

Shiatsu et Endométriose



Justine BONA

Session Juin 2020

Espace Aquitain Zen Shiatsu

N°Licence : 023857

Directeurs de mémoire : Dominique CHEVALIER – Fanny ROQUE

Sommaire

MOTS CLES.....	3
RESUME.....	4
INTRODUCTION.....	5
1 L'endométriase, c'est quoi ?	6
1.1 L'utérus et l'endomètre.....	6
1.1.1 Anatomie.....	6
1.1.2 Le cycle menstruel.....	7
1.1.3 Description de l'Utérus en MTC – Nù Zi Bao.....	9
1.1.4 Rôle de l'Utérus en MTC.....	9
1.1.5 Liens avec les autres Organes et méridiens.....	9
1.2 Définition, phénotypes et stades de l'endométriase.....	11
1.2.1 Définition.....	11
1.2.2 Phénotypes.....	12
1.2.3 Les différents stades de l'endométriase.....	13
1.3 Symptômes.....	13
1.3.1 Les dysménorrhées.....	14
1.3.2 Les douleurs abdominales pelviennes chroniques.....	14
1.3.3 L'infertilité.....	15
1.3.4 Les dyspareunies.....	16
1.3.5 Les troubles digestifs.....	16
1.3.6 Les troubles urinaires.....	16
1.3.7 Les troubles hémorragiques du cycle.....	17
1.3.8 Les troubles anxio-dépressifs.....	17
1.4 Diagnostic et traitement en médecine occidentale.....	17
1.4.1 Le diagnostic.....	17
1.4.2 Le traitement.....	17
2 Le mécanisme de l'endométriase et analyse énergétique.....	19
2.1 L'hypothèse générale : la Théorie du reflux.....	19
2.2 Les hypothèses complémentaires.....	22
2.2.1 Théorie métaplasique.....	22
2.2.2 L'angiogénèse.....	23
2.2.3 Théorie des embolies vasculaires et lymphatiques.....	23
2.2.4 Facteurs génétiques et altérations moléculaires endométriales.....	24
2.2.5 Stress et réponse inflammatoire inadéquate.....	24
2.2.6 Surveillance immunitaire altérée.....	24
2.2.7 Facteurs environnementaux.....	25
2.2.8 Facteurs hormonaux.....	25

CONCLUSION.....	27
-----------------	----

BIBLIOGRAPHIE.....	28
--------------------	----

ANNEXES.....	30
--------------	----

Synthèse de la recommandation de bonne pratique : (Haute Autorité de Santé-décembre 2017)

Prise en charge de l'endométriose : démarche diagnostique et traitement médical.....	31
--	----

Etudes de cas :

- Mme Cl.	39
Cas clinique.....	39
Descriptif des séances	46
- Mme Cl*	52
Cas clinique.....	52
Descriptif des séances.....	57
- Mme E.	63
Cas clinique	63
Descriptif des séances.....	69
- Mme Ma.....	72
Cas clinique.....	72
Descriptif des séances.....	78
- Mme J.	83
Cas clinique.....	83
Descriptif des séances.....	89
- Mme S.....	94
Cas clinique.....	94
Descriptif des séances	100

Mots clés

- Endométriose
- Gynécologie
- Ki Rebelle
- Chong Mai
- Utérus

Résumé

En France, 1 femme sur 10 souffre d'endométriose, maladie bénigne de l'endomètre se caractérisant par des lésions en dehors de la cavité utérine. L'endométriose est une pathologie inflammatoire, sous influence hormonale, dont le long délai de diagnostic est d'environ entre 8 et 10 années.

L'utérus, localisé dans le bassin, est composé de différentes couches dont la couche muqueuse interne, l'endomètre, sensible aux stimulations hormonales et très vascularisée. En MTC, l'Utérus, Entraille Curieuse, a un rôle de stockage (Yin) et de transport (Yang).

Les symptômes majeurs de la maladie sont les dysménorrhées (douleurs invalidantes lors des menstruations) et l'infertilité. Mais il existe de nombreux signes comme des douleurs abdomino-pelviennes, des dyspareunies, des troubles digestifs, des troubles urinaires, des troubles hémorragiques du cycle, et des troubles anxio-dépressifs.

Au vu de tous ces symptômes, nous pouvons incriminer de nombreux méridiens mais seulement certains ont un lien avec l'utérus et le système gynécologique : les méridiens classiques Rein, Foie, Rate et Cœur, ainsi que les Merveilleux Vaisseaux Chong Mai et Ren Mai.

Généralement, les traitements proposés sont les contraceptifs hormonaux afin de supprimer les règles ou bien la chirurgie dans les cas très invalidants.

Plusieurs théories occidentales sont proposées dans le mécanisme de l'endométriose dont la plus générale est celle du reflux rétrograde que nous mettrons en parallèle avec un Ki Rebelle notamment du Foie. Le Foie, agressant la Rate, ne peut plus maintenir le Ki. Nous remarquons que le Foie est le méridien le plus retrouvé en Jitsu dans le Bilan du Hara. On note également une déficience du Ki dans le Foyer Inférieur avec des symptômes tels que des troubles urinaires, ou des troubles de la circulation dans les membres inférieurs. Lors du Bilan du Hara, les méridiens appartenant au Foyer Inférieur, Rein, Vessie, Gros Intestin et Intestin Grêle, sont tous majoritairement en Kyo. De plus, il y a un lien étroit entre Chong Mai et le Ki Rebelle.

D'après les différentes études de cas, il existe une prédominance de vide de Yin chez les receveuses, développant ainsi des symptômes Yang relatif tels que des troubles du sommeil, de l'anxiété ou bien du stress.

Le potentiel angiogénique de certaines femmes semblerait compléter la théorie du reflux rétrograde. Une altération du Cœur ou de Maître Cœur pourrait influencer une croissance tissulaire vasculaire plus importante

La théorie métaplasique pourrait expliquer les cas d'endométriose chez l'homme car elle se base sur les origines embryologiques identiques de certains tissus. Chong Mai intervient dans cette théorie par rapport à son lien avec le Ciel Antérieur mais aussi Triple Réchauffeur de par sa relation avec le tissu conjonctif.

Il existe plusieurs autres hypothèses mettant en lien des méridiens classiques comme des Merveilleux Vaisseaux :

- Emboles vasculaires et lymphatiques : Triple Réchauffeur et Maître Cœur
- Facteurs génétiques et altérations moléculaires endométriales : Chong Mai, Jing
- Stress et réponse inflammatoire inadéquate : Triple Réchauffeur et Maître Cœur
- Surveillance immunitaire altérée : Triple Réchauffeur, Chong Mai
- Facteurs environnementaux : Wei Ki
- Facteurs hormonaux : Rein et Vessie

Après études de ces différentes théories, nous retiendrons le phénomène multifactoriel de la pathologie tant d'un point de vue occidental qu'énergétique, malgré la présence d'un Ki Rebelle pouvant expliquer pourquoi 10% des femmes souffrent d'endométriose alors que 90% présentent un reflux rétrograde.

Introduction

Marilyn Monroe, Susan Sarandon, Laëtitia Milot, Hillary Clinton, et Pamela Anderson ont toutes quelque chose en commun, elles souffrent, ou souffraient, d'endométriose.

Actuellement, 40% des femmes souffrent de dysménorrhées, pourtant seulement 1 femme sur 10 souffre d'endométriose. Selon la définition de la Haute Autorité de Santé (HAS), l'endométriose se définit histologiquement par la présence de glandes ou de stroma endométrial en dehors de l'utérus.

Les deux symptômes majeurs sont les douleurs pelviennes pendant les règles et l'infertilité, mais il existe un large éventail de signes cliniques.

Les origines de cette pathologie sont encore mal connues. Ce n'est que dans les années 1920 que l'hypothèse la plus probable, théorie du reflux rétrograde, fût posée sur l'endométriose. On peut se demander depuis combien de temps cette pathologie est présente au sein de la population. Existe-t-il une recrudescence de cas d'endométriose chez les femmes ou bien nous arrivons seulement à mettre des mots sur ces maux féminins ?

Pendant de nombreuses années les femmes ont vécu avec l'idée que les règles étaient très douloureuses, et que cela était normal. Le cycle menstruel est une montagne russe hormonale. Il est donc naturel qu'il existe des symptômes (Syndrome Prémenstruel) comme des changements d'humeur ou de la fatigue, mais les dysménorrhées ne devraient pas être invalidantes pour certaines femmes au point de ne plus pouvoir aller travailler.

Grâce au Shiatsu, on peut se demander quel sera alors l'impact d'un suivi sur ces receveuses souffrant d'endométriose. Quel est le lien énergétique, s'il existe, entre les receveuses ?

Dans un premier temps, nous étudierons l'appareil génital féminin d'un point de vue occidental ainsi que du point de vue de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) et en Zen Shiatsu. Nous étudierons aussi les différents symptômes qu'entraîne la pathologie et les liens pouvant exister avec certains méridiens ou Merveilleux Vaisseaux.

Puis dans la seconde partie, nous nous intéresserons aux origines de l'endométriose et des différentes hypothèses occidentales, dont celle du reflux rétrograde, que nous mettrons en parallèle avec la MTC et le Zen Shiatsu, grâce à l'analyse des cas cliniques.

1 L'endométriose c'est quoi ?

L'endométriose est une maladie gynécologique bénigne de l'endomètre.

Elle se définit par la présence et le développement anormal de tissu endométrial hormonodépendant en dehors de la cavité utérine.

Cette pathologie touche environ 1 femme sur 10 en âge de procréer, et 40% des femmes souffrant de douleurs pelviennes lors des menstruations.

Les deux plus gros symptômes sont les douleurs pelviennes, lors des règles surtout, et l'infertilité.

Dans cette première partie et afin de comprendre au mieux la pathologie nous étudierons l'anatomie et la physiologie du système gynécologique. Puis, dans un deuxième temps, nous aborderons l'utérus d'un point de vue Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) et les méridiens en relation.

1.1 L'Utérus et l'endomètre en occident

1.1.1 Anatomie

L'utérus est l'un des organes génitaux internes de la femme. Il est localisé dans le bassin, en arrière de la vessie, en avant du rectum. Latéralement à la partie supérieure du fond utérin s'étendent les trompes de Fallope. Les ovaires se situent de part et d'autre de la paroi pelvienne.

L'utérus est un organe musculaire creux. On distingue un col et un corps. La paroi utérine est composée de plusieurs couches :

- Une couche séreuse : le péritoine externe.
- Une couche musculaire : le myomètre
- Une couche muqueuse interne : l'endomètre, richement vascularisé, sensible aux stimulations hormonales.

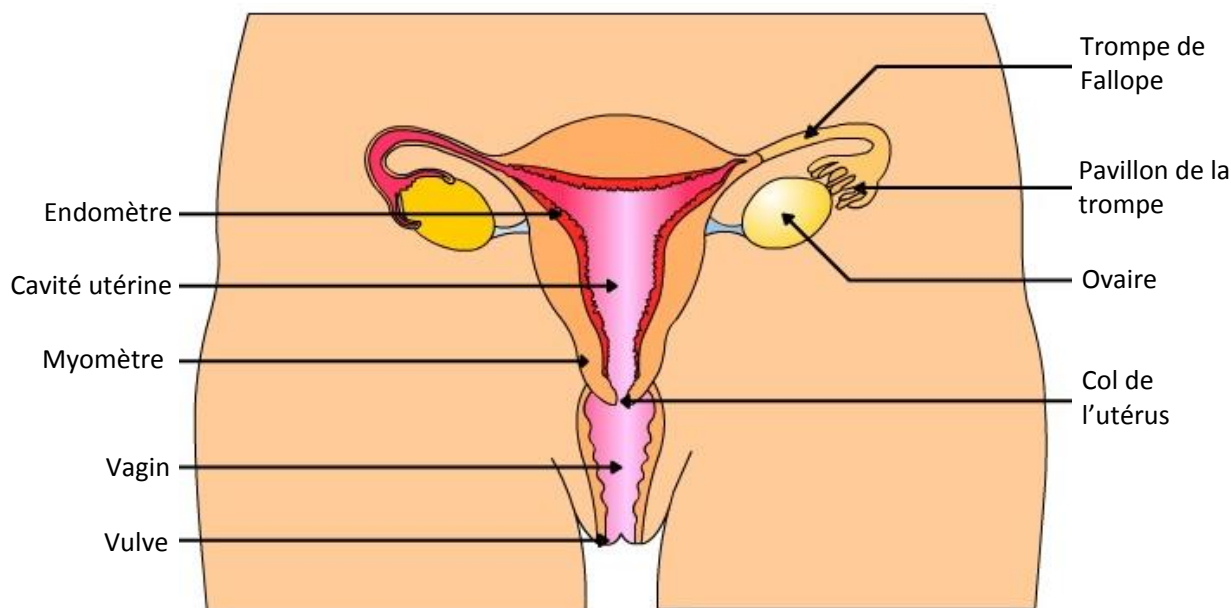


Schéma 1¹ : Anatomie de l'appareil génital féminin

1.1.2 Le cycle menstruel

Le cycle menstruel regroupe l'ensemble des phénomènes physiologiques de la femme, de la puberté à la ménopause, préparant l'organisme à une éventuelle gestation. Il dure en moyenne 28 jours, débute par le premier jour des règles et se compose principalement de deux phases :

- *Phase folliculaire* : ou encore proliférative, où l'endomètre, après les menstrues, se reconstitue jusqu'à l'ovulation. Le follicule (ovocyte en devenir) croissant sécrète de la progestérone pour sa propre maturation et de l'œstradiol pour le développement de l'endomètre. La hausse d'œstradiol sanguin entraîne un pic de LH (Hormone Lutéinisante) qui sera suivi d'une ovulation.
- *Phase lutéale ou sécrétoire* : après l'ovulation, le follicule se transforme en corps jaune sécrétant une quantité importante d'œstrogène et de progestérone. Cette dernière transforme l'endomètre pour accueillir si besoin l'ovule fécondée. S'il n'y a pas fécondation, le corps jaune sécrète de l'ocytocine provoquant alors sa propre involution. Ceci amène une chute de la progestérone et donc une hémorragie menstruelle.

¹ LEPLAT Manon « *Endométriose : briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine* », Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie - 2018

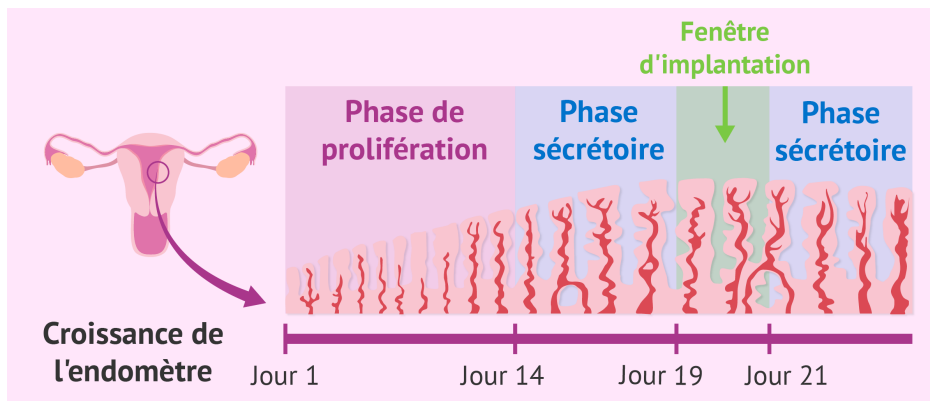


Schéma 2² : Le cycle menstruel et l'endomètre

concentration plasmatique

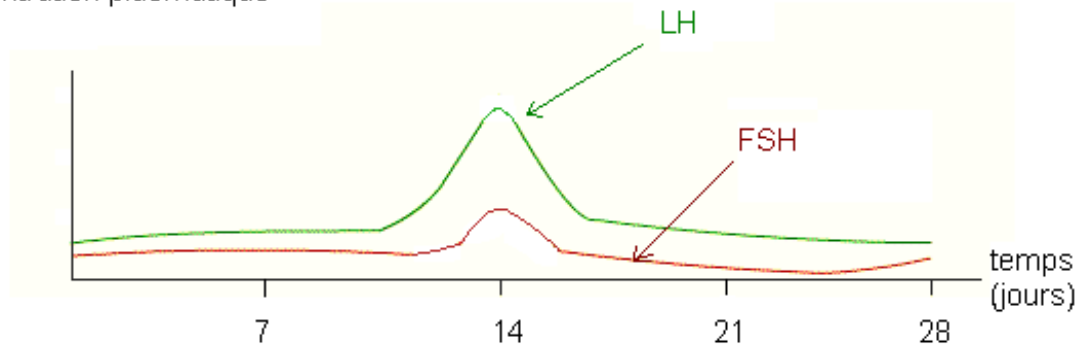


Schéma 3³ : Taux d'hormones (FSH et LH) au cours du cycle menstruel

concentration plasmatique

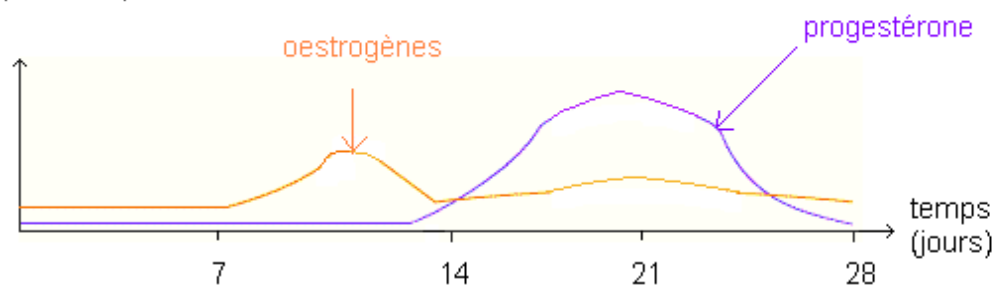


Schéma 4⁴ : Taux d'hormones (œstrogène et progestérone) au cours du cycle menstruel

² <https://www.invitro.com/fr/preparation-de-lendometre/etapes-de-la-croissance-endometriale/>

³ LEPLAT Manon « Endométriose : briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine », Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie - 2018

⁴ LEPLAT Manon « Endométriose : briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine », Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie - 2018

Maintenant que nous avons situé l'utérus d'un point de vue occidental et ses mécanismes hormonaux, nous allons aborder le système gynécologique vu par la MTC et le Zen Shiatsu.

1.1.3 Description de l'Utérus en MTC – Nû Zi Bao

Zi Bao signifie « l'enveloppe de l'enfant ». En Médecine Traditionnelle Chinoise, l'Utérus comprend aussi les trompes de Fallope et les ovaires.

女子包

Schéma 5⁵ : Idéogrammes de l'Utérus

Comme la Vésicule Biliaire, le Cerveau, la Moëlle, les Os et les Vaisseaux Sanguins, l'Utérus est nommé Entraille Curieuse. C'est la plus importante. Les Entrailles Curieuses ressemblent aux Organes Yang par leur forme et aux Organes Yin par leurs fonctions. Mais leurs fonctions sont associées à celles des Organes principaux. L'Utérus est influencé par le Ki de la Vessie du fait de leur proximité.

Les règles, la conception et la gestation, fonctions principales de l'utérus, sont assurées par les autres Organes. Ses fonctions sont dirigées, entre autres, par Ren Mai qui fournit le Ki à l'Utérus, et par Chong Mai qui fournit et fait circuler le Sang dans l'Utérus. On dit que ces deux Merveilleux Vaisseaux « naissent dans l'Utérus ». Les trois fonctions dépendent également des Reins, de la Rate et du Foie.

1.1.4 Rôle de l'Utérus en MTC

L'Utérus a un rôle à la fois de stockage (Yin) lors de l'élaboration des menstruations et pour la conception du fœtus, puis un rôle de « transport » (Yang) lors des règles et de l'accouchement.

L'Utérus entretient un lien étroit avec le Sang. Les menstruations, la conception et la grossesse dépendent de l'état de celui-ci. Le Cœur, le Foie et la Rate ont une relation importante avec le Sang, c'est pourquoi il existe une connexion non négligeable entre l'utérus et ces trois méridiens.

1.1.5 Lien avec les autres Organes et méridiens

Les Reins : Le Rein est un méridien Yin de l'élément Eau, couplé à la Vessie. Les Reins sont le fondement du Yin et du Yang de l'organisme, le côté Yang sous forme de Ki source, aussi appelé Ki ancestral car c'est le Ki hérité de nos parents, et le côté Yin sous forme d'Essence qui détermine

⁵ ROQUE Fanny « *Shiatsu et grossesse* » Espace Aquitain Zen Shiatsu – Année 2019/2020

notre capacité à nous reproduire. Une Essence insuffisante peut donc affecter la reproduction. C'est dans les Reins que Chong Mai et Ren Mai ont tous deux leur origine.

Il existe même un méridien entre Rein et Utérus qui s'appelle Bao Luo. Ce méridien est très proche de celui du Rein, il permet au fœtus d'y puiser l'énergie qu'il lui est réservé. « C'est une combinaison des éléments Terre et Eau » (*Shiatsu et grossesse* de Suzanne YATES et Tricia ANDERSON)

Chong Mai : un des huit Merveilleux Vaisseaux, ils apparaissent lors du développement embryologique (à partir du mésoderme pour Chong Mai), c'est-à-dire qu'ils appartiennent au Ciel Antérieur et font le lien avec le Ciel Postérieur, notre vie après la naissance. Chong Mai est considéré comme « la Mer des douze méridiens » puisque c'est un grand lieu de passage. Il est en lien très étroit avec l'utérus : pendant le cycle, Chong Mai se remplit et se vide après les règles. On dit également que c'est la « Mer du Sang » (il gère toutes les hémorragies). Il accompagne souvent une ascension de l'Énergie appelée Ki Rebelle, quel qu'en soit le niveau (nausées, vomissement, céphalées, vertiges, hypertension, maux de ventre associés à l'estomac).

Ren Mai : aussi appelé Vaisseau Conception, fait partie des huit Merveilleux Vaisseaux. Il régule l'énergie Yin du corps et les six méridiens Yin. Ren Mai commence au niveau du plancher pelvien, il a alors un lien très étroit avec l'utérus et le système reproductif chez la femme car il régule l'enfance, la menstruation, la grossesse et la ménopause. Il gère la circulation du Ki dans le bassin, surtout dans le Foyer Inférieur.

La Rate : La Rate est un méridien Yin appartenant à l'élément Terre. Elle est couplée avec l'Estomac. Elle élabore le Ki des graines, c'est à dire l'énergie post-natale. Elle possède un lien particulier avec le Sang car la Rate « gouverne le Sang » (« *Comprendre la médecine chinoise, la toile sans tisserand* » de Ted J. KAPTCHUK, O.M.D.). Elle maintient le Sang dans les vaisseaux sanguins. Toute fuite de Sang est alors imputable à la Rate : saignement de nez, règles abondantes ou prolongées, troubles de la circulation. Le Syndrome prémenstruel est associé à la Rate car elle intervient dans les changements hormonaux du cycle menstruel.

Le Foie : Le Foie appartient à l'élément Bois avec la Vésicule Biliaire. Il a à la fois un rôle de stockage (Yin) en lien avec le Sang, et un rôle de déplacement (Yang) en lien avec le Ki dont il maintient le flux. On dit que le Foie « stock le Sang », il joue un rôle de réservoir pour le Sang. Le Foie fournit le corps en Sang lorsque celui-ci en a besoin. Un Ki du Foie bloqué peut alors entraîner une Stagnation du Sang et donc des troubles gynécologiques. Les saignements et le Syndrome Pré-menstruel peuvent aussi être associés au méridien du Foie.

Le Cœur : méridien Yin, il est intimement lié aux émotions. Tout choc émotionnel peut affecter le Cœur et donc le Sang. On dit que le Cœur « dirige le Sang ». Il existe une connexion entre l'Utérus et le Cœur via le méridien Bao Mai. Ce méridien Cœur/Utérus est « une combinaison des énergies du Feu et de la Terre » (*Shiatsu et grossesse* de Suzanne YATES et Tricia ANDERSON). Il permet l'installation dans le corps de l'énergie du Sang (lien avec Chong Mai) et de l'énergie émotionnelle (lien avec le Shen).

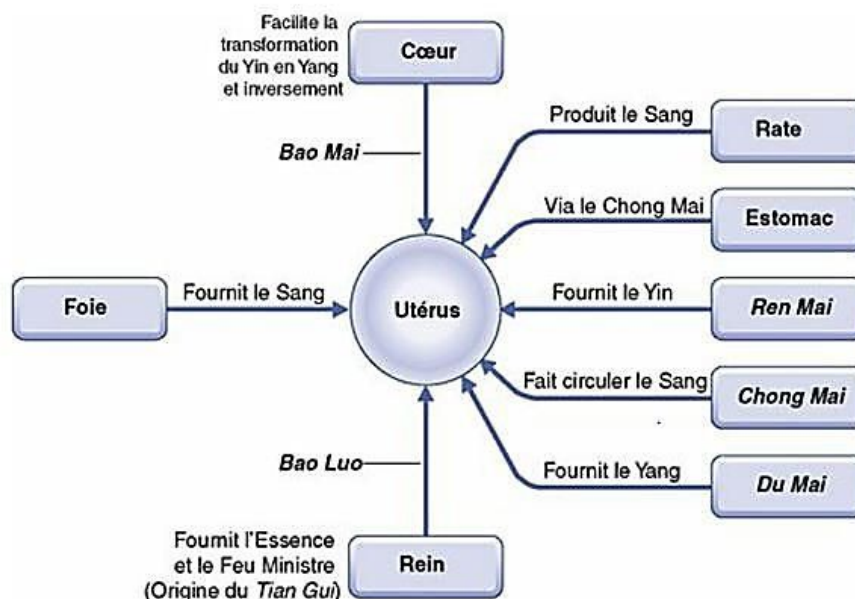


Schéma 6⁶ : Relation de l'Utérus avec les autres méridiens d'après Giovanni Maciocia

1.2 Définition, phénotypes et stades de l'endométriose

1.2.1 Définition

L'endométriose, pathologie inflammatoire, se caractérise par la présence anormale de tissu endométrial, muqueuse de la cavité utérine, en dehors de l'utérus. Ces cellules, qui migrent et se développent en dehors de l'utérus, présentent les mêmes caractéristiques que celles de la muqueuse utérine et sont également sous l'influence hormonale du cycle menstruel. Il semblerait que 80% des lésions endométriales subissent des variations périodiques en fonction du cycle hormonal.

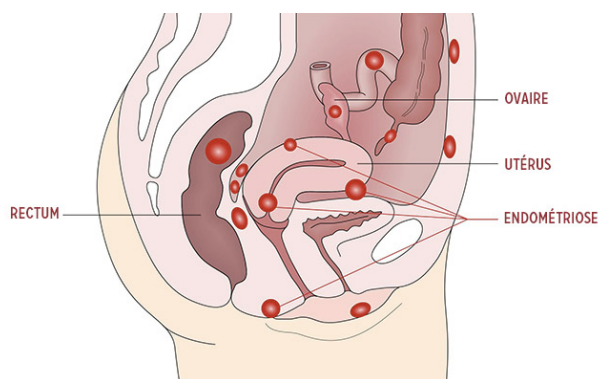


Schéma 7⁷ : Localisation de tissu endométrial

⁶ ROQUE Fanny « *Shiatsu et grossesse* » Espace Aquitain Zen Shiatsu – Année 2019/2020

⁷ <http://www.medecinesante.com/quest-ce-que-lendometriose/>

On différencie l'endométriose de l'adénomyose où on retrouve le tissu endométrial seulement au sein du myomètre et non en dehors de la cavité utérine. C'est le cas d'une des receveuses, Mme Ma.

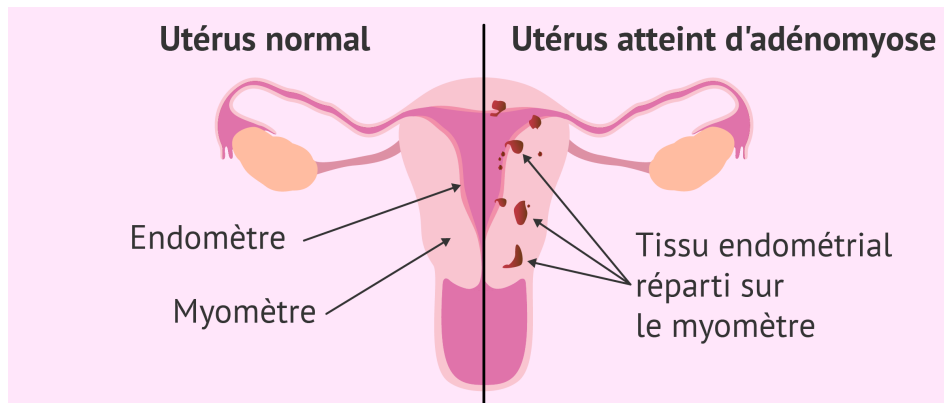


Schéma 8⁸ : Utérus atteint d'adénomyose

1.2.2 Phénotypes

Il existe trois phénotypes de l'endométriose :

- *L'endométriose superficielle* : constituée d'implants adhérents à la surface du péritoine.

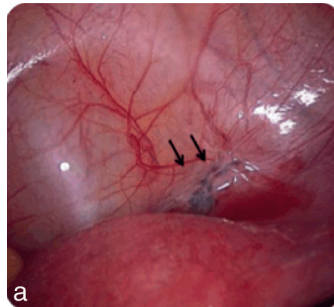


Schéma 9⁹ : endométriose superficielle

- *L'endométriome ovarien* : c'est un kyste ovarien endométriosique, ou bien adhérent au ligament large (cloison fibreuse constituée de deux feuillets péritonéaux de part et d'autre de l'utérus) au contenu hématique.

⁸ <https://www.invitro.com/fr/adenomyose/>

⁹ FRYDMAN René « *Infertilité, prise en charge globale et thérapeutique* », Elsevier Masson - 2016

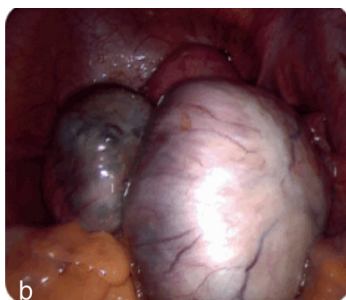


Schéma 10¹⁰ : endométriome ovarien

- L'endométriose profonde : pénétration profonde des lésions d'au moins 5mm sous péritonéale ou encore une invasion des lésions dans la musculature de l'organe atteint (vessie, rectum, vagin, utérus, uretère, intestin grêle...)

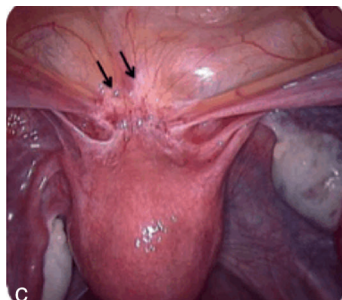


Schéma 11¹¹ : endométriose profonde

1.2.3 Les différents stades de l'endométriose

La classification utilisée pour les différents stades de l'endométriose est celle de l'*American Society Fertility (r-AFS)*, définie en 1979. Mais cette classification ne prend pas en compte le paramètre évolutif de la pathologie.

Il existe 4 stades pour l'endométriose. Le stade I et II sont en général peu invalidants.

Le tissu endométrial, au niveau du péritoine et de l'ovaire, est classé en fonction de la taille et de sa profondeur. On prend également en compte les adhérences en fonction de leur densité.

1.3 Symptômes

Les différents symptômes sont très variables selon l'atteinte et propres à chaque patiente.

La dysménorrhée (douleur pendant les menstruations) est un symptôme majeur car elle est très aiguë lors des règles.

Les cellules migrantes laissent des lésions sur les tissus. Ces lésions vont saigner, proliférer à chaque cycle menstruel, laissant une cicatrice fibreuse.

Les douleurs varient selon la localisation du tissu endométrial, l'extension en profondeur des cellules ainsi que l'innervation des tissus. Elles peuvent être cycliques et/ou chroniques.

¹⁰ FRYDMAN René « *Infertilité, prise en charge globale et thérapeutique* », Elsevier Masson - 2016

¹¹ FRYDMAN René « *Infertilité, prise en charge globale et thérapeutique* », Elsevier Masson - 2016

L'endométriose peut être asymptomatique dans 25% à 50% des cas. Elle sera alors diagnostiquée lors d'un bilan de fertilité en raison de difficultés à concevoir un enfant. En effet, l'implantation de cellules dans les trompes de Fallope ou bien des ovaires kystiques font barrière mécanique à la fécondation.

Les organes les plus souvent touchés sont les ovaires, la vessie, le vagin, le colon, les ligaments utéro-sacrés, et plus rarement les poumons ou le cerveau.

Il existe une multitude de symptômes en fonction de la localisation du tissu endométrial : troubles digestifs, troubles urinaires, troubles hémorragiques du cycle, troubles anxio-dépressifs.

1.3.1 Les dysménorrhées

Les dysménorrhées sont des douleurs qui accompagnent les menstruations. Elles sont secondaires aux implants endométriques, et à la réaction inflammatoire. Ces douleurs, rythmées par les variations hormonales, ont un impact socioprofessionnel sur la vie des receveuses.

De par leur lien étroit avec l'Utérus, un déséquilibre des Merveilleux Vaisseaux, Chong Mai et Ren Mai, peut être à l'origine de douleurs menstruelles.

En MTC, on retrouve le lien avec le Sang et le Ki : une Stagnation ou bien une Déficience de Ki ou de Sang, peuvent être la cause de dysménorrhée.

Comme évoqué plus haut, le Foie, le Cœur et la Rate sont en étroite connexion avec le Sang. Ici, une Stagnation de Sang et/ou de Ki semble être un déséquilibre du Foie.

L'Utérus est influencé par le Ki de la Vessie, on peut supposer qu'une Déficience du Ki de la Vessie entrainera des dysménorrhées.

Il existe plusieurs causes à une Stagnation et une Déficience du Ki et/ou du Sang : des raisons psychologiques ou émotionnelles affectant alors le Cœur, un mode de vie incorrect, des grossesses et/ou accouchements trop rapprochés épuisant le Ki des Reins et du Foie.

Certaines origines climatiques, comme un excès d'Humidité affectant la Rate, ou alors une attaque de Froid sur l'Utérus, obstruent les règles et peuvent causer des dysménorrhées. Un blocage du Ki du Foyer Inférieur peut aussi être à l'origine de douleurs lors de menstruations.

En Zen Shiatsu, c'est le méridien de la Rate qui gère le cycle menstruel car il est en étroite relation avec le Sang. Mais il existe également d'autres méridiens impliqués dans le phénomène de dysménorrhée dont l'Intestin Grêle car il est relié à la circulation abdominale basse et la fonction ovarienne.

Lors du suivi des receveuses, on notera une diminution des douleurs notamment chez Mme CI* et Mme Ma qui ont diminué leurs prises d'anti-inflammatoires et d'antalgiques.

1.3.2 Les douleurs abdominopelviennes chroniques

On les retrouve dans 40% des cas. Elles s'expliquent par l'atteinte du système digestif. En MTC, les méridiens les plus concernés par les douleurs abdominopelviennes sont :

- *Le Gros Intestin* : comme en physiologie occidentale, le méridien du Gros Intestin a pour fonctions « l'absorption de liquide en excès de la masse fécale » (*Shiatsu, Théorie et pratique*, C. BERESFORD-COOKE) et la propulsion des selles. « Si le Gros Intestin perd son harmonie, il peut en résulter des douleurs abdominales ». (*Comprendre la médecine chinoise, la toile sans tisserand*, TED J. KAPTCHUK, O.M.D)
- *Le Foie* : ce méridien est responsable de la libre circulation du Ki dans l'organisme. S'il existe une stagnation de Ki du Foie, il s'en suit alors des symptômes digestifs comme des douleurs abdominales.
- *La Vésicule Biliaire* : elle est également responsable du stockage et la sécrétion de la bile, comme en physiologie occidentale. Via cette fonction, elle contribue à l'écoulement harmonieux du Ki du Foie.
- *La Rate* : la totalité du processus digestif est sous le contrôle de la Rate. S'il existe une dysharmonie du Ki entraînant une impossibilité de la Rate à transformer les aliments, on peut trouver alors des symptômes digestifs dont une douleur ou une distension abdominale.
- *L'Estomac* : comme la Rate, le méridien de l'Estomac intervient dans le processus de digestion. Il participe également au transport des liquides. De ce fait, l'Estomac n'aime pas l'Humidité. S'il existe une atteinte du méridien, ceci peut alors entraîner des douleurs gastriques. De plus, le méridien circule le long de l'abdomen, de par son trajet, une atteinte du méridien peut alors développer des douleurs abdominales.
- *Le Rein* : fondement du Yin et du Yang de l'organisme, les Reins sont associés à la fois à l'Eau/Yin et au Feu/Yang. Les Reins s'assurent alors que le Feu de chaque organe n'est pas inondé et que l'Eau s'élimine correctement. S'il existe une invasion de Chaleur, des douleurs abdominales peuvent alors survenir.
- *L'Intestin Grêle* : sous les ordres de la Rate, l'Intestin Grêle participe à l'assimilation de la nourriture. Des atteintes de ce méridien se manifestent généralement par des douleurs abdominales.
- *La Vessie* : le méridien de la Vessie intervient également dans la gestion des liquides. Une invasion de Chaleur Humide, par dysharmonie du Rein et de la Rate, peut entraîner des douleurs abdominales.

Pour Masunaga, le méridien de l'Intestin Grêle est aussi en lien étroit avec la circulation abdominale, et le fascia abdominal (de par sa connexion avec le mésentère). Le Triple Réchauffeur, en lien avec l'adaptation du corps à l'environnement, peut être à l'origine de douleurs abdominales, par exemple s'il existe une hypersensibilité du péritoine dans le cas du Syndrome du côlon irritable.

Chez Mme E., le suivi Shiatsu a pu soulager les maux de ventre après chaque séance. J'ai souvent travaillé Gros Intestin ou bien Intestin Grêle.

1.3.3 L'infertilité

Chez les receveuses atteintes d'endométriose, 90% d'entre elles souffrent d'infertilité, et 48% ont recours à la procréation médicalement assistée. Le degré d'infertilité est d'autant plus important que l'endométriose est sévère (classification AFS).

En MTC, le Foie, la Rate et le Cœur sont en lien étroit avec le Sang. Tout déséquilibre d'un de ces méridiens peut alors impacter une bonne circulation du Sang et causer des troubles gynécologiques et donc des troubles de la fertilité. Le stress engendré par l'envie d'avoir un enfant lèse le Yin des Reins, incapable de stocker l'Essence Postnatale nécessaire à la procréation.

Ren Mai et Chong Mai, en étroite collaboration avec l'Utérus et l'Essence de chaque individu, peuvent être également à l'origine d'infertilité. En effet, on notera chez Mme E. l'utilisation de Chong

Mais lors de la 2^{ème} séance et ses effets bénéfiques puisque Mme E. est tombée enceinte entre la 2^{ème} et la 3^{ème} séance.

Comme vu précédemment, pour Masunaga :

- La Rate et l'Estomac interviennent dans le cycle menstruel et la grossesse car ces deux méridiens circulent via les seins et les ovaires.
- L'Intestin Grêle est associé à la fonction ovarienne et à la circulation abdominale basse.
- Le Cœur gouverne le fonctionnement de l'hypothalamus et l'hypophyse, glandes endocrines, influençant le système gynécologique via un système de rétrocontrôle hormonal.
- Les Reins gèrent également le système hormonal.
- Maître Cœur est en lien étroit avec le bassin et ses éventuelles déformations.
- Le Triple Réchauffeur est relié à la paroi interne de l'utérus.
- Le Foie traverse le plancher pelvien pouvant alors entraîner des symptômes génitaux.

Tout dysfonctionnement de ces méridiens, impacté par l'endométriose, est susceptible d'entraîner des troubles de la fertilité.

1.3.4 Les dyspareunies

Ce sont des douleurs lors des rapports sexuels. Elles s'expliquent par une atteinte postérieure du péritoine et des ligaments utérosacrés.

En MTC, une mauvaise circulation du Ki dans le Foyer Inférieur peut entraîner des dyspareunies. Des troubles de l'élément Bois, Foie et Vésicule Biliaire, en lien avec le système musculaire et ligamentaire peut aussi entraîner ce type de douleurs.

En Zen Shiatsu, on retrouve également l'Intestin Grêle en relation étroite avec la circulation abdominale basse et le fascia intestinal. Le méridien du Foie traverse les organes génitaux, des symptômes liés à cette zone et au plancher pelvien peuvent être dû à un déséquilibre de ce méridien.

1.3.5 Les troubles digestifs

Les symptômes digestifs sont très riches. Ils sont dûs aux phénomènes inflammatoires et hémorragiques des lésions endométriales ainsi qu'aux adhérences. Ce sont surtout des troubles digestifs bas : maux de ventre, diarrhée, constipation, défécation douloureuse, rectorragie.

En MTC, un large panel de méridiens intervient dans les troubles de la digestion comme le Foie, le Gros Intestin, l'Intestin Grêle, la Rate et l'Estomac, mais aussi le Triple Réchauffeur car il gouverne les Trois Foyers, trois espaces de transformations du Ki et d'activités métaboliques. En MTC, toute atteinte digestive fait intervenir la Rate, de l'introduction des aliments à l'élimination dans le reste du tube digestif, car elle est la « source de tout notre Ki des aliments » (*Shiatsu, Théorie et pratique*, C. BERESFORD-COOKE).

En Zen Shiatsu, voici les méridiens pouvant être atteint dans ce genre d'affections : le méridien de l'Intestin Grêle, le Gros Intestin, l'Estomac, le Foie, ainsi que la Rate et la Vésicule Biliaire. Dans la Théorie de Masunaga, le méridien de la Vésicule Biliaire contrôle la bile, comme en occident, mais aussi tous les sucs digestifs intervenant dans la digestion, elle possède un rôle important dans de nombreux aspects de la digestion.

1.3.6 Les troubles urinaires

Ils sont fréquents en cas d'atteintes profondes de la vessie. Ils se manifestent par douleurs à la miction, des faux besoins, des cystites à ECBU (examen cyto bactériologique des urines) négatif.

En MTC comme en Zen Shiatsu, les Reins et la Vessie sont souvent à l'origine de troubles urinaires. Mais il existe d'autres origines à de tels symptômes : une mauvaise circulation du Ki dans le Foyer Inférieur, une Humidité pouvant entraîner à terme une Humidité-Chaleur, une Déficience en Yin des Reins.

1.3.7 Les troubles hémorragiques du cycle

Tout symptôme lié au Sang, comme les hémorragies, est le fait des méridiens en lien avec celui-ci comme le Foie, le Cœur et la Rate.

Un déséquilibre de Chong Mai, « Mer du Sang, » peut aussi être l'origine de troubles hémorragiques.

1.3.8 Les troubles anxio-dépressifs

Le caractère chronique de la pathologie ainsi que les douleurs pelviennes sont souvent à l'origine du terrain anxio-dépressif des receveuses. On note un impact sur l'intégration sociale, le sentiment de bien-être, la vie sexuelle, professionnelle, la vie de couple et de famille.

Le Shen est l'une des Substances Vitales. Il peut être traduit par « Esprit », relié au corps par l'Essence et le Ki. Le Shen réside dans le Cœur, il entretient alors un lien particulier avec le Sang qui le nourrit, et le calme. Toute dysharmonie du Sang entraînera alors un déséquilibre du Shen, aboutissant à de l'anxiété par exemple.

Le Foie et Maître Cœur ont aussi un lien étroit avec les émotions de par leur lien avec le Sang et le Cœur. En Zen Shiatsu, on dit que Maître Cœur calme la prise de conscience du Noyaux émotionnel qu'est le Cœur.

Chez Mme Ma. et Mme Cl., on remarquera que le suivi Shiatsu a permis une prise de décision, comme une rupture conventionnelle chez Mme Cl. dont le travail ne se passait pas bien depuis des années.

1.4 Diagnostic et traitement en médecine occidentale

1.4.1 Le diagnostic

Le délai de diagnostic de l'endométriose varie entre 8 et 10 ans. A l'heure actuelle, il n'existe pas de moyen de diagnostic précoce.

Il repose sur l'examen clinique, gynécologique si possible, dans un premier temps s'il n'existe pas de désir d'enfant. S'il existe un désir de grossesse, il sera réalisé des examens complémentaires, effectués par un praticien formé à la détection de l'endométriose, comme une échographie transabdominale et endovaginale ainsi qu'une IRM.

De plus, une biopsie, par coelioscopie endoscopique, du tissu endométrial peut être réalisée lors d'une chirurgie pour confirmer le diagnostic.

1.4.2 Le traitement

Il existe deux types de traitement, le traitement hormonal et la chirurgie.

Si la patiente présente des douleurs invalidantes, des traitements hormonaux lui seront proposés pour supprimer les règles et donc les douleurs. Ce traitement peut permettre de stabiliser les lésions, voir de diminuer légèrement leur volume. Il peut aussi être associé à une chirurgie de l'endométriose.

La HAS (Haute Autorité de Santé) conseille également une prise en charge non médicamenteuse afin d'améliorer la qualité de vie comme l'acupuncture, l'ostéopathie, ou le yoga.

La chirurgie est le seul traitement permettant l'élimination totale des lésions. Elle est pratiquée selon l'efficacité et les effets indésirables des traitements, l'intensité et la caractérisation de la douleur, la sévérité et la localisation de l'endométriose, les attentes de la patiente et un éventuel souhait de grossesse.

Nous avons vu dans cette première partie que le système gynécologique de la femme est en lien avec seulement certains méridiens et/ou Merveilleux Vaisseaux. Mais l'endométriose peut, à travers tous ses symptômes, faire intervenir tous les méridiens. En effet, lors des différentes séances de Shiatsu, beaucoup de méridiens sont ressortis au Bilan du Hara et les bénéfiques ont été au rendez-vous.

Dans la deuxième partie, nous verrons alors les différentes théories de la médecine occidentale de cette pathologie et nous les mettrons en lien avec le concept MTC et Masunaga tout en s'appuyant sur les différentes analyses des cas cliniques des receveuses.

2 Le mécanisme de l'endométriose et analyse énergétique

C'est en 1860 que des chercheurs ont fait le lien entre une pathologie gynécologique et l'endométriose.

Depuis, plusieurs théories ont été exploitées au fil des années. Ce n'est qu'en 1921 que l'hypothèse la plus probable fut découverte, la théorie du reflux menstruel tubaire avec implantation.

Dans cette deuxième et dernière partie, nous ferons le lien entre les différentes hypothèses occidentales, la Médecine Traditionnelle Chinoise et le Zen Shiatsu. L'analyse des cas cliniques nous permettra, ou pas, de nous appuyer sur les hypothèses énergétiques soulevées.

2.1 L'hypothèse générale : la Théorie du reflux

L'hypothèse générale la plus probable serait la « Théorie du reflux » : le tissu endométrial migre en dehors de la cavité utérine via les menstrues rétrogrades.

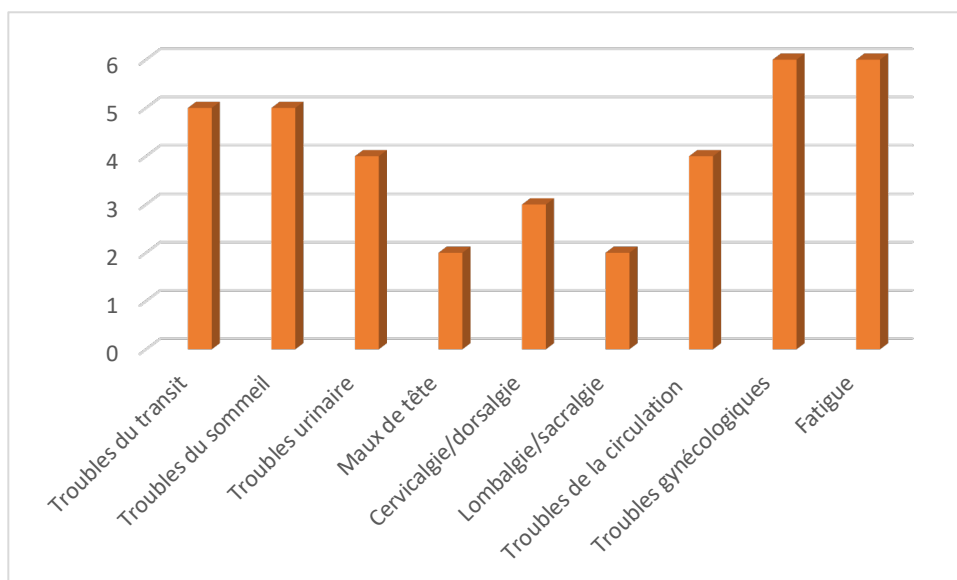
Lors des règles, le sang est capable de remonter dans les trompes de Fallope qui vont alors le régurgiter dans la cavité abdominale. Les cellules vont alors se fixer dans la cavité abdomino-pelvienne, le péritoine et les organes pelviens. Une fois fixées, les cellules vont développer un réseau sanguin et lymphatique sous la dépendance hormonale. Lors de la phase de menstrues, il y a une inflammation des cellules de l'endomètre qui laisseront alors une cicatrice sous forme d'adhérence.

On estime que 90% des femmes ont ce mécanisme physiologique¹² alors que seulement 10% des femmes souffrent d'endométriose.

L'intérêt de cette étude est donc de comprendre, via une analyse énergétique, pourquoi seulement 10% des femmes développent de l'endométriose.

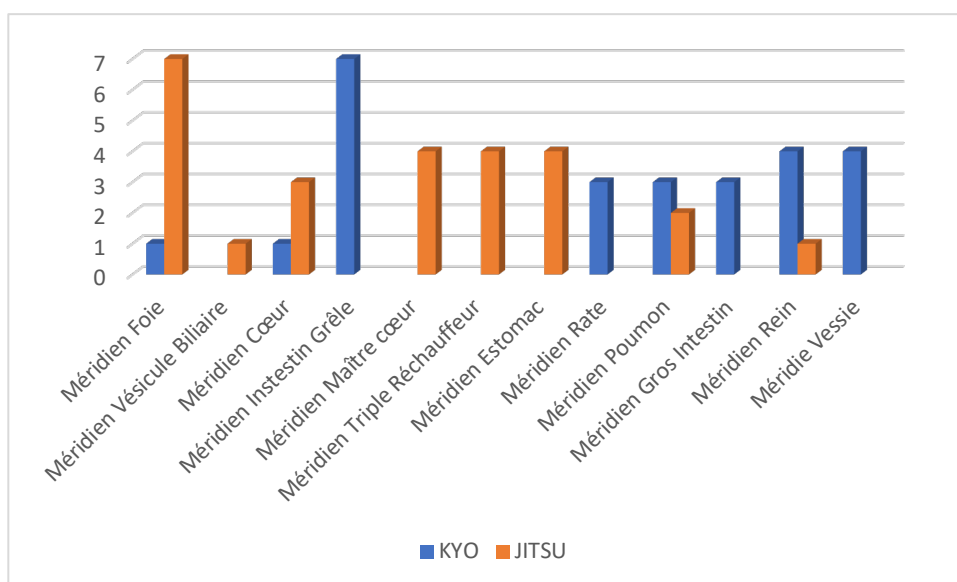
On peut mettre en corrélation ce reflux avec une ascension « pathologique » du Ki appelée Ki Rebelle. A l'aide du graphique 1 (*Symptômes les plus retrouvés chez les receveuses*) qui ressece les symptômes les plus fréquents chez les receveuses, on note que toutes les receveuses montrent des signes d'une déficience du Foyer Inférieur : troubles du transit, symptômes urinaires, signes gynécologiques, troubles de la circulation notamment dans les membres inférieurs. Et qu'on retrouve également des symptômes de « trop plein » énergétique dans les étages supérieurs : troubles du sommeil chez 5 receveuses sur 6, maux de tête, cervicalgies.

¹² LEPLAT Manon « *Endométriose : briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine* », Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie - 2018



Graphique 1 : Symptômes les plus retrouvés chez les receveuses

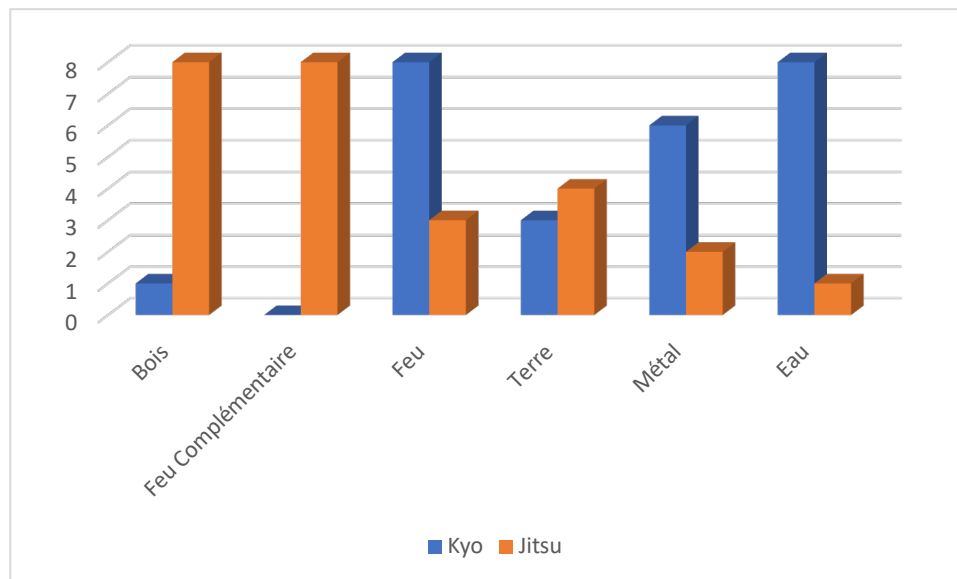
Avec l'aide du graphique 2 (*Bilan du Hara : méridiens Kyo et Jitsu*) ci-dessous, qui représente les méridiens Kyo et Jitsu au Bilan du Hara, lors des séances, les méridiens les plus souvent en Kyo sont des méridiens présents dans le Foyer Inférieur tels que le Rein, la Vessie, le Gros Intestin et l'Intestin Grêle. On remarque que l'Intestin Grêle est le méridien qu'on retrouve le plus en Kyo. Rappelons alors son importance dans la circulation abdomino-pelvienne et son lien étroit avec les ovaires.



Graphique 2 : Bilan du Hara : Méridiens Kyo et Jitsu

On note via le graphique 3 (*Eléments Kyo et Jitsu retrouvés au Bilan du Hara*) ci-dessous que le Bois, avec le Feu Complémentaire, est l'élément le plus en Jitsu.

Le Bois, et notamment le Foie, assure la libre circulation du Ki dans toutes les directions. Mais s'il existe un déséquilibre de cet élément, il devient alors excessivement Yang, entraînant alors une montée excessive pouvant être associée à un Ki Rebelle du Foie, ou bien une Stagnation du Ki de Foie avec une circulation horizontale venant déséquilibrer le diaphragme ou bien le plancher pelvien.

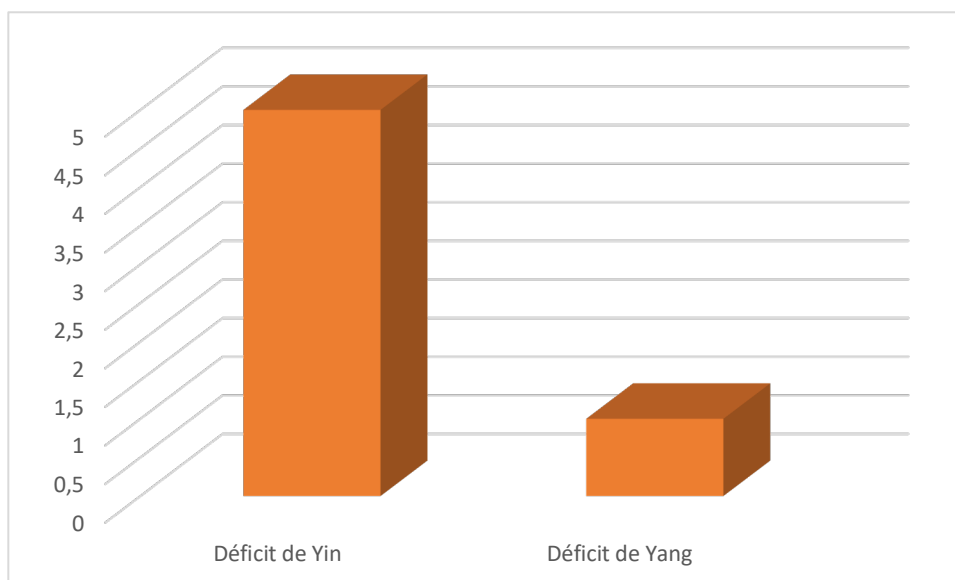


Graphique 3 : Eléments Kyo et Jitsu retrouvés au Bilan du Hara

Si le Ki du Foie se rebelle, il agresse la Rate qui ne remplit plus ses fonctions de maintenir le Ki. On remarque, dans le graphique 2, que le méridien Foie est le méridien le plus retrouvé en Jitsu lors du Bilan du Hara, et que la Rate est uniquement en Kyo dans la moitié des cas.

Le Ki est une Substance Fondamentale Yang car il est source de mouvement et de déplacement. Le reflux rétrograde est un mouvement pouvant être assimilé à un mécanisme Yang.

Grâce au graphique 4 (*Equilibre Yin-Yang*), on note que 5 receveuses sur 6 sont en déficit de Yin entraînant alors un excès relatif de Yang.



Graphique 4 : Equilibre Yin-Yang

Mais notons que la seule receveuse souffrant d'adénomyose (Mme Ma), dont les lésions endométriosiques restent à l'intérieur de la cavité utérine, est en déficit de Yin et que la receveuse en déficit de Yang (Mme Cl.) souffre d'endométriose « classique ».

Ceci démontre alors qu'il n'y a pas que l'équilibre Yin-Yang des receveuses qui intervient dans le processus de l'endométriose.

Le Merveilleux Vaisseaux Chong Mai est associé au Ki Rebelle. Voici quelques symptômes, dont peut être responsable un Ki Rebelle, qu'on retrouve chez les receveuses : douleur de ventre, pieds et mains froides, céphalées, vertiges. Chong Mai est aussi en lien très étroit avec l'utérus. Des kystes, des règles hémorragiques ou une stérilité peuvent être des signes d'un déséquilibre de Chong Mai.

Ce Ki Rebelle pourrait alors expliquer que seulement 10% des femmes souffrent d'endométriose alors que 90% des femmes auraient ce flux rétrograde.

2.2 Les hypothèses complémentaires

2.2.1 Théorie métaplasique

L'hypothèse se base sur le pouvoir métaplasique¹³ des tissus ayant la même origine embryologique, comme le péritoine pelvien, l'épithélium génital et ovarien, et les canaux müllériens¹⁴, sous l'influence de différents stimuli. C'est-à-dire la transformation anormale d'un tissu différencié en un autre tissu ayant la même origine embryologique.

¹³ Métaplasie : transformation d'un tissu vivant en un autre, à la suite d'une irritation

¹⁴ Canaux müllériens : organes embryonnaires symétriques des mammifères qui fournissent tout l'appareil génital de la femelle, à l'exception des ovaires et de vulve, et qui s'atrophient chez le mâle, laissant comme vestige l'utricule prostatique.

En Zen shiatsu, le tissu conjonctif, dont le plus répandu est le fascia, est sous la responsabilité du Triple Réchauffeur. Cette connexion fasciale permet la circulation du Ki source dans tout l'organisme. S'il existe un déséquilibre du Triple Réchauffeur, on peut alors supposer une altération des tissus conjonctifs de l'organisme. On note, via le graphique 2 (*Bilan du Hara : Méridiens Kyo et Jitsu*) que ce méridien est souvent retrouvé en Jitsu dans le Bilan du Hara.

Le tissu conjonctif est issu du mésoderme comme le Merveilleux Vaisseau Chong Mai qui est en lien étroit avec l'utérus. On suppose qu'un déséquilibre du Merveilleux Vaisseau au moment de l'embryogénèse peut alors entraîner des troubles métaplasiques surtout au sein des tissus conjonctifs d'un même système comme le système gynécologique.

Cette théorie métaplasique pourrait expliquer les cas très rares d'endométriase chez l'homme.

2.2.2 L'angiogénèse¹⁵

Les femmes ayant un potentiel angiogénique accru développent une croissance tissulaire et vasculaire plus importante, résultant de la menstruation rétrograde. L'angiogénèse est le processus de croissance de nouveaux vaisseaux sanguins à partir de vaisseaux déjà préexistants. C'est un processus physiologique normal. Cette théorie viendrait compléter la théorie du reflux rétrograde.

Le Cœur a un lien important avec le Sang puisqu'on dit qu'il « dirige le Sang ». Il est responsable de la circulation du Sang et de l'état des vaisseaux sanguins. Le méridien Maître Cœur accompagne cette fonction. En Zen Shiatsu, Maître Cœur assure également la circulation profonde.

Le méridien de la Rate assure également le bon état des vaisseaux sanguins.

S'il existe une altération de ces méridiens, on peut supposer une altération de la circulation sanguine et donc de l'angiogénèse chez certaines receveuses. En effet, Cœur et Maître Cœur sont le plus souvent retrouvés en Jitsu lors du Bilan du Hara.

2.2.3 Théorie des emboles vasculaires et lymphatiques

Les cellules de l'endomètre empruntent la voie lymphatique et hématogène, pouvant alors expliquer des localisations atypiques.

En Zen Shiatsu, le Triple Réchauffeur assure la circulation périphérique du sang et de la lymphe tandis que Maître Cœur gère la circulation profonde des vaisseaux sanguins. S'il existe un déséquilibre de ces deux méridiens, on peut alors supposer une altération des circulations superficielles et profondes des vaisseaux sanguins.

Le Feu Complémentaire apparaît le plus souvent en Jitsu lors du Bilan du Hara.

¹⁵ Angiogénèse : développement de réseaux capillaires à partir de capillaires préexistants. Ce processus intervient notamment dans la cicatrisation mais pourrait jouer un rôle dans la formation de cancers.

2.2.4 Facteurs génétiques et altérations moléculaires endométriales

En 2010 et 2011, des études françaises ont mis en évidence, sur des patientes souffrantes d'endométriose et des patientes témoins, qu'il existait une modification d'un des deux bras des chromosomes 10 et 20. Ce remaniement chromosomique entraîne une modification de l'expression des gènes altérant ainsi le bon fonctionnement moléculaire de l'endomètre. Ceci pourrait alors expliquer le terrain héréditaire de la pathologie dans certains cas.

Si la cause est génétique, nous pouvons mettre en cause Chong Mai car c'est le premier Merveilleux Vaisseaux à apparaître lors de l'embryogénèse, d'autant plus qu'il possède un lien très étroit avec l'Utérus.

On peut également supposer une altération du Jing Pré-natal transmis par les parents. Le Jing est une Substance Vitale Yin intervenant dans les processus de reproduction. On note à l'aide du graphique 4 (*Équilibre Yin-Yang*) que la quasi-totalité des receveuses est en déficit de Yin. Donc s'il existe un déficit de Jing à la naissance, il peut entraîner un vide de Yin.

2.2.5 Stress et réponse inflammatoire inadéquate

Suite à une étude, il a été démontré que les patientes souffrant d'endométriose présentent dans le liquide péritonéal une concentration 10 à 20 fois plus élevée de facteurs pro-inflammatoires. « *Les femmes souffrant d'endométriose sévère présentent un stress oxydatif important libérant une grande quantité de radicaux libres dans le péritoine.* » (Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie « *Endométriose : Briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine* » Manon LEPLAT – Octobre 2018).

L'inflammation est un symptôme Yang. Comme vu en amont (Graphique 4 : *Équilibre Yin-Yang*), on note que la quasi-totalité des receveuses est en vide de Yin développant ainsi des signes plutôt Yang.

Une perturbation de l'élément Feu peut entraîner des symptômes inflammatoires. Avec le graphique 3 (*Éléments Kyo et Jitsu retrouvés au Bilan du Hara*), on remarque que le Feu Complémentaire, Triple Réchauffeur et Maître Cœur ressortent en Jitsu lors du Bilan du Hara.

Ce vide de Yin pourrait être une des causes de la présence d'endométriose chez certaines receveuses.

2.2.6 Surveillance immunitaire altérée

Les patientes souffrant d'endométriose présentent souvent un terrain auto-immun avec une prédisposition à certaines pathologies comme la polyarthrite rhumatoïde, lupus ou hyperthyroïdie.

C'est le Triple Réchauffeur qui gère le système immunitaire et d'un point de vue MTC comme en Zen Shiatsu, il possède une fonction défensive. Il protège l'organisme à partir de l'intérieur. Rappelons que le méridien du Triple Réchauffeur est un des deux méridiens le plus retrouvé en Jitsu lors du Bilan du Hara.

Ici encore, on retrouve l'influence de Chong Mai puisqu'il renforce le système immunitaire en faisant entrer le Ki Inné via les Reins, et le Ki Acquis via la Rate.

Aucune des receveuses ne présente de pathologies auto-immunes connues à ce jour. Il faudrait faire des examens complémentaires afin de mettre en évidence l'existence d'une maladie auto-immune.

2.2.7 Facteurs environnementaux

Il existerait des interactions entre les facteurs génétiques et environnementaux via des modifications de la méthylation¹⁶ des gènes.

Les polluants retrouvés dans l'environnement pourraient avoir un rôle de perturbateurs endocriniens et un impact sur la survenue de l'endométriose en agissant ainsi sur les récepteurs de la progestérone et des œstrogènes.

Si notre Wei Ki, Ki Défensif, est faible, l'organisme est plus vulnérable aux influences extérieures que ce soient les climats externes ou bien une surcharge de travail, un traumatisme, un traitement médicamenteux.

Toutes les receveuses sont confrontées à des influences externes. Déjà par la prise de contraceptifs ou traitements hormonaux, ou bien le tabac pour Mme S. et Mme J.

On dit que « *l'énergie Wei est la mère des cents maladies, sa circulation obéit à des règles bien précises et se distingue en Yin-Yang, jour-nuit* » (Ling Shu). L'énergie Wei est donc responsable de beaucoup de maladies.

L'énergie Wei circule dans plusieurs méridiens avant sa transformation définitive en Wei Ki, énergie la plus pure : Intestin Grêle, Gros Intestin, Rein, Vessie, Foie. Tout ce processus de purification est sous la dépendance du Triple Réchauffeur. S'il existe un déséquilibre d'un de ces méridiens, c'est toute la chaîne de purification qui est mise à mal.

Le Foie est le méridien que nous retrouvons le plus en Jitsu lors du Bilan du Hara. Ce déséquilibre peut alors affaiblir la qualité du Wei Ki.

Le Ki Défensif est Yang. Mais nous retrouvons 5 receveuses sur 6 en déficit de Yin. On suppose que le Wei Ki n'est pas forcément affaibli chez les receveuses et que cette théorie ne justifie pas la présence d'endométriose.

2.2.8 Facteurs hormonaux

L'endométriose est une maladie hormono-dépendante. Les œstrogènes et la progestérone ont un rôle crucial dans sa régulation.

Dans le processus de la pathologie, il existe un taux important relatif des œstrogènes. C'est-à-dire qu'une « hyperœstrogénie est dite relative quand la sécrétion est normale ou forte mais prolongée par rapport à la sécrétion de progestérone » (Larouse.fr).

¹⁶ Méthylation : substitution, dans une molécule, d'un radical méthyl (CH₃) à un atome d'hydrogène

Lors des différentes séances, le Rein et la Vessie sont retrouvés le plus souvent en Kyo. Rappelons que l'Eau intervient dans la régulation hormonale. S'il existe un déséquilibre d'un des deux méridiens, il s'en suit alors des troubles hormonaux.

Cette hypothèse de troubles de la régulation hormonale, et d'hyperoestrogénie, pourrait également expliquer les cas d'endométriose chez les hommes dans le cas d'oestrogène-thérapie pour le traitement du cancer de la prostate, ou d'hommes transgenres.

Après avoir exposé les différentes hypothèses, nous pouvons constater que le mécanisme de l'endométriose est multifactoriel.

Tout d'abord, un déséquilibre au niveau du Ciel Antérieur, avec Chong Mai, créant ainsi des facteurs génétiques dans la survenue de la pathologie mais aussi un déséquilibre du Jing Pré-natal entraînant un déséquilibre du Yin-Yang, et notamment un vide de Yin. S'il existe une dysharmonie de Chong Mai, lors du développement embryonnaire, cela peut engendrer un Ki Rebelle.

Puis au niveau du Ciel Postérieur, une dysharmonie dans la circulation du Ki entraîne alors un Ki Rebelle notamment du Foie et un reflux rétrograde des menstruations, épuisant le Foyer Inférieur par manque de Ki.

Les éléments se trouvant dans le Foyer Inférieur, comme l'Eau, se retrouvent en déséquilibre, le plus souvent en Kyo. Des troubles hormonaux, comme une hyperoestrogénie, peuvent alors survenir.

L'excès relatif de Yang développe, chez les receveuses, des phénomènes inflammatoires et une angiogénèse accrue.

Enfin les facteurs environnementaux sont aussi importants car il est nécessaire que les receveuses aient une bonne hygiène de vie pour palier à ces phénomènes.

Conclusion

L'endométriose, pathologie bénigne de l'endomètre, touche 1 femme sur 10. Les symptômes majeurs de la maladie sont les douleurs pelviennes, notamment lors des menstruations, ainsi que l'infertilité. Rappelons que le délai de diagnostic est d'environ 8 à 10 ans.

Lors de la première partie, la connexion entre l'utérus et les différents méridiens classiques (Rate, Foie, Cœur et les Reins) et les Merveilleux Vaisseaux (Chong Mai et Ren Mai), en lien avec le système gynécologique, a été établie.

Après avoir énoncé les différents symptômes de la pathologie, nous pouvons remarquer que beaucoup sont retrouvés chez les receveuses mais que le suivi Shiatsu peut soulager certains maux comme les troubles de la digestion (Mme E.), les maux de tête (Mme S.), les dyspareunies (Mme Ma. et Mme Cl*), et les troubles de l'infertilité (Mme E.).

Le Shiatsu permet également d'agir sur les troubles psycho-émotionnels : sur le moral (Mme J.), les prises de décisions (Mme Cl, Mme E. et Mme Ma.)

Au début de cette étude, on se demandait pourquoi seulement 10% des femmes souffrent d'endométriose alors que 90% d'entre elles présentent un reflux rétrograde pendant les menstruations. L'analyse des différents cas cliniques nous a permis de faire le lien entre les différentes hypothèses occidentales, dont la théorie du reflux, et l'analyse MTC/Zen shiatsu.

Après analyse énergétique de la maladie, l'existence d'un Ki Rebelle du Foie chez les receveuses pourrait expliquer pourquoi seulement 10% des femmes ayant un reflux rétrograde, souffrent d'endométriose. Ce Ki Rebelle peut se développer de plusieurs manières, soit dès le Ciel Antérieur avec Chong Mai et le Jing Pré-natal, soit au niveau du Ciel Postérieur lors d'une dysharmonie du Ki. Dans ce dernier cas, on constate le caractère multifactoriel de la pathologie entraînant un déséquilibre du Ki : facteurs génétiques, environnementaux, inflammatoire, hormonaux.

Le Shiatsu permet une prise en charge globale (physique et psychologique) des receveuses souffrant d'endométriose. Il permet également de poser une hypothèse, voire plusieurs, sur la survenue de la pathologie. Malheureusement le délai de diagnostic et les contraceptifs hormonaux ne permettent pas d'intervenir en amont ou au début de la maladie.

Afin de confirmer l'existence d'un Ki Rebelle, notamment du Foie, dans le développement de la pathologie ainsi que les hypothèses complémentaires, il serait intéressant de suivre en Shiatsu des hommes souffrant d'endométriose.

Bibliographie

LIVRE :

- BERESFORD-COOKE C. « *Shiatsu théorie et pratique* », Maloine - 2017
- FRYDMAN René « *Infertilité, prise en charge globale et thérapeutique* », Elsevier Masson - 2016
- KAPTCHUK, O.M.D Ted J. « *Comprendre la médecine chinoise, la toile sans tisserand* », SATAS - 1993
- MACIOCIA Giovanni « *Le diagnostic en médecine chinoise* », SATAS - 2006
- YATES Suzanne et ANDERSON Tricia « *Shiatsu et grossesse* », Testez Editions - 2009

THESE :

- LEPLAT Manon « *Endométriose : briser le tabou et améliorer la prise en charge. Apport du pharmacien d'officine* », Thèse pour le diplôme d'état de docteur en pharmacie - 2018
- QUIBEL Antoine « *Prise en charge diagnostique et thérapeutique de l'endométriose par les médecins généralistes de Seine Maritime* », Thèse pour le doctorat en médecine - 2012

SUPPORT DE COURS :

- CHEVALIER Dominique « *Les Merveilleux Vaisseaux* », Espace Aquitain Zen Shiatsu – Année 2019/2020
- ROQUE Fanny « *Shiatsu et grossesse* » Espace Aquitain Zen Shiatsu – Année 2019/2020

SITE INTERNET :

- « *Schéma Cinq Eléments* », site consulté le 21/02 - <https://www.reiki.center/cours/energetique-chinoise>
- « *Schéma 2 : Le cycle menstruel et l'endomètre* », site consulté le 26/08/19 <https://www.invitra.com/fr/preparation-de-lendometre/etapes-de-la-croissance-endometriale/>
- « *Schéma 7 : Localisation du tissu endométrial* », site consulté le 26/08/19 <http://www.medecinesante.com/quest-ce-que-lendometriose/>
- « *Schéma 8 : Utérus atteint d'adénomyose* », site consulté le 26/08/19 <https://www.invitra.com/fr/adenomyose/>

- « *Quelle nouveauté sur l'endométriose* », site consulté le 26/12/2019 - <https://www.em-consulte.com/en/article/186939>
- « *Synthèse de la recommandation de bonne pratique : Prise en charge de l'endométriose, démarche diagnostique et traitement médical (décembre 2017)* », site consulté le 19/11/2019 - https://www.has-sante.fr/jcms/c_2819733/fr/prise-en-charge-de-l-endometriose
- « *Endométriose chez l'homme* », site consulté le 17/02/2020 - <https://defi-endometriose-articles.webnode.fr/endometriose-chez-lhomme/>
- « *Endométriose et génétique : les gènes sont ils responsable de la maladie ?* », site consulté le 17/02/2020 - <https://www.em-consulte.com/en/article/250688>
- <https://www.larousse.fr/>, consulté le 21/02/2020

Annexes

Synthèse de la recommandation de bonne pratique : (Haute Autorité de Santé-décembre 2017)

Prise en charge de l'endométriose : démarche diagnostique et traitement médical

Etudes de cas :

- Mme Cl.

Cas clinique

Descriptif des séances

- Mme Cl*.

Cas clinique

Descriptif des séances

- Mme E.

Cas clinique

Descriptif des séances

- Mme Ma.

Cas clinique

Descriptif des séances

- Mme J.

Cas clinique

Descriptif des séances

- Mme S.

Cas clinique

Descriptif des séances

Prise en charge de l'endométriose

Démarche diagnostique et traitement médical

Décembre 2017

DÉFINITIONS ET GÉNÉRALITÉS

Définitions

La définition de l'endométriose est histologique : présence de glandes ou de stroma endométrial en dehors de l'utérus. C'est une maladie multifactorielle, résultant de l'action combinée de facteurs génétiques et environnementaux, et de facteurs liés aux menstruations.

L'endométriose nécessite une prise en charge lorsqu'elle a un retentissement fonctionnel (douleur, infertilité) ou lorsqu'elle entraîne une altération du fonctionnement d'un organe.

Évolution de l'endométriose

Les données ne sont pas en faveur d'une progression de l'endométriose au fil du temps, que ce soit en termes de volume ou de nombre des lésions.

En l'absence de symptômes, il n'y a pas lieu de faire une surveillance systématique par imagerie des patientes traitées pour endométriose.

Endométriose et dépistage

L'endométriose n'a pas systématiquement de conséquences pathologiques et peut être observée chez des femmes indolores et fertiles.

En conséquence :

- il n'y a pas lieu de faire un dépistage de l'endométriose dans la population générale ;
- il n'y a pas lieu de faire un dépistage dans des populations à risque augmenté, que ce soit sur des facteurs génétiques (endométriose chez une apparentée) ou sur des facteurs de risques menstruels (volume menstruel augmenté, cycles courts, premières règles précoces).

Endométriose et cancer

Le lien causal entre endométriose et cancer de l'ovaire n'est pas démontré.

Il n'y a donc pas lieu de faire un dépistage du cancer de l'ovaire chez les patientes souffrant d'une endométriose.

DIAGNOSTIC CLINIQUE

Les principaux symptômes évocateurs et localisateurs de l'endométriose sont :

- les dysménorrhées intenses : évaluées par une intensité de 8 ou plus, un absentéisme fréquent, ou une résistance aux antalgiques de niveau 1 ;
- les dyspareunies profondes ;
- les douleurs à la défécation à recrudescence cataméniale ;
- les signes fonctionnels urinaires à recrudescence cataméniale ;
- l'infertilité.

Il n'y a pas lieu de rechercher une endométriose en cas de dysménorrhée isolée et contrôlée par une contraception hormonale, sans autre symptôme douloureux ni souhait de grossesse immédiat.

Douleur associée à l'endométriose

En cas de consultation pour douleurs pelviennes chroniques ou suspicion d'endométriose, il est recommandé de :

- évaluer la douleur (intensité, retentissement) ;
- évaluer la qualité de vie ;
- rechercher les symptômes évocateurs et localisateurs de l'endométriose.

Évaluation de la douleur :

- utiliser une échelle pour mesurer l'intensité de la douleur ;
- rechercher une symptomatologie évocatrice de sensibilisation : la manifestation des symptômes douloureux est variable d'une femme à l'autre et l'endométriose peut être associée à une modification des seuils douloureux.

Évaluation de la qualité de vie :

- utiliser un questionnaire de qualité de vie tel que : l'*Endometriosis Health Profile-30* (EHP-30) et sa version courte l'EHP-5, ou le questionnaire SF-36.

Examen gynécologique

Faire un examen gynécologique orienté (si possible) incluant l'examen du cul-de-sac vaginal postérieur, à la recherche de signes évocateurs :

- visualisation de lésions bleutées à l'examen au spéculum du vagin ;
- palpation de nodules au niveau des ligaments utérosacrés ou du cul-de-sac de Douglas ;
- douleur à la mise en tension des ligaments utérosacrés ;
- utérus rétroversé ;
- annexes fixées au toucher vaginal.

EXAMENS DE PREMIÈRE INTENTION

Les examens de première intention (figure 1) sont :

- l'examen clinique (gynécologique si possible) ;
- l'échographie pelvienne.

L'échographie pelvienne et l'IRM pelvienne ont des performances similaires pour le diagnostic d'endométriose.

Le diagnostic d'endométriose (endométriose ovarienne) doit être posé avec prudence après la ménopause pour ne pas méconnaître une tumeur maligne.

En cas de masse ovarienne indéterminée (non typique d'endométriose) visualisée en échographie : faire une IRM pelvienne et/ou une nouvelle échographie par un expert.

En cas de diagnostic d'endométriose : rechercher une endométriose profonde associée.

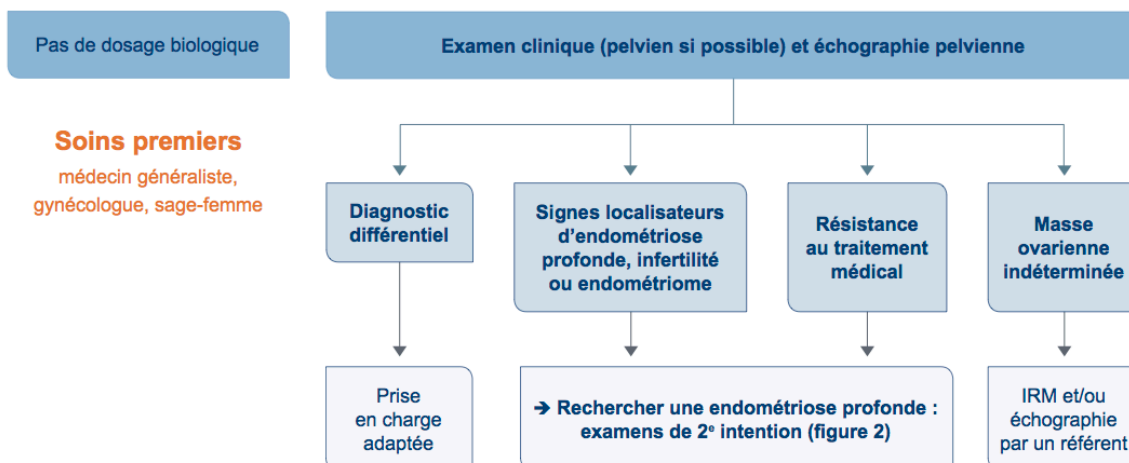


Figure 1. Examens de première intention à la recherche d'une endométriose

EXAMENS DE DEUXIÈME INTENTION

Les examens de deuxième intention (figure 2) sont :

- l'examen pelvien orienté (clinicien référent), avec recherche d'une endométriose profonde en cas de douleur à la défécation pendant les règles, de signes urinaires cycliques, de dyspareunie profonde intense, ou d'infertilité associée ;
- l'IRM pelvienne (interprétée par un radiologue référent) ;
- l'échographie endovaginale (échographiste référent).

L'échographie pelvienne et l'IRM apportent des informations différentes et complémentaires. La réalisation de ces deux examens est à discuter en fonction du type d'endométriose suspecté, de la stratégie thérapeutique envisagée et de l'information à donner à la patiente.

Le compte rendu des examens (IRM ou échographie) doit décrire la taille des lésions ainsi que les localisations anatomiques de l'endométriose visibles sur l'examen.

Bilan de la maladie endométriosique

Ces examens sont destinés à :

- évaluer l'extension de l'endométriose ;
- prévoir la prise en charge spécialisée.

Avant chirurgie d'exérèse de l'endométriose pelvienne profonde et en cas de discordance entre des symptômes évocateurs ou localisateurs d'endométriose et des examens de première intention négatifs :

- il est recommandé de réaliser une IRM pelvienne et/ou une échographie pelvienne de deuxième intention afin de prédire la nécessité d'éventuels gestes urinaires ou digestifs.

Modalités de l'IRM

En cas d'IRM pelvienne discordante avec la clinique ou l'échographie, il est recommandé de proposer une seconde lecture de l'IRM par un radiologue référent.

Concernant les critères de qualité de l'IRM pelvienne, il est recommandé de faire le diagnostic d'endométriose pelvienne en utilisant des séquences multiplanaires en T2 et T1 avec et sans saturation de graisse.

L'injection de gadolinium est une option notamment pour caractériser une masse annexielle complexe. L'opacification du vagin ou du rectum est utile en l'absence de préparation digestive préalable. Elle n'est pas indispensable en cas de préparation digestive préalable, ce qui devrait être la pratique privilégiée.

Il est recommandé de faire une acquisition à vessie semi-pleine pour ne pas gêner l'interprétation.

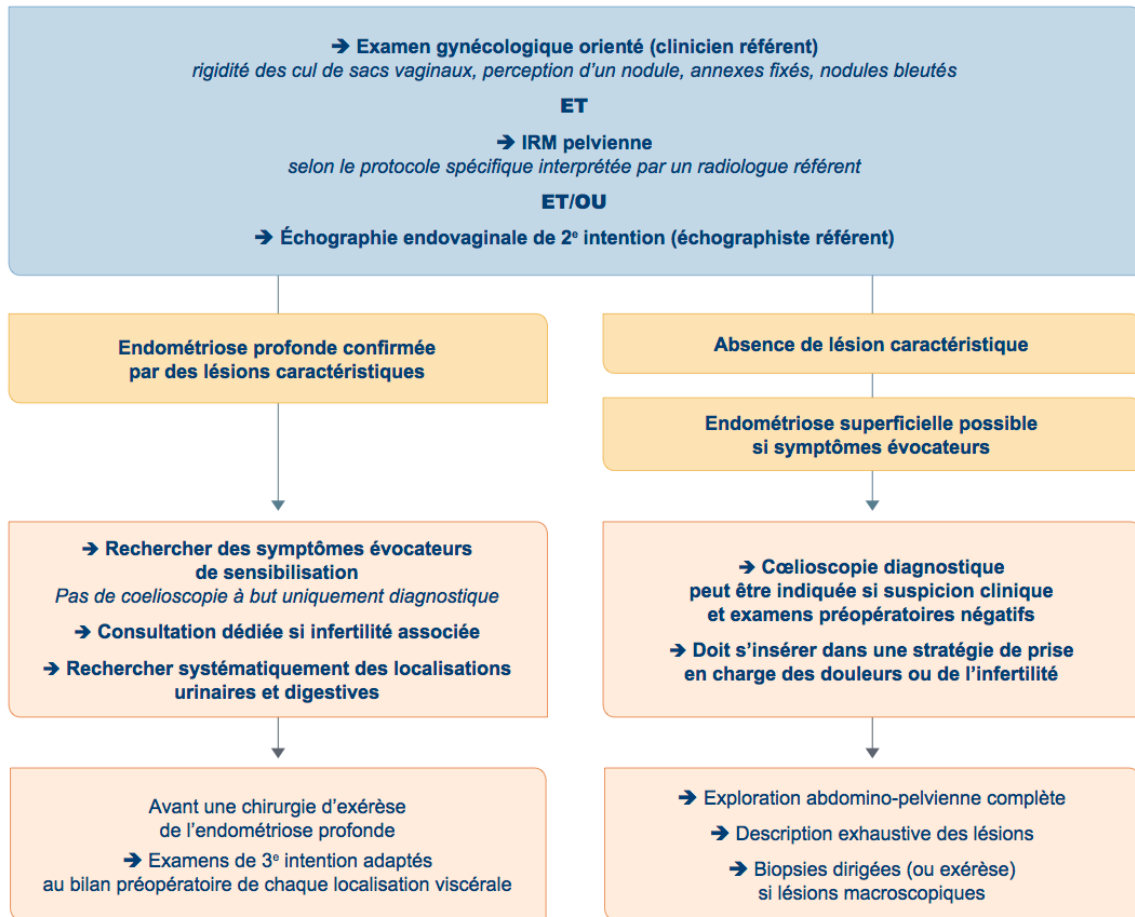


Figure 2. Examens de soins de deuxième intention à la recherche d'une endométriose

EXAMENS DE TROISIÈME INTENTION

Ces examens complémentaires de troisième intention sont demandés par le spécialiste dans des situations spécifiques.

Explorer une endométriose recto-sigmoïdienne

Avant de réaliser une chirurgie d'exérèse pour une endométriose profonde avec suspicion d'atteinte digestive, il est recommandé de confirmer ou non la présence de cette atteinte en préopératoire afin :

- d'informer la patiente ;
- d'organiser, si besoin, une prise en charge multidisciplinaire.

Afin de confirmer l'atteinte digestive et de préciser ses caractéristiques (multi ou unifocalité, diamètre lésionnel, profondeur d'infiltration, hauteur, circonférence, caractère sténosant) : réaliser un examen dédié : une échographie endovaginale, une IRM pelvienne, une échoendoscopie rectale (EER) ou un colo-scanner (colo-CT) (en fonction des expertises disponibles et des localisations lésionnelles).

Lorsque les examens d'imagerie de deuxième intention (échographie endovaginale, IRM pelvienne) ne permettent pas de conclure sur l'envahissement du colon par l'endométriuse profonde :

- les examens en troisième intention sont l'échoendoscopie rectale pour les localisations recto-sigmoïdiennes ou le colo-scanner pour les localisations coliques plus en amont ;
- il n'y a pas lieu de faire une coloscopie en cas de suspicion d'endométriuse rectosigmoïdienne. La coloscopie peut cependant être utile pour éliminer un diagnostic différentiel.

Explorer une endométriuse urinaire

Une dilatation pyélocalicielle est présente dans 50 à 60 % des endométries urinaires.

En cas d'endométriuse pelvienne profonde, il est recommandé de rechercher une dilatation urétéropyélocalicielle. En cas de dilatation urétéropyélocalicielle, il est recommandé de prendre un avis spécialisé pour l'étude du retentissement rénal.

En cas de douleur pelvienne chronique associée à des symptômes urinaires du bas appareil et une suspicion d'endométriuse, il est recommandé de réaliser en première intention une IRM ou une échographie de référence pour explorer une atteinte vésicale ou urétérale de l'endométriuse.

Fertiloscopie

Il n'y a pas lieu de réaliser une fertiloscopie dans le but de faire le diagnostic de l'endométriuse.

CŒLIOSCOPIE

Lorsque l'imagerie objective une endométriuse sur des éléments caractéristiques et spécifiques (kyste et/ou lésions profondes), il n'y a pas lieu de réaliser une cœlioscopie dans le seul but de confirmer le diagnostic.

Indication de la cœlioscopie diagnostique

- En cas de suspicion clinique d'endométriuse alors que les examens préopératoires n'en ont pas fait la preuve.
- Dans le cadre d'une stratégie de prise en charge des douleurs ou de l'infertilité.
- Afin d'éliminer une endométriuse si elle ne met pas en évidence de lésions macroscopiques visibles et si celle-ci a comporté une exploration satisfaisante de la région abdomino-pelvienne.

Modalités de l'examen

- Réaliser des biopsies dirigées (avec examen anatomopathologique) en cas de lésions typiques ou atypiques lors d'une cœlioscopie diagnostique pour confirmer le diagnostic d'endométriuse. Il n'y a pas lieu de faire des biopsies sur péritoine sain.
- Faire une description exhaustive et précise de la cavité abdomino-pelvienne incluant les adhérences et les différents types de lésions avec leur description macroscopique, leur taille, ainsi que leur localisation, dans le but de corrélérer les symptômes avec la pathologie et de guider la prise en charge thérapeutique.
- Utiliser des classifications lésionnelles pour décrire l'étendue de l'endométriuse et faciliter les échanges interprofessionnels.

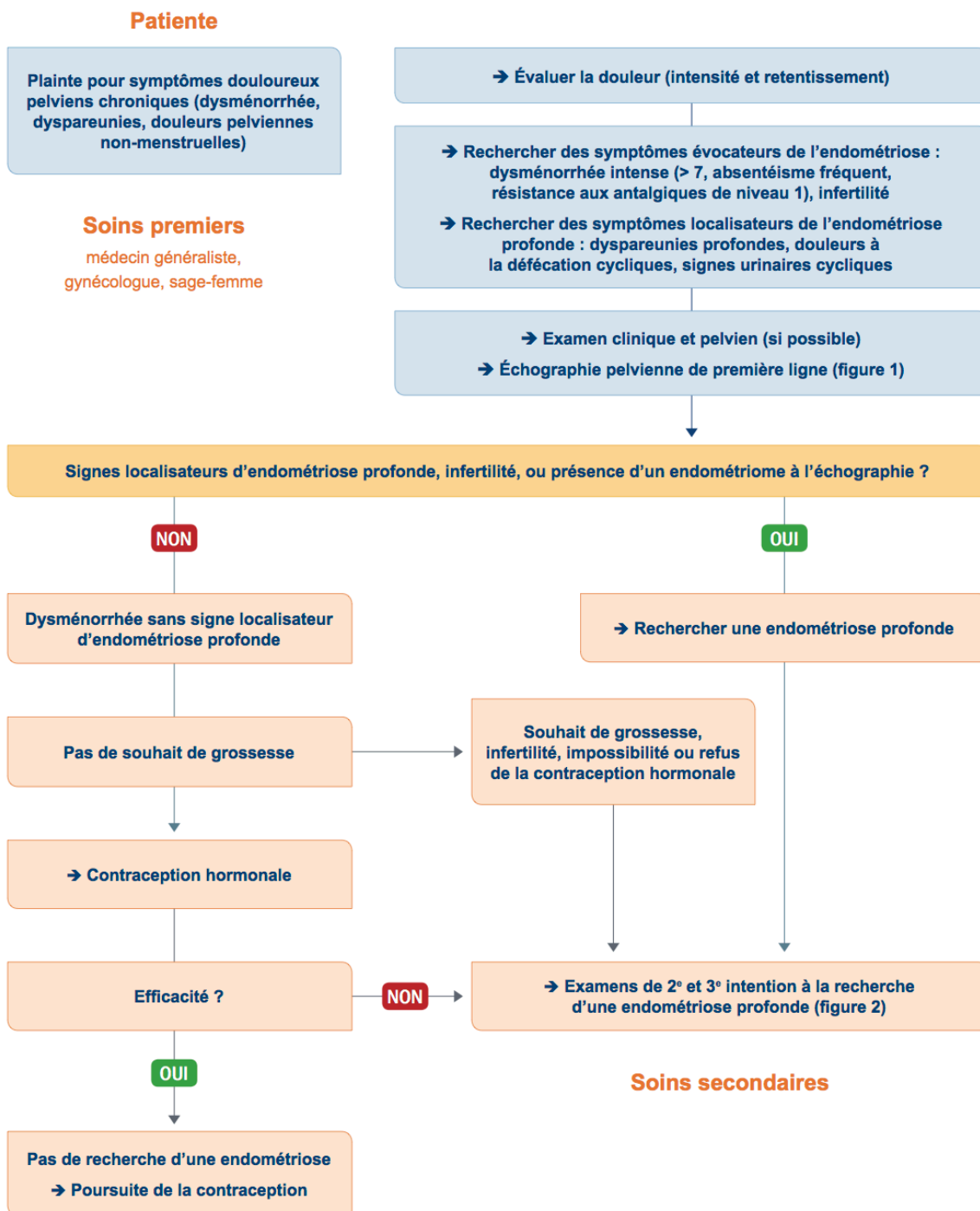


Figure 3. Stratégie diagnostique devant des symptômes douloureux pelviens chroniques (dysménorrhée, dyspareunies, douleurs pelviennes non-menstruelles).

INFORMATION DE LA PATIENTE

En cas d'endométriose, les praticiens sont invités à dispenser une information éclairée :

- informer les patientes sur les alternatives thérapeutiques, les bénéfices et les risques attendus de chacun des traitements, le risque de récurrence, la fertilité, et prendre en compte les attentes et les préférences de la patiente ;
- avant la chirurgie, apporter des informations supplémentaires sur son déroulement, son objectif, les inconvénients et les bénéfices escomptés, ses possibles complications, ses cicatrices, ses suites, ainsi que le déroulement de la convalescence ;
- lors de la consultation, fournir et expliciter dans des termes adaptés à la patiente, une notice d'information (validée par les professionnels de santé) contenant les informations essentielles pour les patientes et leurs conjoints.

TRAITEMENTS HORMONAUX DANS LA PRISE EN CHARGE DE L' ENDOMÉTRIOSE DOULOUREUSE

Les traitements hormonaux en **première intention** dans la prise en charge de l'endométriose douloureuse sont :

- la contraception par œstroprogestatifs ;
- le SIU au LNG à 52 mg.

Le choix de ce traitement doit être guidé par les contre-indications, les effets indésirables potentiels, les traitements antérieurs et l'avis de la patiente. Les traitements hormonaux de **deuxième intention** sont :

- la contraception microprogestative orale au désogestrel ;
- l'implant à l'étonogestrel ;
- les GnRHa en association à une *add-back* thérapie ;
- le diénogest.

En cas de prescription d'un GnRHa dans un contexte d'endométriose :

- prescrire une *add-back* thérapie comportant un œstrogène afin de prévenir la baisse de densité minérale osseuse et améliorer la qualité de vie des patientes. L'AMM recommande d'y adjoindre un progestatif ;
- prescrire l'*add-back* thérapie avant le 3^e mois pour limiter les effets secondaires.

Traitements hormonaux en association avec une chirurgie de l'endométriose

- **Avant chirurgie** : un traitement hormonal préopératoire dans le seul but de prévenir le risque de complication chirurgicale, de faciliter la chirurgie, ou de diminuer le risque de récurrence de l'endométriose, n'est pas systématique.
- **Après chirurgie** : en l'absence de souhait de grossesse, un traitement hormonal (COP ou SIU au lévo-norgestrel 52 mg en première intention) permet de réduire le risque de récurrence douloureuse de l'endométriose et d'améliorer la qualité de vie des patientes.
Lors de la prescription d'une COP en postopératoire, privilégier une administration continue en cas de dysménorrhée.
- **Après chirurgie d'endométriose** : la prescription d'une COP en postopératoire permet de prévenir le risque de récurrence, en l'absence de contre-indication et de désir de grossesse.
Il n'y a pas lieu de prescrire des GnRHa en postopératoire dans le seul but de prévenir la récurrence d'endométriose.

Traitement hormonal de l'endométriose douloureuse chez l'adolescente

Chez l'adolescente ayant une endométriose douloureuse :

- prescrire une contraception œstroprogestative ou microprogestative en première intention, en l'absence de contre-indication ;
- en cas d'échec : demander un avis spécialisé pour préciser la meilleure stratégie diagnostique et thérapeutique à adopter ;
- en raison des risques de déminéralisation osseuse, il n'y a pas lieu de prescrire les GnRHa en première intention ;
- en cas de prescription GnRHa : il n'y a pas lieu de prescrire avant 16 ans (avant 18 ans selon l'AMM) et la durée de prescription ne doit pas dépasser 12 mois dans le cadre de l'AMM ;
- associer à la prescription de GnRHa une *add-back* thérapie comportant au moins un œstrogène afin de prévenir la baisse de densité minérale osseuse et d'améliorer la qualité de vie.

ANTALGIQUES, AUTRES TRAITEMENTS ET ALTERNATIVES THÉRAPEUTIQUES NON MÉDICAMENTEUSES

Ces thérapeutiques s'appliquent à l'ensemble des patientes ayant une endométriose douloureuse, après évaluation globale de la douleur et de son retentissement.

Antalgiques

- La prescription d'AINS au long cours est à éviter en raison d'effets secondaires importants gastriques et rénaux.
- En cas de suspicion d'une origine neuropathique de la douleur : proposer un traitement spécifique.

Options thérapeutiques non médicamenteuses

- Les prises en charge non médicamenteuses qui ont montré une amélioration de la qualité de vie et qui peuvent être proposées en complément de la prise en charge médicale de l'endométriose sont :
 - l'acupuncture ;
 - l'ostéopathie ;
 - le yoga.
- En cas de douleurs chroniques : proposer une évaluation interdisciplinaire (gynécologues, algologues, sexologues, psychologues et assistantes sociales).
- En cas d'endométriose douloureuse, les données sont insuffisantes pour recommander des régimes alimentaires ou des suppléments vitaminiques.

Place des « nouveaux traitements » de l'endométriose

- Il n'y a pas lieu de prescrire les anti-aromatases, les SERM, les SPRM et les anti-TNF- α pour la prise en charge de l'endométriose douloureuse.
- Il n'y a pas lieu de prescrire de SERM en postopératoire d'une chirurgie d'endométriose.



Ce document présente les points essentiels des recommandations de bonne pratique
« Prise en charge de l'endométriose » – Décembre 2017.

Ces recommandations et l'argumentaire scientifique sont consultables dans leur intégralité sur www.has-sante.fr

Décembre 2017

Cas clinique de Mme Cl.

Présentation :

Mme Cl. 42 ans

Profession : vendeuse dans une boutique de décoration et d'aménagement depuis une dizaine d'années.

Statut personnel : vit en couple, n'a pas d'enfant.

Elle fait du jardinage de temps en temps, ce qui lui permet de se vider la tête.

Lors de notre première rencontre, Mme Cl. vient d'avoir les résultats de la prise de sang afin de savoir si le transfert d'embryon avec don d'ovocyte, réalisé 15 jours plus tôt, a fonctionné. Elle arrive donc à la séance avec une mauvaise nouvelle, les résultats sont négatifs. Ceci est d'autant plus difficile car ayant 42 ans, elle a atteint l'âge limite en France pour une nouvelle FIV (Fécondation In-Vitro).

Elle est suivie au CHU, mais nous sommes début août et aucun suivi avec un médecin du centre, ou un psychologue, n'est prévu car ce sont les vacances. Elle devra attendre septembre pour un prochain rendez-vous.

Cette situation est difficile à vivre pour la receveuse, et crée des tensions dans son couple. Au travail, cela ne se passe bien non plus. Elle ressent beaucoup de pression psychologique, négative et destructrice de la part de sa chef.

Mme Cl. est grande, d'un poids normal pour sa taille. Elle porte des lunettes.

Antécédents médicaux :

- Prise de 10 kg en un an depuis le début du traitement hormonal dans le cas d'un parcours PMA (Procréation Médicalement Assistée) en vue d'une FIV avec don d'ovocyte.
- Accident de vélo
- Phlegmon suite à amydalectomie
- Vapote avec de la nicotine
- Syndrome de Raynaud
- Endométriose Stade 4 : adhérences présentes sur les annexes gauches, le sigmoïde, cul-de-sac de Douglas et vésico-utérin.
- Chirurgie en 2017, kystes endométriosiques sur l'intestin à gauche et les ovaires.
- En pré-ménopause suite à la chirurgie
- Maux de ventre digestifs lors des règles. Sensation de réduction des sphincters, selles petites et liquides
- Scoliose

Etat de santé et attente :

- Stress lié au travail
- Fatigue liée au travail
- Trapézialgie bilatérale
- Maux de ventre au niveau des ovaires
- Troubles du sommeil : endormissement difficile, réveils vers 3h
- Beaucoup de tensions dans les jambes
- Dorsalgie
- Cervicalgie
- Constipation passagère, légère diarrhée
- Douleurs fosses iliaques
- Rétention d'eau
- Traitement hormonal en vue d'une FIV
- Tension basse
- Malaise (Eau, Feu)

Lors des séances, Mme Cl. me parle de ses ressentis et de ses émotions du moment, en voici quelques unes :

- Déception suite à l'échec du transfert d'embryon.
- « *Très tendue* »
- « *Anéantie* »
- « *Boule de nerf* »
- « *Envie de rien* »
- « *Tout est compliqué* »
- Coup de blues après la séance 2
- Se sent plus forte
- Affronte plus facilement les évènements
- Fatigue psychologique qui se transforme en « *grosse colère* »
- Sereine

Mme Cl. me contacte par le bouche à oreille. Lorsque nous nous voyons pour la première fois, elle me parle de « *découverte* », de « *curiosité* » et « *de prendre soin de soi* ».

Lors des premières séances, je comprends vite que c'est une période difficile pour la receveuse, et j'essaye de l'accompagner au mieux.

Tout le long du suivi, Mme Cl. prend de l'acide folique (vitamine B9) que les médecins prescrivent aux femmes en désir de grossesse et pendant les 10 premières semaines de grossesse.

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Hara

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	20/07/2019	Foie	Estomac
2	19/08/2019	Poumon	Cœur/Maître Cœur
3	02/09/2019	Rein	Cœur/Maître Cœur
4	19/09/2019	Gros Intestin	Foie
5	14/10/2019	Intestin Grêle	Vésicule Biliaire
6	04/11/2019	Intestin Grêle	Maître Cœur

Yin/Yang :

YIN	YANG
Maux de ventre Diarrhée ++ Fatigue Douleurs des ovaires ++ Tensions dans les jambes Tension basse Malaise Rétention d'eau Déception « Anéantie » « Envie de rien »	Prise de poids Phlegmon ++ Syndrome de Raynaud Endométriose Stress Troubles du sommeil Douleurs de dos « Boule de nerf »

C'est une receveuse Yin tant sur le plan physique que psychologique car elle parle calmement, toujours sur le même ton.

Il existe chez la receveuse des symptômes montrant un excès relatif de Yin : maux de ventre, tensions dans les jambes, fatigue. Elle me fait aussi part de ses émotions lors de la séance 2 : elle se sent « anéantie », n'a « envie de rien ».

Cet excès relatif de Yin est entraîné par un déficit de Yang.

Horloge circadienne :

Mme Cl. souffre de troubles du sommeil et notamment de réveils nocturnes vers 3h du matin. Ceci correspond à l'heure du Poumon qu'on retrouvera en Kyo lors de la séance 2. De plus, la receveuse souffre de troubles du transit et de maux de ventre.

Dans la règle midi/minuit, on trouve, en face du Poumon, la Vessie. On note également chez la receveuse des signes de déséquilibre de l'Eau : stress, fatigue, endométriose, pré-ménopause, troubles du sommeil, rétention d'eau, dorsalgie.

Trois Foyers :

La receveuse montre beaucoup de manifestations montrant un déséquilibre du Foyer Inférieur en Kyo : maux de ventre, douleurs fosses iliaques, endométriose, antécédents de chirurgie pelvienne (kystes endométriosiques), troubles du transit (constipation passagère, légère diarrhée).

En effet, lors du bilan du Hara, nous trouvons l'Intestin Grêle, le Gros Intestin, et le Rein, tous situés dans le Foyer Inférieur, en Kyo.

La Circulation du Ki

Mme Cl. se plaint de symptômes au niveau du haut du corps, comme des trapézialgies bilatérales, cervicalgies, dorsalgies, également des troubles du sommeil, du stress. Tous ces symptômes semblent faire penser à une montée du Ki vers le haut du corps. Peut être un Ki Rebelle puisque nous retrouvons l'Estomac en Jitsu au bilan du Hara lors de la séance 1, et le Foie lors de la séance 4.

Cette montée du Ki entraîne alors une déficience du Ki dans le Foyer Inférieur, comme vue précédemment. On trouvera également des symptômes de fatigue ou bien de tension dans les jambes qui sont des symptômes de déficience du Ki.

Les Cinq Substances

La déficience du Ki entraîne alors une déficience du Sang. On trouve chez la receveuse des signes comme des troubles du sommeil, de l'endométriose, un syndrome de Raynaud, une tension basse ou encore des malaises.

Les tensions émotionnelles peuvent perturber le Foie intervenant dans la gestion des émotions mais aussi dans le stockage du Sang renforçant alors cette déficience du Sang.

La receveuse traverse une période difficile, émotionnellement c'est compliqué, ceci perturbe, en plus du Sang, le Shen. On trouvera Cœur et Maître Cœur en Jitsu lors des séances 2, 3 et 6.

Cette déficience du Ki peut être amenée par un déficit en Yin des Reins, rappelons que le Foyer Inférieur est plutôt Kyo, lui-même amené par un déficit du Jing. Le Jing intervient dans les processus de reproduction et de procréation. Il peut aussi avoir été épuisé par les traitements hormonaux à répétition ainsi que le transfert d'embryon même si ce dernier a échoué.

Les Cinq Eléments

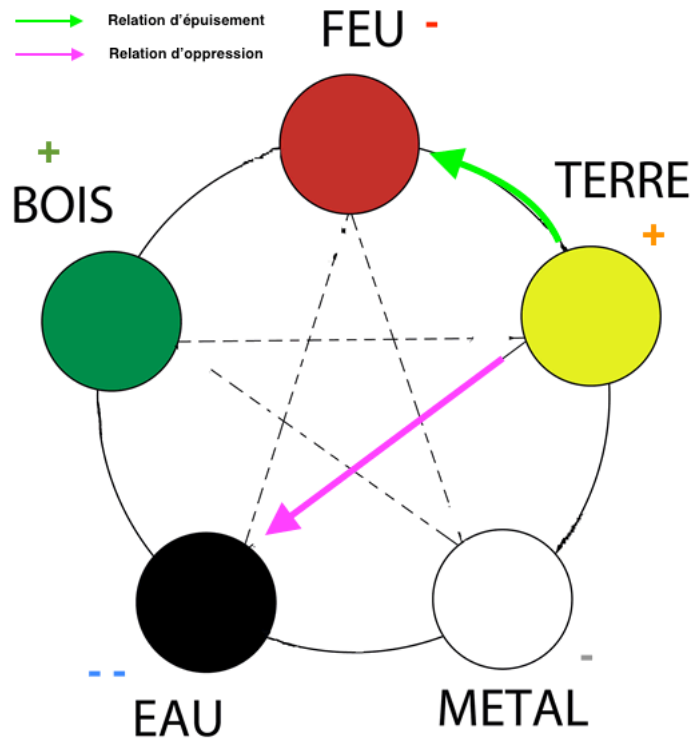
BOIS	FEU	TERRE	METAL	EAU
<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Trapézialgie - Douleurs ovaires - Tensions dans les jambes - Cervicalgie - Grosse colère 	<ul style="list-style-type: none"> - Travaille dans le commerce - Syndrome de Raynaud - Troubles du transit - Maux de ventre - Troubles du sommeil - « Anéantie » - Tension basse - « Sereine » 	<ul style="list-style-type: none"> - Prise de poids - Endométriose - Pré-ménopause - Maux de ventre - Douleurs ovaires - FIV 	<ul style="list-style-type: none"> - Phlegmon - Nicotine - Troubles du transit - Maux de ventre - Réveils 3h - Déception - Coup de blues 	<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Pré-ménopause - Scoliose - Stress - Fatigue - Douleurs ovaires - Troubles du sommeil - Dorsalgie - Cervicalgie - Rétention d'eau - Traitement hormonal - Malaise

On remarque une Terre forte (Estomac Jitsu à la séance 1) avec des symptômes comme de l'endométriose, une prise de poids, des douleurs ovariennes.

Cet excès de l'élément Terre entraîne une Eau faible (relation d'oppression) avec des problèmes de dos : dorsalgie, scoliose, cervicalgie, mais aussi des troubles du sommeil, et signes gynécologiques. Cette faiblesse est renforcée par des traitements hormonaux, et la chirurgie pelvienne, qui diminuent encore plus l'énergie de l'Eau (Rein en Kyo à la séance 3).

La Terre se retourne contre sa Mère, le Feu, (relation d'épuisement) pour lui voler son Ki ce qui entraîne une faiblesse de ce dernier : troubles du sommeil, troubles du transit, maux de ventre.

On note également chez la receveuse un Métal faible. On retrouvera le Poumon et le Gros Intestin en Kyo lors des séances 2 et 4. Lors de la séance 2, Mm Cl. se plaint de réveil vers 3h du matin, heure correspondant au méridien du Poumon.



Origine des maladies

Il semble exister des causes internes comme la déception qu'elle a ressentie suite à l'échec du transfert d'embryon qui l'a « anéanti ». Ces tensions émotionnelles perturbent le Foie et le Cœur entraînant ainsi un déséquilibre du Sang puisque le Foie « stocke le Sang » et le Cœur « dirige le Sang ».

De plus, on peut supposer que les traitements hormonaux à répétition ont pu déséquilibrer la circulation du Ki.

Analyse Zen Shiatsu :

- **METAL** : *Vitalité et Echange*. Lors de la séance 2, la receveuse est en arrêt car elle se sent « anéantie », « n'a envie de rien », suite à l'échec du transfert d'embryon. Mme Cl. n'a plus de *Vitalité*, on retrouvera lors du bilan du Hara, un Poumon en Kyo. Après la séance 2, elle m'évoque aussi un coup de blues pendant quelques jours. Les échanges sont aussi compliqués surtout avec son conjoint lorsque je la rencontre. La receveuse souffre de troubles du transit et de maux ventre, de douleurs dans les fosses iliaques. En Zen Shiatsu, notons que le Gros Intestin gère la circulation du Ki dans le Hara inférieur. On le retrouve en Kyo lors de la séance 4.
- **TERRE** : *Besoin et Satisfaction*. En Zen Shiatsu, la Rate intervient au sein de la sphère gynécologique. Mme Cl. est en parcours PMA depuis quelques temps lorsque je la rencontre, mais cette envie et ce besoin de maternité restent insatisfaits. Lors de la séance 2, elle me dit « n'avoir envie de rien » à causes des récents échecs. On peut penser que la receveuse est aussi insatisfaite dans son travail puisqu'elle signera une rupture conventionnelle. La Terre gouverne la chair, on note une récente prise de poids depuis quelques mois.

- **FEU** : *Assimilation dans le noyau central.* On note chez la receveuse beaucoup de tensions émotionnelles (Cœur) dans sa vie professionnelle mais aussi personnelle. Elle dit qu'elle est « *anéantie* ». Lors de la dernière séance, on perçoit une évolution puisque la receveuse me dit être « *sereine* ». On peut noter une atteinte de l'Intestin Grêle. En effet, en Zen Shiatsu, il intervient dans la circulation abdominale et pelvienne (endométriose, douleurs des fosses iliaques, troubles du transit, maux de ventre) et a de forts liens avec les ovaires (douleurs, ovaires qui ne fonctionnent plus). Il a aussi un rôle important dans l'assimilation d'un point de vue physiologique comme psychologique : l'annonce de l'échec que la receveuse doit assimiler.
- **EAU** : *Force motrice et purification.* Mme Cl. me dit être « *très tendue* », une « *boule de nerf* ». En Zen Shiatsu, l'élément Eau gère la réponse au stress. Elle m'évoque aussi une fatigue habituelle. Le système hormonal est aussi géré par l'Eau, rappelons que la receveuse a subi beaucoup de traitements hormonaux dans la cadre de son parcours PMA, pouvant alors épuiser l'élément.
- **FEU COMPLEMENTAIRE** : *Circulation et protection.* C'est le Triple Réchauffeur qui assure la communication et l'adaptation avec l'environnement extérieur. Au début des séances, la receveuse me dit que « *tout est compliqué* », alors qu'en fin de suivi, elle me dit « *affronter plus facilement les évènements* ».
- **BOIS** : *Indécision.* En Zen Shiatsu, le Foie (en Jitsu à la séance 4) intervient dans le stockage des émotions. Mme Cl. nous évoque une « *grosse colère* ». L'élément Bois intervient dans la prise de décision : lors de la fin du suivi, la receveuse signera une rupture conventionnelle car son travail était source de stress et de tensions.

Au cours de différentes séances, j'ai travaillé dans le but de renforcer le côté Yang, en déficit. Pour cela, les pressions étaient plus toniques.

Au vu de son projet de naissance, il est important que la Terre ne soit pas en déséquilibre et que la receveuse soit bien ancrée. Un travail d'enracinement, en travaillant les pieds et les membres inférieurs peut aider Mme Cl.

Evolution après les séances :

Après le suivi en shiatsu, Mme Cl. me dit qu'elle a moins, voir quasiment plus, de douleurs aux ovaires. Les séances lui ont permis de prendre de nouvelles décisions mais aussi de mieux gérer ses émotions.

Lors de la dernière séance, elle me dit se sentir plus forte et plus sereine et être capable d'affronter plus facilement les évènements.

Deux jours après la dernière séance, la receveuse recevait un transfert d'embryon. D'après les dernières nouvelles de Mme Cl., le transfert a réussi et les résultats de la prise de sang, 15 jours après, ont confirmé une grossesse.

Je n'ai pas souhaité poursuivre les séances pour le 1^{er} trimestre de grossesse au cas où il y aurait une fausse couche. Le parcours a été tellement difficile pour la receveuse. J'ai donc proposé à la patiente de me contacter si elle le souhaitait au 2^{ème} trimestre pour l'accompagner pendant le reste de sa grossesse.

Descriptif des séances

Séance n° 1	Date : 29/07/2019	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Bonne qualité de sommeil malgré un endormissement difficile - Appétit mauvais ce jour car mauvaise nouvelle - Rythme de vie paisible mais occupé - Trapézialgie bilatérale - Maux de ventre au niveau des ovaires - Stress lié au travail : pression négative et destructrice - Fatigue psychique - Déception suite au transfert d'embryon qui n'a pas fonctionné. Résultat négatif de la prise de sang ce matin 		
Attente du receveur	<ul style="list-style-type: none"> - Découverte - Curiosité - Prendre soin de soi 	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Foie	Jitsu : Estomac (un peu Cœur et Maître Cœur)
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de Foie en Kyo et Estomac en Jitsu - VC12 : Foyer Moyen : appétit mauvais - VC5 : Foyer Inférieur : douleurs ovaires - Ra4 : Chong Maï : endométriose, douleurs ovaires - R1 : descendre le Ki 		
Observations et Conseils donnés :		
Foyer Moyen tendu		
Consommer des aliments acides		
Ressenti du receveur à chaud :		
Se sent détendue de manière générale		
Permet de « se concentrer sur son corps »		
« On ne pense plus à rien »		
Retour après la séance :		
Fatiguée		
Détendue		

Séance n° 2	Date : 19/08/2019	
<ul style="list-style-type: none"> - En arrêt jusqu'à la fin du mois - S'est remise au sport - Mauvais sommeil, endormissement difficile et réveils vers 3h. - Consomme beaucoup de boisson à la noisette - Beaucoup de tensions dans les jambes - Dorsalgie haute - Se sent « très tendue » - Stress, nervosité « Boule de nerf » - Fatigue - Se sent « anéantie » - « Envie de rien » - « Tout est compliqué » 		
Attente du receveur	« Se vider le cerveau »	
Retour de la séance précédente	Fatiguée Détendue	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Poumon	Jitsu : Cœur et Maître Cœur
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail Poumon en Kyo et Cœur en Jitsu - MC8 // Hara : apaiser - R1 : descendre le Ki - VG20 // VC17 : apaiser 		
Observations et Conseils donnés :		
<p>Trajet du Poumon et Cœur en Kyo dans les bras en Jitsu</p> <p>Continuer de consommer de la noisette et des noix car précurseurs de la sérotonine (effet anti-dépresseur)</p> <p>Méditation Sophrologie</p>		
Ressenti du receveur à chaud :		
« Ca m'a vraiment détendu » Jambes beaucoup plus détendues		
Retour après la séance :		
Coup de blues pendant 2, 3 jours		

Séance n° 3	Date : 02/09/2019
<ul style="list-style-type: none"> - Reprise du travail le lendemain de la séance - Va beaucoup mieux que la dernière fois - Se sent plus forte, plus d'énergie - Mauvais sommeil car chat réveille la nuit - Consomme des boissons à la noisette - Trapézialgie accentuée par le canoë + cervicalgie - Nerveuse, fausse calme mais moins de stress. Peut affronter plus facilement - Fatigue <p>Rendez-vous en septembre au centre de PMA. N'a plus l'âge requis en France pour de nouveau don. Pense aller à l'étranger.</p>	
Attente du receveur	« Voir si j'ai un coup de déprime après la séance » « Me détendre »
Retour de la séance précédente	Coup de blues pendant 2, 3 jours
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein Jitsu : Cœur, Maître Cœur et Vésicule Biliaire
Déroulement de la séance (protocole) :	
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur // Utérus - Travail de Rein en Kyo - Ra6//MC6 + Chong Maï : endométriose - Ra9, Ra6 : endométriose - Porte du vent : cervicalgie 	
Observations et Conseils donnés :	
<p>Trapèzes tendus</p> <p>Consommer des aliments salés, et de la noisette (précurseur de la sérotonine, antidépresseur)</p>	
Ressenti du receveur à chaud :	
<p>« Je me sens stone »</p> <p>Toute détendue</p> <p>Respire mieux</p>	
Retour après la séance :	
<p>Fatigue</p> <p>Vidée</p> <p>Pas de coup de blues après cette séance</p>	

Séance n° 4	Date : 16/09/19
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :	
<ul style="list-style-type: none"> - Se prépare à quitter son travail - Se sent plus forte - Consomme moins de boisson à la noisette - A commencer un nouveau traitement hormonal en vue d'un dernier transfert d'embryon - Légère constipation la semaine dernière. 	
Attente du receveur	Se sent détendue « Comme la dernière fois »
Retour de la séance précédente	Fatigue Vidée Pas de coup de blues après cette séance
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Gros Intestin Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :	
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur // Utérus - Travail de Gros Intestin en Kyo et Foie en Jitsu - Ra4//MC6 : endométriose - V18 : Shu Foie : travail du Foie - F3 : travail du Foie VC5 : Foyer Inférieur : constipation, transfert embryon 	
Observations et Conseils donnés :	
Consommer des aliments épicés	
Ressenti du receveur à chaud :	
Ressent plus d'énergie par rapport aux autres séances	
Retour à après la séance :	
Fatigue Pas de coup de blues après cette séance	

Séance n° 5	Date : 14/10/19	
<ul style="list-style-type: none"> - Transfert avec don ovocyte début novembre - Fatiguée car beaucoup de travail - Rythme de vie assez chargé - Bon appétit, se remet à cuisiner - douleurs au niveau des fosses iliaques depuis le début du traitement - Tendance à la constipation - Quelques tensions dans les jambes - Stress lié au travail qui se transforme en « grosse colère » - Rupture conventionnelle avec son employeur, arrêt le 8/12/19 		
Attente du receveur	Travailler sur la fatigue	
Retour de la séance précédente	Fatigue Pas de coup de blues après cette séance	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : : Vésicule Biliaire
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur // Utérus - Travail de l'Intestin Grêle en Kyo et VB en Jitsu - VB21 : Daï Mai : douleurs fosses iliaques - VC3 : Foyer Inférieur, FIV - VC5 : Foyer Inférieur : équilibrer les 3 Foyers, constipation, FIV - VC12 : Foyer Moyen : équilibrer les 3 Foyers, FIV - VC17 : Foyer Supérieur : équilibrer les 3 Foyers, stress - E25 : constipation - Ra4//MC6 : endométriose - Equilibre 3 Foyers 		
Observations et Conseils donnés :		
Consommer aliments amers		
Travail de E25 pour la constipation		
Ressenti du receveur à chaud :		
Sensation d'avoir « craché ses poumons », comme si elle sentait l'air passé Grand relâchement dans le haut du corps et les bras		
Retour après la séance :		
Pas de changement particulier		

Séance n° 6	Date : 04/11/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Etat d'esprit neutre - Sereine - « Hâte » - Transfert prévu le 06/11/19, recueil de spermatozoïdes du conjoint ce matin - En arrêt pour 15 jours - Quelques cauchemars et réveils nocturnes - Fatigue la semaine dernière, malaise, tension basse - Légère diarrhée - Mange beaucoup d'omelette - Douleur ovaire droit - Rétention d'eau 		
Attente du receveur	Etre dans les meilleures conditions possibles pour le transfert	
Retour de la séance précédente	Pas de changement particulier	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Maître Coeur
Déroulement de la séance (protocole):		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur // Utérus - Travail de l'Intestin Grêle en Kyo et MC en Jitsu - Ra//MC6 : endométriose - P7 : Ren Mai : transfert embryon - VC17 : Mu MC - VC4 : Mu IG - VC3 : Mu V : transfert embryon 		
Conseils donnés :		
Travailler VC3 lors du transfert d'embryon		
Ressenti du receveur à chaud :		
« Je sors de ma sieste »		

Cas clinique de Mme Cl*.

Présentation :

Mme Cl*. 36 ans

Profession : Mme Cl* a une formation de maquilleuse professionnelle, elle a travaillé pendant longtemps en tant que commerciale pour une enseigne de produits de maquillage. Depuis la naissance de son garçon, elle est en congés parental. Elle se plaît beaucoup dans ce rôle de mère au foyer et elle ne sait pas si elle veut reprendre un travail.

Statut personnel : elle vit en couple. Elle a un garçon de 2 ans et demi.

Elle fait de la course à pied régulièrement et du gainage quotidien.

Lorsque je rencontre Mme Cl*, elle me dit avoir un rythme de vie plutôt tranquille de mère au foyer qui lui convient pour le moment mais avec son conjoint, ils se posent la question d'un 2^{ème} enfant. Ils essayent mais « *de façon tranquille* ». Depuis 6 mois, elle ne prend donc pas de contraceptif permettant de canaliser son endométriose. Au cours du suivi, elle reprendra une pilule contraceptive qui mettra du temps à faire correctement effet.

Antécédents médicaux :

- Elle a eu deux grossesses, dont une fausse couche sur œuf clair (2016) et une grossesse menée à terme (2017)
- Cicatrice de brûlure sur le pied gauche
- Jambes lourdes de temps en temps
- Diarrhée avant et pendant les règles
- Cystite
- Grosse fatigue avant les règles, sensation de plénitude, règles hémorragiques, régulières.
- Endométriose Stade 4
- Chirurgie ovaire
- Sous décapeptide (ménopause artificielle) avant les grossesses
- Migraine ophtalmique
- Déchirure ligamentaire cheville

Etat de santé et attente :

- Endormissement difficile
- Rééquilibration alimentaire
- Extinction de voix le matin
- Mauvaise digestion si excès
- Stress
- Tension dans le ventre
- Fatigue

- Vertiges
- Réveils matinaux inhabituels vers 6h
- Douleur de hanche
- Cauchemars

Ses émotions du moment :

- « *Excitation* » en vue d'un changement d'organisation et de rythme
- « *Pas sereine* »
- Cogite un peu
- Appréhension
- « Boule au ventre »

Lors de notre première séance, Mme Cl*. n'a pas d'attente en particulier. Au fil, des séances, nous axerons le travail sur son ventre, et la sensation de plénitude entraînée par les règles, le stress et la fatigue.

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Hara

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	01/07/2019	Poumon	Estomac
2	29/07/2019	Rein	Estomac
3	23/08/2019	Intestin Grêle	Foie
4	16/09/2019	Rein	Foie
5	11/11/2019	Poumon	Rein
6	09/12/2019	Vessie	Triple Réchauffeur

Yin/Yang :

YIN	YANG
Jambes lourdes Diarrhée ++ Cystite ++ Fatigue Troubles de l'utérus « <i>Pas sereine</i> »	Règles hémorragiques Sensation de plénitude Endométriose Migraine Troubles du sommeil Physique Yang Stress Excitation

Mme Cl*. est une receveuse Yang tant d'un point de vue physique que psychologique. Elle est grande et en muscles. C'est une personne dynamique et énergique.

On note chez la receveuse un excès relatif de Yang (règles hémorragiques, endométriose, troubles du sommeil, stress, physique de la receveuse) dont l'origine est un déficit de Yin (troubles de l'utérus, fatigue, jambes lourdes).

Horloge circadienne :

Lors de la séance 5, la receveuse se plaint de réveils matinaux vers 6h du matin. Cette heure de réveil n'est pas dans ses habitudes et semble la déranger. Ceci correspond au méridien du Gros Intestin.

Si on se base sur la règle midi/minuit, on retrouve en face du Gros intestin, le Rein. Effectivement, lors de cette séance, le Rein est en Jitsu, et en Kyo lors des séances 2 et 4. Mme Cl* se plaint de signes Eau : grosse fatigue en milieu de cycle, vertiges, une envie de dormir tout le temps, un léger stress.

Trois Foyers :

Au vu des différents signes que la receveuse m'exprime, on peut penser à un Foyer Inférieur en déséquilibre : sensation de plénitude, endométriose, mauvaise digestion, jambes lourdes, tension dans le ventre, on trouve aussi des antécédents de cystite.

Lors des bilans du Hara, on retrouvera le Rein, l'Intestin Grêle et la Vessie en Kyo qui se situent tous dans le Foyer Inférieur.

La Circulation du Ki

Il existe un déficit de Yin des Reins entraînant alors un déséquilibre de la circulation du Ki dans le Foyer Inférieur. La mauvaise circulation du Ki entraîne une déficience de Ki : fatigue, diarrhée, troubles du sommeil.

La receveuse est plutôt dans un état Yang prédominant, ceci entraîne alors une stagnation de Ki. On retrouvera des symptômes tels qu'une sensation de plénitude, ou des douleurs lors des règles.

La déficience de Ki dans le Foyer Inférieur est accentuée par une montée du Ki vers le haut du corps : migraine, troubles du sommeil, stress et excitation. La receveuse se plaint d'une mauvaise digestion, on note également l'Estomac en Jitsu lors des premières séances. On peut alors associer la montée du Ki avec un Ki Rebelle.

Les Cinq Substances

La déficience du Ki dans le Foyer Inférieur peut entraîner une déficience en Sang et développer des symptômes tels que de l'endométriose, des jambes lourdes, de la fatigue, et des troubles du sommeil.

Le déficit en Sang peut perturber le Shen accentuant alors les troubles du sommeil, avec des cauchemars, la receveuse dit lors de la dernière séance ne pas être sereine.

Il peut exister un déficit du Jing à l'origine du déficit du Yin des Reins. En effet, le Jing intervient dans les processus de reproduction et de procréation. En effet, Mme Cl* a eu 2 grossesses rapprochées qui épuisent le Jing.

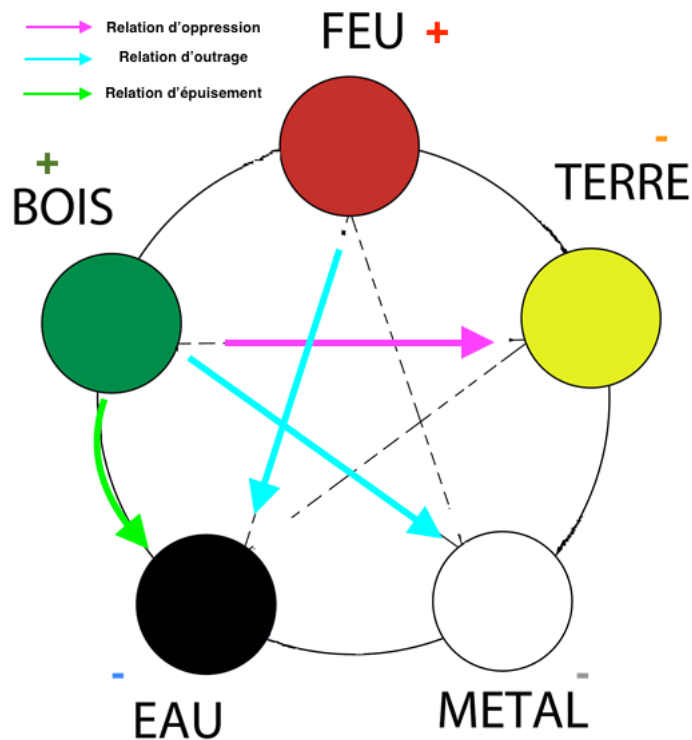
Les Cinq Eléments

BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Migraine - Déchirure ligamentaire - Vertiges - Douleur de Hanche 	<ul style="list-style-type: none"> - Jambes lourdes - Diarrhée - Règles hémorragiques - Endométriose - Endormissement difficile -Extinction de voix - Excitation - Pas sereine - Cauchemars 	<ul style="list-style-type: none"> - Jambes lourdes - Fausse couche - Diarrhée - Sensation de plénitude -Rééquilibration alimentaire - Règles hémorragiques - Endométriose - Mauvaise digestion - Cogite un peu 	<ul style="list-style-type: none"> - Cicatrice brûlure - Diarrhée 	<ul style="list-style-type: none"> - Cystite - Fatigue - Endormissement difficile - Stress - Vertiges

Le Bois, en déséquilibre, est fort (migraine, vertiges) et se retourne contre sa Mère L'Eau pour lui voler son Ki (relation d'épuisement via le cycle d'engendrement) : cystite, fatigue, stress. Il se retourne également contre le Métal (diarrhée) via le cycle de contrôle (relation d'outrage).

Le Bois fort entraîne un Feu fort via le cycle d'engendrement : troubles du sommeil, jambes lourdes, règles hémorragiques. Part le cycle de contrôle, le Bois oppresse la Terre (relation d'oppression) : jambes lourdes, mauvaise digestion, diarrhée. De plus, la receveuse « cogite » beaucoup en ce moment ce qui contribue à l'épuisement de l'élément Terre.

L'Eau ne peut plus contrôler le Feu car elle est trop faible. Le Feu se retourne alors contre l'Eau (relation d'outrage via le cycle de contrôle) : endormissements difficiles, jambes lourdes, diarrhée.



Analyse Zen Shiatsu :

- **TERRE :** *Besoin et Satisfaction.* En Zen Shiatsu, la Rate intervient dans la gestion des liquides, Mme. Cl* se plaint de diarrhée avant et pendant les règles. La Rate gère aussi la sphère gynécologique. Rappelons que la receveuse souffre d'endométriose, qu'elle a fait une fausse couche, elle souffre aussi de règles hémorragiques. Mme Cl* se plaint beaucoup en congés parental et semble très satisfaite de son rôle de mère au foyer. En effet, en Zen shiatsu, l'élément Terre est très en lien avec la maternité. Lors de la dernière séance, la receveuse me dit « *cogiter un peu* » sur les changements à venir, ceci peut déséquilibrer la Rate.
- **FEU COMPLEMENTAIRE :** *Circulation et protection.* En Zen Shiatsu, le méridien Triple Réchauffeur intervient dans la circulation périphérique du sang, alors que Maître Cœur est associé à la circulation profonde du sang. Un déséquilibre d'un des deux méridiens peut entraîner des troubles de la circulation avec des sensations de jambes lourdes. En effet, le méridien Triple Réchauffeur gère la surface du corps dans toutes les adaptations avec l'environnement extérieur. La receveuse est dans une période de changement dans son environnement (reprise du travail, fils qui rentre à l'école) ce qui lui crée de l'« *appréhension* », mais aussi de l'« *excitation* ».
- **BOIS :** *Indécision.* Même si la receveuse se plaît dans son rôle de mère au foyer, elle ne sait pas si elle veut reprendre le travail. L'idée d'un deuxième enfant a aussi été évoqué lors des premières séances, mais elle n'était pas sûre. Rappelons que la Vésicule Biliaire intervient dans la prise de décision. Le méridien du Foie traverse les organes génitaux et intervient donc dans les troubles de la reproduction.

Lors des séances, j'ai réalisé des étirements des membres dans le but de renforcer le Ki. Et afin de renforcer le Yin de la receveuse, les shiatsu réalisés sont plutôt profonds, lents et englobants. J'ai insisté sur les pieds afin d'ancrer la receveuse à la Terre.

Evolution après les séances :

Lors des séances, nous avons pu constater que le suivi Shiatsu a permis à la receveuse de mieux gérer ses douleurs de règles. Nous avons pu aussi diminuer les sensations de plénitude qu'elle ressentait. Elle me dit prendre moins d'anti-inflammatoires et d'antalgiques pour ses douleurs abdominales lors des règles.

Descriptif des séances

Séance n° 1	Date : 01/07/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Endormissement difficile le temps de relacher - Appétit bon, rééquilibration alimentaire - Rythme de vie tranquille - Légère extinction de voix le matin - Fatigue car sort des règles - Arrêt de la pilule contraceptive car en désir de grossesse depuis 6 mois 		
Attente du receveur	Découverte	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Poumon	Jitsu : Estomac
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Cerveau//Utérus - Travail du Poumon en Kyo et Estomac en Jitsu - Ra6, Ra9 Ra4 : endométriose, règle hémorragique - F3 : migraine - R1 : descendre le Ki vers le bas 		
Observations et Conseils donnés :		
<p>Ventre peu souple surtout la fosse iliaque gauche Bras gauche figé</p> <p>Consommer des aliments piquants</p>		
Ressenti du receveur à chaud :		
<p>J'ai ressenti une sensation différente entre le bras gauche et le droit Je me sens détendue</p>		
Retour après la séance :		
<p>Très bien Moins de douleur avant les règles</p>		

Séance n° 2	Date : 29/07/19
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :	
<ul style="list-style-type: none"> - Projet bébé en attente - Commence une nouvelle pilule - En recherche de travail - Endormissement long mais sommeil de bonne qualité - Rythme de vie calme - Pas aussi détendue que la dernière fois car des changements en perspective, mais pas de mauvais stress - Mauvaise digestion car excès ce week end 	
Attente du receveur	Pas d'attente en particulier
Retour de la séance précédente	Très bien Moins de douleur avant les règles
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein (Poumon) Jitsu : Estomac (Rate - Foie)
Déroulement de la séance (protocole) :	
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - ChongMai : endométriose - Ra9, Ra6 : endométriose, règles hémorragiques - VC12, GI4, E25 : digestion - Equilibre 3 Foyers - R1 : descendre le Ki vers le bas 	
Observations et Conseils donnés :	
Rate mieux en fin de séance	
Travail de Ra6 et Ra4 pour les douleurs de règles	
Faire séance d'ostéopathie	
Ressenti du receveur à chaud :	
Je me sens bien	
Retour après la séance :	
Changement de pilule, saignement depuis 15 jours Pas de douleur mais tension abdominale basse, pas de prise d'anti-douleur Fatigue	

Séance n° 3	Date : 23/08/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Ventre un peu gonflé, quelques excès, digestion pas fluide - Bon sommeil car en vacances à la campagne 		
Attente du receveur	Travailler sur le ventre	
Retour de la séance précédente	Changement de pilule, saignement depuis 15 jours Pas de douleur mais tension abdominale basse, pas de prise d'anti-douleur Fatigue	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de l'IG en Kyo et Foie en Jitsu - F3 : circulation du Ki - Ra4//MC6 : endométriose - E30 : lien avec Chong Maï : endométriose 		
Observations et Conseils donnés :		
Ventre peu souple, plutôt en Jitsu Jambe gauche plus raide Consommer des aliments amers		
Ressenti du receveur à chaud :		
Plus sensible que la dernière fois Douleurs aux lombaires		
Retour après la séance :		
Arrêt des saignements Disparition des douleurs Stress mais ne sait pas pourquoi : cauchemar, maux de ventre		

Séance n° 4	Date : 16/09/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Sensation de plénitude pendant tout le cycle - Stress - Troubles de la digestion avec le stress - Pas de douleur - Sommeil ok 		
Attente du receveur	Travailler sur le stress	
Retour de la séance précédente	Arrêt des saignements Ne ressent plus de douleurs Stress mais ne sait pas pourquoi : cauchemar, maux de ventre	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein	Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Travail du Rein en Kyo et Foie en Jitsu - Ra6, Ra9 : règles hémorragiques, endométriose - VC5 : Foyer Inférieur : endométriose - VC3 : endométriose VC17 : stress : apaiser - VC12 : Troubles de la digestion - Shu F : Foie en Jitsu - F3 : circulation du Ki 		
Observations et Conseils donnés :		
Hara inférieur encore en tension en fin de séance		
Ressenti du receveur à chaud :		
A plus ressenti les points et le trajet des méridiens A senti une différence sur le ventre entre le début et la fin de la séance		
Retour après la séance :		
Pas de sensation de plénitude Digestion mieux		

Séance n° 5	Date : 11/11/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Grosse fatigue en milieu de cycle - Légère tension dans le ventre à gauche - Règles depuis 3 jours : pas de douleur, plus abondantes, durent moins longtemps - Digestion ok - Léger stress, plutôt excitation - Vertiges orthostatiques depuis 2 semaines, nocturne - Envie de dormir tout le temps - Réveils matinaux vers 6h/6h15 depuis 2 semaines 		
Attente du receveur	Travailler sur les vertiges et les menstruations	
Retour de la séance précédente	Pas de sensation de plénitude Digestion mieux	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Poumon	Jitsu : Rein
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Travail du Poumon en Kyo et Rein en Jitsu - VC5 : Foyer Inférieur : endométriose - VC3 : utérus, règles 		
Observations et Conseils donnés :		
Tension du membre inférieur gauche, manque de souplesse		
Ressenti du receveur à chaud :		
Effet immédiat de la séance		
Retour après la séance :		
Amélioration du sommeil		

Séance n° 6	Date : 9/12/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Règles ce jour gênantes mais pas de douleur, quelques saignements - Douleurs en dehors des règles : ovulation ? - Depuis changement de pilule, gros coup de fatigue au même moment dans le cycle - Digestif : RAS - Sommeil ok - « Pas la grosse sérénité car rentrée de son fils et changement de rythme » - Ne se sent pas stressée, plus préoccupée - Cogite un peu mais pas négatif - Du nouveau qui entraîne de l'appréhension - Entretien pour un nouveau travail mais pas forcément la bonne formule pour le moment - Douleur de hanche bilatérale (gauche +), pendant la course à pied - Quelques maux de tête 		
Attente du receveur	Travailler sur la fatigue	
Retour de la séance précédente	Amélioration du sommeil	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Vessie	Jitsu : Triple Réchauffeur
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Travail de Vessie en Kyo et TR en Jitsu - E30 : lien avec Chong Maï : endométriose - Equilibre 3 Foyers -R1 : descendre le Ki vers le bas 		
Observations et Conseils donnés :		
Doigts froids Ventre dur E30 en Jitsu, mieux en fin de séance		
Ressenti du receveur à chaud :		
Se sent bien		

Cas clinique de Mme E.

Présentation :

Mme E. 38 ans

Profession : travaille à mi-temps en tant que vendeuse dans une grande enseigne. En complément, elle est photographe professionnelle. Elle espère quitter son travail de vendeuse pour faire de la photo à plein temps. Son travail en tant que vendeuse ne se passe pas très bien, sa relation avec ses collègues semble compliquée.

Statut personnel : Elle vit en couple, elle n'a pas d'enfant.
Elle fait de la course à pied une à deux fois par semaine.

Lorsque je rencontre Mme E. pour la première fois, elle me paraît très stressée. Elle me raconte sa dispute de la vieille avec son compagnon. Je comprends que leur relation est difficile en ce moment. Il y a beaucoup de tensions autour de la fausse couche qu'elle a subie en 2018. Elle me raconte que son compagnon ne veut pas faire de bilan de fertilité mais malgré cela il semble très impatient, et elle ressent une grosse pression.

La vieille de la première séance, Mme E. avait eu une stimulation ovarienne. Stimulation proposée par son gynécologue alors que son conjoint n'a pas fait de bilan de fertilité.

Malgré son physique assez Yang, elle est toute en muscles, elle dégage un aspect psychologique plutôt Yin. On peut noter une différence entre son corps de jeune fille, d'adolescente, et son visage dure, marqué et terne. Elle semble dépressive, ne respirant pas la joie de vivre.

Antécédents médicaux :

- Tendinopathie récurrente aux poignets
- Chute de cheval
- Carence en vitamine B12, suppléance en cas de carence par des injections
- Hernie ombilicale
- Tabac : fume moins de 5 cigarettes par jour
- Alternance diarrhée et constipation. Elle souffre de maux de ventre digestifs en lien avec les cycles.
- Pyélonéphrites dont une avec évolution vers une septicémie
- Endométriose : diagnostiquée en 2019. Les lésions sont présentes sur la vessie, le cul-de-sac de Douglas et le ligament utéro-sacré gauche. En général, ses menstruations sont régulières, peu abondantes et courtes.
- Chirurgie : calculs rénaux gauche, kyste endométriosique sur l'ovaire droit, curetage sur fausse couche (3 mois de grossesse) en 2018.

Etat de santé et attente :

Au fil des séances, voici les symptômes que Mme E. m'a évoqué :

- Des troubles du sommeil, et notamment de l'endormissement, et un sommeil qui n'est pas réparateur
- Un manque d'appétit, présence de nausées également
- Une douleur de la hanche droite présente tout le long des séances
- Douleur de l'hernie ombilicale
- Alternance diarrhée/constipation
- Fatigue
- Stress
- En réflexion constante
- Grossesse

Lors des séances, Mme E. me parle de ses ressentis et de ses émotions du moment, en voici quelques unes :

- « *Fille de 38 ans dans un corps de mamie* »
- « *Incapable de gérer le moindre stimulus* »
- « *Tout le temps dans le contrôle* »
- « *Impression de ne jamais être tranquille* »
- « *Impression de courir partout* »

Lors des deux premières séances, Mme E. insiste beaucoup sur ses douleurs à la hanche droite (présentes depuis 2017) qui lui est douloureuse. Elle ressent également un blocage articulaire qui la gêne beaucoup. Cette douleur peut irradier dans la cuisse droite et dans la fesse, un peu comme en ceinture. Elle me raconte qu'elle a vu plusieurs professionnels de santé comme un rhumatologue (infiltration), qu'elle a été suivie par un kinésithérapeute, un ostéopathe et un étio-pathe, mais qu'à chaque fois il n'y a pas de résultat.

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Hara

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	19/06/2019	Gros Intestin	Estomac
2	15/07/2019	Gros intestin	Cœur / Maître Cœur
3	20/08/2019	Intestin Grêle	Poumon

Yin/Yang :

YIN	YANG
Règles peu abondantes	Endométriose : kyste endomètre à l'extérieur de la cavité utérine
Visage terne ++	Difficultés émotionnelles
Fatigue	Troubles du sommeil ++
Semble dépressive	Stress
Tensions dans les jambes	Réflexion constante
Maux de ventre	Douleur de hanche
Calculs rénaux, cystite ++	Tendinopathie ++
Maigreur	Physique musclé
Inquiétude	Nervosité, inquiétude
Yeux cernés ++	Calculs rénaux
Troubles utérus, ovaires ++	
Diarrhée ++	

On note chez Mme E. des symptômes faisant référence à un excès relatif de Yang : le physique, la réflexion permanente, les insomnies, les conflits récents.

Ces symptômes Yang sont le résultat d'un déficit de Yin : l'aspect psychologique, les tensions dans les jambes, la fatigue et le visage terne.

Ce manque de Yin pourrait être à l'origine d'un manque de Yin des Reins notamment du Jing intervenant aussi dans les processus de croissance et de reproduction.

Trois Foyers :

Le Foyer Inférieur, comprenant la Vessie, le Rein, le Gros Intestin et l'Intestin Grêle, semble plutôt en Kyo. On retrouve des troubles du transit avec une alternance diarrhée/constipation, des troubles gynécologiques comme une infertilité secondaire, des antécédents de chirurgies (kyste ovaire droit et curetage suite à une fausse couche).

Ceci se confirme avec le bilan du Hara puisqu'on retrouve, sur les 3 séances, Gros Intestin et Intestin Grêle en Kyo.

La Circulation du Ki

La réflexion constante chez la receveuse perturbe l'élément Terre (Rate) et noue le Ki, ceci peut entraîner une montée du Ki dans le haut du corps voir un Ki Rebelle (Estomac). De plus, la receveuse se plaint de nausées et d'une perte d'appétit. On note, lors de la première séance, le méridien de l'Estomac en Jitsu, donc en trop plein d'énergie.

Cette montée de Ki, entraîne une mauvaise circulation du Ki au niveau du Foyer Inférieur et du bas du corps (tensions dans les jambes), donc une déficience de Ki. Les troubles du sommeil, la fatigue ou bien la diarrhée dont se plaint la receveuse sont aussi des symptômes de déficience de Ki.

Les Cinq Substances

Le déficit du Jing entraîne un déficit du Yin des Reins. Le Jing intervient dans les processus de reproduction et de procréation. De plus, les grossesses peuvent épuiser le Jing, rappelons que Mme E. a fait une fausse couche à 3 mois de grossesse.

La déficience de Ki entraîne une déficience de Sang. Ceci entraîne chez la receveuse un sommeil de mauvaise qualité, et de l'endométriose. On notera qu'après la séance 2, et un travail sur Chong Mai, « Mer du Sang », la receveuse est tombée enceinte.

Cette déficience de Sang peut perturber le Shen se manifestant alors par les troubles du sommeil ou encore la réflexion constante de la receveuse. Lorsque Mme E. évoque les différentes émotions qu'elle ressent, elle parle d'une sensation de « *ne jamais être tranquille* » comme si le Shen n'arrivait pas à s'ancrer. Dans le bilan du Hara, on retrouve, lors de la séance 2, Cœur et Maître Cœur en jitsu.

Les Cinq Elements

BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
<ul style="list-style-type: none"> - Tendinopathie - Endométriose - Douleur hanche droite 	<ul style="list-style-type: none"> - Carence vitamine B12 - Troubles du transit - Troubles du sommeil 	<ul style="list-style-type: none"> - Hernie ombilicale - Réflexion constante - Maux de ventre (digestif) pendant les règles - Endométriose - Kyste ovarien - Fausse couche - Nausées - Peu d'appétit - Grossesse 	<ul style="list-style-type: none"> - Tabac - Troubles du transit 	<ul style="list-style-type: none"> - Pyélonéphrite - Endométriose - Calculs rénaux - Kyste ovaire - Troubles du sommeil - Fatigue - Stress

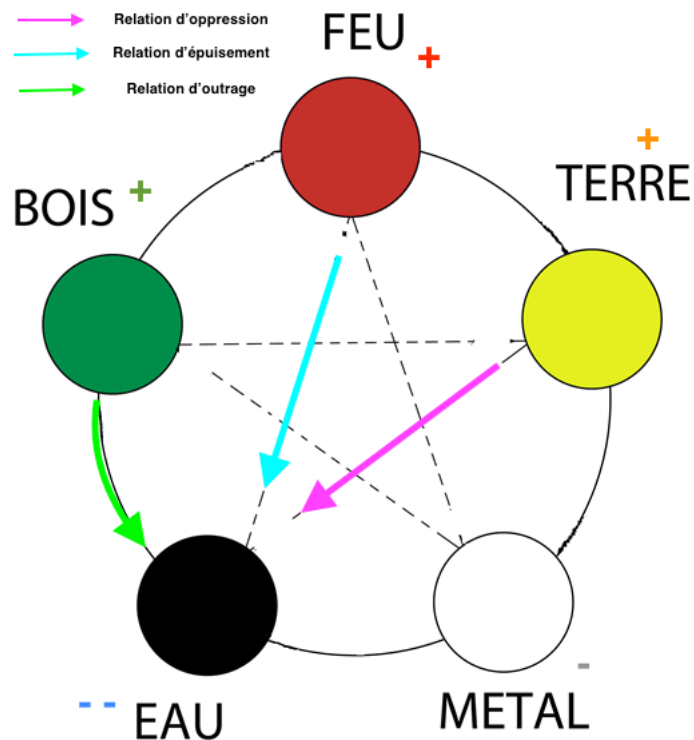
La Terre étant en excès épuise l'Eau via le cycle de contrôle (relation d'oppression), on retrouve alors des symptômes urinaires, une fatigue et du stress chez Mme E.

Effectivement, les réflexions permanentes, les nausées et le manque d'appétit montrent un déséquilibre au sein de cet élément ainsi que les antécédents gynécologiques.

L'Eau, étant très faible, elle ne peut plus contrôler le Feu (cycle de contrôle), celui-ci est alors en excès et se retourne contre l'Eau (relation d'outrage) : troubles du sommeil, troubles du transit, et confirme une déficience de Yin.

Le Bois est en excès (tendinopathie), il se retourne contre sa Mère, l'Eau pour lui voler son Ki ce qui l'épuise. L'excès du Bois se retourne contre le Métal via le cycle de contrôle (relation d'outrage) ce qui peut entraîner des troubles du transit.

Dans cette théorie des cinq éléments, on pourrait travailler sur l'Eau en renforçant son Ki ce qui permettrait de diminuer la Terre trop forte.



Origine des maladies

Mme E ne semble pas montrer de déséquilibres liés à des changements climatiques. Une origine interne est plus probable, sûrement la pression qu'elle ressent de son conjoint ce qui l'amène à une réflexion permanente et lui procure du stress. Cette réflexion incessante bouleverse l'équilibre de la Rate qui « noue » le Ki.

Analyse Zen Shiatsu :

- **METAL** : *Vitalité et Echange*. Mme E. doit gérer des échanges compliqués avec son conjoint comme avec ses collègues de travail. En Zen shiatsu, l'élément Métal intervient dans le lâcher prise (Gros Intestin), la receveuse évoque elle-même être « *tout le temps dans le contrôle* ».
- **TERRE** : *Besoin et Satisfaction*. On retrouve chez Mme E. des troubles du transit avec une alternance diarrhée/constipation. En Zen Shiatsu, la Rate intervient dans la gestion des liquides, mais aussi au sein de la sphère gynécologique. Lors de la première séance, Mme E. m'évoque son projet de grossesse qui reste insatisfait depuis plusieurs mois au vu des difficultés pour procréer. Cette insatisfaction et réflexion constante de la receveuse épuisent l'élément Terre.
- **FEU** : *Assimilation dans le noyau central*. On perçoit chez Mme E. une grande tension émotionnelle (Cœur) due fait du stress constant personnel et professionnel qu'elle ressent. On peut noter chez la receveuse un trouble de l'assimilation de la vitamine D au niveau de l'intestin grêle. La fonction ovarienne et menstruelle est liée au méridien de l'Intestin Grêle. Une stagnation du Sang peut entraîner un déséquilibre de ce méridien.

- **EAU** : *Force motrice et purification*. La receveuse évoque le fait d'avoir « *l'impression de courir partout* » et un grand stress.
- **FEU COMPLEMENTAIRE** : *Circulation et protection*. Mme E. a du mal à s'adapter à l'environnement exterieur (Triple Réchauffeur), elle me dit lors des séances être « *incapable de gérer le moindre stimulus* ».
- **BOIS** : *Indécision*. L'élément Bois est très présent chez Mme E.. Déjà physiquement, elle souffre de raideurs musculaires et tendineuses et dit se sentir comme dans un « *corps de mamie* ». Elle ressent aussi une indécision quant à son travail : elle partage son temps entre son travail de vendeuse, assurant un salaire fixe, et son envie de devenir photographe à plein temps. En Zen Shiatsu, le Foie intervient aussi dans le stockage des émotions. Tous ces éléments me font penser que l'élément Bois est en excès chez la receveuse.

Je pense qu'il est important de stimuler le côté Yin de la receveuse avec un shiatsu profond et englobant. De plus, il serait intéressant de travailler sur le thorax afin de libérer l'énergie du Foie pour une meilleure circulation. En effet, le Bois semble très en déséquilibre chez Mme E., à la suite de récentes fortes émotions.

Evolution après les séances :

Lorsque nous nous voyons pour la troisième et dernière séance, elle a pris plus de recul par rapport à l'endométriose, elle dit « *avoir mis cela de côté pendant le mois d'août en attendant le rendez-vous de septembre* ». Elle dort mieux et préfère axer la séance sur le bien-être et la relaxation ou encore son transit. Elle me dit aussi qu'elle ressent moins de stress, et que son rythme est plus calme, les vacances aidant aussi.

Mme E. a décidé d'arrêter les séances car elle est tombée enceinte naturellement. Après réflexion, nous nous sommes rendu compte que la receveuse était déjà enceinte lors de la dernière séance. Lors de la séance 2, j'ai travaillé sur Chong Mai qui a un lien très étroit avec l'Utérus, il aussi appelé « Mer du Sang ». Un travail de Chong Mai a permis une meilleure circulation du Sang, et du Ki car il gère aussi « le Ki Rebelle » à tous les niveaux.

Descriptif des séances

Séance n°1	Date : 19/06/2019	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - « Impression de courir partout » - Endormissement difficile et sommeil non réparateur - Appétit en dent de scie. Nauséuse - Douleur hanche droite pouvant irradier dans la cuisse depuis 2017 - Stress depuis une fausse couche, mal vécue, en 2018 - Se sent fatiguée - En arrêt maladie pour 1 mois - En réflexion constante - Déclenchement ovulation la veille par stimulation 		
Attente du receveur	Trouver une solution pour sa jambe	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Gros Intestin	Jitsu : Estomac
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de GI en Kyo et E en Jitsu - E25 : troubles du transit - VC12 : nausées - Ra6 : stimuler son appétit - Ra4 : Chong Mai → stimulation ovarienne et fausse couche - VB41 et Technique de fagotage : douleur de hanche - R1 : descendre énergie vers le bas - MC8 + GI4 + VG20//VC17 : apaisement 		
Observations et Conseils donnés :		
<p>La hanche droite est assez raide. MingMen en Jitsu.</p> <p>Continuer de faire de la sophrologie.</p> <p>La hernie ombilicale gêne beaucoup la receveuse, la zone du nombril est difficile à investiguer, même pour y poser les mains</p>		
Ressenti du receveur à chaud :		
<p>Se sent comme du coton, comme si elle venait de se réveiller. Le trajet de l'Estomac est douloureux dans la cuisse, la douleur ressemble à la douleur de hanche.</p>		
Retour après la séance :		
<p>Moins de douleurs intestinales Moins de douleurs cervicales</p>		

Séance n°2	Date : 15/07/2019	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Se sent comme « une fille de 38 ans dans un corps de mamie » ; « corps verrouillé » - Le sommeil est compliqué, elle dit avoir « envie de s'assommer » - Souffre toujours un peu de la hanche droite - Ressent de la fatigue - Gère mieux le stress liée à la fausse couche 		
Attente du receveur	<ul style="list-style-type: none"> - Travailler sur la hanche droite et le haut du dos - « Incapable de gérer le moindre stimulus - « Tout le temps dans le contrôle » 	
Retour de la séance précédente	<ul style="list-style-type: none"> Moins de douleurs intestinales Moins de douleurs cervicales 	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Gros Intestin	Jitsu : Cœur et Maître Cœur
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Chong Maïï - Ra9 Ra6 : endométriose - C1 : Cœur en Jitsu - Travail de Gros Intestin en Kyo - VG20//VC17 : apaisement - R1 : descendre énergie vers le bas 		
Observations et Conseils donnés :		
Raideur du bassin à droite		
Prendre rendez-vous avec un podologue/posturologue pour un bilan → douleur de hanche		
Ressenti du receveur à chaud :		
« Je me sens bien » Fatiguée		
Retour après la séance :		
<ul style="list-style-type: none"> Moins de douleurs intestinales Hyper relaxant Grossesse 		

Séance n° 3		Date : 20/08/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :			
<ul style="list-style-type: none"> - Ressent moins de tensions dans les jambes et dans la hanche droite - Dort bien mais est sensible à la lune - Petit appétit car est vite rassasiée - Quelques douleurs au niveau de la hernie ombilicale - A rendez-vous en septembre pour le suivi de l'endométriose et un éventuel parcours PMA : « fait du bien » de mettre cela de côté pendant ce mois-ci - Fatigue morale car ressent des douleurs. Dernières règles étaient douloureuses, hémorragiques mais courtes. - « Impression de ne jamais être tranquille » - A fait une séance d'ostéopathie depuis la dernière séance qui soulage bien 			
Attente du receveur		Travailler sur le transit , le bien-être et la relaxation	
Retour de la séance précédente		Moins de douleurs intestinales Hyper relaxant Grossesse	
Bilan énergétique du Hara		Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Poumon
Déroulement de la séance (protocole) :			
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : ouverture de Chong Mai - Travail de IG en Kyo et P en Jitsu - VG20//VC17 : apaiser - R1 : descendre énergie - Equilibre des 3 foyers 			
Observations et Conseils donnés :			
Raideur de la hanche			
J'ai choisi de faire un bilan du dos plutôt qu'un bilan du Hara car la zone du nombril est vraiment difficile à investiguer en raison des douleurs liées à la hernie ombilicale			
Ressenti du receveur à chaud :			
Se sent fatiguée et détendue. Ressent des frissons			

Cas clinique de Mme Ma.

Présentation :

Mme Ma. 37 ans

Profession : contrôleur de gestion à la Croix Rouge, elle a un travail de bureau.

Statut personnel : en couple avec un homme qui a deux enfants d'une première union. Ils ne vivent pas ensemble. Elle n'a pas d'enfant.

Elle fait de la boxe française une fois par semaine, et du théâtre d'improvisation de temps en temps.

Antécédents médicaux :

- Fracture nez
- Cicatrice sur la voute plantaire médiale du pied droit
- Hépatite A
- Syndrome de Raynaud
- Cystite
- Salpingite droite
- Adénomyose
- Adénofibrome sein droit

Etat de santé et attente :

- Douleur type tendineuse sur le coté latéral du genou gauche
- Constipation et inflammation du système digestif avec de temps en temps des douleurs localisées dans la fosse iliaque droite
- Poussée d'acné depuis le début d'année : dos, décolleté, joue et épaule
- Troubles du sommeil : endormissement difficile, réveil nocturne entre 3h et 5h du matin avec des symptômes digestifs « *Sent que ses intestins travaillent* » : douleurs, aérophagie, remontées acides
- Amaigrissement récent malgré un gros appétit
- Rythme de vie intense lié au travail
- Maux de tête frontal, derrière les yeux
- Douleur à la base du crâne gauche, comme un coup de marteau. Se sent « *sonnée* » à chaque fois
- Stress lié au travail
- Fatigue
- Douleur articulaire
- Cervicalgie
- Extinction de voix
- Transpiration excessive au niveau des pieds
- Syndrome pré-menstruel (SPM)

Lors des séances, Mme Ma. me parle de ses ressentis et de ses émotions du moment :

- S'affirme plus, a plus confiance en elle
- De la colère « *saine* », car lui permet de se mettre en mouvement
- S'exprime plus sur ses besoins
- « *Se resitue plus dans le travail* »
- « *Ne se sent plus victime au sein du couple* » car « *ne lui accorde plus la même place* »
- Ressent de la tristesse par rapport à son conjoint. Elle a fait « *le deuil de ses attentes, des projections qu'elle avait mis dans le couple* ».

C'est le conjoint de Mme Ma. qui l'a renvoyé vers moi lorsqu'il a entendu parler de ma recherche de receveuses. Lorsque je rencontre Mme Ma. lors de la première séance, elle me dit « *être ouverte à ce qui va arriver* ».

Elle souffre d'adénomyose, c'est-à-dire qu'elle a des lésions endométriosiques dans le fond utérin et non en dehors de la cavité utérine. Elle ne prend pas de contraceptif hormonal et gère ses douleurs avec des antidouleurs, des anti-inflammatoires et des plantes.

Elle prend de la mélatonine de temps en temps pour les troubles du sommeil, des capsules de Neem (plante aryuvédique) pour les troubles intestinaux, et des capsules de bourrache et d'onagre pour les troubles féminins et l'acné.

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Hara

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	16/05/2019	Rate	Foie
2	15/06/2019	Intestin Grêle	Foie
3	11/07/2019	Intestin Grêle	Foie
4	22/08/2019	Vessie	Foie
5	12/09/2019	-	-

Lors de la dernière séance, Mme Ma. a souhaité que l'on travaille sur les douleurs de règles. Je n'ai alors pas réalisé de bilan de Hara et j'ai établi la séance sur l'anamnèse. J'ai travaillé avec les Merveilleux Vaisseaux : Chong Mai et Yin Wei Mai.

Yin/Yang

YIN	YANG
Petite et fine	Syndrome de Raynaud
Adénomyose	Douleur tendineuse du genou ++
Intériorité	Inflammation du système digestif
Cystite ++	Acné
Adénofibrome sein	Troubles intestinaux
Fatigue	Troubles du sommeil ++
Amaigrissement	Maux de tête
SPM ++	Douleur articulaire
Voix calme	Gros appétit
	Transpiration excessive des pieds
	Colère

La receveuse présente un physique plutôt Yin, elle est petite et fine. C'est une personne parlant de façon calme, qui est très portée à l'introspection et très à l'écoute de son corps. Psychologiquement, elle est d'aspect Yin également.

Mais on peut noter un excès relatif de Yang : des troubles du sommeil, troubles intestinaux, douleurs tendineuses et articulaires. Cet excès de Yang est un excès relatif par déficit du Yin, ce qui explique peut-être tant d'introspection chez Mme Ma.

En effet, Mme Ma. fait beaucoup d'introspection sur elle-même et elle est très à l'écoute de son corps. On peut également noter une attitude plutôt passive dans ses relations, que ce soit dans son couple ou au travail, qui évoluera au fil des séances.

Un déficit de Yin des Reins, notamment du Jing, peut être à l'origine de déficit du Yin.

Horloge circadienne

La receveuse se plaint de troubles du sommeil avec des réveils entre 3h et 5h du matin, ceci correspond au méridien Poumon. De plus, on retrouve associé aux réveils nocturnes des troubles intestinaux : douleurs, aérophagie. Mme Ma. souffre aussi d'une constipation chronique ainsi qu'une inflammation du système digestif.

Si on se réfère à la règle midi-minuit, on trouve, en face du méridien Poumon, la Vessie, en Kyo lors de la séance 4. Mme Ma. se plaint aussi de symptômes correspondant à l'élément Eau comme de la fatigue, du stress, un rythme de vie intense, des troubles du sommeil.

3 Foyers

On retrouve beaucoup de symptômes en rapport avec le Foyer Inférieur : adénomyose, salpingite droite, troubles digestifs bas (constipation, douleurs, inflammation, aérophagie) et des antécédents de cystite.

Rappelons que dans le Foyer Inférieur se situent les méridiens Rein, Vessie, Gros Intestin, Intestin Grêle. Nous pouvons penser que le Foyer Inférieur est en Kyo, d'autant plus que lors des séances 2, 3 et 4, nous retrouvons l'Intestin Grêle et la Vessie en Kyo.

La Circulation du Ki

Comme vu précédemment, on note une déficience du Ki dans le Foyer Inférieur.

Supposons qu'après à l'hépatite A de la receveuse, il y ait eu une perturbation du Ki du Foie entraînant alors un problème dans le stockage du Sang puisque le Foie « stocke le Sang ». De plus, nous trouvons des symptômes Bois chez la receveuse comme : des douleurs articulaires, douleurs tendineuses, ainsi que le méridien Foie en Jitsu lors des séances 1, 2, 3 et 4.

Les Cinq Substances

La perturbation du Ki du Foie entraîne une stagnation du Ki puis une stagnation du Sang. Si le Sang ne circule pas correctement, il stagne. Il peut alors entraîner certains symptômes comme le Syndrome de Raynaud dont souffre la receveuse, l'adénomyose, des kystes comme l'adénofibrome du sein et des troubles du sommeil surtout si le Shen est aussi perturbé.

Les Cinq Eléments

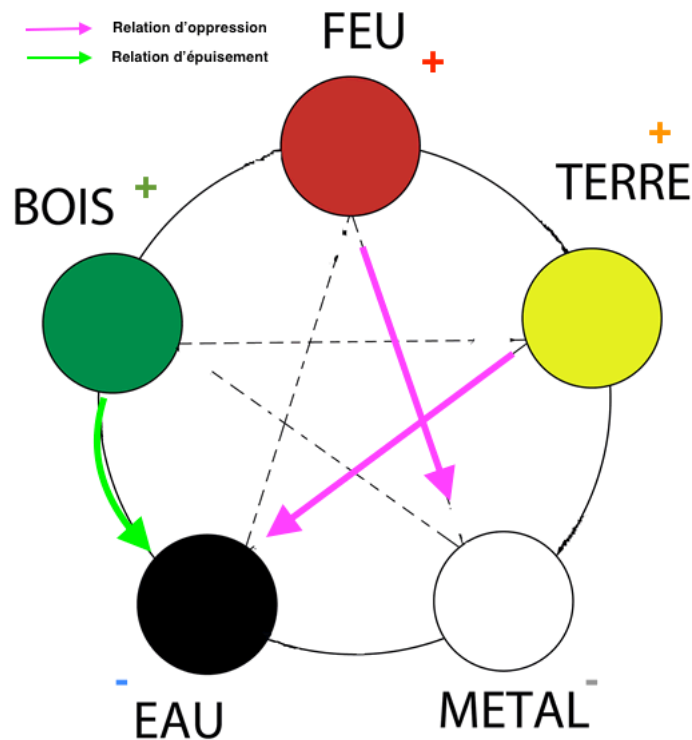
BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
<ul style="list-style-type: none"> - Hépatite A - Adénomyose - Douleur tendineuse du genou - Douleurs articulaires - Maux de tête - Colère - Cervicalgie 	<ul style="list-style-type: none"> - Syndrome de Raynaud - Constipation - Inflammation système digestif - Troubles du sommeil - Extinction de voix - Transpiration des pieds 	<ul style="list-style-type: none"> - Salpingite - Adénomyose - Adénofibrome sein - Remontées acides - SPM - Récent amaigrissement - Cicatrice pied 	<ul style="list-style-type: none"> - Constipation - Inflammation système digestif - Acné - Réveils nocturnes - Tristesse, notion de deuil 	<ul style="list-style-type: none"> - Fracture nez - Cystite - Salpingite - Adénomyose - Troubles du sommeil - Stress - Fatigue - Cervicalgie

L'élément Bois, fort chez Mme Ma., se retourne alors contre sa Mère, l'Eau, pour lui voler son Ki (relation d'épuisement). L'Eau est alors faible, et entraîne des symptômes comme des cystites, de la fatigue, du stress ou bien des symptômes gynécologiques chez la receveuse.

Le Bois fort augmente le Ki du Feu alors en excès, ceci peut alors expliquer les troubles du sommeil de la receveuse ou bien l'inflammation du système digestif. Et le Feu entraîne une Terre forte via la cycle d'engendrement : des remontées acides, un SPM, un adénofibrome ou bien une adénomyose.

La Terre forte entretient la faiblesse de l'Eau via le cycle de contrôle (relation d'oppression)

Le Feu en excès entraîne via le cycle de contrôle (relation d'oppression) un Métal faible occasionnant alors une constipation chronique et des troubles intestinaux.



Origine des maladies

Lors de la séance 2, Mme Ma. me raconte que dans le cadre de son travail à la Croix rouge, elle participe à une formation type exercice commando en extérieur, très intense qui l'a beaucoup sollicité.

En la questionnant pendant l'anamnèse, je retrouve des symptômes d'invasion de Vent, comme des maux de tête frontal, notamment derrière les yeux, et les douleurs à la base du crâne. Elle me parle également de la colère qu'elle ressent vis-à-vis de son compagnon. Lors du bilan du Hara, je trouve Foie en Jitsu qui confirme alors cette hypothèse.

Analyse Zen Shiatsu :

- **METAL** : *Vitalité et Echange*. Au fil des séances, Mme Ma. s'affirme plus dans sa vie personnelle comme dans sa vie professionnelle. Ceci est facilité par de meilleurs échanges avec son entourage puisqu'elle me dit « *qu'elle s'affirme plus* ». On retrouvera chez la receveuse des symptômes digestifs comme une constipation chronique mais aussi de l'acné (Gros Intestin).
- **TERRE** : *Besoin et Satisfaction*. Puisque Mme Ma. rétablit les échanges avec son entourage, ceci lui permet aussi de plus « *s'exprimer sur ses besoins* ». En Zen Shiatsu, la Terre intervient dans les troubles gynécologiques comme l'adénomyose ou la salpingite. L'Estomac circule sur la poitrine, on trouvera dans les antécédents de la receveuse un adénofibrome au sein droit.
- **FEU** : *Assimilation dans le noyau central*. En Zen Shiatsu, l'Intestin Grêle intervient dans la fabrication du Sang, or il semble exister une stagnation du Sang chez Mme Ma. De plus, il

existe de nombreux symptômes pouvant faire penser à un déséquilibre de l'Intestin Grêle puisqu'il gère la circulation abdominale et pelvienne : salpingite, troubles digestifs, adénomyose. L'accident de la route, qu'a subi la receveuse pendant son enfance, aurait pu entraîner un déséquilibre de ce méridien. Lors du bilan du Hara, on trouve l'Intestin Grêle en Kyo lors des séances 2 et 3.

- **BOIS** : *Indécision*. L'élément Bois est très présent chez Mme Ma., peut-être à cause de l'hépatite A. On note des douleurs articulaires, et tendineuses. Elle m'évoque aussi de la colère à l'encontre de son compagnon. De plus, à chaque séance, le Foie est Jitsu lors du bilan du Hara.

L'élément Bois étant très présent chez la receveuse, il serait intéressant de disperser son énergie grâce à des rotations des articulations mais aussi grâce à un travail sur le thorax pour une meilleure circulation du Ki du Foie qui aurait tendance à stagner à ce niveau.

Evolution après les séances :

Nous avons pu noter au fil des séances, une incidence sur le cycle de Mme Ma. : il y a eu une recrudescence de la douleur lors d'un cycle après la séance 2, puis une diminution du flux sanguin après la séance 3. Même si les douleurs menstruelles sont égales, la receveuse prend moins d'anti-inflammatoires.

Nous avons pu noter également une diminution du stress et de la fatigue.

L'acné s'est vite atténué après la séance 2.

D'un point de vue psychologique, Mme Ma. semble avoir pris plus de recul par rapport à son travail et son couple, comme si elle se recentrait et qu'elle trouvait exactement sa place.

Depuis la dernière séance, je n'ai pas eu de nouvelles de la receveuse.

Descriptif des séances

Séance n°1	Date : 16/05/2019
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : - Beaucoup de réveils entre 3h et 5h (heure locale), et a dû mal à se rendormir - A maigri récemment sans explication - Rythme de vie intense. Son boulot lui prend beaucoup de temps - A une tendinopathie au genou gauche - Fatiguée ce matin. - Beaucoup de travail sur soi en ce moment. - Plutôt hypersensible mais l'accepte bien. Ce n'est pas un combat au quotidien	
Attente du receveur	Est ouverte à ce qui va arriver
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rate Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) : - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de la Rate en Kyo et Foie en Jitsu - VB34 – VB39 : tendinopathie du genou - Ra6 : adénomyose - VG20//VC17 : apaisement - R1 : mobilisation du Ki vers le bas	
Observations et Conseils donnés : Tension au niveau du foie et de la zone sous diaphragmatique droite Manger des aliments sucrés	
Ressenti du receveur à chaud : « Mes bras sont du chewing gum » « Je suis à l'ouest, sonnée » Se sent congestionnée, parle du nez Impression de mieux voir	
Retour après la séance : Fatiguée « A l'ouest » A eu du mal à se concentrer Rhume après la séance avec extinction de voix	

Séance n°2	Date : 15/06/2019	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Formation à la Croix Rouge très intense : dans le froid, beaucoup sollicitée (exercices commando). A redonné confiance en soi. S'affirme plus - Réveils nocturnes. A du mal à se rendormir - Mange beaucoup mais ne prend pas de poids - Rythme de vie intense - Céphalée frontale et derrière les yeux - Douleur base du crâne comme coup de marteau à gauche. Sonnée - Poussée d'acné - Stress lié au travail - Fatiguée, plus que d'habitude. - Pas mal de colère , plutôt saine car met en mouvement - S'exprime plus sur ses besoins et tient bon comme si c'était de la survie. - Prend des plantes et de la mélatonine pour s'endormir 		
Attente du receveur	- Continuer à avoir de moins en moins de douleurs lors des règles car fatigue et génère de la tristesse. Pourrait passer 3 jours au lit car la douleur handicape	
Retour de la séance précédente	Fatiguée « A l'ouest » A eu du mal à se concentrer Rhume après la séance avec extinction de voix	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : adénomyose - Chong Maï : adénomyose - Travail de IG en Kyo - Porte du vent : céphalée - F3 + V18 : antécédents d'hépatite A et Foie en jitsu 		
Conseils donnés :		
Tension de l'épaule et du thorax droit		
Travailler Ra6 et Ra4 lors des règles pour diminuer les douleurs		
Ressenti du receveur à chaud :		
Moins sonnée que lors de la 1ère séance Impression de clareté et calme intérieur Ancrée dans le tapis en début de séance.		
Retour après la séance :		
Hyper bien Clairvoyance Détendu : petit nuage noir parti		

Séance n°3	Date : 11/07/2019
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :	
<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration de l'acné - Se resitue mieux dans le travail - Ne se sent plus « victime » dans son couple. Elle ne lui accorde plus la même place. Tristesse par rapport à son conjoint. A fait le deuil de ses attentes et projections de leur relation. - Réveils entre 3h et 6h : intestins travaillent beaucoup - Appétit revenu à la normale. Poids stabilisé - En vacances ce soir - Règles plus douloureuses lors du dernier cycle - Douleurs articulaires - Torticolis et cervicalgie - Perd sa voix depuis 1 mois, va avec la fatigue. Force sur la voix pour parler - Ressent un peu de stress car sollicitée au travail - Fatiguée car manque de sommeil - Prends des capsules de Neem pour les intestins, de la mélatonine de temps en temps, de huile de bourrache et d'onagre 	
Attente du receveur	Travailler sur la perte de la voix
Retour de la séance précédente	Hyper bien Clairvoyance Détendu : petit nuage noir parti
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle
	Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :	
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur // Utérus - Ra4 // MC6 : adénomyose - Travail de IG en Kyo et de F en Jitsu - P1 : tristesse - VC17 – VC12 – VC5 : Trois Foyers 	
Observations et Conseils donnés :	
Zone autour de P1 plutôt en jitsu	
Travailler Ra4 et Ra6 lors des règles	
Ressenti du receveur à chaud :	
Impression d'aller plus profond dans le ventre Sensation de lourdeur et de partir loin Beaucoup d'images de yeux et de visages Idées d'organisation : comme dans un rêve Se sent rechargée	
Retour après la séance :	
Moins fatiguée en sortant S'est sentie ressourcée	

Séance n°4	Date : 22/08/2019	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - N'est plus constipée avant les règles - Règles arrivées plus en avance - douleur égale, néanmoins ne prend plus d'ibuprofène, le flux est diminué - Réveils entre 5h et 5h30 : douleurs intestinales, aérophagie, quelques remontées acides. Dort sur le ventre car plus agréable - Ressent un peu de fatigue - Prend de la mélatonine de temps en temps 		
Attente du receveur	Travailler sur les intestins	
Retour de la séance précédente	Moins fatiguée en sortant S'est sentie ressourcée	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Vessie	Jitsu : Foie
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de V en Kyo et F en Jitsu - VC12 – VC5 – E25 : maux de ventre - Diaphragme - Equilibre des Trois Foyers - R1 : mobilisation du Ki vers le bas 		
Observations et Conseils donnés :		
Tension du diaphragme, du sacrum et du bassin		
Consommer des aliments salés comme du poisson ou des fruits de mer		
Ressenti du receveur à chaud :		
Resent de la faim Envie d'uriner Impression de pencher vers la droite « Je me sens calme » « Espace créé en moi »		
Retour après la séance :		
Fatiguée et perturbée avant les règles Syndrome pré-menstruel (SPM) venu plus tôt : mastose, taciturne, fatigue, ventre gonflé, constipée		

Séance n°5	Date : 12/09/2019		
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Va bien - Un peu compliqué au travail mais le gère bien. Se sent centrée et à sa place - Le sommeil va mieux - L'appétit est bon - Quelques douleurs articulaires aux genoux et aux épaules - Ne transpire plus des pieds - Stress ok, le gère bien s'il y en a 			
Attente du receveur	Continuer de travailler sur les douleurs liées aux règles et l'appréhension que cela génère.		
Retour de la séance précédente	Fatiguée et perturbée avant les règles Syndrome pré-menstruel (SPM) venu plus tôt : mastose, taciturne, fatigue, ventre gonflée, constipée		
Bilan énergétique du Hara	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">Kyo : -</td> <td style="width: 50%;">Jitsu : -</td> </tr> </table>	Kyo : -	Jitsu : -
Kyo : -	Jitsu : -		
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Travail de Vessie : SPM - Ra4//MC6 : SPM - Chong Mai : SPM - Ra12 – Ra9 – Ra6 : SPM - VC5 : SPM - Shu V : utérus + SPM 			
Observation et Conseils donnés : Travailler Ra4 et Ra6 : SPM			
Ressenti du receveur à chaud : Sensation dans la gorge et dans les dents assez agréable comme quand le corps s'endort Ressent comme si les cellules étaient réveillées			

Cas clinique de Mme J.

Présentation :

Mme J. 31 ans

Profession : infirmière libérale depuis 4 ans. Son travail se passe bien, elle aime ce qu'elle fait. Elle est associée avec une collègue au cabinet.

Statut personnel : vit en couple. Elle n'a pas d'enfant.

Avant la chirurgie de l'endométriose, elle faisait du sport en salle.

Lors de la première séance, elle est très amaigrie. Sa perte de poids et sa fonte musculaire sont dues à la chirurgie de l'endométriose (2019). Elle a le visage creusé. Malgré l'intervention, je me rends compte que la receveuse est une personne plutôt calme, avec une voix douce

Avant le diagnostic de l'endométriose, elle pensait à un projet de grossesse dans un futur proche. On lui a proposé de congeler ses ovocytes après l'opération mais elle n'a pas envie de subir d'autres interventions pour le moment. Elle a aussi peur des douleurs que cela pourrait engendrer et la stimulation ovarienne qui pourrait entraîner une recrudescence de l'endométriose.

Antécédents médicaux :

- Endométriose, diagnostiquée en 2019 à l'occasion de la pose d'un stérilet. Présence de nodules endométriosiques sur les ovaires, ligament utéro-sacré, le vagin, uretère bilatérale, rectum.
- Chirurgie endométriose en 2019 : kystes endométriosiques, réimplantation de l'uretère gauche dans le rein gauche.
- Rein droit ne fonctionne plus
- Tabac

Etat de santé et attente :

- Fistule rétrovaginale
- Autosondage
- Stomie
- Douleurs sacrées et lombaires
- Stress
- Fatigue physique
- Ménopause artificielle (décapeptide)
- Bouffées de chaleur
- Perte de poids
- Sommeil perturbé, cauchemars
- Psoriasis

- Douleur rectum
- Douleur vagin
- Inflammation vagin, mauvaise cicatrisation
- Courbatures, douleurs musculaires
- Douleurs digestives

Lors des séances, Mme J. me parle de ses ressentis et de ses émotions du moment :

- « *Période un peu difficile* »
- « *Choquée* » par l'opération longue et douloureuse de l'endométriose
- S'ennui, tourne en rond
- Suivi psychologue

Lorsqu'on se rencontre, Mme J. recherchait une alternative à la médecine conventionnelle pour travailler sur son stress et ses angoisses.

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Dos :

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	20/08/2019	Intestin Grêle	Vessie
2	02/09/2019	Rein / Vessie	Estomac
3	30/09/2019	Vessie	Coeur
4	21/10/2019	Poumon	Vessie
5	16/12/2019	Rein	Maître Coeur

Je n'ai pas pu réaliser le Bilan du Hara chez la receveuse à cause de la stomie présente. J'ai alors réalisé un bilan du dos à chaque séance. La receveuse n'était pas confortable sur le ventre, j'ai donc travaillé les méridiens postérieurs en décubitus latéral.

Yin/Yang :

YIN	YANG
Amaigrie	Angoisse
Yeux cernés	Stress
Fatigue	Endométriose
Troubles de l'utérus	Sommeil perturbé
Psoriasis	Courbatures et douleurs musculaires
Fistule anale	Difficultés émotionnelles
Cauchemars	Inflammation vaginale
	Bouffée de chaleur

Lorsque je rencontre Mme J., elle est plus dans une tendance Yin d'un point de vue physique, car elle est très amaigrie, mais aussi psychologique car elle est dans « *une période difficile* », elle me dit être « *choquée* » par l'intervention qu'elle vient de subir, et ressent le besoin d'être suivi par un psychologue afin de gérer ses angoisses.

Au fur et à mesure des séances, cet état aigu d'excès relatif de Yin s'estompe et on retrouve un état plutôt chronique de vide de Yin puisque la receveuse présente des symptômes comme des inflammations, des bouffées de chaleur, des troubles du sommeil ou des angoisses.

De plus, on note que son rein droit ne fonctionne plus. Nous pouvons supposer que cet hypofonctionnement physiologique affecte l'équilibre Yin-Yang des Reins.

Trois Foyers :

On suppose une mauvaise circulation du Foyer Inférieur à cause de l'endométriose. Ce déséquilibre est renforcé par l'intervention qu'elle a subi il y a quelques mois ainsi que les complications telles que la fistule anale, l'inflammation vaginale et la cicatrisation lente, la stomie.

On retrouve des symptômes, comme un sommeil perturbé, avec des cauchemars, une angoisse, du stress, et des difficultés émotionnelles, montrant une perturbation du Ki dans le Foyer Supérieur.

La Circulation du Ki

Lors des premières séances, on peut penser à une déficience globale de tout le Ki, la receveuse étant très fatiguée. Cette déficience de Ki peut être renforcée par la prise de tabac, les fortes émotions que la receveuse a ressenties au moment de l'intervention.

Le déséquilibre de Ki du Foyer Inférieur entraîne une déficience de Ki qui se manifeste par une fatigue et une pâleur du visage. De plus, le rein droit ne fonctionne plus entraînant une déficience du Ki de Rein.

Le sommeil perturbé, les angoisses et le stress semblent faire penser à une montée du Ki dans le Foyer supérieur.

Les Cinq Substances

Le rein droit de la receveuse ne fonctionne plus correctement d'un point de vue occidental, peut-être que cet hypofonctionnement entraîne un déséquilibre de ses fonctions énergétiques. En MTC, selon certains textes notamment le Nan Jing, le Rein droit est associé au Ming-Men (Porte de la Vitalité), et au Ki Source.

Le Ki Source, qui nous vient de nos parents, alimente en Yang tout notre organisme. S'il existe une dysharmonie du Rein droit alors il peut exister un déficit en Yang chez la receveuse. Cette théorie semble illogique car au moment du suivi de Mme J., elle présente plutôt des symptômes de déficit de Yin. De plus, le Ki source est associé au Triple Réchauffeur puisque celui-ci est considéré comme « l'avenue du Ki Source ». Nous noterons plus tard dans l'analyse des 5 éléments que l'élément Feu (dont le Feu Complémentaire) se présente plutôt en excès.

Ming-Men, associé au Feu dans les Reins, permet la distribution du Ki Source dans tout le corps et il est un « *lien indispensable entre le Feu et l'Eau* » (*Shiatsu, théorie et pratique*, de C. BEREFORD-COOKE) donc entre le Yang et le Yin. Si Ming-Men est en dysharmonie alors on peut supposer un dysfonctionnement dans la circulation du Ki et dans l'équilibre Yin-Yang de l'organisme.

La mauvaise circulation du Ki peut entraîner une perturbation du Sang et donc du Shen. Si le Shen n'est pas correctement ancré cela développe chez la receveuse des angoisses, un sommeil perturbé et des cauchemars. De plus, si Mme J. est en déficit de Yin, ceci ne facilite pas l'ancrage du Shen.

Les Cinq Eléments

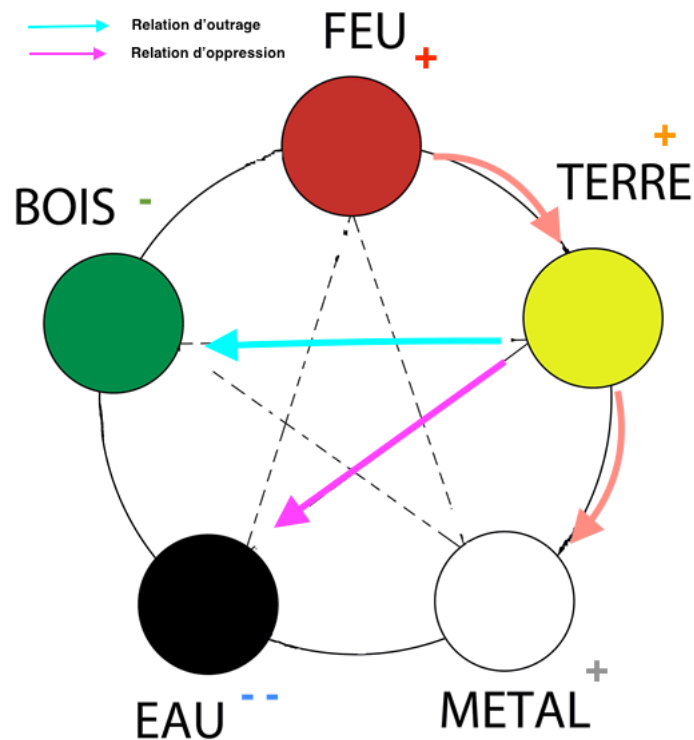
BOIS	FEU	TERRE	METAL	EAU
<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Courbatures, douleurs musculaires 	<ul style="list-style-type: none"> - Sommeil perturbé - Période un peu difficile - choquée - inflammation vaginale 	<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Bouffées de chaleur - Perte de poids - douleur vaginale - Douleurs digestives - S'ennuie, tourne en rond 	<ul style="list-style-type: none"> - Tabac - Fistule - Stomie - Psoriasis - Douleur rectum - Douleurs digestives 	<ul style="list-style-type: none"> - Endométriose - Rein droit ne fonctionne plus - Fistule - Autosondage - douleurs sacrées et lombaires - Stress - Fatigue physique - Ménopause artificielle - Bouffées de chaleur - Sommeil perturbé - douleur vaginale - Angoisse

Le Rein est très affaibli car le droit ne fonctionne plus physiologiquement. Cet hypofonctionnement entraîne, alors d'un point de vue MTC, une déficience du Ki du Rein. L'élément Eau est d'autant plus affaibli en début de suivi, car la receveuse est sous traitement hormonal lui déclenchant une ménopause artificielle. L'Eau faible entraîne des douleurs lombaires et sacrées, du stress, de la fatigue.

L'Eau ne peut plus contrôler le Feu alors en excès : troubles du sommeil, période compliquée émotionnellement. L'excès du Feu entraîne (via le cycle d'engendrement) une Terre forte (perte de poids, douleurs digestives) contribuant ainsi à la faiblesse de l'Eau (relation d'oppression)

La Terre se retourne vers le Bois, via le cycle de contrôle (relation d'outrage). Le Bois est aussi affaibli car la receveuse est dans une période compliquée émotionnellement.

La Terre forte entraîne (via le cycle d'engendrement) un Métal fort. On retrouvera chez Mme J. des symptômes tels que du psoriasis, une fistule, des douleurs digestives et rectales.



Analyse Zen Shiatsu :

- **MÉTAL** : *Vitalité et Echange*. En Zen Shiatsu, le Gros Intestin gère la circulation du Ki dans la Hara inférieur. Une mauvaise circulation peut donc affecter l'utérus, les ovaires (endométriose) mais aussi les lombaires (douleurs sacrées et lombaires). Lors de la séance 2, elle nous dit reprendre des activités ce qui lui fait de bien. Lors de la séance 3, le receveuse souffre de psoriasis. L'élimination est une fonction du Gros Intestin que ce soit par les intestins ou bien par la peau.
- **TERRE** : *Besoin et Satisfaction*. Suite à l'opération Mme J. est en convalescence, elle se retrouve dans une situation d'isolement social qui lui pèse : « s'ennuie », « tourne en rond ». Ce processus de rumination épuise la Rate. La Rate intervient dans le processus de transformation du Ki et un déséquilibre de celle-ci peut entraîner une fatigue voir une faiblesse physique (fatigue des 4 membres). Mme J. nous dit avoir bon appétit mais cela n'était peut-être pas le cas juste après l'opération et à son début de convalescence. La Rate et l'Estomac gèrent les changements hormonaux du cycle menstruel et de la grossesse : endométriose. Rappelons aussi que la receveuse est sous décapeptide, lors du début de suivi, ce qui entraîne une ménopause artificielle (bouffées de chaleur).
- **FEU** : *Assimilation dans le noyau central*. La receveuse est dans une période émotionnellement compliquée (« période un peu difficile »). Elle a mal vécu son intervention (opération longue et douloureuse) et se dit « choquée » par tant de douleurs. Cette tension émotionnelle déséquilibre le Cœur. En Zen Shiatsu, l'Intestin Grêle gère la circulation abdominale et pelvienne (endométriose, stomie), Mme J. se plaint également de douleurs sacrées et lombaires. Le méridien de l'Intestin Grêle intervient aussi dans la fonction ovarienne et menstruelle (endométriose).

- **EAU** : *Force motrice et purification*. En Zen shiatsu, les Reins permettent l'adaptation au stress. S'il existe un déséquilibre des Reins, comme c'est le cas chez la receveuse, alors le stress et l'anxiété deviennent permanents. Les Reins gouvernent les os et notamment les lombaires. On notera lors des différentes séances des douleurs récurrentes sur cette zone. Les Reins interviennent également dans la gestion hormonale. Lors des premières séances, la receveuse est sous traitement hormonal stimulant alors une ménopause artificielle et lui causant des bouffées de chaleur. Cette prise d'hormones peut alors déséquilibrer les Reins. Lors de la première séance, Mme J. évoque une grande fatigue. En effet, un déséquilibre de la Vessie peut alors être à l'origine de cette fatigue. La Vessie peut aussi être liée aux affections gynécologiques telle que l'endométriose. La peur est l'émotion de l'élément Eau. La receveuse nous fait part de ses peurs engendrées par les douleurs de l'endométriose.
- **FEU COMPLEMENTAIRE** : *Circulation et protection*. Les troubles du sommeil peuvent être causés par un déséquilibre de Maître Cœur car un de ses rôles est de calmer le noyau central émotionnel qu'est le Cœur.
- **BOIS** : *Indécision*. Le Foie intervient dans la distribution et la bonne circulation du Ki. S'il existe un déséquilibre du Foie, alors le Ki ne peut circuler correctement. Les émotions affectent le Foie. C'est une période compliquée pour Mme J., on peut alors imaginer qu'il existe un déséquilibre de ce méridien. De plus, le méridien du Foie circule dans les organes génitaux. On peut alors supposer qu'un déséquilibre de ce dernier peut engendrer de l'endométriose.

Chez Mme J., il est important de travailler sur l'élément Eau en déséquilibre évident. En effet, il apparaît à chaque séance, soit en Jitsu, soit en Kyo.

Lors des séances 3 et 4, la receveuse développe du psoriasis sur le cuir chevelu, elle a également une fistule depuis quelques mois qui ne cicatrise pas. J'ai alors décidé lors de la séance 4 de connecter Ren Mai et Du Mai via VG20 et VC17, et de travailler sur la circulation du Ki dans la « petite circulation ». En effet, on note que ces deux signes sont situés aux extrémités (tête et anus/vagin). Après cette séance, la fistule a disparu. La receveuse a aussi consulté une magnétiseuse après la séance.

Evolution après les séances :

C'est lors de la première séance que Mme J. a vu le plus de résultats. La séance de Shiatsu a permis une meilleure circulation globale du Ki. Ceci a eu des effets visibles sur son moral, elle se dit « *plus joyeuse* » lors de notre deuxième rencontre.

Les séances ont aussi permis de diminuer les douleurs sacrées et lombaires présentes tout au long des séances.

Nous avons prévu de nous revoir, en début d'année, après sa dernière chirurgie de remise en continuité après stomie.

Descriptif des séances

Séance n°1	Date : 20/08/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Dort bien mais douleurs sacrées la réveillent - Perte de 6kg, bon appétit - Beaucoup allitée - En arrêt - Douleurs lombaires et sacrées depuis opération - Bouffée de chaleur - Stressée pour la suite et la reprise du travail - Fatigue physique - « <i>Période un peu difficile</i> », hospitalisation longue et douloureuse, choquante - Sous décapeptide (ménopause artificielle) - Suivi psychologue 		
Attente du receveur	Agir sur le stress et les douleurs dans le dos	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Vessie
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Cerveau//Utérus - Travail de IG en Kyo et Vessie en Jitsu - VB39 : cicatrisation fistule - VG20//VC17 : apaisement - C1 : apaisement - R1 : amener le Ki vers le bas - Equilibre 3 Foyers 		
Observations et Conseils donnés :		
Sacrum dense		
Consommer des aliments amers		
Consulter un ostéopathe		
Ressenti du receveur à chaud :		
Je me sens détendue		
Retour après la séance :		
Mieux moralement		
Plus joyeuse		
Moins de douleurs sacrées en suivant mais revenues		

Séance n°2	Date : 02/09/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - « <i>Ca va mieux</i> » - Sommeil un peu perturbé, micro-réveils - Reprend un rythme, fait des activités - douleurs sacrées revenues ce week end - Bouffées de chaleur - Stress - Fatigue - Se sent plus détendue et moins angoissée - Séance psychologue 		
Attente du receveur	Comme la dernière séance : douleurs sacrées et stress	
Retour de la séance précédente	Mieux moralement Plus joyeuse Moins de douleurs sacrées en suivant mais revenues	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein / Vessie	Jitsu : Estomac
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Chong Maï : endométriose - Travail de Vessie en Kyo - V60 : douleurs sacrées - VG20//VC17 : apaisement 		
Observations et Conseils donnés :		
Tension du diaphragme Sensation de vide sur le trajet du méridien de la Vessie dans le mollet Travail de Ra4		
Ressenti du receveur à chaud :		
Phase d'endormissement en fin de séance		
Retour après la séance :		
Pas forcément plus d'effet Ne ressent plus de douleurs dans le bassin Arrêt du tabac		

Séance n°3	Date : 30/09/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Psoriasis cuir chevelu depuis une semaine - Bouffées de chaleur : arrêt du décapeptide, commence une pilule contraceptive demain - Sommeil agité : cauchemars, bouffées de chaleur - Stress car reprise du travail le 10/10/19 - Inflammation au niveau du vagin - Appétit bon, + 4 kg - douleur rectum si transit accéléré - S'ennuie, tourne en rond 		
Attente du receveur	Travailler sur le sommeil et le stress	
Retour de la séance précédente	Pas forcément plus d'effet Plus de douleurs dans le bassin Arrêt du tabac	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Vessie	Jitsu : Coeur
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de la Vessie en Kyo et Coeur en Jitsu - Ra4//MC6 : endométriose - GI4, P1 : psoriasis - VB21 : descente du Ki - R1 : descente du Ki - VB39 : cicatrisation fistule 		
Observations et Conseils donnés :		
Cure d'Oméga 6 pour la cicatrisation		
Ressenti du receveur à chaud :		
Je me sens bien. Envie de faire la sieste		
Retour après la séance :		
Moins de bouffées de chaleur		

Séance n°4	Date : 21/10/19
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :	
<ul style="list-style-type: none"> - Reprise du travail : un peu de stress - Courbature, douleur musculaire - Psoriasis ++ - Reprise du tabac - Douleur rectum et vagin à la marche - Perte blanche au niveau du vagin, infection ?? - Quelques douleurs digestives si mauvaise alimentation - Sommeil agité, beaucoup de rêve 	
Attente du receveur	Travailler sur le stress et les douleurs digestives
Retour de la séance précédente	Moins de bouffées de chaleur
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Poumon Jitsu : Vessie
Déroulement de la séance (protocole) :	
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail du Poumon en Kyo et Vessie en Jitsu - P1 V40 P11 GI4 : psoriasis - Ra4 // MC6 : endométriose - VG20 // VC17 : connexion Ren et Du Mai : symptômes au deux extrémités : psoriasis et fistule - R1 : amener le Ki vers le bas 	
Observations et Conseils donnés :	
<p>Fait une séance de magnétisme le lendemain de la séance</p> <p>Consommer des aliments piquants</p>	
Retour après la séance :	
Disparition de la fistule	

Séance n°5	Date : 16/12/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Douleur et insensibilité dans la cuisse droite suite à l'opération, position gynécologique pendant 7h - Cicatrisation du vagin pas encore terminée - douleur rectum et sacrum à la marche - Appétit très bon - Beaucoup de rêves angoissants et de cauchemars 		
Attente du receveur	Travailler sur le sommeil et les douleurs	
Retour de la séance précédente	Disparition de la fistule	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein	Jitsu : Maître Cœur
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 - Travail du Rein en Kyo et MC en Jitsu - VC5 : Foyer Inférieur, cicatrisation vagin, douleur rectum - VC3 : endométriose, douleur rectum, cicatrisation rectum - VG20 // VC17 : apaisement 		
Observations et Conseils donnés : Consommer aliments salés. Travail de MC8 pour apaiser avant d'aller se coucher		
Ressenti du receveur à chaud : Comme un « <i>fil conducteur sur la cuisse</i> » lors du travail du membre inférieur		

Cas Clinique de Mme S.

Présentation :

Mme S. 38 ans

Profession : travaille dans la décoration, elle est commerciale. Depuis plus d'un an, elle est à son compte, et elle est très contente d'être indépendante.

Statut personnel : célibataire, et n'a pas d'enfant.

Par période, elle fait appel à un coach sportif à domicile, 1h par semaine.

Mme S. est grande, avec un léger embonpoint malgré la perte de quelques kilos suite à un rééquilibrage alimentaire. Travaillant à son compte, elle a un rythme de vie très intense, « *speed* ». C'est une jeune femme très sociable, qui fait beaucoup de choses (amis, famille) en dehors de son travail.

Antécédents médicaux :

- Entorse cheville, poignet, genou
- Tabac
- Troubles de la circulation
- Douleur estomac
- Alternance diarrhée/constipation
- Cystite
- Endométriose Stade 4 : vessie, colon, utérus, ovaire droit, vésicule biliaire, appendice. Chirurgie en 2015. Les douleurs sont apparues après une séparation compliquée (relation de 10 ans).
- Hernie hiatale

Etat de santé et attente :

- Troubles du sommeil
- Rééquilibrage alimentaire
- Rythme de vie intense
- Dorsalgie, lombalgie
- Céphalée
- Stress
- Douleurs digestives
- Fatigue
- Mauvaise digestion
- Ballonnement
- Eczéma intérieur coude gauche et sous les yeux
- Herpès labiale
- Douleurs de dos réveillent vers 5h45

- Se tient courbée
- Fatigue post-prandiale (= après manger)
- Douleur épaule droite
- Règles abondantes, ventre gonflé

Lors des séances, Mme S. me parle de ses ressentis et de ses émotions du moment :

- Moral très changeant
- De nature positive
- Transit et maux de ventre jouent sur le moral
- Peur d'arrêter la pilule à cause de l'endométriose

Analyse en Energétique Orientale :

Bilan du Hara :

Séance	Date	Kyo	Jitsu
1	27/04/2018	Rate	Triple Réchauffeur
2	15/06/2019	-	-
3	01/08/2019	Intestin Grêle	Estomac
4	12/09/2019	Vessie	Triple Réchauffeur
5	06/12/2019	Rein	Coeur
6	08/01/20	Rate	Triple Réchauffeur Foie, Vessie

Pour la séance 2, j'ai décidé de ne pas réaliser de bilan du Hara car j'ai travaillé sur les Merveilleux Vaisseaux en rapport, selon moi, avec l'endométriose (Chong Mai et Yin Wei Mai). J'ai complété la séance avec des points par rapport à l'anamnèse et au diagnostic MTC (Porte du vent + VB21 : maux de tête, Ra6 : mauvaise digestion).

Yin/Yang :

YIN	YANG
Troubles de la circulation ++	Physique, embonpoint
Diarrhée ++	Energique, entreprenante
Maux de ventre	Endométriose
Cystite ++	Troubles du sommeil
Fatigue	Rythme de vie intense
Eczéma	Douleurs lombaires
	Céphalée
	Herpès

Mme S. est de nature Yang, tant sur le plan physique : embonpoint, que psychologique : sociable, énergique.

C'est une déficience en Yin qui est à l'origine de cet excès relatif de Yang entraînant alors des troubles de la circulation et de la diarrhée. Ce vide de Yin peut alors être causé par une déficience de Yin du Rein : cystite, fatigue.

De plus, Mme S. a un rythme de vie très « speed », est fumeuse, prend peu de temps pour elle. Ce style de vie affecte le Yin du Rein.

Horloge circadienne :

La receveuse se plaint de douleurs rachidiennes la réveillant vers 5h45. Cet horaire correspond au méridien du Gros Intestin, et on retrouve des symptômes correspondant à ce méridien : ballonnement, douleurs digestives, alternance diarrhée/constipation.

Mais, dans la règle midi/minuit, on retrouve en face du Gros Intestin, le Rein : fatigue stress, rythme de vie intense, troubles du sommeil. De plus, on retrouvera le Rein en Kyo lors de la séance 5.

Trois Foyers :

Au vu des différents symptômes, dont se plaint la receveuse, on peut supposer un Foyer Inférieur en déséquilibre : endométriose, cystite, troubles du transit, maux de ventre et ballonnement.

Ce déséquilibre du Foyer Inférieur peut entraîner un déséquilibre dans les autres Foyers et notamment dans le Foyer Supérieur sûrement en trop plein énergétique. Cet excès énergétique en haut du corps entraîne des signes comme des céphalées, des troubles du sommeil, ou encore du stress. Lors de la dernière séance, nous avons pu constater des tensions dans le rachis supérieur par rapport au rachis inférieur.

La Circulation du Ki

Le déséquilibre dans les différents Foyers peut être à l'origine d'un déséquilibre de la circulation du Ki. On peut supposer une déficience de Ki dans le Foyer Inférieur pouvant être induit par une déficience du Yin du Rein, ou bien une montée du Ki vers le haut du corps entraînant alors une diminution du Ki dans l'étage inférieur.

Le Foie gouverne la répartition du Ki. S'il existe un déséquilibre de ce méridien, la circulation du Ki ne peut se faire correctement.

Une stagnation de Ki est un état plutôt Yang, rappelons que la receveuse est de nature Yang.

S'il existe un déséquilibre du Ki, nous pouvons supposer un déséquilibre du Jing. De plus, il intervient dans les processus de reproduction et de croissance.

Les Cinq Substances

Le Ki commande le Sang, un déséquilibre du Ki entrainera alors un déséquilibre du Sang.

Le Foie, le Cœur et la Rate ont un lien étroit avec le Sang : le Foie « stocke le Sang », la Rate « gouverne le Sang » et le Cœur « dirige le Sang ». Chez la receveuse, s'il existe un déséquilibre du Cœur ceci peut entraîner des troubles de la circulation. Des règles abondantes peuvent être induites par un déséquilibre de la Rate qui ne maintient plus le Sang correctement.

Le Sang stocke le Shen, s'il existe un déséquilibre du Sang, ceci entraîne alors un déséquilibre de Shen : troubles du sommeil, moral changeant.

Les Cinq Eléments

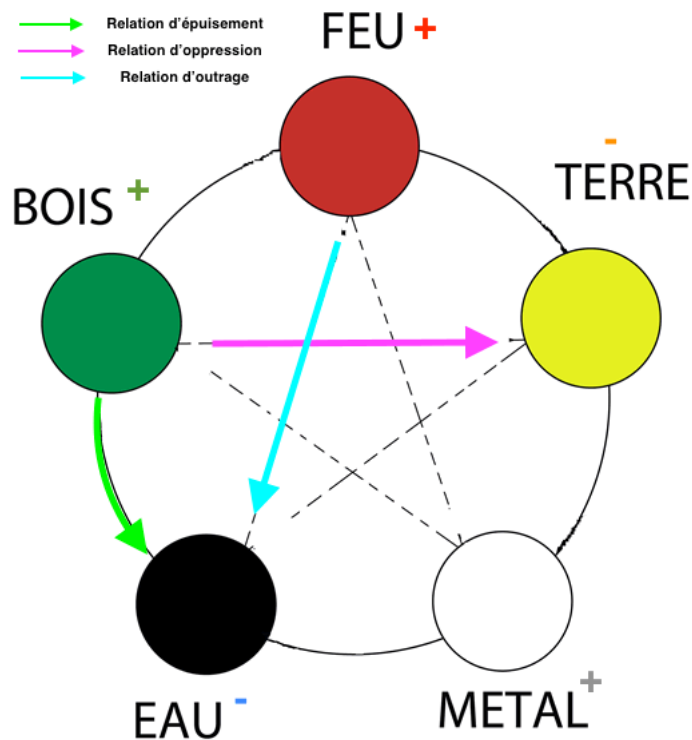
BOIS	FEU	TERRE	MÉTAL	EAU
Entorse poignet, cheville, genou Troubles de la circulation Endométriose Céphalée Douleurs digestives Douleur épaule droite Règles abondantes Moral changeant	Troubles de la circulation Endométriose Troubles du sommeil Douleurs digestives Ballonnement Règles abondantes De nature positive Moral changeant Ventre gonflé lors des règles	Troubles de la circulation Douleur estomac Endométriose Hernie hiatale Rééquilibrage alimentaire Douleurs digestives Mauvaise digestion Fatigue post-prandiale Règles abondantes	Tabac Alternance diarrhée/constipation Ballonnement Eczéma Herpès Douleur de dos réveillant vers 5h45 Ventre gonflé lors des règles	Cystite Endométriose Troubles du sommeil Rythme de vie intense Dorsalgie, lombalgie Stress Fatigue Douleur de dos réveillant vers 5h45 Se tient courbée

Le Bois est fort, il se retourne contre sa Mère, l'Eau, pour lui voler son Ki (via le cycle d'engendrement). Ceci entraîne alors des céphalées, des troubles de la circulation, des règles abondantes, de l'endométriose. Le Bois fort, via le cycle de contrôle (relation d'oppression), affaiblit la Terre : douleur digestive, fatigue post-prandiale, troubles de la circulation, endométriose, mauvaise digestion. Puisque la Terre est faible, on peut supposer une invasion d'humidité puisque Mme S. présente des signes tels que de l'herpès, de l'eczéma ou bien une mauvaise digestion.

Le Métal est fort : alternance diarrhée/constipation, phénomène cutané : herpès, eczéma, ballonnement.

Le Bois fort entraîne un Feu fort qui ne peut plus accueillir correctement le Shen ce qui entraîne des troubles du sommeil chez la receveuse. Le Feu étant incontrôlable, se retourne contre l'Eau via le cycle d'engendrement (relation d'outrage)

Le rythme de vie de la receveuse épuise un peu plus l'Eau : cystite, stress, fatigue, dorsalgie, lombalgie.



Analyse Zen Shiatsu :

- **MÉTAL** : *Vitalité et Echange*. Le Gros Intestin gère la circulation du Ki dans le Hara inférieur. Une dysharmonie de ce méridien peut alors altérer l'utérus : endométriose, la vessie (cystite) ou bien les intestins (troubles du transit, douleurs digestives). Un déséquilibre de ce méridien peut aussi entraîner des lombalgies ou bien une mauvaise circulation dans les jambes.
- **TERRE** : *Besoin et Satisfaction*. La Rate intervient dans les processus de digestion, des troubles du transit. Une mauvaise digestion ou bien des douleurs digestives dont souffrent Mme S. peuvent faire penser à une dysharmonie de ce méridien. La Rate est en lien très étroit avec le système reproducteur, un déséquilibre de celle-ci peut alors engendrer des signes gynécologiques tels que de l'endométriose. Le méridien de l'Estomac est une corde d'ancrage énergétique qui supporte la partie antérieure du corps. Mme S. nous dit qu'elle se tient courbée, une tension excessive de ce méridien peu alors tendre cette corde d'ancrage.
- **FEU** : *Assimilation dans le noyau central*. Les douleurs liées à l'endométriose sont apparues suite à une séparation compliquée. L'assimilation de la séparation difficile a pu entraîner un déséquilibre de l'Intestin Grêle en lien très étroit avec les ovaires, mais aussi perturber le Cœur, Noyau de l'être émotionnel. L'Intestin Grêle gère la circulation abdominale et pelvienne : endométriose, troubles de la digestion et du transit.
- **EAU** : *Force motrice et purification*. Le receveuse se plaint de stress. En Zen Shiatsu, le Rein nous aide à nous adapter au stress. Les Reins gèrent les os, une lombalgie, ou une dorsalgie, peut être un symptôme de déséquilibre des Reins. La peur est l'émotion de l'élément Eau, Mme S, nous parle de sa peur liée à l'arrêt de la pilule lors de la séance 5. Le méridien de la Vessie, de part son trajet le long de la colonne vertébrale, est une des cordes d'ancrage

énergétiques qui permet la verticalité du corps. La receveuse nous dit qu'elle se tient courbée, on peut alors imaginer une faiblesse de la Vessie. Une dysharmonie de la Vessie peut engendrer des signes urinaires ou gynécologique comme des cystites ou de l'endométriose. La fatigue que ressent Mme S. peut être à l'origine d'un déséquilibre de la Vessie.

- **FEU COMPLEMENTAIRE :** *Circulation et protection.* Maître Cœur gère la circulation interne et calme le Cœur. Un déséquilibre de ce méridien peut alors entraîner des troubles du sommeil ou du stress.
- **BOIS :** *Indécision.* Le méridien du Foie traverse le plancher pelvien, une affection de ce dernier peut alors entraîner des symptômes gynécologiques comme de l'endométriose. En Zen Shiatsu, le Foie intervient dans la régulation des émotions. Un flux irrégulier d'émotions tel que le « *moral changeant* » exprimé par la receveuse peut être induit par un déséquilibre de ce méridien.

Au vu de la symptomatologie et des différents Bilans du Hara chez cette receveuse (le Feu ressort 4 séances sur 6 en Jitsu, et l'Eau 2 séances sur 6 en Kyo), j'ai proposé un shiatsu plus en douceur et englobant afin de solliciter et de renforcer l'état Yin. J'ai également disperser les Jitsus avec des mouvements de rotation des articulations. A chaque séance, j'ai voulu connecter la receveuse à l'Utérus, et renforcer les méridiens en lien, avec les connexions suivant : Rein//Utérus, Cœur//Utérus.

Evolution après les séances :

Lors des différentes séances, le Shiatsu a pu agir sur différents points : maux de ventre, céphalée, stress et détente. La receveuse n'ayant pas ses règles pendant les 4 premières séances, car sous contraceptif hormonal, il était difficile de juger de l'efficacité du Shiatsu sur les symptômes gynécologiques.

Le changement de pilule a déclenché les règles chez Mme S. mais aussi des douleurs semblables à celles déclenchées par l'endométriose (douleur de l'épaule, douleur de l'estomac et sous costale droite). Il serait donc intéressant de suivre cette receveuse maintenant que ses règles sont revenues mais les douleurs sont très anxiogènes pour elle ce qui explique son souhait de retourner vers un traitement hormonal afin de contrôler l'endométriose.

Descriptif des séances

Séance n°1	Date : 27/04/18
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Quelques réveils, sommeil pas réparateur - Régime alimentaire - Rythme de vie speed - Dorsalgie basse - Lombalgie : fait beaucoup de route - Céphalée - douleurs digestives - Se raisonne sur le stress - Fatigue - De nature positive, moral très changeant selon les journées - Pilule contraceptive joue sur le moral 	
Attente du receveur	Découverte Curieuse
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rate Jitsu : Triple Réchauffeur
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de Rate en Kyo et TR en Jitsu - Ra6 E36, E25 : troubles du transit - R1 : amener le Ki vers le bas - VG20 // VC17 : apaisement - Equilibre 3 Foyers 	
Observations et Conseils donnés : <p>Rate plutôt en Jitsu dans les jambes, surtout à droite Hara dense et bilan compliqué, beaucoup de Jitsu</p> <p>Consommer des aliments amers</p> <p>Prendre des probiotiques</p>	
Ressenti du receveur à chaud : <p>Un peu détendue Le mal de tête a disparu</p>	
Retour après la séance: <p>Fatigue Moment de détente</p>	

Séance n°2	Date : 15/06/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Dort peu mais sommeil de qualité. Le réveil est difficile le matin - Régime alimentaire, perte de poids - Rythme de vie « <i>super speed</i> » - Pas de douleur ce jour, dorsalgie en début de semaine - Maux de tête de puis 1 mois, fatigue ? - Douleurs digestives variant avec l'alimentation - Mauvaise digestion, se sent ballonnée - Stress 		
Attente du receveur	Que le dos aille mieux Moment de détente car a du mal à lâcher prise	
Retour de la séance précédente	Fatigue Moment de détente	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : -	Jitsu : -
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Chong Maï : endométriose - Porte du vent : maux de tête - VB21 : maux de tête, amener le Ki vers le bas - Ra6 : mauvaise digestion - R1 : amener le Ki vers le bas 		
Observations et Conseils donnés : Ventre peu souple		
Ressenti du receveur à chaud : Mal de tête va mieux		
Retour après la séance : Détendue		

Séance n°3	Date : 01/08/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Qualité du sommeil moyen car douleurs digestives réveillent la nuit - Rythme plus tranquille, se déplace moins - Maux de ventre - Lombalgie basse - Transit en dent de scie - Joue sur la fatigue et le moral - Légers maux de tête liés à la fatigue - Stress - Fatigue 		
Attente du receveur	Se détendre	
Retour de la séance précédente	Détendue	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Intestin Grêle	Jitsu : Estomac
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail de l'IG en Kyo et Estomac en Jitsu - GI4 E25 : Maux de ventre - INORI : maux de ventre, transit en dent de scie - VC12 : Foyer Moyen : maux de ventre - VC5 : Foyer Inférieur : transit, maux de ventre - VB41 : maux de tête - Technique de fagotage : lombalgie basse - Equilibre 3 Foyers 		
Observations et Conseils donnés :		
Face antérieure des cuisses plutôt en Jitsu surtout le trajet de l'Estomac dans la jambe		
Ressenti du receveur à chaud :		
Je lutte pour ne pas m'endormir Ca fait du bien au ventre		
Retour après la séance :		
Détendue Fait du bien Moins de maux de ventre		

Séance n°4	Date : 12/09/19	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour :		
<ul style="list-style-type: none"> - Eczéma intérieur du coude gauche et sous les yeux - Herpès lèvre - Douleur de dos réveille le matin vers 5h45 - Rythme de vie speed - Lombalgie basse - Dorsalgie moyenne - Se tient mal, courbée vers l'avant - Stress, beaucoup de choses à gérer - Sommeil pas réparateur - Fatigue post-prandiale 		
Attente du receveur	Soulager les douleurs de dos	
Retour de la séance précédente	Détendue Fait du bien Moins de maux de ventre	
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Vessie	Jitsu : Triple Réchauffeur
Déroulement de la séance (protocole) :		
<ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Travail du Vessie en Kyo et TR en Jitsu - VC17 : Foyer Supérieur : apaisement - VC12 : Foyer Moyen : fatigue post prandiale - VC5 : Foyer Inférieur : endométriose, lombalgie, - Equilibre 3 Foyers - Ra4 // MC6 : endométriose 		
Observations et Conseils donnés :		
Prochaine séance à prévoir après IRM de contrôle pour noter l'évolution des adhérences		
Ressenti du receveur à chaud :		
Fait du bien		
Retour après la séance :		
<ul style="list-style-type: none"> Bon effet de détente Doit prendre rendez-vous avec gastro entérologue car assimile mal les aliments Les maux de tête ont diminué 		

Séance n°5	Date : 06/12/19
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Fatigue dûe au stress et au rythme intense - Prend des probiotiques depuis 3 semaines - IRM de contrôle : quasiment plus d'adhérences - Nouvelle pilule depuis novembre : a eu ses règles, pas trop de douleur, très abondant, lombalgie, ventre gonflé - Gynécologue veut faire une pause mais ne veut pas car a peur, surtout par rapport à son travail d'indépendant. - Sommeil pas récupérateur, comme si venait de faire la fête - Régime alimentaire, plus de perte de poids depuis août - Lombalgie - Dorsalgie ce jour mais supportable - Transit aléatoire - Ce jour, douleur sacro-iliaque droite - douleur estomac en novembre : IPP en cure 	
Attente du receveur	Travailler sur le sommeil et les douleurs
Retour de la séance précédente	Bon effet de détente Doit prendre rendez-vous avec gastro entérologue car assimile mal les aliments Les maux de tête ont diminué
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rein Jitsu : Cœur
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Travail du Rein en Kyo et Cœur en Jitsu - VC12 : Mu E : douleur estomac - VC5 : Foyer Inférieur : endométriose, transit - VC3 : endométriose - VG20 // VC17 : apaisement 	
Observations et Conseils donnés :	
Ressenti du receveur à chaud : Point douloureux dans le dos et les jambes, sur le trajet du Rein Agréable Détend quelquechose	
Retour après la séance : Rien de particulier après la dernière séance	

Séance n°6	Date : 08/01/20	
Etat de santé physique et/ou psychologique du jour : <ul style="list-style-type: none"> - Règles le mois dernier : courtes mais abondantes (A rendez-vous avec son gynécologue demain) - Lombalgie - Douleur sous costale droite, endométriose ? - Fatiguée - Mauvais transit - Tout cela joue sur le moral - Douleur estomac : endométriose ? - douleur épaule droite : endométriose 		
Attente du receveur		
Bilan énergétique du Hara	Kyo : Rate	Jitsu : Triple Réchauffeur, Foie, Vessie
Déroulement de la séance (protocole) : <ul style="list-style-type: none"> - MingMen//Dantien - Rein//Utérus - Cœur//Utérus - Ra4//MC6 : endométriose - Chong Mai : endométriose ; survenue des règles - VC5 : Foyer Moyen : endométriose, transit - VC3 : endométriose - Travail de Vessie : endométriose, fatigue, lombalgie, règles - Shu C, F et Ra : endométriose : Sang 		
Observations et Conseils donnés : <p>Tension sous-diaphragmatique Abdomen droit en tension Vessie très en jitsu Rachis supérieur plus en tension que le rachis inférieur comme si le Ki était en haut.</p>		
Ressenti du receveur à chaud : <p>Fait du bien A froid Trajet de la Vessie douloureux</p>		

