

Qui peut pratiquer l'acupuncture ?

Seul un professionnel médical (médecin ou sage-femme) ayant validé une formation universitaire spécifique peut pratiquer l'acupuncture en France.

L'AFSFA regroupe des sages femmes de la France entière, titulaires du DIU d'acupuncture obstétricale et a pour but de promouvoir l'acupuncture en gynécologie-obstétrique et d'informer les patientes.



afsfa

Plus d'informations
et annuaire des sages-femmes
adhérentes à l'AFSFA sur

www.afsfa.fr



L' Association Française des Sages-Femmes Acupuncteurs

vous informe sur
l'acupuncture
en gynécologie-obstétrique



Qu'est ce que l'acupuncture ?

La médecine traditionnelle chinoise (MTC) vise à conserver ou rétablir la circulation fluide et le bon équilibre de l'énergie (QI) à travers le corps.

L'acupuncture constitue une des 5 branches de la MTC. Elle consiste à positionner de très fines aiguilles sur des points précis du corps afin de régulariser l'énergie.

Par son approche globale du patient, l'acupuncture s'intéresse aux maux du corps ainsi qu'aux émotions. Elle traite non seulement les symptômes mais aussi plus profondément la cause des dérèglements.

C'est une médecine très ancienne, complémentaire de notre médecine occidentale, d'autant plus intéressante pendant la grossesse et l'allaitement, périodes où de nombreux médicaments sont contre-indiqués.

Comment se déroule une consultation ?

Les points d'acupuncture sont choisis après un interrogatoire précis et un examen spécifique (prise des pouls, observation de la langue...).

Les aiguilles (toujours stériles et à usage unique) sont ensuite positionnées et laissées en place entre 10 et 30 minutes.

Cette méthode n'entraîne pas d'effets indésirables sur le bébé.

Quand utiliser l'acupuncture ?

En gynécologie-obstétrique, l'acupuncture accompagne la femme à tous les moments de sa vie : puberté, **grossesse, accouchement, post-partum, ménopause.**

Les indications sont très nombreuses :

- Troubles et douleurs du **cycle**, syndrome prémenstruel, bouffées de chaleur.
- Difficultés à concevoir, accompagnement aux traitements de **PMA**.
- Troubles digestifs : le pyrosis (remontées acides), **les nausées**, les vomissements.
- **Insomnies**, fatigue.
- Difficultés émotionnelles, **dépression**, anxiété.
- Aide au **sevrage tabagique**.
- **Douleurs** : sciatique, lombalgie, douleur ligamentaire, douleur du bassin, canal carpien.
- Troubles circulatoires : jambes lourdes, crampes, hémorroïdes.
- Préparation à l'accouchement : **maturation du col de l'utérus** et préparation du périnée.
- L'acupuncture peut aider votre bébé à tourner en cas de présentation du **siège**.
- Au cours de l'**accouchement**, l'acupuncture permet d'harmoniser le travail, d'en réduire la durée et de soulager les douleurs.
- Dans le **post-partum**, les troubles de l'allaitement, les cicatrices douloureuses, l'asthénie et le baby-blues peuvent être améliorés grâce à cette pratique.