

Comment fonctionne l'acupuncture ?

Sur le plan énergétique, l'acupuncture agit en relançant la circulation du Qi lorsqu'elle est bloquée, insuffisante ou excessive.

Chaque point d'acupuncture possède une action spécifique sur les organes, les fonctions physiologiques, le système nerveux et les émotions.

Sur le plan physiologique moderne, de nombreuses études ont montré que la stimulation des points d'acupuncture peut :

- moduler le système nerveux autonome,
- favoriser la libération d'endorphines et de neurotransmetteurs,
- améliorer la circulation sanguine et lymphatique,
- réduire l'inflammation et la perception de la douleur.

L'acupuncture agit donc à la fois :

- localement (zones douloureuses ou fonctionnelles),
- à distance (régulation globale),
- sur le terrain (stress, fatigue, troubles émotionnels).

Une séance commence toujours par un temps d'écoute et d'évaluation, permettant de comprendre le déséquilibre propre au patient. Le choix des points n'est jamais standardisé, mais adapté à la situation du moment.

L'objectif n'est pas seulement de traiter un symptôme, mais de favoriser un retour à l'équilibre durable, dans le

respect du rythme du corps.