

LA MOXIBUSTION

Technique thérapeutique où l'on utilise source de chaleur et armoise.

La moxibustion est l'une des branches de la MTC (médecine traditionnelle chinoise). Ancestrale et voisine de l'acupuncture, elle se pratique avec de l'armoise séchée (plante herbacée aux nombreuses vertus).

Cette pratique s'utilise à l'aide d'un bâtonnet d'armoise séchée, qui une fois allumé et chauffé en combustion, ira stimuler les points d'acupuncture par la chaleur. Cette forme de soin permet de renforcer et de tonifier l'énergie de certains points, d'équilibrer le Yin et le Yang. La pratique du moxa se joint parfaitement bien au massage shiatsu ou au massage Tui-Na.

Cette thérapie naturelle va atténuer et disperser certains symptômes associés à un vide de Qi ou à un manque d'énergie, elle va les restaurer...

En moxa indirect sans fumée, j'utilise un moxa en forme de cigare. Une fois chauffé, le bâtonnet est maintenu à proximité de la peau (3cm).

Lorsqu'une source de chaleur se fait ressentir, le bâtonnet est déplacé vers un autre point. Les approches se font d'un point à autre point sur une durée de 10 à 15 minutes. Le moxa ne sera jamais appliqué sur le visage ou sur des endroits proches des vaisseaux sanguins et muqueuses.

INDICATIONS :

- Fatigue, dépression
- Favorise la fertilité, baisse de libido
- Anorexie
- Arthralgie
- Malposition du fœtus
- Douleurs abdominales
- Règles douloureuses
- Équilibre le système nerveux
- Renforce le système immunitaire

CONTRE-INDICATIONS :

- Fièvre, infections, inflammations, diabète.
- Femmes enceintes : la région sacrée et l'abdomen ne sont jamais stimulés.
- Menstruation : les points sont stimulés hors période de règle.
- Hypertension, problèmes cardiaques.
- Chutes d'organes.