**LES DEPRESSIONS**

**Jean-Louis LAFONT**

**DPC**

**Nimes 29 mai 2015**

**Le choc émotionnel**

**INTRODUCTION**

D’une façon générale le choc émotionnel survient à la suite d’un évènement d’une grande intensité du moins tel qu’il est vécu par le patient. La réaction émotionnelle à la situation inductrice présente souvent une composante somatique qui est au premier plan du tableau clinique avec une coloration émotionnelle particulière suivant le terrain préalable du sujet. Les états de choc émotionnels peuvent se rencontrer dans :

* une stagnation aigue du *qi* du Foie due à un état de colère non extériorisée avec un symptôme somatique aigue motif de consultation  (par ex. lombalgie aigue paralysante avec impotence fonctionnelle totale, crise de migraine intense confinant à un état de mal, accès d’hypertension artérielle, crise d’asthme etc.
* le choc peut entrainer une affliction (*bei*), le sujet est « démoli », « anéanti », désemparé, abattu et triste.
* le choc peut être secondaire à une frayeur intense entrainant un état de panique incontrôlable, le sujet est terrorisé (peur et désorganisation du *qi*).

Le traitement d’un état de choc est important à considérer. Comme tous les processus pathologiques il et facilement réversible s’il est traité précocement dès « l’infime amorce » (*ji*) du processus. Au fur et à mesure que le temps passe le risque d’évolution vers une dépression (ou une agitation) augmente et le traitement devient plus délicat à mettre en place.

**Thérapeutique**

**1° Points principaux à utiliser dans tous les cas de choc émotionnel : C-5, IG-7**

**C-5**  « lieu-dit de communication » (*tong li*) ; point *luo*;choc entrainant :dépression, mélancolie, dédoublement de la personnalité, angoisse ; si le choc a été grave « d’abord pas de joie, puis bâillements fréquents et chagrin, chaleur du visage sans sueur, céphalée, mutité soudaine, ou raideur de la langue avec difficulté d’élocution, palpitations ou Cœur serré, circulation comme arrêtée (saisissement) »

**IG-7** « embranchement correct » (*zhi zheng*). ; par choc : vide, peur, émotivité, dépression, chagrin, regrets ; refoulement du *qi* par émotions

**2° choc émotionnel entrainant une stagnation aigue du *qi* du Foie : C-5, IG-7, F-5, TR-10**

**F-5** « sillon du vers à bois » (*li gou*) ; point *luo*; fait circuler le *qi* du Foie ; peu d’énergie, pas de joie, tristesse, peur ; prurit aigue violent, toux spasmodique, palpitations, spasmes douloureux d’intestins, vessie : rétention urinaire spasmodique et douleur ; contracture spasmodique des muscle lombaires, dorsaux ou cervicaux.

**TR-10** **« puits du Ciel »** fait circuler le *qi*, point spécifique des états de choc entrainant une stagnation aigue du *qi* du Foie. Grand choc, tout trouble, stupéfié, jusqu’à surdité, cécité, paralysie ; émotivité, irritabilité, ne supporte plus les gens, refoulement de soucis ; relâche les excès des nerfs, les crises de nerfs, les convulsions. Les autres symptômes du point **TR-10** sont autant de symptômes somatiques d’accompagnement ou motifs de consultation, signant la stagnation du *qi* : insomnie nerveuse du début de la nuit (par grand chagrin) ; tremblements ; accès d’hypertension artérielle ; estomac contracté, anorexie ; gorge serrée, toux, ne peut parler sans tousser ; douleur à la poitrine, au cœur, trouble du rythme ; maladie de peau aggravée aux émotions ; céphalée latérale, cervicalgie, scapulalgie, lombalgie.

**3° choc émotionnel entrainant une affliction** « après beaucoup d’investissement, beaucoup d’espoir, beaucoup de sacrifice tout s’effondre ». Le sujet est abattu, démoli, désorienté dans sa vie (perte du centre). **C-5, IG-7, E-14, E-39, E-41**

**E-14 : « maison du trésor » ;** toute conséquence physique ou psychique d’un choc, soucis, préoccupation, obsession (1) ; (Aucune indication semblable dans les textes médicaux chinois (emprunt au point de Weihe correspondant à *arnica*)

**E-39**pt *he inf.* d’IG **:** aux émotions violentes ou soudaines : grave dépression ou surexcitation. Les textes médicaux chinois le mentionnent surtout pour les accès de folie-*kuang*avec terreur brutale et propos incohérents (*Classique classifié*).

**E-41** « division du torrent » ;dépression par choc, angoisse, chagrin ; anorexie « sans goût pour la vie ni pour la nourriture », ballonnement et distension abdominale ; céphalées en barre frontale ; inflammation de la peau du visage, gonflement  soudain.

**4° choc émotionnel entrainant un état de frayeur incontrôlable**. **« La frayeur fait défaillir le Cœur, désoriente le *shen*, fait divaguer la pensée et désorganise le *qi* ».** **C-5, IG-7, V-52, RM-6 (moxibustion)**

**.V-52** « demeure de la volonté » (*zhi shi*) ; tonifie le *qi* du Rein (moxibustion) ; noué et bloqué par les émotions ; douleur et contracture des muscles lombaires ; accès de vomissements et diarrhée ; gonflement douloureux de la région génitale ; dysurie.

**.RM-6** « mer du *qi* d’en bas » (*xia qi hai*) ; tonifie le *qi* et réchauffe le *yang* du Rein ; tous les vides graves jusqu’à perte de connaissance ; insomnie par anxiété, transpirations profuses par vide, douleurs soudaines, douleurs spasmodiques du bas-ventre ; douleur soudaine au Cœur ; gonflement soudain et douleurs tranchantes abdominales ; rétention urinaire aigue ; lombalgie aigue.

**Les dépressions**

**Avant-propos**

**Le classement des maladies psychologiques et mentales**

Dans le *Classique de l’interne* (LS22) les anciens médecins classaient les maladies mentales en *dian*  *kuang.* (traduit par les « démences » (Andrès) ou les « aliénations mentales » (Du Bois). (aliénation : « état où l’être humain est comme détaché de lui-même, ayant perdu sa conscience véritable.»

On gardera ici le principe de ce classement *yin yang* général en 2 groupes distincts que l’on qualifiera conventionnellement : état de dépression – état d’agitation d’après la manifestation globale comportementale, et que l’on subdivise en 4 sous-groupes :

* l’affaiblissement du *shen* qui se traduit par une dépression : syndromes de vide de *qi*, ou de *yang*.
* l’obstruction du *shen* qui se traduit par une dépression : syndromes de stagnation du *qi* du Foie, syndrome d’accumulation d’humidité et de glaires secondaires à des insuffisances du *qi* de la Rate et de l’Estomac.
* l’instabilité du *shen* qui se manifeste : soit par une dépression avec anxiété : vide de *qi* de Rateet de sang du Coeur, vide de *yin*, pouvant évoluer vers un vent interne ; soit par l’alternance de périodes de dépression avec des périodes d’agitation (dépressions bipolaires).
* l’agitation du *shen* qui se traduit par un syndrome d’agitation : syndromes de chaleur-plénitude et syndromes de chaleur-vide, pouvant évoluer vers des vents internes et des glaires-chaleur.

D’après ce classement les dépressions se regroupent dans trois catégories de syndromes : l’obstruction du *shen*, l’instabilité du *shen*,l’affaiblissement du *shen.*  On ne traitera pas les syndromes d’agitation du *shen* dans le sens où on l’entend dans ce classement. On distingue ainsi 7 types de dépression :

* dépressions par obstruction du *shen*

. stagnation du *qi* du Foie (le *shen* est « bloqué »)

. accumulation d’humidité et de glaires (« obstruction du Centre »)

* dépressions par instabilité du *shen*

.insuffisance de *qi* de Rate et de sang du Cœur (« perte du centre, errance»)

. insuffisance du *yin* du Rein et du Cœur (« perte des racines »)

. insuffisance de *qi* de la Vésicule biliaire et « instabilité du Cœur » (perte de la rectitude intérieure)

* dépression par affaiblissement du *shen*

. « insuffisance » de *qi* du Poumon et du Cœur (difficulté d’adaptation)

. insuffisance de *qi* (ou de *yang*)du Rein et du Cœur (« perte de la vitalité (feu de la « porte de la vie»).

**Le classement des dépressions en MO**

La MO distingue plusieurs formes cliniques de dépression :

* dépression mélancolique (dépression grave)
* d. anxieuse avec agitation, instabilité
* d. masquée
* d. délirante
* d. avec ralentissement majeur : pseudo démentielle où les troubles cognitifs (attention, mémoire, fonctions exécutives) sont dominants (plus fréquente chez les sujets âgés) ; stuporeuse où le ralentissement psychomoteur est total ; catatonique (rare)
* d. saisonnière.

**DEPRESSIONS PAR OBSTRUCTION DU *SHEN***

**I - Stagnation du *qi* du Foie**

**Introduction**

La colère est l’émotion en relation avec le Foie. Dans SW39 :

**« La colère fait refluer le *qi* qui s’échappe par les vomissements et la toux. Dans les cas graves il y a hématémèse et diarrhée. »**

Sous le terme colère on doit comprendre la colère proprement dite mais aussi, le mécontentement, l’irritation, le ressentiment, l’indignation, la fureur…

En pathologie plusieurs aspects émotionnels, mental et comportemental différents caractérisent les dysfonctionnements du Foie :

. dans les syndromes d’insuffisance (stagnation du *qi*), la colère n’est pas exprimée. Il y a une inhibition du mouvement de jaillissement ; sur le plan émotionnel : tristesse, manque de joie ; sur le plan mental : absence de projet (syndrome de dépression par obstruction du *shen*)

. dans les syndromes d’excès la colère est exprimée et le *qi* reflue en haut du corps engendrant les vomissements et la toux auxquels je rajouterai les céphalées (aujourd’hui les céphalées dues aux excès du Foie sont considérées comme un reflux.). La symptomatologie traduit un excès du mouvement de jaillissement : sur le plan émotionnel : colère, indignation, s’emporte facilement ; sur le plan mental excès de projet, excès d’activités, commence beaucoup de choses et ne les termine pas. Dans les cas graves il y a hématémèse et diarrhées (feu du Foie et du Cœur, feu du Foie et de l’Estomac (syndromes d’agitation du *shen*).

**« Le Foie est la racine qui permet d’éviter les extrêmes ».** Sur le plan clinique cela se traduit par « tantôt-tantôt », tantôt dépression et tristesse – tantôt agitation et colère. L’alternance peut avoir une périodicité variable (quotidienne (traits de caractère) → saisonnière (accès d’agitation au printemps, accès de dépression à l’automne). Le patient est incapable de trouver le juste milieu et passe facilement d’un extrême à l’autre. (syndrome d’instabilité du *shen*).

**Etiologie**

Fréquemment rencontrée en pratique la dépression dans un syndrome de stagnation du *qi* du Foie, peut être frustre, pauci symptomatique, le sujet venant consulter pour une symptomatologie somatique qui peut être un « écran »(douleur de l’appareil locomoteur, troubles digestifs, etc…). C’est la « dépression masquée » décrite en MO. Il faut rechercher par l’interrogatoire une source de mécontentement, de ressentiment, de frustration, de déception soit professionnelle (promotion attendue qui ne vient pas par ex.), conjugale (relations conflictuelles pour des motifs divers) etc.

Sur le plan des mouvements du *qi* la stagnation du *qi* du Foie est un blocage du mouvement de jaillissement qui permet de comprendre la symptomatologie somatique, psychologique, mentale et comportementale.

L’inhibition du jaillissement entraîne une « stagnation » et des « nœuds » : stagnation et nouure. (*gan qi yu jie*).

**Signes cliniques.** Dépression (plus ou moins masquée)**,** sujet maussade, sans joie, triste, mécontent, de mauvaise humeur, parfois irritable **;** parfois « rumination » portant sur les causes du mécontentement ;soupirs fréquents, oppression thoracique **;** sensation de gonflement de la région des hypochondres, ou de la poitrine, ou de l’abdomen (« ça me gonfle ») **;** dyspepsie (éructations, nausées) ; langue normale ou bords gonflés **;** pouls en corde.

**Thérapeutique**

Méthode: faire circuler (le *qi*)du Foie (*shu gan*)**.**

Points principaux : **F-1, F-3, F-5, V-18**, **F-14,** **GI-4, DM-20**

**Points principaux**

**.F-1 : « grande abondance »** point *jing****.*** Fait circuler le *qi* du Foie. Indications : tristesse (mélancolie), manque de joie, soupirs, aime être couché.

**.F-3 : « jaillissement suprême »** point source**.**  Fait circuler le *qi* du Foie. Indications. dépression nerveuse, soupirs, céphalées

**.F-5 : « sillon du vers à bois »** point *luo*: Fait circuler le *qi* du Foie. Peu d’énergie, pas de joie, tristesse (mélancolie), peur, préoccupé, soupirs nombreux. (SDM) Insuffisance de *qi,* tristesse et inquiétude. (*Prescriptions d’éminents acupuncteurs*).

**.V-18**: point *shu* du dos.Fait circuler le *qi* du Foie, éveille le *shen.* Indications : dépression nerveuse ; «  Beaucoup de mécontentement et de tristesse ; remâche ses malheurs » (SDM)

**.F-14 « porte de l’échéance »** point *mu*: troubles d’origine psychique avec froid ou dépression ; plénitude du thorax, vomissements, hoquet, diarrhée.

**.DM-20 :** point de croisement du méridien du Foie et de *du mai* peut être associé aux points précédents lorsque le tableau clinique prend une certaine importance avec : dépression, force d’esprit diminuée par trop de soucis et de pensées ; oublie le passé et néglige l’avenir, troubles du sommeil. Perte du sens des réalités.

**.F-3, GI-4 dépression nerveuse** : les 4 barrières. F-3 fait circuler le *qi*, GI-4 tonifie le *qi*, dans tous les états de stagnation du *qi* avec affaiblissement physique ou psychique.

**Formes cliniques particulières**

1. **stagnation du *qi* du Foie et de la Vésicule biliaire.**

Dans certains états de dépression comprenant stagnation et reflux on peut rencontrer des symptômes de VB. La Vésicule biliaire c’est la décision **(« le décisif et le coupant en sortent »**) et la dépression par stagnation du *qi* s’accompagne d’une indécision sur la conduite à tenir (« choisir c’est renoncer et être adulte c’est renoncer sans frustration »). Dans le cas d’une participation de la Vésicule biliaire la colère (exprimée) apparait dans les signes cliniques (y penser dans crises de migraine (reflux), constipation inhabituelle (je me retiens), crises d’asthme (ne peut dire, équivalent de la toux reflux). On rencontre souvent dans ces cas-là une alternance tantôt-tantôt (instabilité du *shen*)

**Principaux point de traitement VB-24, VB-38, VB-39** (on intègre ces points aux points précédents de la SQF)

**.VB-24** « soleil et lune » point *mu* : soupirs, tendance à la tristesse, accès de joie et de colère, difficultés d’élocution, vomissements acides la nuit

**.VB-38** « timon du *yang* »: point de dispersion. Irritable, mécontent, supporte beaucoup et soudain éclate, soupirs fréquents, (migraine, constipation, crise d’asthme symptômes somatiques des dépressions masquées).

**.VB-39** « cloche suspendue » ; accès de tristesse et de colère, indignation ; toux, diarrhée liquide ; rage pouvant causer apoplexie (instabilité du *shen*↔ agitation du *shen* :stagnation du *qi ↔*feu du Foie)

**B - le « pouvoir » et le « vouloir » inhibés dans la sqF.**

Il n’est pas facile de distinguer parfois dans ce type de dépression si le sujet  « ne veut pas » ou ne « peut pas » réagir à la situation inductrice. On pourrait rattacher le vouloir (volonté) au Rein et le pouvoir (du souverain) au Cœur. Mais d’autres sont d’un avis différents (Du Bois). Quoiqu’il en soit pour débloquer cette inhibition on peut être amené dans certains cas à associer au traitement :

insuffisance de décision-volonté : **R-7** **« coule de nouveau »,** **« écoulement rétabli »** : *décision volonté insuffisante, manque de caractère, mécontent, colère facile. (Classique classifié : colères fréquentes avec logorrhée.*)

Insuffisance de décision-volonté : **MC-6** **« barrière de l’interne »** : insuffisance de décision- volonté, anxiété.

**C - les nouures du Foie**

L’expression que l’on traduit par stagnation du *qi* du Foie est *gan qi yu jie*; mot à mot : stagnation (*yu*), nœud (*jie*), *qi* du Foie (*gan qi*).

D’après SW39 l’excès de réflexion entraine des nouures du *qi* et classiquement ils sont attribués à la Rate. Cependant V-18 est indiqué « beaucoup de mécontentement et de tristesse, remâche ses malheurs », colère fréquentes. L’excès de réflexion n’est pas l’exclusivité de la Rate, ainsi que les nouures du *qi*  également présentes dans la stagnation du *qi* du Foie (*gan qi yu jie*).

Certains patients décrivent leurs troubles en l’exprimant « je suis noué » avec un geste de la main évocateur dans la région siège de la nouure. Ces nœuds sont tous sur *ren mai* (symptôme spécifique : entassements-accumulations). Les principaux nœuds sont : le nœud de la gorge **(RM-23)** le nœud de la poitrine **(RM-18, RM-17),** le nœud de l’épigastre **RM-12** « **démêler les fils d’en haut »**, le nœud du bas –ventre **RM-4** **« démêler les fils d’en bas »,** **« croisement des 3 nœuds »** (*san jie jiao*). Tous ces points sont des centres de *ren mai* et sont indiqués dans les blocages de ces centres.

Les nouures du *qi*, se retrouvent préférentiellement dans les formes évoluées de la stagnation du *qi* du Foie.

**Formes cliniques évolutives de la stagnation et des nouures du *qi* du Foie**

Le Foie est en dérivation par rapport aux 3 Foyers et permet la libre circulation du *qi* et du sang dans chacun d’entre eux. Lorsque le *qi* stagne il peut déborder et affecter, suivant le terrain préalable du sujet, un ou plusieurs des Foyers, obstruant les mouvements de montée-descente du *qi* donnant lieu à des syndromes complexes. Dans les dépressions 2 éventualités :

* La SQF envahit la poitrine (C-P- F et reflux de *qi*)
* La sqF envahit le Foyer central (Rte-E –F et reflux de *qi*)

A mon avis la sqF qui bloque le Foyer inférieur ne donne pas une dépression au sens premier du terme.

La sqF qui obstrue le Foyer central rassemble les syndromes de Foie et Estomac en dysharmonie et de Foie et Rate en dysharmonie. C’est une forme particulière du syndrome insuffisance de Rate-Estomac et accumulation d’humidité et de glaires (cf. infra)

Ces tableaux cliniques assimilables à des débordements peuvent aussi être interprétés par la théorie des méridiens irréguliers. Ceux qui sont concernés dans la stagnation du *qi* du Foie sont :

* *yin wei mai*: douleur au Cœur, insomnie, pouls profond et plein
* *chong mai*: douleur abdominale et reflux, pouls plein
* *ren mai*: accumulation et entassement (les nœuds) pouls en corde du pouce à la barrière.

1. **la stagnation du *qi* du Foie bloque le Foyer supérieur**

La stagnation du *qi* du Foie qui s’étend dans la poitrine entrave les mouvements du *qi* du Cœur et du Poumon, l’obstruction du Foyer supérieure entrave la descente du *qi* de l’Estomac (reflux : vomissements). L’accumulation des émotionsse transforme en chaleur, la colère apparait dans la symptomatologie et fait refluer le *qi.*

**Signes cliniques.** Symptômes de stagnation du *qi* du Foie avec : inquiétude, anxiété, angoisse, tristesse et colère ; oppression thoracique, palpitations, cœur serré (gêne et douleur précordiale) ; serrement à la gorge (boule à la gorge) ; insomnie avec abondance de rêves ; reflux du *qi*: toux, dyspnée, asthme, vomissements ; langue pointe (et 1/3 ant.) plus rouge que le reste du corps de la langue ; pouls en corde

**Thérapeutique**.

**Méthode** : faire circuler le *qi* du Foie, libérer la poitrine, calmer le *shen*, « défaire les nœuds », faire descendre le reflux

**Points principaux** : **F-3**, **F-5,** **F-14**, **V-18**, **RM-17**; **MC-6, MC-7, RM-14,** **P-9, C-7, E-25, E-36**

défaire les nœuds **RM-22, RM-23, RM-17, (RM-18), RM-14** (font également descendre le reflux)

.**F-3** « grande irruption » ; dépression, céphalées, vomissements, diarrhée

**.F-5** **« sillon du vers à bois »** insuffisance de *qi*, tristesse et inquiétude, angoisse avec palpitation.

**.F-14 « porte de l’échéance »** Tout trouble par sentiment avec dépression**.** plénitude et gonflement du thorax, douleur du Cœur avec souffle court, vomissements et diarrhée

**.C-7 « porte du *shen* »** point source. Dépression, mélancolie, angoisse, peur, colère. (SDM).

**.MC-7 :** *Dian – kuang*, dédoublement de la personnalité.  *Excès* d’indignation ou de sentiments, mécontentement agité, chagrins, appréhension, pleurs, Cœur agité, insomnie.

**.RM-14**« grande tour de guet »Calme le Cœur et le s*hen*, abaisse le reflux Dépression nerveuse, inquiétude thoracique, palpitations, anxiété ; vomissements

**.P-9** : point source. Calme le Cœur et le *shen* Disperse la chaleur du Foie et du Poumon. ***Colère,*** nervosité avec propos incohérents, crises de nerfs; plénitude du thorax avec D. du Cœur, reflux (toux, dyspnée, hémoptysie, vomissements de sang). *Insomnie par agitation interne.*

**.F-13 : « porte de la totalité »** point réunion des méridiens de Rate et Foie**,** Harmonise le Foie et la Rate. Dépression, reflux (vomissements, toux, diarrhée) douleur et ballonnement abdominal

**.E-25 : « porte de la vallée » :** fait descendre le reflux,dépression, colère (irritable, susceptible, emporté), reflux de *qi*, vomissements, diarrhée

**.E-36 :** fait descendre le reflux : dépression, colère, fureur

**Remarque**.

1° Dans les syndromes cliniques complexes présentant les symptômes : douleur au Cœur, insomnie, pouls profond et plein, on peut utiliser la théorie des méridiens irréguliers et évoquer un débordement sur *yin wei mai,* ou reflux et d. abdominale pouls plein débordement sur *chong mai.*

Points principaux **MC-6, F-14, R-9, RM-22, RM-23, (Rte-4), R-21**

**.R-9 « rivage bâti »** point *xi*, point de *yin wei mai.**dian kuang*, dédoublement de la personnalité ; sautes d’humeurs, fureurs, tempérament et caractère instable ; vomissements de glaires.

**.RM-23 « centre de la gorge », « racine de la langue ».** (nœud de la gorge). « boule à la gorge », trouble du langage (difficulté à dire)

.**RM-22 « portillon de jade »** (*yu hu*) « Les 5 obstructions : du *qi*, des aliments, de la fatigue, des aliments, de la tristesse, des soucis » (*Classique classifié*).

.**R-21 « porte obscure ».** Nervosité et inquiétude, perte de mémoire. Tristesse, aggravé par la colère, insomnie. Foie tout trouble avec irrégularité. Tous les vomissements.

**Rte-4 :** n’est pas indiqué dépression ; le *Classique classifié* mentionne : inquiétude et nervosité, *Prescriptions d’éminents acupuncteurs*: inquiétude du Cœur avec propos incohérents.

2° Suivant la dominance des symptômes : entassements, accumulations, pouls plein du pouce à la barrière on peut considérer qu’il s’agit d’un débordement sur *ren mai*. (P-7 ; *zhi* – adaptation)

**Points principaux : P-7, RM-14, RM-15, RM-16, RM-17, RM-18, RM-22, RM-23** (tous indiqués dans les reflux.)

**.P-7 : « ordre défectueux »** émotivité, tremblements nerveux, crises de désespoir, hallucinations visuelles, propos incohérents ; reflux (toux, asthme, céphalées)

**Cas particulier 1. La dépression hostile.**

La médecine occidentale décrit une forme particulière de dépression, la dépression hostile, dans laquelle :

* l’agressivité et l’hostilité, inhabituelles pour le sujet, sont au premier plan avec de brusques accès explosifs de colère,
* la tristesse et la dépression sont souvent masquées par le comportement violent apparent,

Ce type de dépression est de diagnostic souvent difficile et correspond à « apparence d’agitation, réalité de dépression ». L’interrogatoire doit explorer les évènements déclenchants à l’origine du syndrome et l’évolution des symptômes dans le temps jusqu’à la consultation.

Du point de vue de l’acupuncture on retrouve une stagnation du *qi* du Foie qui envahit la poitrine avec chaleur et agitation du Cœur. Il convient dans ce cas de sélectionner en priorité les points indiqués colère **P-9, C-7, MC-7** auxquels on rajoute **DM-12.**

**.DM-12 « colonne du tronc »** affaiblissement du cerveau et des nerfs ; *hostilité, haine, désir de faire du mal jusqu’à tuer*. Ce symptôme est mentionné pour la première fois par *Prescriptions précieuse d’éminents acupuncteurs* sous la forme « accès de colère avec envie de tuer » et depuis repris systématiquement par les auteurs ultérieurs.

**b – stase de sang du Foie et du Cœur**

La SQF peut évoluer vers une stase de sang. Très polymorphe sur le plan clinique la stase de sang peut se traduire

* par des symptômes somatiques aigues (aménorrhée brutale, crise de colite par ex.en relation directe avec le facteur émotionnel déclenchant (contrariétés)
* par des symptômes somatiques chroniques (dysménorrhée, céphalées à répétition) lorsqu’il s’agit d’un état dépressif masqué,
* par une dépression due à une stagnation du *qi* et une stase de sang du Foie et du Cœur.

Dans la stase de sang du Foie et du Cœur le mouvement de jaillissement du Foie et de rayonnement du Cœur sont tous les deux bloqués (sur le plan mental pas d’intention, pas de désir (*yi*), pas de projet (*lu*). La stase de sang dans une dépression est un syndrome d’une certaine gravité et on ne peut exclure dans certains cas un risque suicidaire.

**Signes cliniques**

* Dépression profonde avec, ralentissement psycho-moteur majeur, aspect figé du visage, regard fixe, gestes rares et peu amples, marche lentement, sans aucun plaisir à quoique ce soit, n’a plus de projet n’a plus de désir (envie de rien),
* la parole est rare, lente, monotone, réduite à l’indispensable.
* (En M.O. une insomnie avec réveil précoce (au moins 2h. avant l’heure habituelle), une symptomatologie plus marquée le matin et une amélioration relative vespérale sont des signes qui doivent alerter vers une dépression mélancolique).
* sur le plan somatique : oppression thoracique, douleur au Cœur, vomissements, **« hématémèse et diarrhée dans les cas graves »** (syndromes de chaleur du sang avec agitation du *shen*)
* sur le plan émotionnel : désintérêt, angoisse, indécision, accès de colère, insomnie.
* sur le plan mental : absence de désir, absence de projet. (le sujet est à l’arrêt). Blocage du mouvement de jaillissement du Foie et de déploiement-rayonnement du Cœur)
* langue pourpre, pouls rugueux.

**Thérapeutique**

Le traitement de la stase de sang est une priorité. Il faut dans un premier temps mobiliser le sang.

**Méthode :** mobiliser le sang pour supprimer la stase de sang » (*huo xue qu yu*), stimuler le *shen.*

**Points principaux : F-3, GI-4, Rte-6, E-36, RM-14, RM-17, V-15, MC-6, P-9**

**Cas particulier**

**« la colère fait refluer le *qi* dans les cas graves il y a hématémèse et diarrhée »** On est dans un syndrome d’agitation du *shen* (feu du Foie, chaleur du sang).

**Points spécifiques en cas d’hématémèse : C-7, V-15, MC-4, RM-13, E-25**

**II Accumulation d’humidité et de glaires**

**Avant-propos**

Dans l’organisme la Rate est le Centre qui assure la stabilité du système dynamique cyclique.

* L’insuffisance du centre entraine un comportement chaotique et aberrant du système cyclique, une désorganisation : le *shen* a perdu son centre : instabilité du *shen* (vide du *qi* de Rate et de sang du Cœur).
* L’excès du Centre entraine une fixité et un arrêt des transformations : vide de *qi* de Rate-Estomac → accumulation d’humidité → accumulation de glaires → obstruction des ouvertures du pur.

**« La réflexion retient le Cœur, désoriente le *shen*, immobilise le *qi* qui se noue »**

Les soucis, l’excès de réflexion, l’affliction (*bei* affliction = abattu, démoli, désemparé) affectent les fonctions de la Rate-Estomac et retentissent : sur le Cœur **« la réflexion retient le Cœur »,** (tristesse par manque de joie) et **« immobilisent le *qi* qui se noue »** (SW39) aboutissant à une stase des liquides et à la formation d’humidité puis de glaires. L’accumulation de glaires et la tristesse perturbent les mouvements du *qi* du Poumon **« la Rate est à l’origine des glaires, le Poumon le vase qui les contient ».**

Sur le plan des mouvements du *qi*nouures du *qi* : les nœuds sont sur *ren mai* (accumulations et entassements les Centres sont bloqués)

* sur le plan somatique : signes d’accumulations d’humidité et de glaires et signes digestifs
* sur le plan des émotions : tristesse (peine)
* sur le plan mental : c’est l’arrêt de la séquence des activités mentales au stade de la réflexion : excès de réflexion, ressassement, obsession, idées fixes, exagération de l’importance des soucis (« tourne en rond sur son problème », excès du Centre), arrêt des transformations)

**Etiologie**

Ce type de dépression par obstruction du *shen*  apparait chez des sujets qui ont un terrain de type Rate soit inné soit acquis dans lequel les aspects émotionnel, mental et comportemental (les traits de caractère) sont assez caractéristiques : pessimisme, inquiétude sur l’avenir, excès de scrupules, altruisme excessif, méticuleux, très ordonné. C’est l’excès de l’aspect « convivialité » de la Rate, « la crainte respectueuse » des anciens auteurs.

Sur ce terrain viennent se surajouter des facteurs aggravants : une alimentation déséquilibrée en qualité, en quantité et dans sa rythmicité ; du surmenage intellectuel et physique (ou sédentarité avec peu d’activité physique favorisant la stase) ; l’influence des facteurs externes de type humidité est un facteur aggravant.

Tous ces facteurs convergent pour aboutir à un état d’épuisement du *qi* de la Rate et à l’accumulation des liquides non transformés et dans certains cas à la dépression.

Les évènements qui entrainent sur le plan des émotions de la tristesse-peine, une déception, ou un excès de soucis, ou l’excès de réflexion sont des facteurs déclenchants (affliction : choc émotionnel (C-5, IG-7, E-14, E-39, E-41)

Plusieurs degrés de gravité peuvent être distingués :

* soit une dépression « légère » (stade de l’humidité).
* soit une dépression plus grave (stade des glaires)
* qui peut encore s’aggraver lorsque les glaires obstruent les « ouvertures du pur » (c’est la dépression stuporeuse de la MO)

**Signes cliniques**: dépression ; pessimisme, tristesse, inquiétude sur l’avenir ; excès de scrupules, altruisme excessif ; ralentissement psychique et physique, aspect figé du comportement, des gestes et du propos ;  troubles et lenteur de l’idéation (temps de latence de la réponse à une question), confusion mentale, troubles de la mémoire, obsessions, idées fixes ; dyspepsie, nausées, vomissements, selles molles ; langue enduit blanc, épais plus ou moins gras suivant le stade évolutif ; pouls mou, lent, ou plein et glissant (glaires).

**Thérapeutique**

**Méthode** : tonifier la Rate et transformer l’humidité, tonifier l’Estomac et transformer les glaires, libérer la poitrine, « défaire les nœuds », stimuler le *shen.* Ceci constitue le traitement initial de base auquel il faut rajouter suivant les signes cliniques la tonification du *qi* du Cœur,  la tonification du *qi*  du Poumon pour transformer les glaires qui obstruent le Foyer supérieur, rétablir le mouvement de diffusion-descente du *qi* et permettre au sujet de s’adapter et d’accepter la situation.

**Points principaux :**

Pour transformer les glaires et l’humidité, « désobstruer le *shen* », « défaire les nœuds »

* **Rte-5, RM-12, RM-4, E-40, DM-26, MC-6, MC-5**
* **C-9, RM-14, RM-17** (l’excès de réflexion retient le Cœur) **; P-7, RM-17** (les glaires obstruent le (Poumon)

Points moins fréquemment utilisés : Rte-1, E-25, E-36, E-41, RM-4, RM-15, P-1

Pour tonifier le *qi*

* **IG-3, DM-9, DM-13, DM-14, DM-20,**

Points moins fréquemment utilisés DM-9, DM-13

.**Rte-5**: point de dispersion. Harmonise la Rate et l’Estomac, transforme l’humidité. « Etat de tristesse consécutif à une faiblesse de la Rate (*Prescriptions d’éminents acupuncteurs*). Exagération de l’importance des soucis, pas de joie, grands soupirs, chagrin, anxiété sur l’avenir, obsession ; lenteur de digestion, gonflement abdominal, diarrhée.

**.RM-12**« démêler les fils d’en haut »point *mu* du Foyer central, point *mu* de l’Estomac.Régularise le Foyer central, transforme les glaires. Indications Dépression nerveuse, tristesse, soucis, obsessions, « douleur du Cœur avec inquiétude et nouure du *qi* » (*Prescriptions valant 1000 pièces d’or*).

**.RM-4** « démêler les fils d’en bas » « porte de l’ordre ». Point *hui* de Rate, point *mu* de IG. Dépression nerveuse.

**.E-36**point *he.* Tonifie le *qi*, harmonise la Rate et l’Estomac ; tout trouble du *shen* causé par les émotions, soupirs nombreux, découragement, manque d’entrain, tristesse prolongée, pertes de mémoire.

.**E-40 :** point *luo.* Tonifie le *qi* de l’Estomac transforme les glaires ; dépression nerveuse

**.P-7**: point *luo.* tonifie le Poumon, libère la poitrine,transforme les glaires ; dépression, perte de mémoire, crises de désespoirs. (Dans le cadre de *ren mai* (entassements et accumulations) : P-7, RM-4, RM-12, RM-14, RM-15, RM-17)

**.MC-5**:point *jing* (4°) ; fait descendre le *qi,* régularise l’Estomac, libère la poitrine, transforme les glaires, calme le *shen.* Indications : dépression, perte de mémoire, peur, angoisse

**.C-9 « commencement des méridiens » (***jing**shi*) **« L’excès de réflexion retient le Cœur » =** ralentissement de la circulation et de la vitalité (le *shen* ne se répand plus dans les méridiens)**,** « Douleur du Cœur avec glaires froides, insuffisance de *qi*, tristesse et peur ». (*Classique classifié*). Abondance de glaires (SDM).

.**RM-14**: **« grande tour de guet »** point *mu* du Cœur.Transforme les glaires, stimule le *shen* Indication : Dépression, obsession, peur, appréhension. Toux avec glaires, vomissements et diarrhées glaireuses.

.**RM-15**:régularise le *qi*, transforme les glaires**.** Indications :dépression, épuisement de l’énergie, vitalité dispersée, affaiblissement mental, ne trouve plus ses mots, ennui, dans l’attente d’un malheur prochain, dédoublement de la personnalité. « Ce point est difficile à piquer et en l’absence de compétence, il ne faut pas le faire à la légère. Il traite essentiellement l’angoisse, les palpitations, la consumation et la dispersion du *shen*, l’épilepsie, les *dian kuang* » (*Classique classifié*)

**.RM-17**: point *mu* du Foyer supérieur, point *mu* du Maître du Cœur. Régularise le Foyer supérieur, transforme les glaires. Indication : dépression.

**Points plus spécifiques pour tonifier le *qi*: IG-3, DM-13, DM-14, DM-20,**

**.IG-3 “torrent postérieur”** Point de tonification de IG, point de croisement-réunion de *du mai.* Dépression nerveuse. *Faiblesse physique et psychique. Déprimé indument et pour trop longtemps. Pleure aisément. Rêves de passage étroit.*

**.DM-13 « voie des fours »**  *Epuisé par efforts mentaux et physiques.* Refoulement et rumination de soucis. Besoin d’alcool et de café. Tristesse (mélancolie), recherche solitude et obscurité, tête lourde, vertiges. (SDM) Dédoublement de la personnalité. Esprit confus et désemparé avec tristesse (*Classique classifié*).

**.DM-14** : **« 100 fatigues » point réunion des *yang.*** Dépression nerveuse. *Force épuisée énergie à bout.* Epuisement ; prostration, mélancolie, neurasthénie.

**.DM-20** : **« 100 réunions » .** Dépression nerveuse**.** Force d’esprit diminuée par trop de soucis et de pensées ; oublie le passé et néglige l’avenir, troubles du sommeil. Perte du sens des réalités. (SDM).

**Cas particulier :**

**1° la dépression délirante (obstruction des ouvertures du pur)**

Dans cette forme clinique de la MO le délire est associé à une dépression réalisant une mélancolie délirante. Les thèmes délirants sont divers : culpabilité par auto accusation, idée de faute de péché ; thèmes de persécution, d’être sous-influence ou d’être possédé ; thèmes hypochondriaques : impression d’être atteint d’une maladie incurable ; thèmes de damnation ou d’immortalité douloureuse ; hallucinations visuelles et auditives extrêmement angoissantes.

En acupuncture les idées-fausses et les hallucinations sont dues à l’accumulation de glaires (soit froides dans un syndrome de dépression, soit glaires-chaleur dans un syndrome d’agitation).

**Thérapeutique**

Le traitement obéit aux mêmes principes que précédemment où la priorité est de transformer les glaires.

**Points principaux** indiqués idées fausses, hallucinations :

**MC-5, E-40, RM-14,** **V-15**, **P-7, DM-11, DM-13, DM-20, DM-26**

**DM-26 : « centre de l’homme » :** Dépression morale et mentale, perd le rire pour longtemps, saisi par des spectres.

Dans certains cas on peut être amené à traiter les « points des *gui* »(spectres, revenants, démons, fantômes) :

**P-5, E-6, Rte-1, V-62, MC-5, 7, 8, DM-26**

**DEPRESSIONS PAR**

**INSTABILITE DU *SHEN***

**1°- insuffisance du *qi* de la Rate et du sang du Cœur**

**Etiologie**

Dans l’insuffisance de la Rate et du Cœur plusieurs causes peuvent être retrouvées

* suite d’une maladie qui épuise le *qi* et le sang, ou suite de pertes de sang (y penser dans les suites d’interventions chirurgicales, ou après l’accouchement, ou après une période de règles hémorragiques chroniques…)
* surmenage intellectuel et physique avec rythme de vie irrégulier → épuisement du *qi*
* régimes alimentaires aberrants (carencé) qui épuisent le *qi* de la Rate et de l’Estomac et peuvent aboutir à un vide de sang
* les excès de soucis et de réflexions qui « retiennent le Cœur » et épuisent le sang du Cœur ; un état émotionnel chronique, où dominent la tristesse, l’appréhension, la crainte, épuise le sang du Cœur. L’insuffisance du sang fait que « le *shen* n’a plus sa demeure » : instabilité du *shen* (errance).
* un choc émotionnel qui afflige le sujet

Le vide de *qi* de Rateet de sang du Cœur se présente comme une dépression anxieuse (dépression avec instabilité du *shen*)Le vide de sang peut déclencher un vent interne (crises de nerfs, tétanie) (syndrome d’agitation du *shen*).

Le vide de *qi* de Rate et de sang du Cœur est en MO une dépression anxieuse.

**Symptômes cliniques.** Dépression**,** tristesse,anxiété, angoisse ; asthénie physique et psychique (lassitude, découragé, confusion mentale, mémoire affaibli, désorienté : perte du centre) ; palpitations à l’effort, insomnie, abondance de rêves ; anorexie, dyspepsie, constipation ; chez les femmes : oligoménorrhée, cycles longs, aménorrhée ; langue pâle, teint pâle ; pouls fin et faible.

**Thérapeutique**

**Méthode :** tonifier le *qi*de la Rate-Estomac et du Cœur, nourrir le sang.

**Points principaux** : **Rte-2, Rte-6, E-36, V-17, C-5, C-9, V-15, V-43, IG-3, DM-14**

**Indications fonctionnelles et cliniques**

**Rte-2**« grande prospérité » point *ying*, point de tonification. Tonifie la Rate et harmonise l’Estomac**. -** Fatigue mentale, ne peut fixer longtemps son attention, ne peut se concentrer longtemps sur un sujet (SDM) ; dépression anxieuse. Manque de contrôle des émotions, manque de discipline intérieure, manque d’esprit de synthèse.

**Rte-6 : « jonction des 3 *yin* »**point de croisement des méridiens de Rein, Foie et Rate. Tonifie le *qi* nourrit le sang.Indications : Dépression nerveuse. Insomnie.

**E-36** : point *he.* Tonifie le *qi* de l’Estomac, harmonise la Rate et l’Estomac. Indications :tout trouble du *shen* causé par les émotions, soupirs nombreux, découragement, manque d’entrain, tristesse prolongée, pertes de mémoire.

**V-17**: point *hui* du sang,harmonise la Rate et l’Estomac, nourrit le sang. Indication : dépression nerveuse, lassitude des 4 membres sans envie de bouger, insuffisance du sang.

**V-15**: point *shu* du dos.Tonifie le *qi* du Cœur, nourrit le sang du Cœur. Indications : dépression, bouleversé de mélancolie, pleure en parlant de ses malheurs.

**C-7** : point source. Nourrit le sang du Cœur.

**C-9**: point *jing*, point de tonification. Tonifie le *qi* du Cœur. Indication : dépression nerveuse, moments de faiblesses et de découragement, tristesse, chagrin, palpitations par vide.

**V-43 :** dépression nerveuse,épuisement par surmenage, vertiges, lipothymies, pertes de mémoire, « *gao huang shu* (V-43) traite les 100 maladies, les vides et amaigrissements, les 5 surmenages et les 7 blessures (…), les maladies de la grossesse et du post-partum. (moxibustion) » (*Classique classifié*).

**IG-3, DM-14**

**2° -vide de *yin* du Rein et du Cœur**

La peur est l’émotion en relation avec le Rein. Dans SW 39 :

**« La crainte spolie l’essence et bloque le Foyer supérieur, le *qi* reflue, distend le Foyer inférieur et ne circule plus. »**

*« La crainte spolie l’essence, bloque le Foyer supérieur et fait refluer le qi, distend le Foyer inférieur et le qi ne circule plus »* (saisissement)

**« La frayeur fait défaillir le Cœur, désoriente le *shen*, fait divaguer la pensée et désorganise le *qi* »** (errance)

En fait SW39 distingue 2 aspects de la peur :

1. la peur proprement dite dont on peut relever dans le langage courant plusieurs aspects qui sont d’ailleurs utilisés souvent les uns pour les autres : appréhension, inquiétude, crainte, anxiété, angoisse. Conventionnellement on considérera l’appréhension et l’inquiétude comme des formes mineures ou des traits de caractère ; l’anxiété et l’angoisse comme des états pathologiques, avec pour l’angoisse (*angor*) une sensation de serrement perçue, la plupart du temps, dans la poitrine ou dans la gorge. En pratique actuellement c’est le terme anxiété qui est utilisé. (saisissement)
2. la frayeur qui est une peur aigue de grande intensité (peur-panique, terreur) (cf. choc émotionnel) (errance)

Le Rein et le Cœur sont tous les deux rattachés au méridien *shao yin* et sont dans une relation mutuelle telle que l’eau du Rein tempère le feu du Cœur. Si l’eau du Rein est insuffisante le feu du Cœur n’est plus contrôlé et inversement si le feu du Cœur est excessif il vaporise l’eau du Rein. L’excès de chaleur entraine une instabilité du *shen* (errance)puis, si le processus s’aggrave, une agitation du *shen* (possibilité de vent interne)

Sur le plan des mouvements du *qi* c’est un excès du mouvement de déploiement du Cœur (excés du *yi*) et une insuffisance du mouvement d’enracinement (de retour à l’essence) du Rein (insuffisance du *zhi*). La fermeté du Rein est indispensable à la stabilité émotionnelle et mentale (enracinement du *shen*).

**Signes cliniques.** Dépression,anxiété, palpitations, sensation de chaleur précordiale ; insomnie, chaleur de la paume des mains, de la plante des pieds, de la région précordiale, transpirations nocturnes ; bouche et gorge sèche ; langue rouge, pas ou peu d’enduit, pouls fin et rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : enrichir le *yin*, rafraichir la chaleur du Cœur, calmer le *shen.*

Points principaux : **R-1, R-2, R-6, Rte-6, V-23, V-15, C-7, MC-7**

**3° - insuffisance de la Vésicule biliaire et « instabilité du *shen* »**

**Avant-propos**

En Chine, dans l’Antiquité, les grands guerriers (audacieux, courageux, combatifs) étaient appelés « grandes vésicules », « le décisif et le coupant en sortent ». Les médecins du II° siècle AEC avaient attribué des fonctions mentales à la Vésicule biliaire **« la Vésicule biliaire est à part et donne la décision ».** Par la suite la VB prit le statut d’un *fu.*

Cette fonction mentale attribuée à la VB peut être introduite dans la séquence des activités mentales du LS-8 dans laquelle on peut placer la Vésicule biliaire après le projet du Foie. L’intention du Cœur, soutenue par la volonté du Rein est soumise à la réflexion de la Rate, puis le Foie élabore le projet, la Vésicule biliaire tranche, prend la décision et le Poumon effectue la réalisation juste et efficace.

On retiendra de ces données que la fonction mentale attribué à la VB est la capacité de décision, en d’autres termes de pouvoir faire un choix parmi plusieurs solutions. « Choisir c’est renoncer ». Si la VB est forte le choix d’une solution et le renoncement aux autres solutions s’effectue sans difficultés et on peut passer à la réalisation et au faire.

L’insuffisance de la Vésicule biliaire se manifeste par des traits de caractère particuliers : caractère craintif, appréhension, timidité, manque de confiance en soi, n’ose pas, difficulté à prendre des décisions.

Les évènements de la vie qui nécessitent une prise de décision apparaissent pour le sujet des épreuves insurmontables qui engendrent faute de pouvoir « affronter » un comportement d’esquive. L’esquive qui est probablement salutaire dans certains cas, mais qui, lorsqu’elle devient systématique, finit par « s’imprimer » et devient le comportement habituel du sujet.

Un état de crainte chronique, qui favorise un comportement d’esquive ou de fuite plutôt que d’affrontement, réduit progressivement le mouvement de « déploiement-rayonnement » du sujet (insuffisance du mouvement du Cœur).

En pratique il est souvent difficile de distinguer dans les indécisions les insuffisances de VB et les insuffisances du Rein. Bien que cela ne soit pas à priori évident les relations entre VB et Rein sont intimes :

* le méridien *zu shao yang* de VB est la charnière des *yang*
* le méridien *zu shao yin* du Rein est la charnière des *yin*
* le vaisseau de la ceinture issu du Rein (DM-4) emprunte tous ses points au méridien *shao yang* de Vésicule biliaire VB-26, 27, 28, 41), c’est la charnière entre le haut et le bas.
* par ailleurs le point de rassemblement (*mu*) du Rein est un point de VB : VB-25.

On a donc dans cette région du corps, (les « reins », la ceinture, le centre de gravité du corps physique), une intrication entre les fonctions de ces 3 « structures ». D’où la difficulté fréquente de faire la distinction en clinique entre la peur et l’insuffisance de volonté- fermeté du Rein, et le manque de courage et l’indécision craintive de la Vésicule biliaire.

**Etiologie**

Je n’ai pas trouvé dans les textes médicaux classiques les causes d’un affaiblissement de la VB. J’admets aujourd’hui qu’il y a une part d’inné (état constitutionnel) et une part d’acquis (pathologie du Foie (par ex. hépatite, allergie en particulier dans l’enfance, etc..) qui affaiblit le Foie et la VB. On ne peut exclure l’impact de l’éducation dans cette phase particulière de la vie où toute velléité de rébellion et d’affrontement aura été brisée. Un état chronique de peur qui engendre un comportement d’évitement plutôt que d’affrontement réduit progressivement le « déploiement » du sujet. (insuffisance du *yi* et du Cœur) et le confine par manque d’audace dans une attitude de repli qui réduit progressivement son champ d’activité.

**Signes cliniques.** Dépression peu intense la plupart du temps, mais pouvant décompenser sur un mode aigue à l’occasion d’un évènement particulier nécessitant un engagement de soi ; appréhension, crainte, anxiété, tristesse ; caractère hésitant, difficulté à prendre une décision ; timidité, voix sans force, parle peu, ne se livre pas facilement ; manque de confiance en soi, peur de mal faire, de ne pas être capable ; insomnie (rêves de situations inconfortables ou humiliantes) ; langue ? (aspect vide de *qi*),Pouls de VB faible.

**Thérapeutique**

**Méthode.** Tonifier le *qi* de Vésicule biliaire, calmer le Cœur et le *shen*

**Points principaux.VB-34, VB-35, VB-43, V-15, C-7**

**.V-19** « transport de Vésicule Biliaire » (*dan shu*) ; tonifie le *qi* de la Vésicule Biliaire ; angoisse et palpitations.

**VB-34** point *he inf****.*** angoisse, « peur comme d’être arrêté ». Cœur contracté, gorge contracté.

**VB-43** « torrent chevaleresque » (*xia xi*) point de tonification ; *Insomnie par appréhension, souci, insécurité. Tout effort, toute tâche semble trop difficile, les remet toujours à plus tard*. Rêves d’inconfort, de situations gênantes.

**III Dépression par affaiblissement du *shen***

**1°- « insuffisance » du Poumon et du Cœur**

**Etiologie**

Ce syndrome de dépression est secondaire à une perte (décès d’un être cher, rupture affective, perte d’un emploie etc…). Sur le plan émotionnel la tristesse, le chagrin, les regrets dominent le tableau clinique, avec un sentiment de désespoir qui peut aboutir à un désir d’autolyse.

« **La tristesse « resserre » le Cœur, déploie les lobes du Poumon qui bloque le Foyer supérieur, provoque une chaleur interne qui dissout le *qi* ».**

Les signes cliniques combinent : la tristesse, des signes de chaleur (agitation interne), des signes de vide de *qi*.Sur le plan mental, c’est la perte du savoir-faire, en d’autres termes la difficulté à trouver une solution, à s’adapter à la nouvelle situation, à « accepter », à « lâcher-prise ». Contrairement à l’opinion répandue je ne crois pas que le pouls du Poumon soit faible dans ces cas-là. En pratique j’ai constaté l’inverse : un pouls du Poumon plein, ferme et « petit », ce qui est en accord avec SW-39 **« déploie les lobes du Poumon et bloque le Foyer sup. »** (piège de la loge du pouce ?).

Les signes cliniques combinent : la tristesse, l’obstruction et la chaleur dans la poitrine (agitation interne) et le vide de *qi*. Dans cette situation tout se passe comme si tout le *qi* de l’organisme était accumulé dans la poitrine entrainant  un état de chaleur localisé avec une insuffisance de *qi* dans le reste de l’organisme. La chaleur dans la poitrine entraine un état « d’agitation interne », « d’agitation du Cœur » (anxiété, insomnie). C’est un état de chaleur sans agitation extériorisée.

**Remarque** : La tristesse est une émotion qui se retrouve dans plusieurs situations différentes (comme cause ou comme conséquence) : la tristesse dans la stagnation du *qi* du Foie (inhibition du mouvement de jaillissement de la vie), dans l’insuffisance du *qi* du Cœur (manque de déploiement et manque de joie), dans l’affliction et la peine de la Rate (excès du Centre qui obstrue le Poumon et le Cœur « tristesse secondaire » ), dans l’obstruction du Poumon (tristesse « véritable »).

**Signes cliniques :** tristesse, (chagrin), regrets, désespoir (dans les cas extrêmes avec désir d’autolyse) ; pensées tournées vers le passé ; regrets, n’envisage plus l’avenir ; ne peut s’adapter à la nouvelle situation ; oppression thoracique ; douleur au Cœur, anxiété, insomnie ; langue tiers antérieur rouge; pouls faible, plein au pouce droit.

**Thérapeutique**

Méthode :disperser la chaleur du Cœur et du Poumon, calmer le *shen*, tonifier le *qi*.

Points principaux**: P-5, P-10, V-13 ; C-5, C-7, V-15**; **GI-4**, **IG-3, DM-11, DM-14**,

**P-5 :** point *he*, point de dispersion**.**  Disperse la chaleur du Poumon ; dépression, peu d’énergie, chagrin, sanglots, tristesse, agitation, douleur du Cœur.

**P-10** : point *ying*. rafraichit la chaleur du Poumon. Indications : peu d’énergie, chagrin, angoisse, insomnie, douleur du Cœur, (*bi* du Cœur, avec tristesse et peur *Prescriptions d’éminents acupuncteurs*)

**V-13** : point *shu* du dos. Disperse la chaleur du Poumon. Indications : dépression nerveuse, « *dian,* avec crainte du froid, agitation, tendance à vouloir se tuer » (*Classique systématique*)

**C-5 :** point *luo*. Disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen.* Indication : dépression nerveuse, tristesse, sentiment de regret, palpitations avec angoisses. Choc émotionnel. Peu d’énergie, saisissement, ne peut parler, angoisse, cœur serré.

**V-15 :** point *shu* du Cœur. Disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*. Indication : dépression nerveuse, bouleversé de mélancolie, pleure en parlant de ses malheurs, *rêves de défunts*.

**IG-3 :** point de tonification, point de croisement-réunion de *du mai.* Tonifie le *qi*. Indications : dépression nerveuse, ne récupère pas d’un choc, pleure aisément.

**GI-4** : dépression, mélancolie,

**DM-11 : « chemin du *shen* » ;** affaiblissement du *shen*chagrin et regrets excessifs,

**DM-14 :** point réunion des méridiens *yang* avec *du mai.* Tonifie le *qi* Indications : dépression nerveuse, tristesse, épuisement, prostration.

**Remarque.** Certains états de tristesse profonde peuvent aboutir au désespoir et au suicide, le sujet ne trouvant plus d’issue à sa situation. Points indiqués crise de désespoir ou désir d’autolyse : **P-7, V-13, GI-8, DM-20, RM-6.**

**P-7** :Crise de désespoir, **GI-8 : *Accès extraordinaire de désespoir*;DM-20 : *désespoir*; V-13** : désire se tuer ; **RM-6** : dépression, désire mourir

**2° - Insuffisance du *qi* (*yang*)du Rein et du Cœur**

**Introduction**

Suivant l’atteinte du *yin* ou du *yang* du Rein :

* le vide de *yin* du Rein et du Cœur : syndrome de dépression anxieuse où l’anxiété est au premier rang des symptômes cliniques, dépression avec instabilité du *shen.*
* le vide de *qi* (ou de *yang*) du Rein et du Cœur : syndrome de dépression où dominent l’affaiblissement des facultés mentales. C’est la défaillance du feu de la porte de la Vie, le ralentissement global des fonctions mentales.

Sur le plan mental le Rein c’est d’une part :

1. la volonté (la fermeté du *qi* du Rein) qui soutient dans le temps l’intention et le désir du Cœur. Volonté = fermeté dans le soutien. Le manque de confiance en soi, le manque de fermeté doit faire penser au point : R-7 « manque de caractère » et surtout au R-4 : « complexe d’infériorité et d’insuccès ».
2. Le cerveau-mer des moelles est le siège du *shen* conscience-intelligence-facultés mentales qui dépend du Rein et de *du mai*. Les points classiquement utilisés pour renforcer la « mer des moelles » peuvent être utilisés pour renforcer l’affaiblissement mental dans les dépressions secondaires à une insuffisance du *yang* du Rein **(R-1, R-7, DM-16, DM-20).**

En MO c’est la dépression pseudo-démentielle où les troubles cognitifs (attention, mémoire, fonctions exécutives) sont dominants (plus fréquente chez les sujets âgés).

**Etiologie**

Les syndromes de dépression par insuffisance du *qi* du Rein et du Cœur peuvent être la conséquence -de toutes les causes d’affaiblissementdu Rein : le grand âge ; le surmenage ; les excès en tout genre en particulier sexuels ; une maladie qui a épuisé le Rein ; une grossesse et un accouchement difficile (dépression du post-partum) ; d’un état émotionnel chronique (appréhension, anxiété) qui épuisent la « fermeté du Rein » et le *qi* du Cœur. L’affaiblissement du *qi* du Rein peut également engendrer un vide de sang (le Rein gouverne la moelle qui produit le sang **« Dans les maladies par vide- épuisement lorsque la tonification de la Rate ne donne pas de résultat il faut tonifier le Rein et désobstruer *du mai* » Gao Xiyuan**

**Signes cliniques.** Dépression, découragement, désespoir ; baisse des facultés mentales (idéation hésitante; manque de volonté et de décision ; troubles mnésiques, mémoire confuse ; pas de projets, ne s’adapte plus), effondrement de l’activité sexuelle ; palpitations et essoufflement à l’effort, n’a plus de vitalité (*shen*), plus aucune force pour envisager quoique ce soit ; langue pâle ; pouls faible.

**Thérapeutique**. Méthode : tonifier le *qi* du Rein et du Cœur (si nécessaire réchauffer le *yang*:moxibustion), faire monter le *yang* et stimuler le *shen* (*xing shen*).

Points principaux : **R-1**, **R-7, R-3, RM-4, RM-6, DM-4, V-23,** pour tonifier le Rein ; **DM-16** **DM-20,** pour tonifier et renforcer le « cerveau » ; **V-15, C-9, C-7, MC-7**  tonifier le Cœur et réanimer le *shen*.

Points particuliers : **R-4**

**.R-1** « source jaillissante »point *jing*; restaure le *yang*, communique avec le cerveau, ouvre les orifices – Peu d’énergie, voix sans force, parler est un effort, chagrin facile, bouleversé facilement, mémoire confuse, oublis faciles, désire s’étendre et ne pas parler, dédoublement de la personnalité.

**.R-3** « torrent suprême » point source ; dépression nerveuse

**.R-7**: point de tonification. Tonifie le *qi* du Rein. Indications : dépression, manque de fermeté, de volonté, manque de caractère. Rêves d’eau.

**.V-23**: point *shu* du dos. Tonifie le *qi* du Rein. Indications : dépression - *dian*

**.RM-6** « mer du *qi* d’en bas »Tous les vides, épuisement de l’énergie. Dépression, désire mourir

**.RM-15** peu d’énergie, force diminuée, affaiblissement mental, ne trouve plus ses mots, perte de mémoire (*jiu wei* traite la consumation et la dispersion du *shen qi ; Classique classifié*)

**.DM-16**: fait monter le *yang*, tous les troubles mentaux.

**.DM-20** tonifie le *qi*, fait monter le *yang*, clarifie la tête et le cerveau. Indications : dépression, par trop de soucis et de pensées, pertes de mémoire, difficultés d’élocution, tristesse, anxiété, désespoir, pleurs, dédoublement de la personnalité.

**.V-15** tonifie le Cœur, active le sang – Dépression, tristesse, pleure en parlant de ses malheurs.

**.C-7** porte du *shen.* Peu d’énergie, oublis obstinés, oublie les noms. Peur, stupidité de nature et d’esprit. Dépression jusqu’à anémie cérébrale, angoisse, horreur du froid

**.C-9** : point *jing*, point de tonification. Faiblesse, physique, psychique et cardiaque ; *shen* affaibli