

# L'Acupuncture c'est Quoi ?

**C'est une médecine chinoise ancestrale.**

*L'acupuncture s'avère très efficace de la période de la conception jusqu'au post-partum (après l'accouchement)*

*L'acupuncture ne présente aucun risque pour la maman et pour le bébé*

*L'acupuncture est une médecine douce qui n'emploie pas de médicaments mais simplement des aiguilles très petites et très fines ( 7 à 8 mm) qui sont placées à des endroits précis du corps selon les indications requises.*

*La sensation de piqûre à l'insertion de l'aiguille est équivalente à une « piqûre d'insecte » voire indolore*

*Les aiguilles placées stimulent des points situés sur le corps dont le but est de laisser circuler l'énergie dans le corps et rétablir l'harmonie entre le yin et le yang.*



# L'Acupuncture et la grossesse

Tout au long de votre grossesse vous pourrez avoir recours à l'acupuncture, voici quelques indications :

- Troubles digestifs
- Troubles du sommeil, insomnies
- Douleurs dorsales et ligamentaires
- Troubles circulatoires
- Version des bébés en siège
- Aide à l'arrêt du tabac
- Méthode de préparation à l'accouchement
- Anxiété et appréhension de l'accouchement

# L'Acupuncture et l'accouchement

Pendant l'accouchement on pourra avoir recours à l'acupuncture, en salle de travail, pour :

- Aider au déclenchement du travail
- Diminuer votre anxiété liée à l'accouchement
- Aide lors de l'accouchement

# Comment se passe une séance d'acupuncture ?

Possibilité de prendre rendez vous à n'importe quel moment de la grossesse

Une séance dure environ 30 à 45 minutes

La séance se déroule en deux temps : un interrogatoire et la pose des aiguilles

Une séance suffit ou plusieurs

Vous êtes allongée durant toute la séance dans une pièce calme propice à la détente

# L'Acupuncture en maternité



Durant votre séjour en maternité, après l'accouchement, on pourra avoir recours à l'acupuncture pour :

- Favoriser l'allaitement et la montée de lait
- Lutter contre la fatigue
- Diminuer le baby blues
- Diminuer les douleurs au niveau du périnée

## L'acupuncture avec des bâtons de charbon

*L'acupuncture peut aussi se pratiquer avec des bâtons de charbon on parle alors de moxibustion  
La moxibustion permet de chauffer les points pour remettre de l'énergie (sans contact avec la peau)*



*L'acupuncture ne fait pas mal et doit être pratiquée par du personnel médical ayant suivi une formation supplémentaire en acupuncture*



## L'acupuncture à la maternité du CH de Denain



*Elle est pratiquée par des  
sages-femmes formées à cette médecine  
(formation validée par un Diplôme  
Inter-Universitaire)*

*Les séances sont pris en charge par la  
sécurité sociale.*

*Renseignements et prise de  
rendez-vous.*

*Appelez le secrétariat de la maternité :  
03.27.24.31.33*



## L'ACUPUNCTURE

**Maternité  
Etienne STEEN  
CH DENAIN**

