il faut avoir la connaissance !

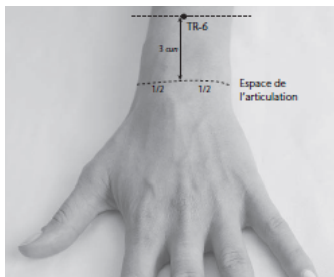
Justement, les informations que je vous donne au fil des vidéos s'entrecroisent et, petit à petit, vous n'aurez plus à faire d'efforts de mémorisation.

Orientations thérapeutiques

Le principe est d'**augmenter la production de liquides et de réguler les fonctions du Gros Intestin.**

Il y a un point très intéressant qui peut être stimulé en tonification du **Yin** : le **6TF** qui a pour vocation de **faire circuler les selles.**

Point 6 du Triple Foyer ou Zhi Gou



Il est situé à trois distances en direction proximale par rapport à l'espace dorsal du poignet (pli dorsal le plus distal), dans une dépression située entre le radius et l'ulna, sur le bord radial du tendon de l'extenseur commun des doigts.

C'est un grand point pour réguler le **Qi** et éliminer la chaleur du Triple Foyer.

Point 6 de la Rate ou San Yin Jiao

Le point 6Rt aura pour rôle d'humidifier le Gros Intestin. C'est un point de croisement entre les méridiens de la Rate, des Reins et du Foie. Il est situé au-dessus de la pointe de la malléole interne, dans une dépression entre le bord postéro-



Nouveau printemps

interne du tibia et le muscle solaire et, dans la profondeur, sur le muscle long fléchisseur commun des orteils.

Ce point à distance est très intéressant en cas de vide de Yin et en cas de chaleur dans le Foyer inférieur avec des urines jaunes.

On pourra aussi prendre **les points 11GI et 4GI pour empêcher la remontée de la chaleur.**

Point 4 du Gros Intestin ou He Gu



Ici, on l'utilise comme **point à distance du méridien du Gros Intestin qui permet de disperser la chaleur.**

Point 11 du Gros Intestin ou Qu Chi

Il faut partie des **12 étoiles célestes de Ma Dan Yang**, mais aussi des **13 points Gui** (points fantômes) du Dr Sun Si Miao. Il est situé dans la pliure du coude, là où l'ongle se trouve en contact avec le bout de la pliure.



Les fonctions traditionnellement attribuées à ce point sont de :

- **Clarifier la chaleur ;**

Nouveau printemps

Le saviez-vous ?

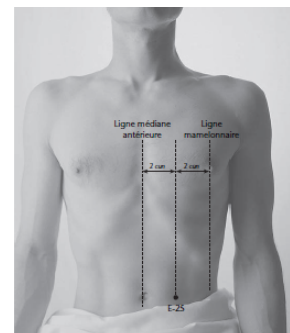
Comme c'est un grand point en cas de chaleur dans le sang, il est très efficace en cas d'eczéma ou de psoriasis.

- **Rafrâchir le sang ;**
- **Éliminer le vent ;**
- **Drainer l'humidité et soulager les démangeaisons ;**
- **Réguler le Qi et le sang ;**
- **Activer les méridiens et les Luo Mai.**

On l'utilise ici car il aide à éliminer la chaleur et le feu du **Yang Min** et surtout à drainer l'humidité vers le bas.

Point 25 de l'Estomac ou Tian Shu (« Pilier du Ciel »)

Il est situé à deux distances du nombril. **C'est le point Mu antérieur du Gros Intestin.** Il est important pour les troubles des voies gastro-intestinales.



春 Nouveau printemps

On l'utilise ici car **il élimine l'humidité-chaueur et les stagnations au niveau des intestins**. L'idéal est de le chauffer avec un bâton d'armoise.

Rappel

Quand on fait des moxas, l'objectif est de réchauffer ce qui est froid mais surtout de faire circuler car, quand cela circule, les stagnations et la chaleur ne peuvent plus apparaître.

Point 23 de la Vessie ou Shen Shu



Il est situé sur le dos, en dehors de la deuxième épineuse lombaire.

Ici, il renforce les Reins en nourrissant le Yin, en particulier du Foyer inférieur.

Pharmacopée

Une formule très connue est à notre disposition : **Ma Zi Ren Wan**. C'est vraiment **le laxatif de la médecine chinoise** ! Si vous avez un tempérament à faire de la constipation chronique, au lieu de vous précipiter vers des laxatifs qui ne sont pas naturels, tournez-vous vers cette formule pour rétablir la fonction du Gros Intestin.



Nouveau printemps

MA ZI REN WAN ~ K3.3 PILULE DE SEMENCE DE CANNABIS

HUO MA REN	35,00%	XING REN	11,00%
BAI SHAO YAO	11,00	ZHI SHI	11,00
HOU PO	11,00	DA HUANG	21,00

Analyse de la composition

HUO MA REN: Empereur. Doux et neutre.
Mériidiens destinataires: Rate, Estomac et Gros Intestin. Laxatif émollient; humidifie les Intestins.

XING REN: Ministre. Amer, légèrement tiède et légèrement toxique. Méridiens destinataires: Poumon et Gros Intestin. Abaisse le Qi et humidifie les Intestins.

BAI SHAO YAO: Ministre. Acide, amer et légèrement froid. Méridiens destinataires: Foie et Rate. Nourrit le Yin, nourrit et mobilise le Sang; harmonise les viscères.

ZHI SHI: Assistant. Acide, amer et légèrement froid. Méridiens destinataires: Rate et Estomac. Dissipe les accumulations intestinales.

HOU PO: Assistant. Piquant, amer et tiède. Méridiens destinataires: Rate, Estomac, Poumon et Gros Intestin. Elimine plénitudes et distensions.

DA HUANG: Assistant. Amer et froid. Méridiens destinataires: Foie, Rate, Estomac et Gros Intestin. Purgatif de la Chaleur. Il faut noter que le miel joue un rôle d'Ambassadeur, humidifiant les Intestins et véhiculant les autres ingrédients.

Action

- Laxatif.
- Humidifie les Intestins.
- Draine la Chaleur.

- Mobilise le Qi.

Indications et symptômes

- Constipation due à une Sécheresse de l'Estomac et des Intestins, produite par de la Chaleur.

- Constipation chronique avec selles dures et difficiles à expulser.
- Constipation du post-partum.
- Constipation post-opératoire.
- Hémorroïdes.
- Miction fréquente.
- Langue avec enduit jaune et sec.
- Pouls Chen (profond) et Shu (rapide), ou Fu (flottant) et Se (rugueux).

Présentation et posologie

PILULES: Réduire les ingrédients en poudre, ajouter un peu de miel et former des pilules de 3 g. 1 pilule, 3 fois par jour, avec de l'eau chaude. Réduire la dose dès que les symptômes diminuent.

Contre-indications

- Chez les patients très affaiblis.
- En cas de constipation due exclusivement à un Vide de Sang.
- Durant la grossesse.

Variations

- En cas d'accumulation de Chaleur sévère (enduit lingual jaune, pouls Shu, rapide), ajouter 15% de BAI ZI REN et 15% de GUA LOU REN - (K3-3a).

Conclusion

En dehors des causes précitées, n'oublions pas que **le Poumon est de même vibration que l'émotion inquiétude**. Quand ce type d'émotion devient récurrente, cela peut blesser le **Yin** et être à l'origine de constipation chronique, mais aussi d'inflammation de la paroi du Gros Intestin. Dans certains cas, **ce**



Nouveau printemps

symptôme signal d'alarme peut se transformer en maladie d'autodestruction et la maladie de Crohn peut apparaître.

D'ailleurs, je consacrerai prochainement un webinaire à cette maladie, car c'est une pathologie cachée en médecine chinoise. Elle peut donc rester latente et ne remonter à la surface que quand on est en état de grande fatigue, de grande peur ou de grande inquiétude. Pourtant, elle est facile à prévenir et à stopper grâce à **la recharge de la batterie des Reins, la respiration abdominale et la diététique !**

À suivre...

Dans la prochaine vidéo, nous parlerons d'un **condiment** couramment utilisé en cuisine ! Vous en connaîtrez toutes les vertus...