



ACUPRESSION AURICULAIRE

Posters et articles diffusés par le Centre E. Breton



Centre de formation
Elisabeth Breton

TABLE DES MATIÈRES

- #01** **APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES TROUBLES DE STRESS ET DE L'ANXIÉTÉ**
Alexandra Lemercier | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #02** **APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES TROUBLES DE L'ANXIÉTÉ CHEZ DES PERSONNES AYANT UN DÉFICIT PSYCHIQUE, DANS LE CADRE D'UN ESAT**
Angélique Thillaye Toullec | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #03** **ACUPRESSION AURICULAIRE - CAS DE LOMBALGIE**
Axèle Viorney | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #04** **TRAITEMENT PAR ACUPRESSION AURICULAIRE (AA) DE L'ANOSMIE ET DE L'AGUEUSIE CHEZ UN PATIENT DE 32 ANS ATTEINT DE LA COVID 19**
Axèle Viorney | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #05** **L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LA GESTION DES TROUBLES DE L'ANXIÉTÉ**
Régine Steinmetz | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #06** **L'APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES PROBLÈMES DE LOMBALGIE**
Régine Steinmetz | 2021 | GETCOP | Poster
- #07** **ACUPRESSION AURICULAIRE DANS UN CAS DE TROUBLES ANCIENS DU SOMMEIL**
Marine Lebourgeois | 2021 | Revue ICAMAR 27 | Poster
- #08** **ETUDE OBSERVATIONNELLE - APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID**
Alexandra Lemercier | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #09** **APPORT DE L'AURICULOTHÉRAPIE PAR TRAITEMENT ÉLECTRIQUE PERCUTANÉE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID**
Alexandra Lemercier | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster
- #10** **DEUX CAS DE DOULEURS CHRONIQUES À L'ÉPAULE ET LIÉES AU STRESS TRAITÉS PAR ACUPRESSION AURICULAIRE**
Alexandra Lemercier | 2022 | Revue ICAMAR 26 | Poster

APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES TROUBLES DE STRESS ET DE L'ANXIÉTÉ

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR n°26, Printemps 2021

Introduction

L'auriculothérapie, technique médicale découverte par Paul Nogier (Lyon) est effectuée depuis le pavillon de l'oreille. L'innervation sensitive du pavillon auriculaire est liée pour les deux tiers au tronc cérébral (nerf V3, Σ) et VII et X ($p\Sigma$) ; pour un tiers aux nerfs cervicaux (C1-C2-C3, Σ). Son effet rapide sur l'anxiété (accélération cardiaque et respiratoire, tremblement, sueurs, agitation) ou sur le trac (peur irraisonnée à l'annonce de situations) est connu et évalué.

Cette pratique est également très utile en cas de troubles du sommeil, ce qui permettra de récupérer, de se défatiguer et d'améliorer ses performances.

Parmi les techniques réflexes, l'acupression auriculaire (méthode développée par le Dr Yves Rouxville) est efficace et rapide surtout si la localisation des points est précise au millimètre près. Les stimulations recommandées sont une pression adaptée, sur une durée suffisante, et pouvant être complétée (ou remplacée) par une stimulation externe (électrique transdermique, infrarouge, magnétique ou chromatique).

Objectif

Diminution du niveau de stress et de l'anxiété

Sujets	Sexe	Age	Facteurs	Depuis quand	Troubles associés	Traitements
Sujet 1	F	30	Séparation	Juil.20	/	/
Sujet 2	F	31	Covid 19	Mai 20	Humeur excessive	/
Sujet 3	F	25	Stress général	Aout 20	Troubles du sommeil	hypnotique
Sujet 4	F	11	Pression scolaire	Sept. 20	Difficulté de concentration	/
Sujet 5	M	12	Harcèlement scolaire	Sept.20	Humeur excessive	/
Sujet 6	M	38	Burn out - dépression	Oct.20	Troubles du sommeil	antidépresseur

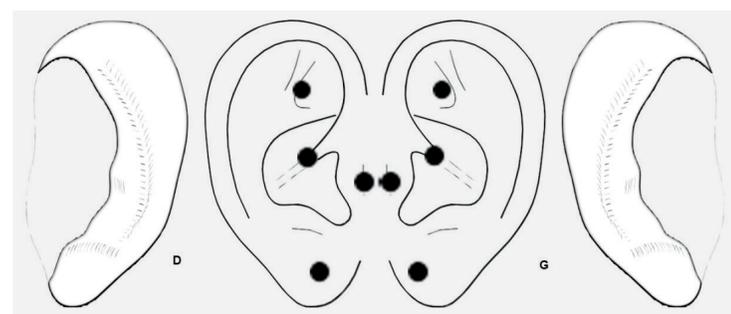


Fig.1 : Zones recommandées pour l'aide à la relaxation

Méthode

Outils d'évaluation :

- Autoévaluation du niveau de tension nerveuse, de stress entre 1 et 10
- Echelle anxiété et dépression HAD

Zones auriculaires : point zéro, point zéro prime, Shen Men, Oméga (fig.1)

Soins des deux oreilles : traitement de chaque point pendant le temps recommandé

Matériel : bâtonnet de verre, dispositif médical (norme CE)

Nombres de séances : cinq à raison d'une par semaine

Type de sujets : volontaires (fig.2)

Résultats

Résultats quantitatifs

- Les résultats observés démontrent une baisse de 50% du niveau de stress et d'anxiété entre la 1e et la 5e séance.

Résultats qualitatifs

- Les participants à l'étude disent avoir des améliorations dans leur qualité de vie au quotidien : meilleur contrôle de leurs émotions, prise de recul, moins de crispations.
- Les encadrants ont observé une nette amélioration de l'état de tension nerveuse chez les participants aussi bien dans la vie en collectivité qu'à leur poste de travail.

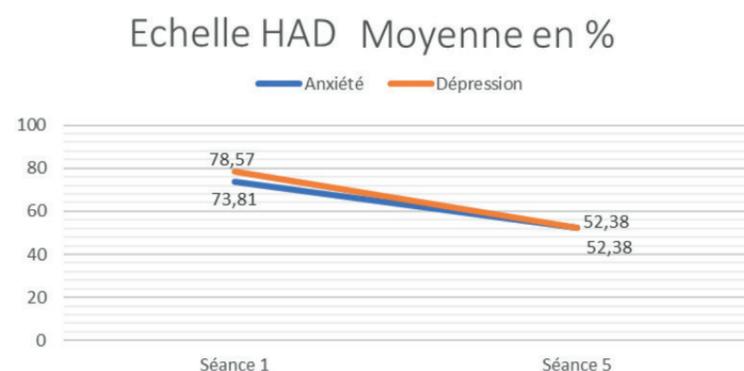
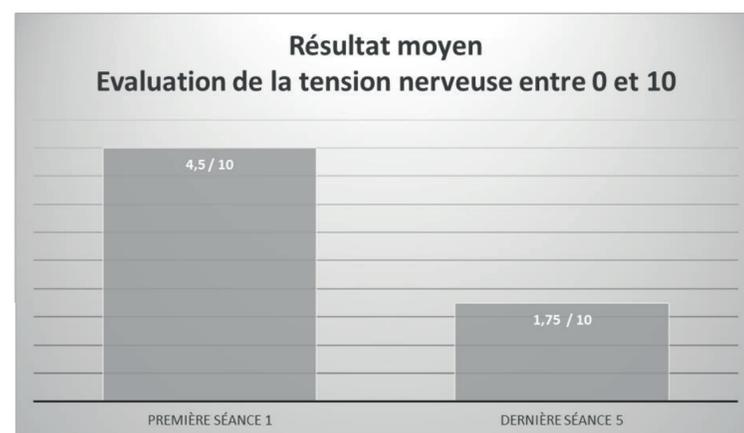
Conclusion

Les résultats montrent une amélioration de l'état psychique des sujets. L'évaluation de l'échelle HAD permet de mettre en avant un équilibre entre l'anxiété et la dépression perçue par les sujets au bout de cinq semaines. Une détente globale significative est observée dans les 24 heures suivant la séance.

L'aide apportée par la stimulation des zones réflexes auriculaires permet aux sujets de retrouver un équilibre général et une meilleure évaluation des événements du quotidien au fur et à mesure des séances. A titre préventif et de bien-être, il est préconisé de montrer à chacun les zones pour un suivi en autostimulation.

Ressources

- Méthode Acupression Auriculaire enseigné par le Dr Yves Rouxville au centre de formation Elisabeth Breton, Versailles (novembre 2020, janvier 2021)
- Les clés de l'auriculothérapie, Clinique et Pratique, Dr Rouxville, édition Satas, Bruxelles (2016)
- Le Livre blanc de l'auriculothérapie en 2020, ouvrage médical, collectif, de référence, Dr Rouxville (2020)
- Article « Nos premiers cas en Acupression auriculaire (AA) », (Breton E, Viorney A, Toullec A, Sommacal, Steinmetz R, Lemerrier A), Revue ICAMAR (Collège d'Auriculothérapie, Microsystèmes de l'Acupuncture et Réflexologie), N°25, www.icamar.org (décembre 2020)
- Gestion de crise sanitaire – Apport de l'acupression auriculaire, Groupe d'experts AMATA (Dr Yves Rouxville, Directeur), Revue ICAMAR, N°24, www.icamar.org (printemps 2020)
- Site de GETCOP (Groupe d'Evaluation des Thérapies Complémentaires Personnalisées et des Pratiques Innovantes), www.getcop.com



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP

Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES TROUBLES DE L'ANXIÉTÉ CHEZ DES PERSONNES AYANT UN DÉFICIT PSYCHIQUE, DANS LE CADRE D'UN ESAT

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR n°26, Printemps 2021

✈ Introduction

L'acupression auriculaire, méthode développée par le Dr Yves Rouxville est issue de l'Auriculothérapie (Paul Nogier, 1951). L'efficacité de l'Auriculothérapie sur le stress, l'anxiété et les troubles associés ne sont plus à démontrer. L'effet expliqué de l'acupression auriculaire : L'innervation sensitive du pavillon auriculaire est liée pour les deux tiers au tronc cérébral (nerf V3, Σ et VII et X ($p\Sigma$)) ; pour un tiers aux nerfs cervicaux (C1-C2-C3, Σ).

NB : L'ESAT est une structure permettant aux personnes en situation de handicap d'exercer une activité professionnelle tout en bénéficiant d'un soutien médico-social et éducatif dans un milieu protégé. Cette structure accueille des personnes qui n'ont pas acquis assez d'autonomie pour travailler en milieu ordinaire ou en entreprise adaptée à leurs besoins. (Source : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1654>)

☆ Objectif

L'objectif de l'étude observationnelle en acupression auriculaire (AA) est de démontrer l'intérêt de cette méthode non invasive et ses effets dans l'anxiété chez des personnes ayant un déficit psychique avéré.

⚙ Matériel et méthode

Sujets : 4 volontaires (H/F) avec déficit psychique, de 35 à 60 ans travaillant en Etablissement et Services d'Aide par le Travail (ESAT)

Outils d'évaluation

- Autoévaluation du niveau de stress par une échelle analogique EVA de 0 à 10 (0 absence d'anxiété, 10 anxiété maximale)
- Recueil oral de l'impression des participants à l'étude et de l'équipe encadrante sur leur état entre chaque séance

Matériel : Bâtonnet de verre Sedatelec® (dispositif médical reconnu CE)

Méthode utilisée : Les stimulations recommandées sont une pression adaptée, sur une durée suffisante, et pouvant être complétée (ou remplacée) par une stimulation externe (électrique transdermique, infrarouge, magnétique ou chromatique).

Protocole

- 4 points recommandés dans l'anxiété (fig.1) : Point zéro, zéro prime, Shen Men, point maître sensoriel
- Pression pendant le temps conseillé sur chaque point retrouvé, à chaque oreille

Séances

- Nombre de séances : 5
- Fréquence des séances : 1 par semaine pendant 4 semaines, la 5e deux semaines après

📊 Résultats

Résultats quantitatifs

- Les résultats observés démontrent une baisse de 50% du niveau de stress et d'anxiété entre la 1e et la 5e séance.

Résultats qualitatifs

- Les participants à l'étude disent avoir des améliorations dans leur qualité de vie au quotidien : meilleur contrôle de leurs émotions, prise de recul, moins de crispations.
- Les encadrants ont observé une nette amélioration de l'état de tension nerveuse chez les participants aussi bien dans la vie en collectivité qu'à leur poste de travail.

📌 Conclusion

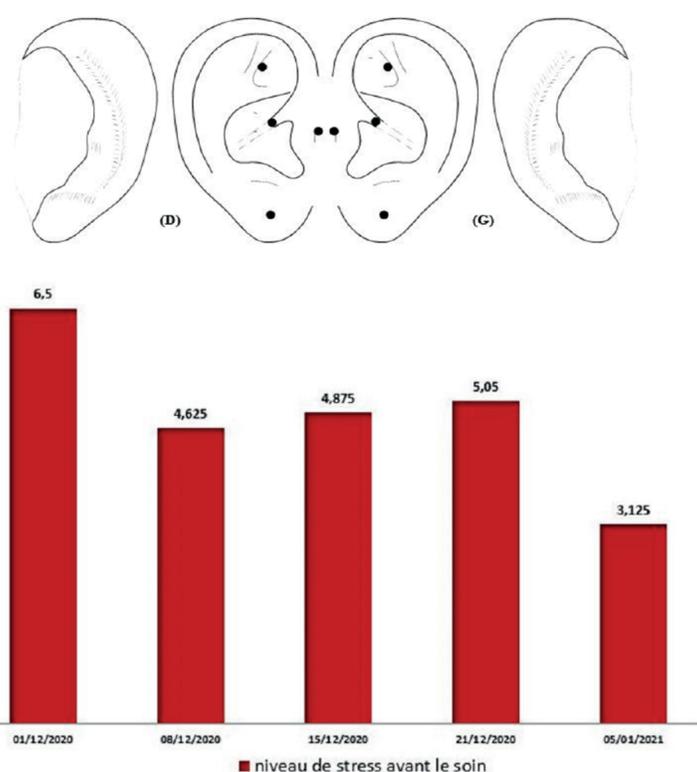
La diminution moyenne du niveau d'anxiété est significative. L'étude démontre également une amélioration sur certains domaines de la qualité de vie pour chacun des sujets.

Points faibles : L'étude est effectuée sur un petit nombre de cas. Du fait de leurs antécédents, les sujets peuvent avoir des réactions après séance très variées : importance de la mise en confiance et de l'accompagnement. Comme toute intervention non médicamenteuse (INM) : les bénéfices peuvent être liés à la technique, à la prise en charge, au praticien ou à tous ces facteurs réunis.

Les résultats de l'étude observationnelle sont encourageants, celle-ci devra être confirmée par un nombre plus important de participants pour en apprécier des résultats à plus grande échelle.

Ressources

- Les clés de l'auriculothérapie. Clinique et Pratique. Rouxville Y. Satas, Bruxelles (2016)
- Site du GETCOP (Groupe d'Évaluation des Thérapies Complémentaires Personnalisées et des Pratiques Innovantes) : www.getcop.com
- Nos premiers cas en Acupression Auriculaire (AA). (Breton E, Viorney A, Toullec A, Sommacal B, Steinmetz R, Lemerrier A). Revue ICAMAR n°25 www.icamar.org (2020)



ACUPRESSION AURICULAIRE - CAS DE LOMBALGIE

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR n°26, Printemps 2021

✈ Introduction

L'acupression auriculaire est une technique de réflexologie consistant à stimuler le pavillon auriculaire par des appuis mécaniques codifiés ou des pressions orientées. L'effet s'explique par l'innervation sensitive du pavillon auriculaire qui est liée pour les deux tiers au tronc cérébral (nerf V3, Σ) et VII et X ($p \Sigma$); pour un tiers aux nerfs cervicaux (C1-C2-C3, Σ). Les stimulations recommandées sont une pression adaptée, sur une durée suffisante, et pouvant être complétée (ou remplacée) par une stimulation externe (électrique transdermique, infrarouge, magnétique ou chromatique). Le Getcop (www.getcop.org) précise la limite légale des soins par auriculothérapie (technique de réflexologie développée par le Dr Paul Nogier depuis 1951) :

- Aiguilles: réservées au corps médical (habilité à faire un diagnostic) et par délégation aux infirmiers D.E.
- Laser de biostimulation: réservé au corps médical et aux auxiliaires médicaux D.E.
- Physiothérapie auriculaire et Acupression auriculaire: tous soignants et les réflexologues.

À l'heure actuelle, on note peu d'études dans cette discipline, sauf l'étude pilote sur 340 cas présentée en 2000 par Frantisek Para et Jaroslav Debef.

☆ Objectif

L'objectif de ce petit travail est d'étudier l'effet de l'acupression auriculaire chez trois patients souffrant de lombalgie chronique.

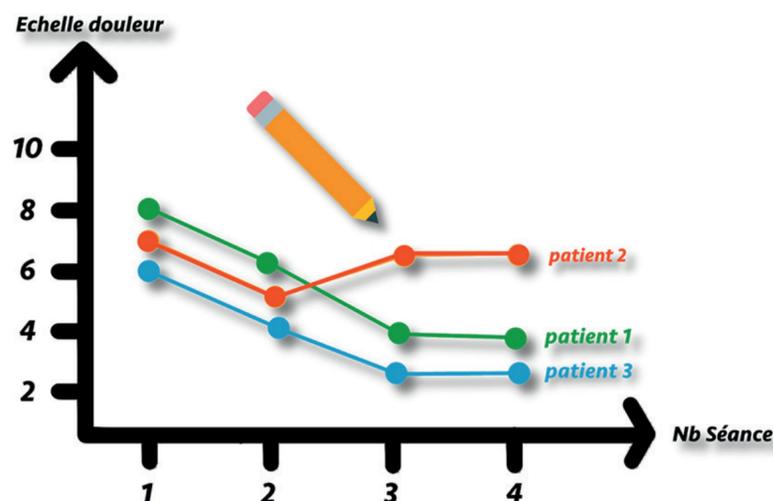
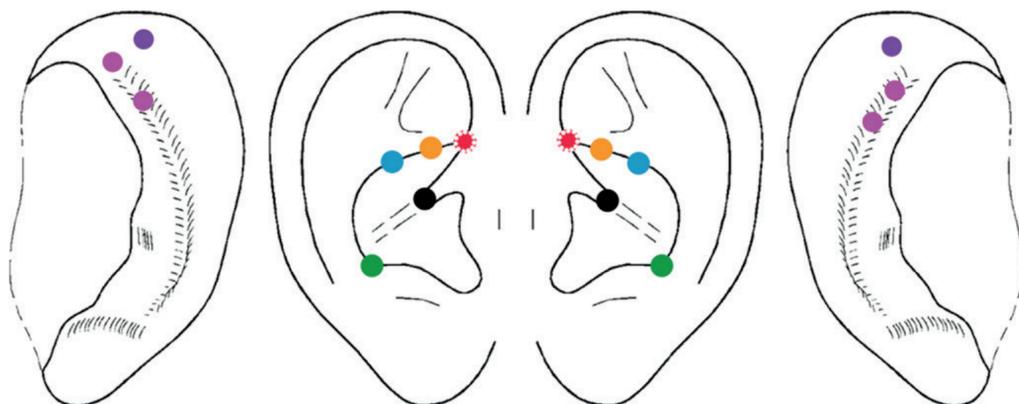
⚙ Méthode

La méthode consiste à évaluer la douleur lombaire avant chaque séance.

- Critère d'évaluation : l'échelle de douleur allant de 0 à 10 (0 absence de douleur, 10 douleur maximale).
- Matériel : le palpeur à pression bleu 250g et le bâtonnet de verre.
- En préalable : les oreilles et le matériel sont désinfectés.
- Respect des normes sanitaires : port du masque pour le patient et le praticien et lavage des mains à l'eau savonneuse ou par une solution hydroalcoolique.
- Fréquence : Une séance par semaine pendant un mois.
- Protocole de traitement conseillé par le docteur Rouxville : recherche des points sensibles à la pression avec le palpeur bleu, traitement de chaque point pendant le temps recommandé.

👤 Etudes de cas

Les trois patients volontaires sont âgés de 32 à 60 ans, ils présentent tous des douleurs lombaires depuis plus de six mois. Leurs prises d'antalgiques est occasionnelle et non systématique.



📄 Résultats

Le point de la charnière cervico-occipitale a réagi fortement à la pression, il a donc été traité. Cette particularité avait été signalée par le Dr Raphaël Nogier, décrite comme conséquence des douleurs lombo-sacrées.

- On note une diminution de la douleur supérieure à 60% chez 2 patients sur 3 avec une diminution nette dès la première séance.
- La diminution moyenne de la douleur est de 50%. Les douleurs des patients n°1 et n°3 sont restées constantes un mois après la 4ème séance.
- La patiente n°2 n'ayant pas été soulagée a bénéficié d'une séance d'ostéopathie après l'étude, des «manipulations viscérales» lui ont permis un soulagement.
- Les 3 patients ont ressenti des douleurs à la palpation plus importantes au cours des deux premières séances.

N'ayant pas pu évaluer avec précision la pression exercée sur l'oreille je n'ai pas mené de résultats comparatifs.

📌 Conclusion

La technique d'acupression auriculaire permet un soulagement optimal à la quatrième séance, il suffit de quinze minutes par séance. Les patients peuvent aussi poursuivre l'auto-traitement par des points précis afin de renforcer la stimulation réalisée. Après la pandémie, ce travail sera complété par une étude portant sur un plus grand nombre de patients, afin de préciser l'effet des différentes séances et les autres variables (âge, sexe, ancienneté des troubles).

Ressources

- Les clefs de l'auriculothérapie, Clinique et Pratique, Yves Rouxville
- Livre Blanc de l'auriculothérapie en 2020, Yves Rouxville
- Auriculothérapie 1er Degré, Raphaël Nogier



TRAITEMENT PAR ACUPRESSION AURICULAIRE (AA) DE L'ANOSMIE ET DE L'AGUEUSIE CHEZ UN PATIENT DE 32 ANS ATTEINT DE LA COVID 19

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR n°26, Printemps 2021

✈ Introduction

Le patient a été contrôlé positif par le test RT-PCR, il décrit une céphalée permanente, une anosmie et une agueusie totales, ainsi qu'une sensation d'inflammation nasale et le nez bouché. Le traitement s'est fait par acupression auriculaire à l'aide du bâtonnet de verre Sedatelec. La détection a été réalisée par le palpeur bleu à pression Sédatelec.

☰ Traitement

Jour 1, 1^{ère} séance

Les points traités sont les suivants : point maître sensoriel, point du nerf trijumeau, point du nerf olfactif (I) qui est proche du point du cortex pré-frontal, point du nerf glossopharyngien (IX) ou du nerf facial (VII) qui sont proches.

Harmonisation par le point zéro.

Les points sont tous douloureux à la détection en bilatéral. Ils ont tous été traités au bâtonnet de verre, en apnée inspiratoire stricte pendant 10 secondes, afin d'éviter les réactions vagales et pour améliorer la détente du patient.

15 minutes après la séance le patient me décrit une réduction de la sensation d'inflammation nasale et il retrouve quelques odeurs. Traitement de l'agueusie et de l'anosmie suite à une infection à la Covid 19

Jour 2

Les points traités sont les mêmes, dans les mêmes conditions d'examen et de traitement.

Résultat : le nez est débouché, le goût est revenu en quasi totalité, l'anosmie est encore présente. Le patient décrit des odeurs en lien avec des souvenirs d'enfance trois heures après la séance.

Jour 3

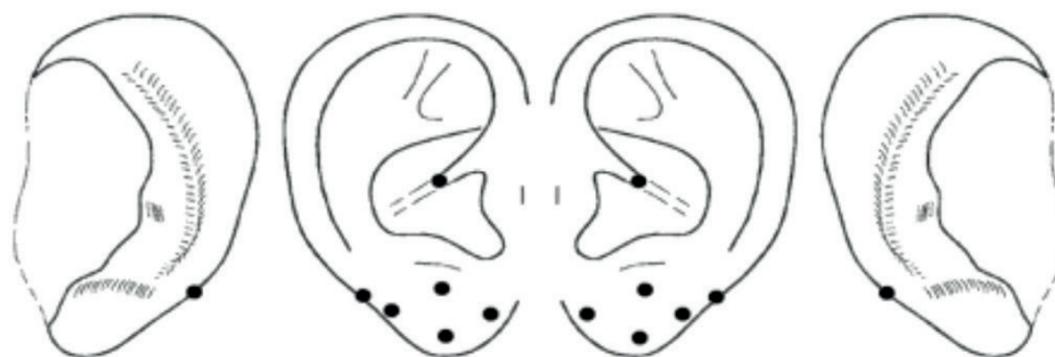
Les points traités sont les mêmes dans les mêmes conditions d'examen et de traitement.

Résultat: le patient sent désormais l'odeur du coton alcoolisé utilisé pour la désinfection. L'inflammation nasale est de plus en plus diffuse et l'odorat revient à 70%.

Jour 5

Les points traités sont les mêmes dans les mêmes conditions de traitement.

Résultat : Le patient n'a plus de céphalées, l'inflammation nasale est très légère. Il décrit une récupération du goût à 100% et une récupération de l'odorat à 80%.



Traitement de l'agueusie et de l'anosmie suite à une infection à la Covid 19

▣ Conclusion

Le patient est soulagé partiellement, il a retrouvé un confort de vie grâce à une technique non invasive et simple à réaliser. Il est à préciser que je n'ai pas d'hypothèse ; j'ai simplement recherché les zones réactives en lien avec la problématique du patient.

L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LA GESTION DES TROUBLES DE L'ANXIÉTÉ 1/2

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR n°26, Printemps 2021

✈ Introduction

Ressentir de l'anxiété dans certaines occasions est tout à fait normal. Cependant, une personne peut présenter de l'anxiété généralisée face à l'importance de ses responsabilités professionnelles, financières et familiales, sans arriver à s'en détacher pour se détendre. Le taux d'anxiété est alors élevé et l'inquiétude est continue avec des symptômes multiples :

- Fatigue,
- Troubles du sommeil,
- Irritabilité,
- Maux de tête,
- Douleurs et tensions musculaires parfois généralisées dans tout le corps,
- Difficultés à se concentrer,
- Inconfort abdominal...

☆ Objectif

Evaluation de l'Anxiété notable.

Evaluation secondaire :

- Diminution des symptômes liés
- Diminution de l'anxiété et des états dépressifs
- Amélioration de la qualité de vie

⚙ Méthode

CRITÈRES D'ÉVALUATION

- Avoir plus de 18 ans et être volontaire
- Engagement pour la période du suivi protocolaire

DUREE DES SEANCES

- Première consultation : 60 minutes
- Durée des quatre consultations suivantes : 30 minutes

PLAN D'ACTION

5 séances réparties comme suit :

- Les 2 premières séances dans la même semaine
- Puis 3 séances réalisées 1 fois par semaine

OUTILS D'ÉVALUATION QUANTITATIFS ET QUALITATIFS

- Echelle HAD (Anxiété et Dépression)
- Echelle BMS (degré d'exposition au burn-out)
- Verbalisation de l'état général avant et après séance.

METHODOLOGIE

- Acupression auriculaire Méthode enseignée par le Dr Yves Rouxville
- L'effet expliqué. L'innervation sensitive du pavillon auriculaire est liée pour les deux tiers au tronc cérébral (nerf V3, I) et VII et X (PD: pour un tiers aux nerfs cervicaux (C1-C2-C3, I).
- Les stimulations recommandées sont une pression adaptée, sur une durée suffisante, et pouvant être complétée (ou remplacée) par une stimulation externe (électrique transdermique, infrarouge, magnétique ou chromatique).

PROTOCOLE

- Anxiété Notable
- Points maîtres : Zéro, Zéro prime, Shen Men et Point Maître Sensoriel
- Pression à l'aide de la canne de verre: bleue - matériel médical Sedatelec
- Durée de pression sur chaque point : le temps recommandé lors de la formation
- Durée totale du soin effectif : moins de cinq minutes

👤 Etudes de cas

Cas 1

HOMME de 61 ans
Marié - 1 enfant | Ingénieur

- Épaules douloureuses en particulier la nuit
- Douleurs dans les yeux qui le réveille la nuit
- Très peu d'odorat
- Troubles de l'attention / concentration
- Maux de têtes très fréquents et surtout au travail
- Fatigue et lassitude générale dans tous les domaines

Pas de traitement

Cas 2

FEMME de 45 ans
Divorcée - 3 enfants | Cadre

- Crises d'angoisses à répétition
- Brûlures oculaires depuis 1 an
- Très stressée
- Lourdeurs dans le dos, entre les omoplates
- Gros problèmes digestifs
- Diarrhées
- Spasmes épigastriques

Sous antidépresseurs

Cas 3

FEMME de 51 ans
Mariée - 2 enfants | Sans emploi

- Peur de l'avenir
- Fatigue
- Lassitude et ras-le-bol général
- Est en mode «survie»
- Manque de confiance en elle
- Douleurs dorsales

Adepte de produits naturels

L'APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE DANS LES PROBLÈMES DE LOMBALGIE

A propos

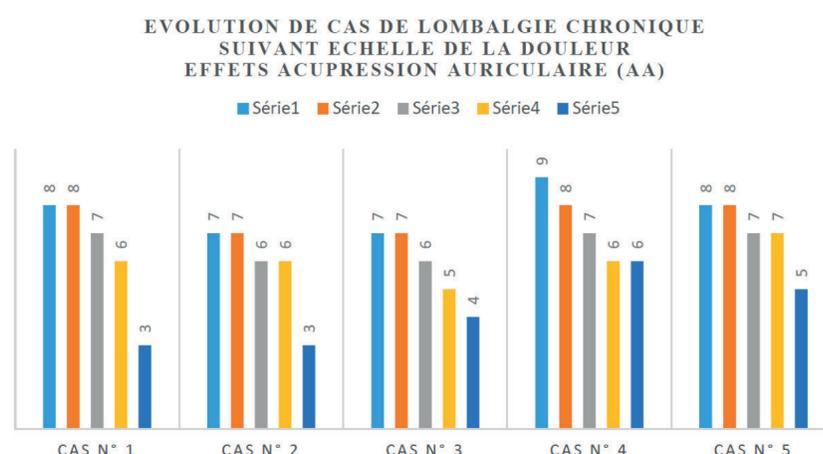
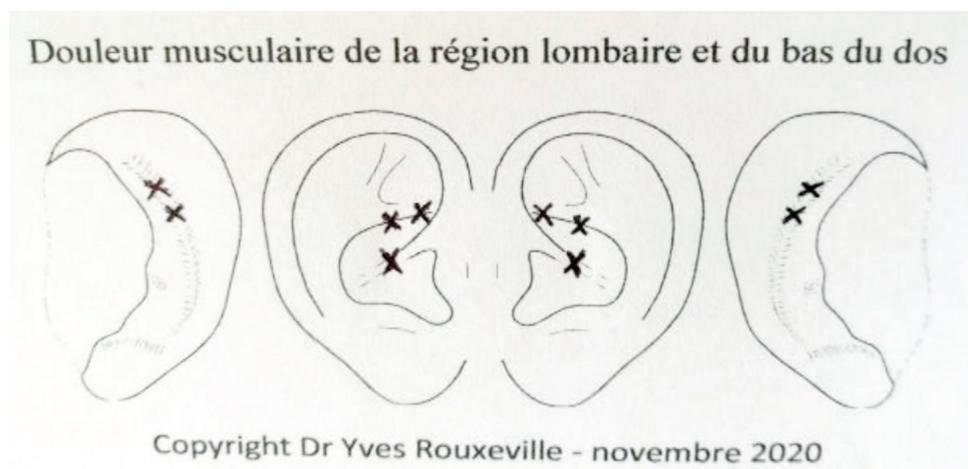
Poster diffusé lors du congrès GETCOP 2021, 18 et 19 juin à Nancy

✈ Introduction

La lombalgie (lumbago / tour de rein) correspond à une douleur de la région lombaire dans la partie basse du dos évoluant depuis plus de trois mois. Elle altère considérablement la qualité de vie des personnes atteintes. Six millions de Français consulteraient chaque année pour ce trouble. Dans de nombreux cas, l'évolution est bénigne. Mais cette affection constitue néanmoins la 3^e cause d'invalidité en France.

⚙ Méthode

- L'étude a été menée sur cinq personnes reçues dans mon cabinet situé au sein de la maison Paramédicale du Fort, située Allée du Fort – 50130 Cherbourg-en-Cotentin.
- Public visé : des individus majeurs présentant des cas de lombalgie chronique.
- Outils utilisés :
 1. Logiciel « La Gestion du Bien-être » permettant un suivi régulier sur l'évolution de l'état des personnes.
 2. L'échelle de la douleur de 0 à 10 (0 : absence de douleur. 10 : douleur maximale).
 3. Verbalisation de l'état avant et après séance.
- Les critères d'inclusion à l'étude : la lombalgie pouvant survenir après un traumatisme physique ou psychique (stress par exemple), mais aussi souvent sans avoir fait d'effort particulier.
- Technique utilisée : acupression auriculaire - méthode développée et enseignée par Dr Yves Rouxville. Protocole : douleur musculaire de la région lombaire et du bas du dos (voir schéma ci-dessous). Travail du pavillon de l'oreille. Points de la charnière lombo sacrée et du bas du dos + point O (oreille droite et gauche). Face postérieure ou mastoïdienne (oreille droite et oreille gauche) : points lombaires.
- Traitement par électricité transcutanée 30 secondes sur chaque point par courant électrique.
- Matériel médical utilisé : Prémio 20 TD. Répétition des séances : 1 fois par semaine durant 5 semaines.



📊 Résultats

- La répétition des séances vise à soulager la douleur. La première dans les 24 heures, les quatre suivantes dans les 2 à sept jours.
- L'atténuation de la douleur est constatée en moyenne à partir de la troisième intervention ainsi que la diminution de la gêne fonctionnelle. Elle est par ailleurs constante les deux séances suivantes. Le suivi régulier sur cinq séances vise une action durable sur la gestion de la douleur, du stress et des troubles liés : cruralgie ou sciatique.
- Le courant électrique du Prémio 20 TD est ressenti différemment par les personnes, sur les points : fourmillements ou vibrations de plus ou moins grande intensité ou aucune sensation. Au fur et à mesure des séances certains points sont davantage sensibles au courant électrique.
- Les raideurs ressenties et les mouvements douloureux au niveau du bas du dos sont moins présents. Une souplesse de la zone lombaire est constatée en moyenne autour de la 3^e séance de manière plus sensible. Les douleurs apparentées dans les jambes disparaissent.
- La sensation qu'un courant circule de la tête jusqu'aux jambes est également très présente chez les cinq cas suivi d'un grand bien-être.
- Chaque cas témoigne d'une légèreté et d'une vitalité retrouvées et une sensation de libération.

🏁 Conclusion

- Points forts de l'étude : observation d'une diminution douce mais néanmoins sensible de la douleur pour chaque personne suivie. Les raideurs du bas du dos disparaissent laissant place à davantage de souplesse. Les douleurs liées des nerfs sciatique et crural disparaissent également de manière progressive. L'atténuation, voir la disparition de la douleur engendre un mieux-être général largement exprimé.
- Points faibles : Le traitement adapté des zones d'oreille correspondant aux organes du corps a souvent un effet bénéfique. Cette seule approche est insuffisante à régler de façon durable les cas chroniques. Un programme multidisciplinaire adapté est nécessaire et à envisager.

Ressources

- Teirich-Leube H. « Massage du tissu conjonctif », Krakengymnastik, 1950.
- Dicke E. « Mon massage du tissu conjonctif », Ed.Hippokrates, Stuttgart, 1958.
- Helmrich H.E. « Le massage du tissu conjonctif », Haug, Ulm, 1959.
- Jarricot « Dermalgies réflexes viscéro-cutanées postérieures » 1980.
- Richard Raymond « Techniques réflexes conjonctives, périostées et dermalgies viscéro-cutanées » 2001. Breton Elisabeth « Réflexologie pour la forme et le bien-être », aux Editions Vie, 2015

ACUPRESSION AURICULAIRE

DANS UN CAS DE TROUBLES ANCIENS DU SOMMEIL (1/3)

A propos

Poster diffusé dans la Revue ICAMAR, N°27 (novembre 2021)

✦ Résumé

Réalisation d'une série de cinq séances d'acupression auriculaire (méthode du Dr Yves Rouxeville) en quatre semaines afin de soulager des troubles anciens du sommeil, caractérisés par des réveils nocturnes quotidiens de 2 heures environ depuis plus de 18 mois.

☆ Introduction et objectifs

Cette étude a pour objectif de partager une expérimentation en Acupression Auriculaire réalisée sur une personne souffrant de troubles anciens du sommeil, en détaillant la méthode appliquée et ses résultats. Elle n'est pas conduite à visée thérapeutique mais à visée de bien-être.

Présentation du sujet

Homme de 64 ans (dénommé ci-après par ses initiales : BA), à la retraite, présentant des troubles du sommeil depuis 18 mois avec un endormissement rapide et un réveil systématique de 2h environ chaque nuit en milieu de nuit, puis des micro-réveils successifs jusqu'au lever. Actuellement, il ne présente pas de problème de santé et ne prend aucun traitement médicamenteux. Depuis 18 mois a vécu plusieurs situations difficiles et stressantes, générant une surcharge de tâches à faire, dont il fait parfois la liste lorsqu'il est réveillé la nuit.

Habituellement, BA se couche vers 22h30 et se lève vers 7h30-8h de lui-même (sans radio-réveil). Il ressent des coups de barre en fin de matinée et en début d'après-midi (et fait souvent une petite sieste à ce moment-là) et perçoit un regain de forme vers 18h. Il se dit K.O. après le repas du soir.

Il se lève le matin en étant fatigué, non somnolent et très rapidement opérationnel pour sa journée. Il n'a jamais aimé se lever tard. Sur une échelle de 0 à 10, il évalue à 6 la gêne que lui occasionnent ses troubles de sommeil au quotidien sur sa qualité de vie. Il ne connaît pas l'acupression auriculaire et la découvre à cette occasion.

⚙ Matériel et méthode

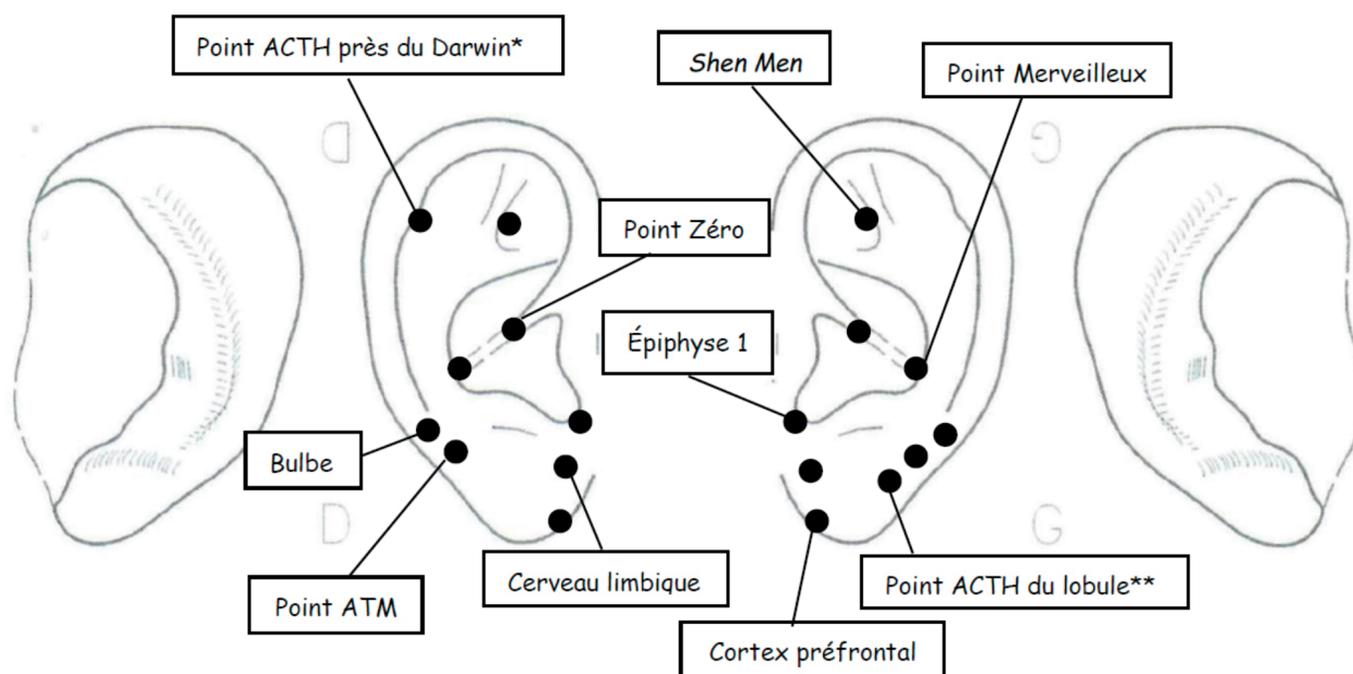
Les actions réalisées à chacune des séances sont les suivantes, par ordre chronologique :

- Lavage des mains à l'eau et au savon
- Désinfection du palpeur à pression bleu et du bâtonnet de verre avec un tampon hydro-alcoolique
- Recherche des points du pavillon de l'oreille sensibles à la pression à l'aide du palpeur à pression bleu
- Appui pendant 30 secondes à l'aide de la canne de verre successivement sur chaque point particulièrement sensible
- Désinfection du palpeur à pression bleu et du bâtonnet de verre avec un tampon hydro-alcoolique
- Lavage des mains à l'eau et au savon

Les points traités seront les points sensibles et seront reportés immédiatement sur le schéma d'oreilles à chacune des séances. Les points recherchés à chacune des séances sont les suivants : Point ATM (Maxillo-dentaire) ; Cerveau limbique ; Cortex préfrontal ; ACTH du lobule ; Bulbe ; ATCH près du Darwin ; Shen Men ; Épiphyse 1 ; Point Merveilleux ; Point Zéro.

5 séances sont réalisées, les quatre premières à une semaine d'intervalle chacune (31/03/2021 ; 07/04/2021 ; 14/04/2021 ; 21/04/2021) et la cinquième deux semaines après la quatrième (05/05/2021).

2 outils de mesure seront utilisés pour évaluer les effets des séances sur les troubles du sommeil rencontrés : l'index de sévérité de l'insomnie (ISI) et le questionnaire de sommeil de Spiegel. Ces outils seront remplis avant la première séance (31/03/2021) et la dernière séance (05/05/2021). De plus, une synthèse de suivi au jour le jour des effets sur le sommeil a été remplie par BA.



* BA est droitier, le point ACTH près du Darwin est donc situé sur l'oreille droite.

** Le point ACTH du lobule est situé sur l'oreille gauche

N.B. : Tous les autres points sont symétriques sur les deux oreilles

ACUPRESSION AURICULAIRE

DANS UN CAS DE TROUBLES ANCIENS DU SOMMEIL (2/3)

☰ Résultats

Synthèse détaillée par séance des points traités

Le tableau ci-dessous précise les points vérifiés à chaque séance. Les points noirs indiquent les points traités à chaque oreille (62 au total, dont 29 à l'oreille droite et 33 à l'oreille gauche).

	Séance 1		Séance 2		Séance 3		Séance 4		Séance 5	
	Date: 31/03/2021		Date: 07/04/2021		Date: 14/04/2021		Date: 21/04/2021		Date: 05/05/2021	
	OD	OG								
Point ATM (Maxillo-dentaire)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Cerveau limbique	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Cortex préfrontal	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ACTH du lobule *	-	●	-	●	-	●	-	●	-	●
Bulbe	●	●	●	●	●	●	●	●		
ACTH près du Darwin **		-		-		-		-		-
Shen Men	●									
Épiphyse 1	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Point Merveilleux										
Point Zéro	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

* Point situé sur l'oreille gauche uniquement

OD : Oreille droite

** Point situé sur l'oreille droite (BA étant droitier)

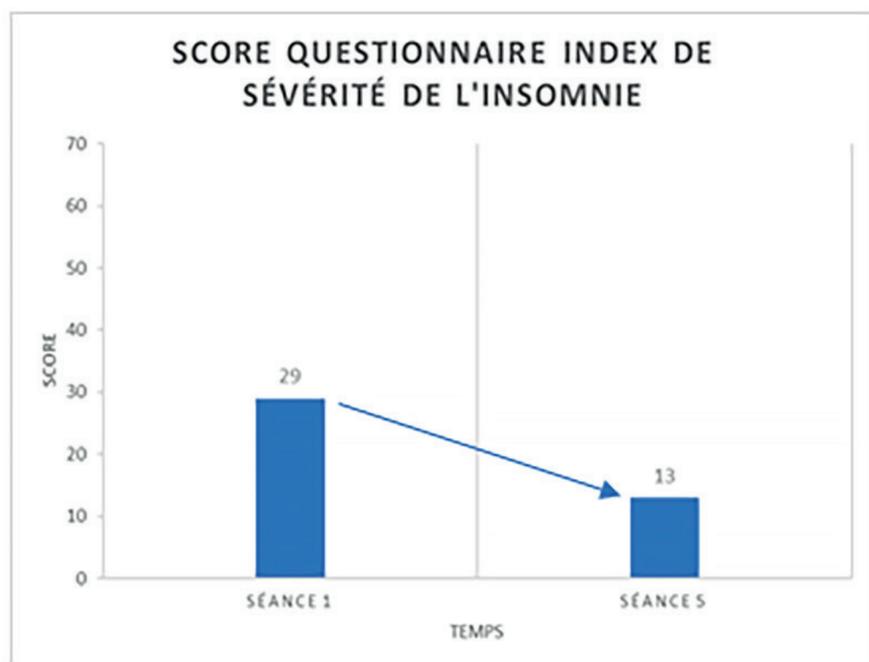
OG : Oreille gauche

Lors des deux premières séances, les points très douloureux sont les suivants (particulièrement sur le lobule de l'oreille gauche) : Point ATM, Cerveau limbique, Cortex préfrontal, ACTH du lobule (OG), Épiphyse 1 et Point Zéro.

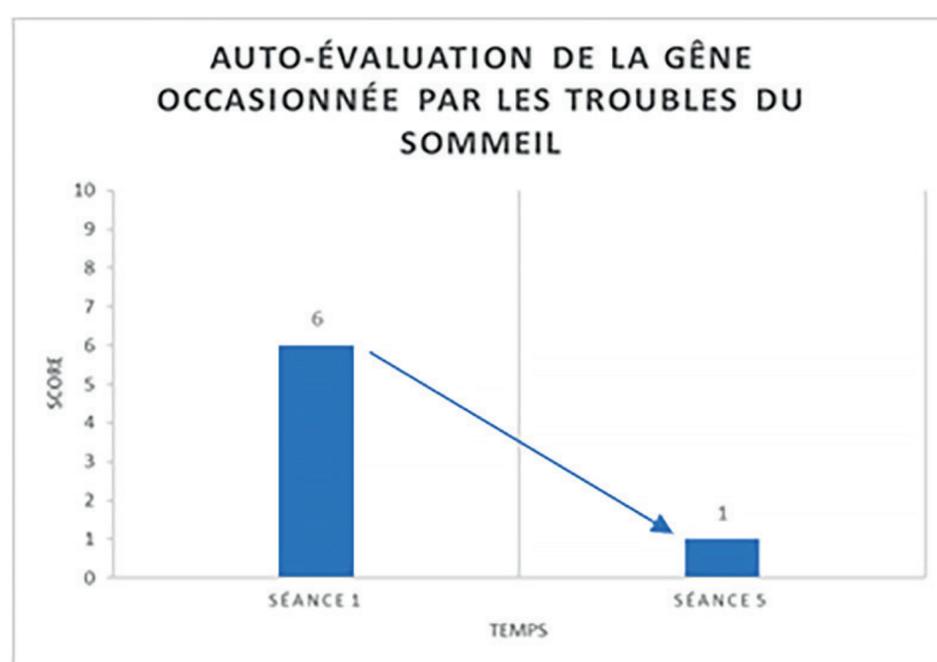
Lors des troisième et quatrième séances, les points les plus douloureux (identiques sur l'oreille droite et gauche) sont les suivants : Point ATM, cerveau limbique, Cortex préfrontal et ACTH du lobule (OG).

Lors de la dernière séance, les points les plus douloureux (particulièrement sur le lobule de l'oreille gauche) sont le cerveau limbique, le cortex cérébral et l'ACTH du lobule (OG).

Synthèse des questionnaires utilisés (Index de sévérité de l'insomnie (ISI) et questionnaire de sommeil de Spiegel) et du suivi quotidien de BA



Nous notons une diminution de 16 points sur le score du questionnaire (passage de 29 à 13 sur 64) entre la première et la dernière séance.

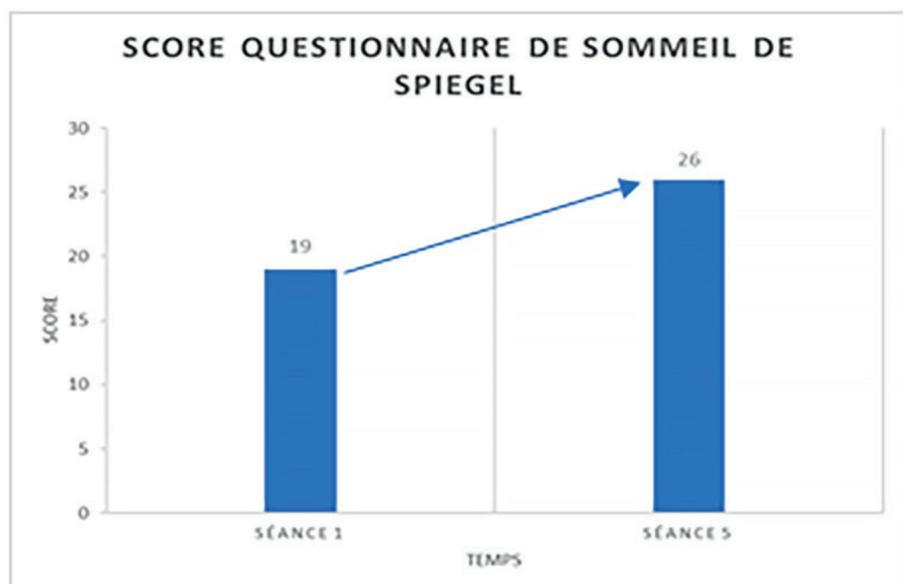


Nous notons une augmentation de 7 points sur le score du questionnaire (passage de 19 à 26 sur 30) entre la première et la dernière séance.

Une synthèse complémentaire de suivi au quotidien de la qualité du sommeil remplie par BA fait ressortir les éléments suivants :

- Une durée d'endormissement stable, inférieure à 15 min (sauf exception dans la nuit du 18 au 19 avril 2021) ;
- Une diminution progressive du nombre réveils nocturnes ;
- Une diminution progressive de la durée totale des insomnies sauf en cas de situations particulières (écrans le soir, stress avec pensées récurrentes) ;
- Une réapparition de nuits avec un sommeil « nonstop » (ce qui n'était pas arrivé depuis 18 mois) ;
- Une augmentation progressive de la qualité du sommeil et du réveil.

ACUPRESSION AURICULAIRE DANS UN CAS DE TROUBLES ANCIENS DU SOMMEIL (3/3)



À la fin des 5 séances, sur une échelle de 0 à 10, BA évalue à 1 la gêne que lui occasionnent ses troubles de sommeil au quotidien sur sa qualité de vie (rappel : il l'évaluait à 6/10 avant de débiter la première séance).

Conclusions

Cette étude, nouvelle à ce jour sur le sujet, a été conduite dans un objectif non pas de soigner mais d'apporter un bien-être lié au retour de la qualité du sommeil. Elle semble démontrer les effets bénéfiques de l'Acupression Auriculaire sur les troubles du sommeil, avec une rapidité d'action à souligner puisque les améliorations sont apparues dès la première séance.

Les actions de l'Acupression Auriculaire ont porté en particulier sur :

- La qualité du sommeil : moins de réveils nocturnes (et réveils moins longs), impression d'un sommeil plus reposant, réapparition de nuits de sommeil non-stop ;
- L'état au réveil : la sensation de fatigue n'est plus présente en se levant le matin ;
- Le tonus qui se voit renforcé par la disparition des coups de fatigue en journée (sauf exceptions liées à des situations particulières de stress accru).

L'acupression Auriculaire pourrait constituer une véritable technique pour soulager les troubles du sommeil, ce qu'il conviendra de vérifier en conduisant des études sur le sujet à plus grand échelle. BA dit avoir retrouvé une meilleure qualité de sommeil et un bien-être au quotidien. Je le remercie pour son consentement dans la publication de cette étude.

Discussion

Les troubles du sommeil sont des troubles courants dans la population de tout âge, et sont régulièrement les effets d'un stress aigu ou chronique.

Les outils de mesure utilisés dans le cadre de cette étude font ressortir des améliorations quant aux troubles du sommeil de BA suite aux différentes séances d'Acupression Auriculaire. Dans le cas de BA, les effets apparaissent rapidement après le début des séances et sont notables.

Nous remarquons les faits suivants :

- L'insomnie de 2h environ, quotidienne depuis 18 mois, disparaît après la première séance
- Le nombre de réveils nocturnes diminuent sensiblement après la deuxième séance et a tendance à se stabiliser. Malgré tout, dans le cas de réveils nocturnes, la durée de l'insomnie est raccourcie (souvent inférieure à 15 min).

Néanmoins, il est à noter que dès qu'une situation stressante réapparaît, les nuits s'en voient instantanément de nouveau perturbées. Même si le retour à des nuits plus reposantes est stable, ce que confirme BA plusieurs mois après la fin des séances, nous pouvons nous interroger sur le caractère durable de ces effets bénéfiques dans le temps, notamment si des stress répétés venaient à se manifester.

Il est aussi à considérer que le protocole en question convienne particulièrement à BA et puisse être à personnaliser en fonction de l'individu et des raisons qui ont conduit à l'apparition des troubles du sommeil. Dans le cas de BA, ce sont les points situés sur le lobule qui était particulièrement douloureux et qu'il a fallu traiter le plus régulièrement.

Ressources

1. Site du GETCOP (Groupe d'Évaluation des Thérapies Complémentaires Personnalisées et des Pratiques innovantes) : www.getcop.com
2. Les clés de l'auriculothérapie. Clinique et Pratique. Rouxville Y. Éditions Satas, Bruxelles (2016)
3. Support de formation « Acupression Auriculaire destinée à des réflexologues RNCP », Rouxville Y, novembre 2020 et janvier 2021.
4. Nos premiers cas en Acupression Auriculaire (AA). Breton E, Viorney A, Toullec A, Sommacal B, Steinmetz R, Lemerrier A. Revue ICAMAR n°25 www.icamar.org (2020)
5. Questionnaire Index de sévérité de l'insomnie (ISI) : https://reseau-morphee.fr/wp-content/uploads/dlm_uploads/2016/11/INDEX-DE-SEVERITE-DE-L.new-0.pdf
6. Questionnaire de sommeil de Spiegel : <http://espaceperso.utipinnovations.fr/elearning/cours/48-INSOMNIE/3-703/images/spiegel.pdf>

Mots clés

✓ sommeil ✓ insomnie ✓ stress ✓ acupression auriculaire



Marine Lebourgeois
Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

reflex-lebourgeois.fr
reflex-lebourgeois@orange.fr
28 Rue de Fontenay- 92340 Bourg-la-Reine
Tel : 06.76.64.63.76

ETUDE OBSERVATIONNELLE

APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE® MÉTHODE DR YVES ROUXEVILLE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID-19 (1/2)

☆ Introduction

Le but de l'étude observationnelle, réalisée sur un adulte souffrant d'anosmie et d'agueusie liées à la Covid-19, est d'évaluer l'évolution du goût et de l'odorat avec un suivi de séances d'acupression auriculaire.

PRÉSENTATION DU SUJET

Femme de 53 ans, ayant eu le Covid-19, variant Delta, en août 2021. Depuis elle présente une perte de l'odorat et du goût très importante. Elle ressent également des douleurs articulaires chroniques depuis cette même période.

⚙ Méthode

L'étude a été réalisée de janvier à avril 2022.

- 5 séances ont été effectuées et espacées d'environ 15 à 20 jours entre elles.
- L'estimation de l'odorat et du goût est notée de 0 à 5 (0 étant perte totale, 5 étant la valeur normale) à la première et à la dernière séance.
- La satisfaction globale et la qualité de vie quant à l'apport de l'acupression auriculaire seront évalués à la dernière séance de 1 à 4 :
 - 1 = très satisfait
 - 2 = Satisfait
 - 3 = Pas trop satisfait
 - 4 = pas du tout satisfait

DÉROULEMENT DES SÉANCES D'ACUPRESSION AURICULAIRE

Les zones du pavillon auriculaire à explorer sont représentées dans la figure 1 ci-contre.

Les points douloureux ont été détectés au palpeur bleu à pression 250 grammes.

Les points sont stimulés à la canne de verre bleu (matériel médical norme CE) par des pressions de 30 secondes sur chacun des points détectés, en respiration libre.

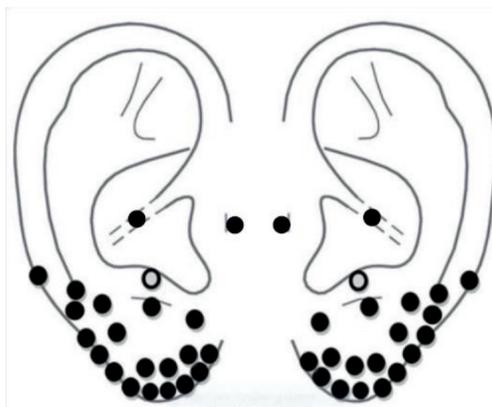
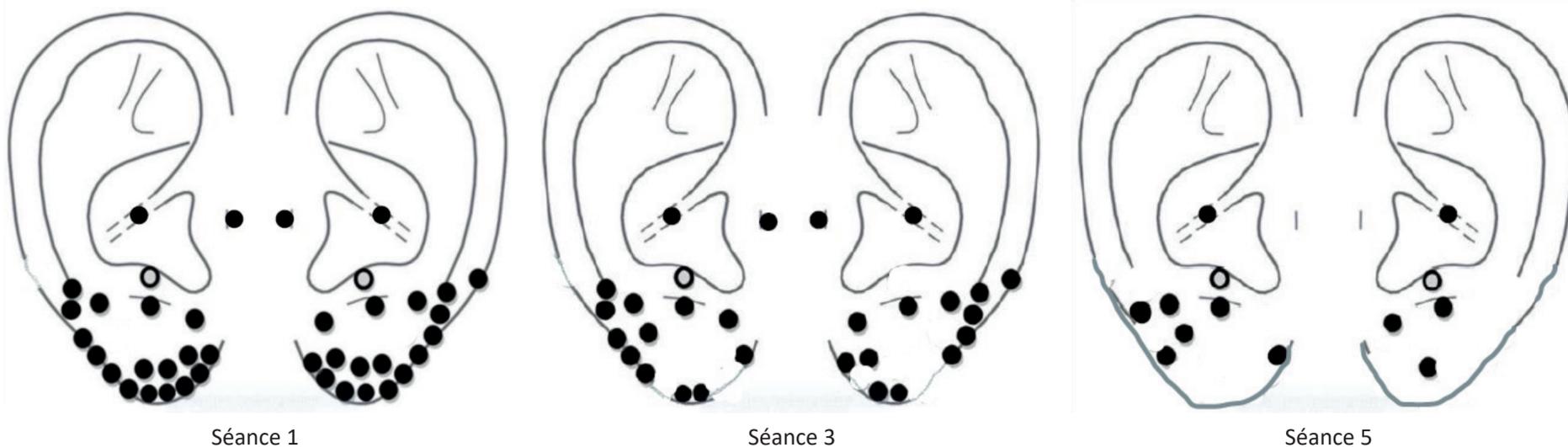


Fig.1 : Zones du pavillon auriculaire à explorer (anosmie et agueusie post Covid-19) ; « Conseils pour une étude sur l'effet de l'acupression auriculaire (AA) dans l'anosmie et l'agueusie liées à Covid-19, à réaliser par les réflexologues RNCP formés au Centre de formation Elisabeth Breton, (Dr Yves Rouxville), 2021 »

SUIVI DES SÉANCES ; REPRÉSENTATION DES POINTS DÉTECTÉS ET STIMULÉS



🔑 Mots clés

✓ COVID ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

ETUDE OBSERVATIONNELLE

APPORT DE L'ACUPRESSION AURICULAIRE® MÉTHODE DR YVES ROUXEVILLE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID-19 (2/2)

📄 Résultats

- Au fur et à mesure des séances, de moins en moins de points ont été sensibles à la détection selon les schémas des séances ci-dessus. Une nette réduction du nombre de points à traiter est constatée entre la première et la dernière séance.
- Le graphique ci-contre exprime une amélioration de la récupération de l'anosmie et de l'agueusie entre la première et la dernière séance.
- La satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur :
 - **La récupération du goût et de l'odorat post-COVID-19 en fin de suivi est évaluée à 2**
 - **La qualité de vie est évaluée à 2**

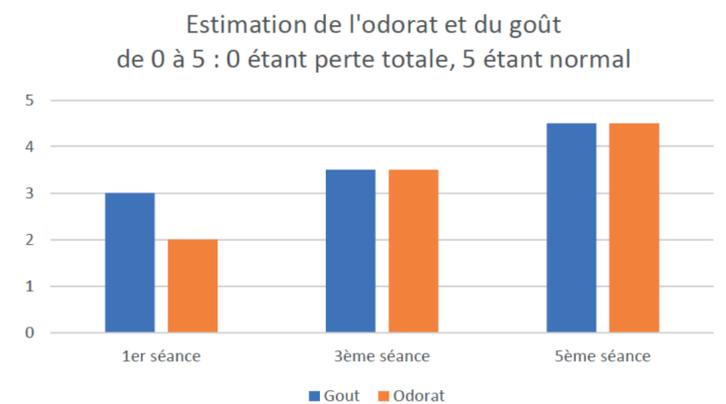


TABLEAU DE NOTATION DE LA SATISFACTION GLOBALE DU SUJET*

Satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur la récupération du goût et de l'odorat post-COVID-19 ?	1 = Très satisfait 2 = Satisfait 3 = Pas trop satisfait 4 = Pas du tout satisfait
Quelle est la satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur la qualité de vie ?	1 = Très satisfait 2 = Satisfait 3 = Pas trop satisfait 4 = Pas du tout satisfait

*Tableau de notation de la satisfaction globale du sujet extrait et adapté de l'essai clinique « Apport de la réflexologie dans les troubles fonctionnels intestinaux », Centre de formation E. Breton).

🚩 Conclusion

Les différentes mesures d'évaluation montrent que l'acupression auriculaire® (Méthode Dr Yves Rouxeville) est un accompagnement intéressant dans la récupération du goût et de l'odorat à la suite de la perte totale ou partielle de ces fonctions sensorielles post-COVID-19.

Ressources

1. Conseils pour une étude sur l'effet de l'acupression auriculaire (AA) dans l'anosmie et l'agueusie liées à Covid-19, à réaliser par les réflexologues RNCP formés au Centre de formation Elisabeth Breton par Dr Yves Rouxeville (2020)
2. Les clés de l'auriculothérapie, Clinique et Pratique, Dr Y. Rouxeville, édition Satas (2016)
3. Viorney A. Traitement par acupression auriculaire (AA) de l'anosmie et de l'agueusie chez un patient de 32 ans atteint de la Covid 19. ICAMAR n°25 www.icamar.org (2020)
4. Le livre blanc de l'auriculothérapie, Dr Y. Rouxeville, édition Sauramps médical (2020)

🔑 Mots clés

✓ COVID ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

APPORT DE L'AURICULOTHÉRAPIE PAR TRAITEMENT ÉLECTRIQUE PERCUTANÉE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID-19 (1/2)

☆ Objectif

Le but de l'étude observationnelle, réalisée sur une adulte souffrant d'anosmie et d'agueusie liées à la Covid-19, est d'évaluer l'évolution du goût et de l'odorat avec un suivi de séances d'auriculothérapie par traitement électrique percutanée (balayage fréquentiel).

✈ Introduction

Jeune femme de 23 ans, infirmière, ayant eu le Covid-19 en novembre 2019. Depuis elle présente une perte de l'odorat et du goût très importante. Elle ressent également une fatigue chronique depuis cette même période.

Elle a mis en place une rééducation de l'odorat avec des huiles essentielles, quotidiennement matin et soir, sans résultat majeur au jour où je la reçois en date du 18 octobre 2021.

⚙ Méthode

L'étude a été réalisée du 18 octobre au 29 novembre 2021.

5 séances sont effectuées et espacées d'environ 10-15 jours entre elles.

L'estimation de l'odorat et du goût est notée de 0 à 5 (0 étant perte totale, 5 étant normal) à la première et à la dernière séance.

La satisfaction globale et la qualité de vie quant à l'apport de l'acupression auriculaire seront évaluées à la dernière séance de 1 à 4

- 1 = très satisfaisait
- 2 = Satisfait
- 3 = Pas trop satisfait
- 4 = pas du tout satisfait

DÉROULEMENT DES SÉANCES D'ACUPRESSION AURICULAIRE

Les zones du pavillon auriculaire à explorer sont représentées dans la figure ci-contre

Les points ont été détectés grâce à la détection électrique différentielle avec le Premio DT 20.

Les points sont stimulés par un balayage fréquentiel (Premio DT 20) à chaque séance, sur l'ensemble des points détectés..

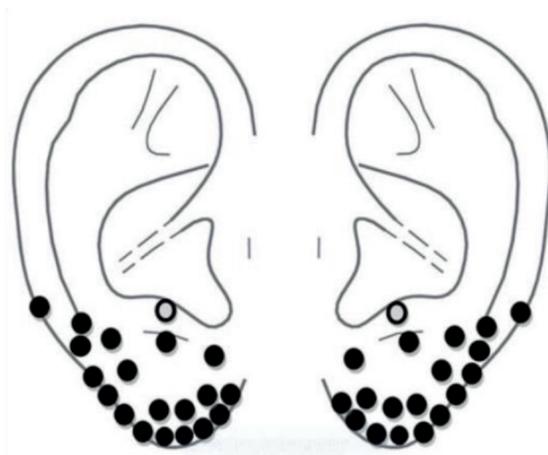
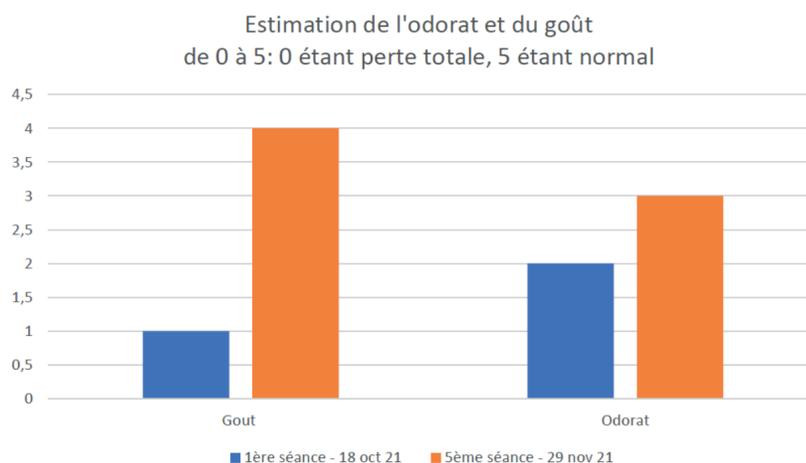


Fig. : Zones du pavillon auriculaire à explorer (anosmie et agueusie post Covid-19) : « Conseils pour une étude sur l'effet de l'acupression auriculaire (AA) dans l'anosmie et l'agueusie liées à Covid-19, à réaliser par les réflexologues RNCP formés au Centre de formation Elisabeth Breton, (Dr Yves Rouxville), 2021 »

📄 Résultats

Le graphique ci-dessous exprime une amélioration de la récupération de l'anosmie et de l'agueusie entre la première et la dernière séance.



La satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur la perte du goût et de l'odorat post-COVID-19 en fin de suivi est évaluée à 1. L'amélioration sur la qualité de vie est évaluée à 1.

🔑 Mots clés

✓ COVID ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

APPORT DE L'AURICULOTHÉRAPIE PAR TRAITEMENT ÉLECTRIQUE PERCUTANÉE DANS L'ANOSMIE ET L'AGUEUSIE POST-COVID-19 (2/2)

TABLEAU DE NOTATION DE LA SATISFACTION GLOBALE DU SUJET*

Satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur la récupération du goût et de l'odorat post-COVID-19 ?	1 = Très satisfait 2 = Satisfait 3 = Pas trop satisfait 4 = Pas du tout satisfait
Quelle est la satisfaction globale du sujet quant à l'apport de l'acupression auriculaire sur la qualité de vie ?	1 = Très satisfait 2 = Satisfait 3 = Pas trop satisfait 4 = Pas du tout satisfait

**Tableau de notation de la satisfaction globale du sujet extrait et adapté de l'essai clinique « Apport de la réflexologie dans les troubles fonctionnels intestinaux », Centre de formation E. Breton).*

Le sujet ressent plus de confort et plus de plaisir à manger. Elle se sent plus en sécurité grâce au goût retrouvé. Elle est également moins fatiguée et son réveil est plus facile.

Conclusion

L'auriculothérapie par traitement électrique percutanée (balayage fréquentiel) montre dans ce cas être un accompagnement intéressant dans la récupération du goût et de l'odorat à la suite de la perte totale ou partielle de ces fonctions sensorielles post-COVID-19.

Ressources

1. Conseils pour une étude sur l'effet de l'acupression auriculaire (AA) dans l'anosmie et l'agueusie liées à Covid-19, à réaliser par les réflexologues RNCP formés au Centre de formation Elisabeth Breton par Dr Yves Rouxville (2020)
2. Les clés de l'auriculothérapie, Clinique et Pratique, Dr Y. Rouxville, édition Satas (2016)
3. Viorney A. Traitement par acupression auriculaire (AA) de l'anosmie et de l'agueusie chez un patient de 32 ans atteint de la Covid 19. ICAMAR n°25 www.icamar.org (2020)

Mots clés

✓ COVID ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemercier- Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

DEUX CAS DE DOULEURS CHRONIQUES À L'ÉPAULE ET LIÉES AU STRESS, TRAITÉS PAR ACUPRESSION AURICULAIRE® (MÉTHODE DR YVES ROUXEVILLE) 1/2

☆ Objectif

Le but de l'étude observationnelle, réalisée sur deux adultes souffrant de douleurs chroniques à l'épaule est d'évaluer l'évolution de leurs douleurs avec un suivi de séances d'acupression auriculaire.

✈ Introduction

L'étude prend en charge deux femmes âgées de 27 et 69 ans estimant toutes deux avoir un niveau de stress très élevé. Elles souffrent de douleurs intenses à l'épaule depuis plus de 6 mois. Les contractions musculaires de cette zone douloureuse empêchent considérablement leurs amplitudes de mouvement.

⚙ Méthode

L'étude a été réalisée de janvier à mars 2022. 5 séances sont effectuées et espacées d'environ 10-15 jours entre elle. La douleur est évaluée à chaque début de séance grâce à l'échelle de la douleur EVA ; échelle visuelle analogique, comprise entre 0 et 10.

DÉROULEMENT DES SÉANCES D'ACUPRESSION AURICULAIRE*

Les zones du pavillon auriculaire à explorer sont représentées dans la figure 1 ci-dessous :

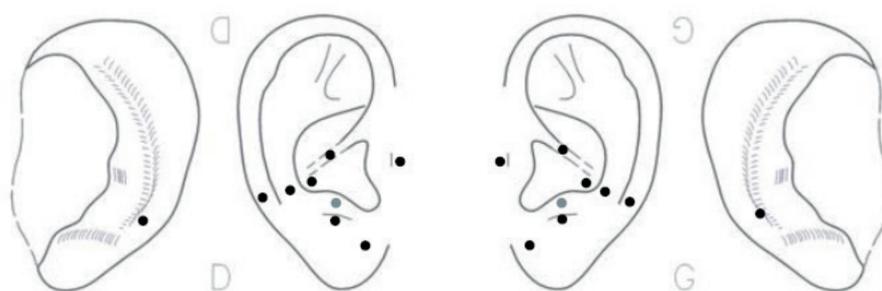


Fig. 1 : points à explorer pour la détection au palpeur bleu 250 grammes.

Point de l'organe épaule, point de bordure métamérique, point musculaire, point du ganglion stellaire, point thalamus, point hypothalamus, système limbique, point zéro prime, point zéro.

Les points douloureux ont été détectés grâce au palpeur bleu à pression 250 grammes. Les points ont été stimulés par des pressions de 30 secondes sur chacun des points détectés, à l'aide du bâtonnet de verre bleu de la Sedatelec (matériel médical aux normes CE médical).

SUIVI DES SÉANCES

Points stimulés Sujet 1	1 ^{ère} séance		3 ^{ème} séance		5 ^{ème} séance	
	Oreille D	Oreille G	Oreille D	Oreille G	Oreille D	Oreille G
Pt de l'organe épaule	X	X	X	X	X	X
Pt de bordure métamérique	X	X	X	X	X	X
Pt musculaire correspondant	X	X	X	X	X	X
Pt du ganglion stellaire	X	X	X	X	X	X
Pt thalamus	X	X	X	X	X	X
Pt hypothalamus	X	X	X	X	X	X
Système limbique	X	X	X	X	X	X
Zéro prime	X	X		X	X	X
Zéro	X	X	X	X	X	X

🔑 Mots clés

✓ douleur ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

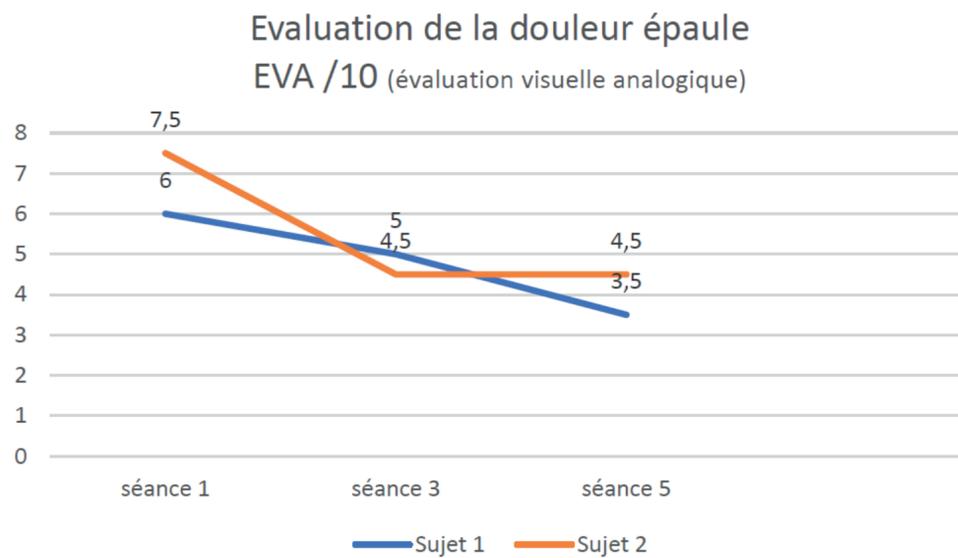
DEUX CAS DE DOULEURS CHRONIQUES À L'ÉPAULE ET LIÉES AU STRESS, TRAITÉS PAR ACUPRESSION AURICULAIRE® (MÉTHODE DR YVES ROUXEVILLE) 2/2

Points stimulés Sujet 2	1 ^{ère} séance		3 ^{ème} séance		5 ^{ème} séance	
	Oreille D	Oreille G	Oreille D	Oreille G	Oreille D	Oreille G
Pt de l'organe épaule	X	X	X	X	X	X
Pt de bordure métamérique	X	X	X	X	X	X
Pt musculaire correspondant	X	X	X	X	X	X
Pt du ganglion stellaire	X	X	X	X	X	X
Pt thalamus	X	X	X	X	X	
Pt hypothalamus	X	X	X	X	X	X
Système limbique	X	X	X	X	X	X
Zéro prime	X	X				
Zéro	X	X	X	X	X	X

📄 Résultats

Immédiatement après chaque séance d'acupression auriculaire les deux sujets évaluent leur niveau de douleur à 0. Les sujets ressentent plus de confort et de mobilité dans leurs mouvements de l'épaule.

Le graphique ci-dessous exprime une diminution de la douleur de l'épaule entre la première et la dernière séance.



📌 Conclusion

Les deux sujets ont observé une diminution de la douleur en peu de séances. La baisse de la douleur a mené à un gain de mobilité. Ceci montre l'intérêt de l'acupression auriculaire® (méthode décrite et enseigné par le Dr Yves Rouxeville) en accompagnement des douleurs.

📚 Ressources

1. Le livre blanc de l'auriculothérapie, Dr Yves Rouxeville, édition Sauramps médical (2020)
2. Les clés de l'auriculothérapie, Clinique et Pratique, Dr Y. Rouxeville, édition Satas (2016)

🔑 Mots clés

✓ douleur ✓ qualité de vie ✓ acupression auriculaire



Les mains de la réflexologie

Alexandra Lemerrier - Réflexologue Titre RNCP
Membre de l'ARRNCP

www.lesmainsdelareflexologie.fr

alexandra@lesmainsdelareflexologie.fr

47 Rue de Paris, 57100 Thionville

Tel : 07.69.14.06.14

LISTE DES AUTEURS

Lebourgeois Marine	Réflexologue Titre RNCP www.reflex-lebourgeois.fr
Lemercier Alexandra	Réflexologue Titre RNCP www.lesmainsdelareflexologie.fr
Steinmetz Régine	Réflexologue Titre RNCP - Relaxologue www.reflexologie-cherbourg.fr
Toullec Angélique	Réflexologue Titre RNCP Formatrice www.activ-at.fr
Viorney Axèle	Réflexologue et Auriculothérapeute www.auriculoreflexo.fr