**L’insomnie**

**Diagnostic et thérapeutique**

**Jean-Louis Lafont**

**DPC 2016**

**INTRODUCTION**

**« Ne pas dormir est toujours lié à un excès de *yang*. »**

(*Porte d’entrée aux études de médecine)*

L’être humain est un homéotherme dont les variations physiologiques de température oscillent autour de 37°. Le nycthémère se divise en 2 phases :

* une phase diurne d’éveil, d’activité, de la catégorie du *yang*, durant laquellela température corporelle a tendance à s’élever au-dessus de 37°, en particulier sous l’influence de l’activité physique ;
* une phase nocturne de repos, de sommeil de la catégorie du *yin* où la température corporelle s’abaisse en dessous de 37°.

Dans l’organisme, sur le plan des substances vitales, le *yang* c’est le *qi* et la chaleur, le *yin* c’est le sang et les liquides organiques.

L’excès de *yang* peut être du :

* soit à un excès de *yang* : chaleur plénitude
* soit à un excès relatif de *yang* secondaire à une insuffisance du *yin*: insuffisance des liquides, chaleur –vide ; insuffisance du sang,

D’après le modèle étiologique de l’acupuncture les maladies sont dues à 3 catégories de causes :

* causes externes : les facteurs climatiques et les micro-organismes (virus, bactéries, parasites). Ces facteurs sont responsables essentiellement des maladies fébriles et des syndromes douloureux de l’appareil locomoteur d’origine externe. Dans ces tableaux, exclus de l’exposé, l’insomnie n’est pas la maladie (*bing*) mais un symptôme d’accompagnement, la douleur ou la fièvre sont les priorités du traitement.
* causes internes liées aux dysfonctionnements des *zang fu* et aux émotions.
* causes ni externes ni internes parmi lesquelles les traumatismes et les facteurs alimentaires sont les plus fréquents. La MTC classe parmi ces facteurs l’activité sexuelle et parmi les causes d’insomnie c’est l’insuffisance d’activité sexuelle qui est parfois rencontrée.

Les facteurs émotionnels sont les facteurs les plus fréquents à l’origine d’une insomnie. D’où l’importance de deux questions dans l’interrogatoire :

* depuis quand vous dormez mal ?
* qu’est-ce qui c’est passé dans votre vie à ce moment-là ?

## **Classement des insomnies**

**Syndromes de chaleur – plénitude**

Dans ce type de syndromes la chaleur-plénitude se traduit par un excès de *yang* et un certain degré d’agitation du *shen.* Trois syndromes peuvent être distingués :chaleur du Foie, chaleur du Cœur, chaleur d’Estomac. En pratique ils sont souvent combinés : chaleur du Foie et du Cœur, chaleur du Foie et de l’Estomac, chaleur de l’Estomac et du Cœur.

**Syndromes de chaleur - vide**

Dans ce type de syndrome le vide du *yin* du Rein est à la base du déséquilibre entre le *yin* et le *yang*, il s’agit dans ce cas d’un excès relatif du *yang* par insuffisance du *yin.* Ces syndromes s’accompagnent d’une instabilité du *shen.* En pratique le vide de *yin* du Rein est fréquemment combiné au vide de *yin* d’un autre viscère, soit comme cause soit comme conséquence, et on distingue : le vide de *yin* du Rein et du Cœur, du Rein et du Foie, plus rarement du Rein et du Poumon.

**Syndrome de videde Rate et de sang du Cœur**

Dans ce syndrome l’insomnie est due au vide de sang qui engendre une instabilité du *shen*. Le sang est la demeure du *shen* et dans l’insuffisance du sang le *shen* perd sa demeure (errance, instabilité du *shen*).

**Syndromes complexes**

La théorie des méridiens irréguliers est un moyen d’aborder les tableaux cliniques complexes de type plénitude se manifestant par l’atteinte de plusieurs viscères ou de plusieurs méridiens. 3 méridiens irréguliers sont concernés dans l’insomnie :

* *yin wei mai*
* *yang qiao mai*
* *du mai*

**Syndromes d’épuisement**

**Eléments d’orientation du diagnostic différentiel**

* **chaleur plénitude :** langue rouge enduit jaune, pouls plein et rapide
* **chaleur vide :** langue rouge, peu ou pas d’enduit, pouls fin et rapide
* **vide de sang :** langue pâle, pouls fin

**THERAPEUTIQUE**

Parmi les points indiqués insomnie, *Essentials of chinise acupuncture* (1) distingue 4 points majeurs qui peuvent servir de base à des associations de points pour le traitement :

**MC-6, C-7, Rte-6, R-6**

Par ailleurs les points indiqués insomnie sont (classés par méridiens) (1, 2, 3) :

P-1, P-2, P-9, P-10, P-11

GI-4

E-12, E-16, E-20 ?, E-27, E-36, (E-45)

**Rte-1**, Rte-2, Rte-6, F-13

C-7

MC-6, MC-7

**R-1, R-3**, R-6, R-21, R-25, R-27

V-62, V-60, V-45, **V-15**

**F-2**, F-10

VB-2, VB-12, VB-43, **VB-44**

TR-1, TR-10, TR-19

RM-3, RM-6, RM-15, RM-21, RM-22,

DM-17, DM-18, DM-19, DM-20, DM-24

(Les points en gras et soulignés sont les points indiqués insomnie par la Chine contemporaine et qui ne sont pas mentionnés par SDM).

46 points d’acupuncture portent donc l’indication insomnie. Si certains sont d’une utilisation fréquente, d’autres sont par contre d’utilisation beaucoup plus rare et dans l’exposé qui suit on distinguera dans le traitement de chaque syndrome : les **points principaux** et les **points moins fréquemment utilisés**.

On sera amené à distinguer une 3° catégorie dénommée **points particuliers**. Certains points, indiqués essentiellement par SDM « ne peut dormir » correspondent à une insomnie secondaire à une autre maladie et ne sont pas à proprement parler indiqués dans les insomnies. Par exemple : E-16 indiqué « toux spasmodique incessante la nuit » ; toux, ne peut dormir. » Il s’agit ici d’une indication du point sur la toux et non sur l’insomnie. Il convient ici de distinguer l’insomnie-maladie (*bing*) de l’insomnie-symptôme d’accompagnement d’une autre maladie. Au terme de l’analyse ci-dessous on verra que les points indiqués dans l’insomnie-maladie ne sont qu’au nombre de 26.

## **DIAGNOSTIC ET THÉRAPEUTIQue**

### **A – SYNDROMES DE CHALEUR – PLÉNITUDE**

Les insomnies de type chaleur-plénitude se caractérisent par : une agitation du *shen*; un teint rouge ; une langue rouge avec un enduit jaune ; un pouls fort, plein et rapide.

1. **Chaleur du Foie**

Ce syndrome est la conséquence d’une transformation en chaleur d’une stagnation prolongée du *qi* du Foie. L’agitation du *shen* s’accompagne d’une irritation, d’accès de colère et de troubles du sommeil.

**Signes cliniques.** Insomnie, irritabilité, accès de colère, agitation ; céphalées ; goût amer dans la bouche, yeux rouges ; soif, constipation ; langue rouge avec un enduit jaune et sec ; pouls en corde, rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : disperser la chaleur du Foie.

Points principaux : **F-2, VB-12, VB-43, VB-44, DM-20, MC-6**

Points moins fréquemment utilisés : TR-10.

**F-2**« intervalle du mouvement »(*xing jian*) ;point *ying*, point de dispersion ; disperse la chaleur du Foie ; insomnie, céphalées, yeux rouges.

**VB-12**« os final » (*wan gu*) ;point réunion des méridiens de Vésicule biliaire et Vessie ; disperse la chaleur, élimine le vent, calme le *shen*; insomnie, agitation, céphalées.

**VB-43** « torrent courageux » (*xia xi*) ; point *ying*, point de tonification ; disperse la chaleur, calme le *shen* ; insomnie par appréhension, soucis, insécurité.

**VB-44**« ouverture *yin* » (*qiao yin*) ;point *jing* (puits) ; disperse la chaleur du Foie et de la Vésicule biliaire, calme le *shen*; insomnie avec abondance de rêves (Chine contemporaine), agitation par inquiétude, appréhension.

**DM-20**« 100 réunions » (*bai hui*) ; point réunion du méridien du Foie avec *du mai*; d*i*sperse la chaleur du Foie, calme le *shen*; insomnie, angoisse, agitation.

**MC-6** « barrière de l’interne » (*nei guan*) ;point *luo*; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*;insomnie, palpitations, oppression thoracique, anxiété, colère.

**Points moins fréquemment utilisé**

**TR-10** « puits du ciel » (*tian jing*) ; point *he*, point de dispersion ; disperse la chaleur des Trois Foyers, calme le *shen*; LS 10 « les maladies d’origine interne du méridien *shou shao yang* proviennent du *qi* » ; point des chocs émotionnels (sqF), insomnie nerveuse du début de la nuit.

**Points particuliers**

**TR-1** « barrière et carrefour » (*guan chong*) ; point *jing*) ; disperse la chaleur et calme le *shen*: SDM « excès de chaleur dans le TR sup, fièvre nerveuse, corps brûlant, agitation malaise, ne peut dormir » ; *Grand résumé* « En cas d’accumulation de chaleur au Foyer supérieur, bouche amère, soif excessive, langue sèche, c’est une maladie difficile, mais il suffit de piquer TR-1 avec saignée, et immédiatement le malade n’a plus soif et la salive inonde la bouche ». SDM « point de passage entre le haut et le milieu-bas ; (JLL la ceinture VB-41-VB-26 et le collier TR-1 et les points « fenêtres du Ciel »)

**TR-19** « respiration du crâne » (*lu xi*) ; méningite, maux de tête interne, corps chaud, ne peut dormir. *Classique classifié* « fièvre, céphalées, impossibilité de rester couché, otite avec otorrhée purulente ».

**VB-2** « réunion de l’ouïe » (*ting hui*), « porte de l’oreille » (*er men*) ; SDM « insomnie après 3h par suractivité cérébrale ». Surdité, acouphènes, odontalgie, état d’agitation, convulsions.

Ces 3 derniers points n’entrent pas dans le cadre du traitement des insomnies telles qu’on les a envisagées précédemment.

**F-10** « 5 lieux-dits du pied » (*zu wu li*). SDM « Spécial contre insomnie » faiblesse et déchéance après grippe. Fièvre par fatigue ». (Ce points mériterait une étude clinique spécifique afin d’évaluer cette indication).

**2-Chaleur du Cœur**

Ce syndrome est la conséquence de la transformation en chaleur d’un état émotionnel de longue durée. Il peut être aussi la conséquence d’une stagnation prolongée du *qi* du Foie dans la poitrine, ou d’une chaleur du Foie qui se propage au Cœur.

**Signes cliniques.** Insomnie, rêves fréquents ; anxiété, tristesse; palpitations ; langue rouge avec pointe plus rouge, parfois fissure centrale allant jusqu’à la pointe ; pouls rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : disperser la chaleur du Cœur.

Points principaux : **MC-6,** **MC-7, C-7, V-15**

Point moins fréquemment utilisé : V-45, RM-15

**MC-6**« barrière de l’interne » (*nei guan*) ;point *luo*; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*;insomnie, palpitations, oppression thoracique, anxiété, colère.

**MC-7** « grande colline » (*da ling*) ;point source, point de dispersion ; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*; insomnie, palpitations, oppression thoracique, excès des émotions : anxiété, colère, tristesse.

**C-7**« porte du *shen* » (*shen men*) ;point source, point de dispersion ; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*; insomnie, palpitations, angoisse, colère.

**V-15** « transport du Cœur » (*xin shu*) ; point *shu* du dos ; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*; insomnie, palpitations, tristesse, pleurs, anxiété.

**Point moins fréquemment utilisé**

**V-45** « cris de douleur » (*yi xi*) (« ah ! hélas ») ; SDM : insomnie par fatigue, épuisement, grand choc, transpire. Toutes les fièvres. Fièvre par mélancolie. (Dans le traitement des chocs émotionnels : C-5, IG-7, V-45).

**RM-15** « queue de pigeon » (*jiu wei*) ; indiqué : sommeil difficile ou insomnie totale » (par SDM). « 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 et les palpitations, la consumation et la dispersion du *shen qi*, l’épilepsie et les *dian kuang.* » *Collection précieuse.*

#### 3-Chaleur de l’Estomac

Ce syndrome est la conséquence de toutes les causes (alimentaires, affectives, atteintes externes) pouvant entraîner la formation de chaleur qui s’accumule dans l’Estomac. Il peut se compliquer de glaires-chaleur.

**Signes cliniques**. Insomnie, cauchemars, agitation du *shen* ; faim excessive, brûlures gastriques ; gingivorragie ; nausées et anorexie en cas de glaires ; langue rouge, enduit jaune, épais ; pouls vaste et rapide.

**Thérapeutique**.

Méthode : disperser la chaleur de l’Estomac.

Points principaux : **E-45**, **Rte-1**, **E-36, DM-24, MC-6.**

**E-45**« passage du gué » (*li dui*) ;point *jing*, point de dispersion ; disperse la chaleur, calme le *shen*; agitation du *shen*, cauchemars et rêves incessants, faim excessive.

**Rte-1**« pureté cachée » (*yin bai*) ; point *jing*(puits);disperse la chaleur, calme le Cœur et le *shen*. L’association E-45, Rte-1  est indiquée dans les insomnies avec cauchemars (*Grand résumé*).

**E-36**« trois lieux-dits » (*san li*) ; point *he* de l’Estomac, régularise le *qi* del’Estomac, disperse le feu, calme le *shen*; insomnie, céphalées nocturnes, agitation jusqu’à surexcitation (*kuang*) (SDM).

**DM-24** « cour du *shen* » (*shen ting*) ; point réunion du méridien d’Estomac avec *du mai*; disperse la chaleur, calme le Cœur et le *shen*; insomnie, agitation psychique et physique, céphalées.

**MC-6**« barrière de l’interne » (*nei guan*) ;point *luo* ; disperse la chaleur du Cœur, calme le *shen*, régularise le *qi* de l’Estomac, transforme les glaires;insomnie, palpitations, oppression thoracique, anxiété, colère.

**Points particuliers**

**Rte-2** « grande capitale » (*da du*) ; point *ying*, point de tonification ; « si excès, exagération des soucis, insomnie, angoisse, agitation et dépression anxieuse (SDM).

**E-12** « bassin ébréché » (*que pen*), « couvercle du Ciel » (*tian gai*) ; insomnie par nervosisme, par surexcitation ou par angoisse (SDM) « Ce point disperse la chaleur à l’intérieur du thorax, chaleur intra-thoracique dans le *shang han* qui ne se dissipe pas » (*Collection précieuse*). « Ses indications sont voisines du P-1, V-11, DM-16 » (*Classique classifié*). (Ce point nous semble indiqué dans les chaleurs du Poumon d’origine externe).

**E-16** « fenêtre de la poitrine » (*ying chuang*) ; libère la poitrine, régularise le *qi*; SDM : toux spasmodique incessante la nuit. Coqueluche, toux, ne peut dormir, respiration courte, suffoque, poitrine pleine.

**E-20** « reçoit la plénitude » (*cheng man*) ; Cœur intermittent, émotif, dyspnée, insomnie (SDM). CC : douleur gastrique, vomissements, (de sang), douleur des flancs, diarrhée.

**E-27** « grande éminence » (*da ju*), « porte de l’aisselle » (*ye men* ou « porte des liquides *ye* »? erreur ?) SDM : Insomnie (par ennui, soucis), Grande émotivité, esprit tremblant, sensible à émotion, peur, au toucher, à l’air. « Angoisse et palpitations avec insomnie. » *Collection précieuse, Classique classifié.*

**F-13** « porte de la totalité » (*shang men*), « dernière côte » (*ji xie*) ; point *mu* des *zang*, point réunion de Foie et Rate. SDM : côté : douleur, ne peut dormir. (point de Weihe à Dt : *nux vomica* , insomnie après 3h. ; à G *china*: insomnie avec somnolence le jour).

### **B - SYNDROMES DE CHALEUR-VIDE**

Les insomnies de type chaleur-vide se caractérisent par : une instabilité ou une agitation du *shen*; une chaleur nocturne responsable de l’insomnie avec des transpirations nocturnes, une langue mince, rouge, sans enduit (ou très peu d’enduit) ; un pouls fin et rapide.

Dans ces syndromes l’excès de *yang* est la branche, l’insuffisance du *yin* la racine. Suivant l’intensité des symptômes d’excès de *yang* on traite simultanément la branche et la racine (rafraîchir la chaleur et enrichir le *yin*) ou la racine seule (enrichir le *yin*).

#### 1- Vide de *yin* du Rein

Les causes d’une insuffisance du *yin* du Rein sont variées : maladie chronique de type chaleur d’un autre viscère qui épuise le *yin* du Rein, épuisement des liquides organiques par un état de chaleur prolongé (tension émotionnelle chronique, maladie fébrile), surmenage (physique et /ou sexuel), prise prolongée de médicaments qui épuisent le *yin*.

**Signes cliniques.** Insomnie, réveil nocturne avec sensation de chaleur et transpirations (la sensation de chaleur prédomine aux membres inférieurs et aux pieds) ; anxiété ; gorge sèche ; langue rouge, mince, sans enduit ; pouls fin et rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : enrichir le *yin* du Rein.

Points principaux : **R-1, R-3, R-6, Rte-6.**

**R-1**« source jaillissante » (*yong quan*) ; point *jing* (puits) ; enrichit le *yin* du Rein, rafraîchit la chaleur, calme le *shen*;insomnie, bouche, langue et gorge sèches, chaleur des pieds ; palpitations, angoisses, agitation du *shen.*

**R-3** « torrent suprême » (*tai xi*) ; point source ; harmonise le *yin* et le *yang* du Rein ; insomnie.

**R-6** « océan miroitant » (*zhao hai*) ;enrichit le *yin* du Rein, rafraîchit la chaleur, calme le Cœur et le *shen*; insomnie, sécheresse de la gorge.

**Rte-6** « croisement des 3 *yin* » (*san yin jiao*) ; point de croisement des méridiens de Rein, Foie et Rate ; enrichit le *yin*; insomnie.

**Points particuliers**

**R-21** « porte obscure » (*you men*), “porte d’en haut” (*shang men*); fait circuler le *qi* du Foie, régularise le *qi* de l’Estomac. R-21 est utilisé dans : les vides du Rein (le Rein est la vanne de l’Estomac), la SqF qui bloque le Foyer central, les syndromes de *chong mai* (douleur abdominale et reflux). SDM : Mélancolie, mauvaise humeur, amélioré par les mouvements rythmiques, a sommeil mais ne peut dormir. (point de Weihe correspondant a *chamomilla*: somnolent et ne peut dormir).

**R-25** « réserve du *shen* » (*shen cang*) ; SDM : insomnie par soucis (point de Weihe correspondant à *ambra grisea*) CC : toux, asthme, plénitude et d. thoracique, vomissements.

**R-27** « réceptacle du transport » (*shu fu*) ; SDM : insomnie invincible (point de Weihe).

**V-60** « Kun Lun » SDM : « Spécial pour toutes les douleurs internes ou externes, toutes les crampes ou contractions, toutes les enflures et les prurits. Insomnie par douleur morale ou physique, irritation ou mécontentement. Chez les bébés insomnie, douleurs et troubles de la dentition. (V-60 nous parait être un point des douleurs entraînant une insomnie)

#### 2-syndromes combinés de vide de *yin* du Rein

En pratique, le vide de *yin* du Rein décrit ci-dessus est rarement rencontré de façon isolée. Il s’associe le plus souvent avec le vide de *yin* d’un autre viscère (soit comme cause, soit comme conséquence), donnant lieu à un syndrome combiné de vide de *yin* du Rein et du Foie, ou du Rein et du Cœur, ou plus rarement du Rein et du Poumon. Le traitement est une association, en fonction de la symptomatologie clinique, des points précédents qui enrichissent le *yin* avec des points qui rafraîchissent la chaleur du viscère concerné.

##### **2-1-vide de yin du Rein et du Cœur**

**Signes cliniques** de vide de*yin* du Rein avec :palpitations ; angoisse ; langue rouge avec la pointe plus rouge, chaleur des 5 Cœurs (paume des mains, plante des pieds, région précordiale) ; pouls fin et rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : enrichir le *yin*, rafraîchir la chaleur du Cœur.

Points principaux : **R-1, R-3, R-6, Rte-6, C-7, MC-7, V-15.**

Point moins fréquemment utilisé : V-45, RM-15

##### **2-2) de yin du Rein et du Foie**

**Signes cliniques** de vide de*yin* du Rein avec : vertiges, baisse de la vision, sécheresse des yeux, crampes nocturnes aux membres inférieurs ; pouls fin et rapide.

**Thérapeutique**

Méthode : enrichir le *yin*,rafraîchir la chaleur du Foie.

Points principaux : **R-1, R-3, R-6, Rte-6, F-2, VB-12.**

##### **2-3)- vide de yin du Rein et du Poumon**

Signes cliniques de vide de *yin* du Rein avec : tristesse, dyspnée, toux, douleur de la gorge, chaleur des 5 Cœurs.

**Thérapeutique**

Méthode :enrichir le *yin*, rafraîchir la chaleur du Poumon.

Points principaux : **R-1, R-3, R-6, Rte-6, P-10.**

**P-10** « rencontre des poissons » (*yu ji*) ; point *ying*; rafraîchit la chaleur, calme le *shen*; insomnie, peur, angoisse, chagrin, dyspnée, toux, douleur de la gorge, douleur du Cœur, « chaleur du vide, inquiétude avec souffle court, sècheresse de la gorge » (*Collection précieuse*).

**Points particuliers du méridien du Poumon**

**P-1** « transport du centre de la poitrine » (*ying zhong shu*) ; point réunion du méridien de Rate avec le Poumon (excès ou insuffisance du Centre). Indiqué Réveil à 3h. du matin. (jonction des méridiens F-P dans la circulation). D’après le *Classique classifié* « Ce point a comme rôle essentiel de disperser la chaleur intra-thoracique, ces indications ressemblent à celles du DM-14, DM-16, et E-12. »

P-1 pourrait être associé à P-9 dans les chaleurs plénitude du Foie et du Poumon. (Indiqué : chaleur de la VB avec vomissements et reflux par *Collection précieuse*). Difficulté d’adaptation à une nouvelle situation : F-14 « porte de l’échéance », P-1, P-9.

**P-9** « abîme suprême » (*tai yuan*) ; point source du Poumon, point réunion des vaisseaux ; disperse la chaleur du Foie et du Poumon ; « inquiétude avec impossibilité de dormir » *Collection précieuse*. SDM « insomnie par agitation interne, crises de nerfs, colère ». (Insomnie dans chaleur du Foie et du Poumon )

**P-11** « messager des fantômes » (*gui xin*) ; « délibération mineure » (*shao shang*) ; point *jing*; rafraîchit la chaleur, calme le *shen*; insomnie, agitation (*kuang*), « inquiétude-nervosité, chaleur de la paume des mains » (*Collection précieuse*), dédoublement de la personnalité. Indiqué par SDM : Insomnie-Congestion cérébrale-Méningite-Convulsions.

Ce point est mentionné « point de passage entre les méridiens *yin* et les méridiens *yang.* (Symétrique de E-45 « passage du gué » (sous-entendu entre les méridiens *yang* et les méridiens *yin*). (blocage par difficulté d’adaptation à une nouvelle situation ?)

### **C– vide de Rate et de sang du Cœur**

L’insomnie dans ce syndrome est la conséquence de l’insuffisance du sang. Le sang est le logis du *shen*, l’insuffisance du sang fait que le « *shen* n’a plus de demeure » ce qui se traduit par une instabilité du *shen*  avec un excès de pensées, de réflexion (soucis), une anxiété, parfois de la tristesse, qui perturbent le sommeil.

**Signes cliniques**. Insomnie, abondance de rêves ; palpitations ; tristesse, anxiété, instabilité du *shen*, troubles mnésiques, lassitude mentale ; vertiges-éblouissements ; asthénie, teint pâle ; digestion difficile, constipation ; langue pâle, humide si le vide de *qi* prédomine, sèche si le vide de sang prédomine ; pouls fin, ou fin et faible (si le vide de *qi* prédomine).

**Thérapeutique.**

Méthode. Tonifier le *qi* et nourrir le sang, calmer le Cœur et le *shen.*

Points principaux : **E-36, Rte-6, C-7, V-15, (V-17, V-43, DM-14).**

D – Syndromes complexes

**Rappel sur la théorie des méridiens irréguliers**

La théorie des méridiens irréguliers étant un sujet controversé nous exposons ici notre point de vue qui se référé à l’évolution des idées au travers des textes classique s de l’acupuncture.

Dans le *Classique de l’interne* rédigé au Ier siècle, les méridiens irréguliers (*qi mai*) n’existent pas.

Le texte fondateur de la théorie des méridiens irréguliers est le *Classique des difficultés* (IIIe siècle). L’auteur rassemble des vaisseaux et des *luo*, qui pour la plupart étaient déjà décrits de façon éparse dans le *Classique de l’interne*, en un ensemble homogène et cohérent qu’il nomme « 8 vaisseaux dits méridiens irréguliers » (*qi jing ba mai*). Il leur attribue une fonction commune par une image devenue classique :

**« Les sages des temps anciens avaient élaboré des canaux et des rigoles pour éviter les inondations imprévues. Lors des pluies abondantes l’eau déborde dans les canaux et les rigoles. Ce phénomène est semblable aux débordements de sang et de *qi* qui doivent alors emprunter d’autres voies pour se déverser. Ces autres voies sont les 8 méridiens irréguliers, où s’épanchent les débordements de sang et de *qi.* »**

Au XVIe siècle, Li Shizhen rédige le seul ouvrage entièrement consacré aux méridiens irréguliers, dans lequel il compile les textes du passé relatifs à ce sujet. A la lecture de son ouvrage, intitulé *Etude des 8 vaisseaux dits méridiens irréguliers*, on constate qu’ils sont rarement utilisés par les différents médecins depuis le *Classique des difficultés* et qu’ils sont utilisés surtout en pharmacopée.On peut souligner également qu’il ne mentionne pas les 8 points de croisement-réunion (*jiao hui xue*) décrits par Dou Hanqing (XIIE-XIIIe siècle)

C’est au XVIIe siècle que Yang Jizhou, dans le *Grand résumé de l’acupuncture*,complète la théorie des méridiens irréguliers. Il attribue à chacun d’entre eux, un des 8 points de croisement-réunion décrits par Dou Hanqing. Il décrit également les couplages, les règles d’utilisation sous l’expression « règles des 8 », les correspondances avec les 8 trigrammes du *Livre des mutations*.

Le système des méridiens irréguliers donne l’image d’un dispositif de suppléance, d’un réseau de secours, qui, dans une représentation hydraulique du réseau des méridiens, canalise les débordements au cours de l’évolution des maladies de type plénitude. On les assimile de ce fait à des « déversoirs ».

Aujourd’hui sur le plan de l’organisation structurale et des fonctions, les 8 méridiens irréguliers se subdivisent en 2 sous-groupes :

* Les méridiens *du mai* et *ren mai* ont des points propres et des fonctions physiologiques, ils distribuent les substances vitales originelles aux 12 méridiens. Ils ont de ce fait un statut mixte : en tant que méridiens irréguliers on les assimile à des « déversoirs » ; en tant que méridiens réguliers, faisant partie des 14 méridiens, on les assimile à des « réservoirs », ce sont les mers des méridiens (cette expression apparait pour la première fois dans l’*ABC d’acupuncture* (IIIe siècle). Ce statut particulier de *du mai* et *ren mai* est développé par Hua Shou dans *Explication sur les 14 méridiens* (XIIIe siècle), et compte tenu de leur double appartenance, ils sont utilisés dans les syndromes de vide et dans les syndromes de plénitude.
* Les 6 autres méridiens irréguliers n’ont pas de points propres, ils empruntent leurs points aux méridiens qu’ils mettent en relation par les points de croisement (*jiao xue*) ; ils n’ont pas de fonction physiologiques et on les assimile à des déversoirs. Ils sont utilisés en pathologie dans les syndromes complexes de type plénitude concernant plusieurs viscères ou plusieurs méridiens (on parle alors de « débordement »).

Le débordement sur un méridien irrégulier se manifeste par des symptômes cliniques et un aspect du pouls caractéristiques. (Soulignons à ce sujet que, les aspects du pouls décrits par le *Classique du pouls* dans l’atteinte des méridiens irréguliers sont tous des aspects de plénitude). La thérapeutique est standardisée par la règle des 8 du *Grand résumé* : piqûre en premier du point de croisement-réunion du méridien irrégulier sélectionné ; piqûre ensuite des points de croisement « qui répondent » (correspondant aux symptômes cliniques ou sensibles à la palpation) ; enfin on ajoute, si nécessaire, le point de croisement-réunion du méridien irrégulier couplé.

**Les méridiens irréguliers dans l’insomnie**

Dans le traitement des insomnies s’intégrant dans des syndromes cliniques complexes on utilise la théorie des méridiens irréguliers. Dans ces cas, la plupart du temps l’insomnie n’est qu’un symptôme au sein d’un tableau clinique d’agitation du *shen* ou d’instabilité du *shen*. Dans ces cas particuliers le débordement sur le méridien irrégulier est la branche, le syndrome initial est la racine. Suivant la situation on traite la branche d’abord puis la racine, ou la branche et la racine simultanément.

**1- syndrome de *yin wei mai***

Le méridien irrégulier *yin wei mai* est utilisé dans les syndromes cliniques d’instabilité du *shen* qui se manifestent par tantôt agitation tantôt dépression et qui comprennent des signes du Foie avec des signes de la Rate, du Rein et du Cœur.

**Signes cliniques** Les signes caractéristiques de *yin wei mai* sont : insomnie, douleur au Cœur, pouls profond et plein. La douleur au Cœur peut prendre des aspects variables : palpitations, sensation de douleur précordiale, angoisse perçue au niveau thoracique, sensation de serrement de la gorge (« boule à la gorge », difficulté à s’exprimer, à dire), etc. L’aspect de la langue est variable en fonction du syndrome initial. Le pouls profond et plein signe la plénitude interne.

**Thérapeutique**

Méthode : disperser *yin wei mai*, calmer le *shen.*

Points principaux : **MC-6, R-9, F-14, RM-22, RM-23**

**MC-6** « barrière de l’interne » (*nei guan*) ; point de croisement-réunion de *yin wei mai*; disperse *yin wei mai*, fait circuler le *qi*, calme le Cœur et le *shen*;insomnie, palpitations, oppression thoracique, anxiété, colère.

**R-9** « rivage bâti » (*zhu bin*) ; point de croisement de *yin wei mai* avec le méridien du Rein, point *xi* de *yin wei mai*; calme le *shen*, transforme les glaires ;caractère instable, mécontentement, accès de fureur, agitation-dépression (*dian kuang*), dédoublement de la personnalité.

**F-14** « porte de l’échéance » (*qi men*) ; point de croisement de *yin wei mai* avec le méridien du Foie, point *mu*; fait circuler le *qi* du Foie ; inquiétude et chaleur intra-thoracique, troubles d’origine psychique avec dépression*.*

RM-21 (n’est pas un point de *yin wei mai*), Asthme, essoufflement, ne peut parler, ne peut dormir (SDM) (pt de Weihe : *Bromium*)

**RM-22** « portillon de jade » (*yu hu*) ; point de croisement de *yin wei mai* avec *ren mai*; fait circuler le *qi*, régularise le *qi*, transforme les glaires ; « Les 5 obstructions : obstruction par le *qi*, par la tristesse, par la fatigue, par les aliments, par les soucis. » (*Collection précieuse*). Indiqué asthme, essoufflement, ne peut dormir.

**RM-23** « centre de la gorge » (*hou zhong*), « racine de la langue » (*she ben*) ; point de croisement de *yin wei mai* avec *ren mai*; disperse la chaleur, transforme les glaires, régularise le *qi*; contracture de la langue, difficulté à parler.

**2 Syndromes de *yang qiao mai* et *du mai***

Dans les syndromes complexes de chaleur plénitude (chaleur du Foie, du Cœur et/ou de l’Estomac), le débordement a lieu sur le méridien irrégulier *du mai.* En fonction du tableau clinique, on utilise les points de *du mai* en les intégrant dans les points de traitement des syndromes précédents de chaleur des *zang*: DM-20, dans la chaleur du Foie, DM-24 dans la chaleur de l’Estomac ou du Cœur.

Dans les syndromes complexes de chaleur-vide (vide du *yin* du Rein, du Foie, du Cœur et/ou du Poumon) le débordement de l’excès de *yang* a lieu sur le méridien irrégulier *yang qiao mai* et l’objectif du traitement est d’enrichir le *yin.* Dans certains cas l’excès de feu et de vent impose de disperser le *yang* dans un premier temps et on associe alors des points de *yang qiao mai* pour disperser la chaleur avec des points qui enrichissent le *yin.*

Ces deux méridiens irréguliers sont couplés et en thérapeutique, pour disperser le feu et éliminer le vent, on utilise en association leurs points de croisement-réunion (IG-3, V-62) avec leurs points communs (DM-16, VB-20) pour disperser le feu et éliminer le vent.

**Signes cliniques**

Les signes caractéristiques de l’atteinte de *du mai* sont : céphalées raideur de la nuque, raideur du rachis, pouls en corde, long qui traduisent la plénitude de *yang*.

Les signes caractéristiques de l’atteinte de *yang qiao mai* sont l’excès de *yang*, l’insuffisance de *yin* qui se traduisent par un pouls en corde et plein à l’emplacement du pouce (cet aspect traduit l’excès relatif du *yang* en haut du corps).

**Thérapeutique**

Méthode : disperser la chaleur, calmer le *shen*, disperser *du mai*, ou disperser la chaleur, calmer le *shen* et enrichir le *yin* dans l’atteinte de *yang qiao mai.*

Points principaux : (**IG-3),** **V-62, VB-20, DM-16, DM-13, DM-17, DM-20, DM-24.**

Points moins fréquemment utilisés : DM-18, DM-19.

**IG-3** « torrent postérieur »(*hou xi*) ; point de croisement-réunion de *du mai***;** disperse la chaleur, élimine le vent ; surexcitation psychique ou physique ; céphalées, raideur de la nuque.

**V-62** « gigantesque *yang* » (*ju yang*) ; point de croisement-réunion de *yang qiao mai*; disperse la chaleur, élimine le vent ; insomnie, chaleur extraordinaire, agitation, céphalées, vertiges.

**VB-20** « étang du vent » (*feng chi*) ; point de croisement du méridien irrégulier *yang qiao mai* avec le méridien de Vésicule biliaire ; disperse la chaleur, élimine le vent ; céphalées, vertiges, yeux rouges.

**DM-16** « réceptacle du vent » (*feng fu*) ; point de croisement du méridien *yang qiao mai* avec *du mai.*; disperse la chaleur élimine le vent ; agitation du *shen* (*kuang*), tous les troubles mentaux.

**DM-13** « voie des fours » (*tao dao*) ; point réunion du méridien de Vessie avec *du mai* disperse la chaleur, calme le *shen*; insomnie, céphalées, raideur de la nuque, dédoublement de la personnalité.

**DM-17** « vent tourbillonnant » (*za feng*) ; point réunion du méridien de Vessie avec *du mai*,disperse la chaleur, élimine le vent ; insomnie, agitation extrême, céphalées, vertiges, yeux rouges.

**DM-20** « réunion des filaments » (*wei hui*) ; disperse la chaleur, élimine le vent ; insomnie, angoisse, agitation, céphalées, vertiges.

**DM-24** « cour du *shen* » (*shen ting*) ; point réunion du méridien d’Estomac et du méridien de Vessie avec *du mai*; disperse la chaleur, calme le Cœur et le *shen*; insomnie, agitation psychique et physique, céphalées.

**Syndromes de vide-épuisement (*xu lao*)**

Un certain nombre de points particuliers sont difficiles à classer dans un des syndromes précédents compte tenu de leurs fonctions générales. Ils sont rassemblés ici en un groupement individualisé.

**GI-4** « réunion des vallées » (*he gu*) ; dénommé « point de rassemblementdu *qi* » par le *Grand résumé.* SDM : faiblesse et vide. Affaiblissement des nerfs, grande transpiration par faiblesse. Insomnie par faiblesse.

**RM-3** « origine du *qi* » (*qi yuan*), « source de jade » (*yu quan*). SDM : vide, froid, épuisement, ne peut s’endormir. (pt de Weihe, *rus tox*, insomnie avant minuit).

**RM-6 «**mer du *qi* d’en bas » (*xia qi hai*) ; SDM : tous les vides graves, insomnie par émotivité jusqu’à anxiété.

**RM-8** « centre de l’ombilic » (*qi zhong*), « tour de guet du *shen* » (*shen que*) ; SDM : vide et froid, a sommeil mais ne peut dormir.

**Proposition d’utilisation**

Tous ces points ont une fonction de tonification générale du *qi* et de réchauffement du *yang* et sont indiqués dans toutes les formes de vide.

Une insomnie qui dure depuis un certain temps finit par épuiser le *qi* par manque de récupération.On se trouve en présence d’un tableau clinique d’insomnie (la nuit) et d’un ralentissement de l’activité avec parfois somnolence le jour.

D’après notre expérience cette éventualité se rencontre surtout chez les sujets âgés, et dans les vides importants de *qi* et de sang « RM-6, E-36 tonifient le *qi* et nourrissent le sang » (1).

**En résumé.**

Parmi les points sélectionnés précédemment, nombre des points mentionnés par SDM ne nous paraissent pas être des points de traitement de l’insomnie-maladie.

**Les principaux points de l’insomnie**

P-1, P-9, **P-10**

E-36

**Rte-1, (E-45**), **Rte-6**

**C-7**

**MC-6, MC-7**

**R-1, R-3, R-6**

**V-62,** V-45, **V-15**

**F-2,** (F-10)

**VB-12, VB-43, VB-44**

**TR-10**

RM-15

DM-16, DM-17,DM-18, DM-19, **DM-20, DM-24**

RM-3, RM-6, RM-8, GI-4

**References**

1. ***Essentials of chinise acupuncture*** (Compiled by Beijing College of T.C.M., Shanghai college of T.C.M., Nanjing college of T.C.M., the Acupuncture Institute of the Academy of T.C.M). Foreign Languages Press. Beijing. 1993.
2. **Soulie de Morant G.** *L’acupuncture chinoise.* Maloine 1972**.**
3. **Guillaume G, Mach C. *Dictionnaire des points d’acupuncture*. Trédaniel, Paris, 1995.**