

L'acupuncture que pourrait-elle apporter contre la fatigue?

L'acupuncteur/trice est très bien formé pour déceler avec ses méthodes spécifiques les causes de votre fatigue puis de la traiter adéquatement de façon à rétablir votre équilibre énergétique et votre circulation d'énergie et de combler les vides.

Ceci améliorera sans doute votre vitalité.

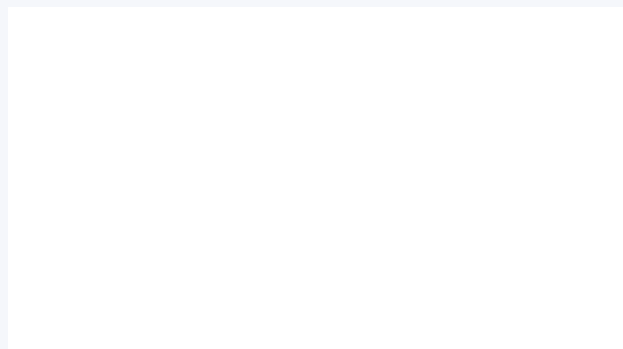


L'acupuncture est-elle remboursée?

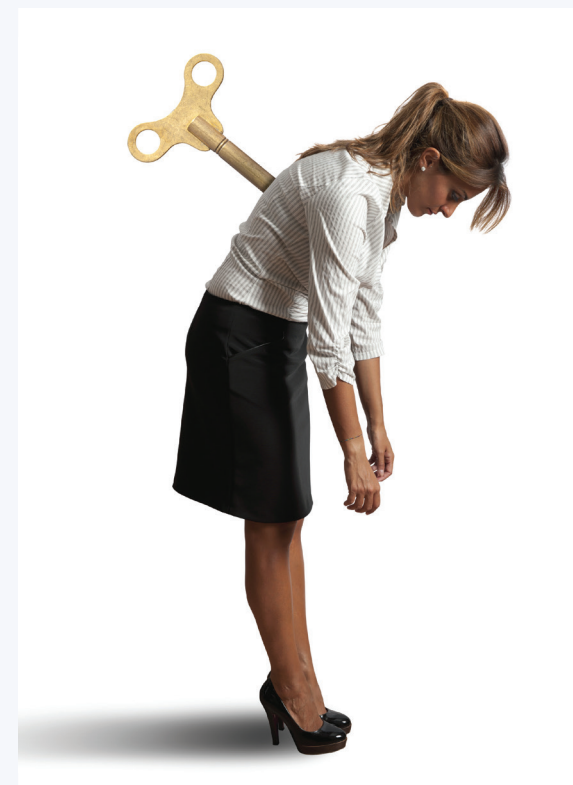
Un traitement pratiqué par un acupuncteur affilié à la BAF (Belgian Acupunctors Federation) est remboursé partiellement par quelques mutuelles. Votre mutualité ou votre acupuncteur BAF vous informera à ce sujet. Un certain nombre de compagnies d'assurances ont également conclu des accords de remboursement avec la BAF dans le cadre de leur assurance hospitalisation et accidents (sportifs). Vous trouverez des renseignements à cet égard dans les clauses de votre police, chez votre courtier ou chez un acupuncteur BAF.

Acupuncteurs agréés

La liste des coordonnées des acupuncteurs agréés par l'association professionnelle légale Belgian Acupunctors Federation (BAF) peut être consultée sur le site web www.acupuncteur-baf.be



La fatigue L'acupuncture peut vous aider



Fréquence

La fatigue est une plainte dont souffrent beaucoup de gens dans des degrés différents.

Souvent la Médecine occidentale n'y trouve pas de cause claire.

Toutes les fatigues sont-elles égales?

Non, toutes les fatigues ne sont pas égales. Il y a par exemple la fatigue après un sérieux effort. Elle est assez normale et elle disparaîtra spontanément après le repos qui s'impose.

Par contre la fatigue après un petit effort est moins normale.

Il arrive que la fatigue reste constamment présente même pendant le repos ou la relaxation.



Les causes corporelles

Quand des causes physiques claires sont à la base de la fatigue, comme des maladies chroniques, le cancer, l'anémie, des maladies d'infection ou d'inflammation, alors un diagnostic et un traitement occidental sont souvent nécessaires.

En supplément au traitement occidental la Médecine Traditionnelle Chinoise constitue un ajout valorisant pour retrouver la vitalité.

Les causes fonctionnelles

La plupart des gens décrivent la fatigue comme **un manque d'énergie** ou comme **une batterie vide**.

Dans la Médecine Traditionnelle Chinoise on décrit la fatigue aussi comme un **vide**. Cela peut se présenter comme un déficit de une ou de plusieurs substances, notamment de **l'énergie = qi; du sang = xue; de yin ou de yang**.

Ce vide peut être soit physique, soit psychique. Dans le dernier cas de figure on est incapable de générer de l'enthousiasme et c'est même possible de tomber dans une dépression.

Comment ce vide se fait-il?

Par une perte de sang ou un manque de nourriture (de qualité) un déficit de sang ou d'énergie peut se manifester:

Dans la plupart des cas une **mauvaise circulation ou stagnation** d'énergie précède l'incrustation d'un vide.

Initialement il y a peut-être encore de l'énergie en provision, or elle stagne et n'est dès lors plus transportée.

Inévitablement un **vide** s'en suit. La stagnation et le vide peuvent s'entretenir et ils forment pour ainsi dire un cercle vicieux qui perpétue la fatigue.

Au niveau corporel la stagnation peut causer des contractions musculaires, un sommeil agité, une respiration superficielle, etc...

Souvent des émotions sont à l'origine des stagnations.

Comme toute personne est unique, la fatigue différera de personne ne personne.