

# DIMINUER LES RISQUES D'ACCOUCHEMENT PRÉMATURÉ

• avec l'acupuncture •

---

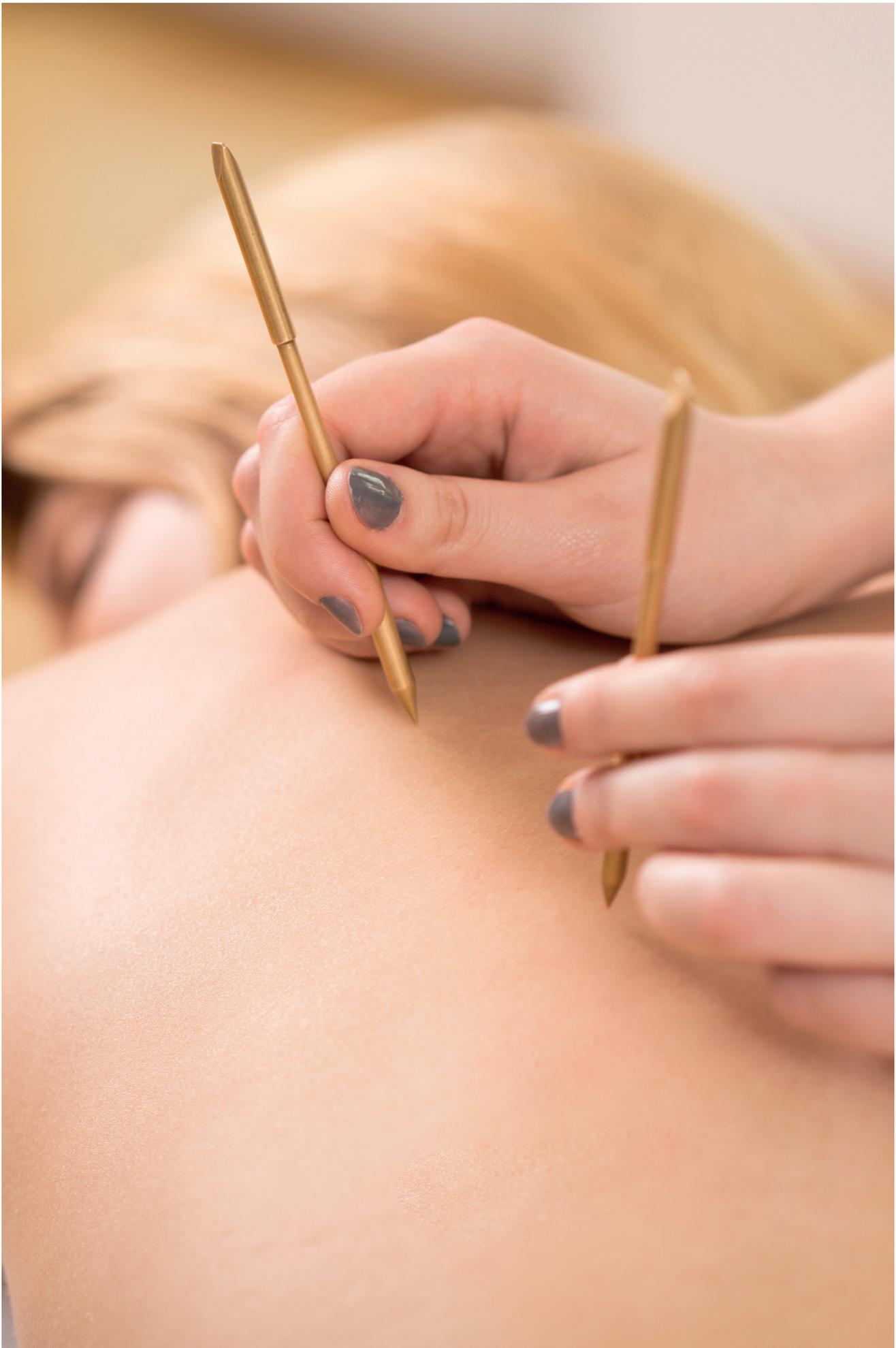
La grossesse est un moment précieux dans la vie d'un couple. L'enfant se fait attendre, vous lui parlez tendrement chaque jour et le caressez affectueusement. Vous voulez tout ce qu'il y a de mieux pour lui. Vous surveillez votre alimentation, vos activités, vos heures de sommeil et essayez de limiter les sources de stress, mais malgré toutes ces précautions, il décide de se montrer la binette avant la fin de la grossesse. Parfois, c'est une surprise et il n'y a rien à faire, car les événements vont trop vite. Si par chance le problème est pris avant qu'il ne soit trop tard, avec l'acupuncture il est possible d'éviter que cela progresse vers l'accouchement.

Quels signes pouvez-vous reconnaître et que faire en prévention?

*- Mylène Caron-Labrecque*

---





Un certain nombre de fausses couches arrivent tôt dans la grossesse. Les causes sont multiples et il est toujours difficile de confirmer avec certitude la raison pour laquelle elle a eu lieu. Certaines arrivent plus tard, parfois le bébé n'est plus très bien alimenté par le placenta, parfois c'est un choc émotif. Quoi qu'il en soit, en médecine chinoise, il faut voir d'où vient le déséquilibre.

Lorsque la grossesse est menacée, certains signes peuvent se manifester comme des douleurs au bas du dos, des saignements ou des crampes abdominales. Le médecin va souvent prescrire un repos, parfois la femme devra rester alitée ou diminuer ses activités. Dans d'autres cas, l'accouchement prématuré peut sembler inévitable, les contractions ont débuté ou le col est déjà dilaté.

L'ACUPUNCTURE PEUT DIMINUER LES RISQUES EN TONIFIANT LES ÉNERGIES DE LA FEMME QUI VONT PERMETTRE DE LUI DONNER LES RESSOURCES NÉCESSAIRES POUR MENER LE BÉBÉ À TERME

Dans tous les cas, à moins que le petit cœur du fœtus n'ait arrêté de battre, l'acupuncture peut diminuer les risques en tonifiant les énergies de la femme qui vont permettre de lui donner les ressources nécessaires pour mener le bébé à terme. Les traitements d'acupuncture pendant la grossesse sont ajustés en fonction du bagage énergétique de la femme. Comme chaque femme a un passé différent, on stimulera des points bien particuliers pour rééquilibrer l'énergie déficiente qui est à l'origine des risques pour sa grossesse.

Une femme qui a déjà eu des fausses couches, ou qui a une mère ou une grand-mère qui en a eu, peut être prédisposée à ne pas mener sa grossesse à terme. En médecine chinoise, l'énergie du rein est toujours déficiente lorsqu'il y a un problème de fausse couche. Il faut alors tonifier cette énergie pour maximiser les chances que le fœtus se développe bien pendant les 40 semaines. L'énergie de la rate est aussi très importante, car elle assure de bons échanges entre la mère et le bébé. La rate, en médecine chinoise, est l'élément associé à la terre, celle qui nourrit, celle qui soutient. Dans le corps, elle a la même fonction autant pour la femme que pour le fœtus en croissance. Si l'énergie de la rate est florissante, il y aura une bonne transformation des aliments lors de la digestion et les échanges par le cordon ombilical vers le bébé seront bons. La quantité de liquide amniotique sera alors dans la norme. Comme la rate a pour fonction de soutenir et de retenir, il est possible, en la tonifiant, de créer un mouvement d'énergie vers le haut et ainsi augmenter les

chances de retarder l'accouchement. Les saignements utérins peuvent aussi être arrêtés à n'importe quel moment de la grossesse.

Lorsque le travail débute en avance ou que le col commence à dilater, il est possible de diminuer les contractions, voire même de les arrêter, et de freiner la dilatation avec l'acupuncture. Il faut donner les moyens énergétiques à la femme à risque pour garder son bébé. Le rein et la rate seront tonifiés et le traitement sera ajusté selon la cliente.

Il est important tout au long de la grossesse, même s'il n'y a aucun problème, d'avoir un traitement par mois pour s'assurer que les énergies circulent bien et de faire une tonification des organes en faiblesse. La prévention, c'est toujours bon!

L'alimentation influence aussi beaucoup l'énergie du corps. Les aliments ont une valeur énergétique en rapport avec les organes corporels et pendant la grossesse, il est bon de manger chaud afin de soutenir les organes dans leurs fonctions. Ils produiront ainsi plus d'énergie et de sang pour le bébé et aideront à garder l'excès de chaleur qui est nécessaire dans cette période. Il est préférable que les aliments soient sautés, grillés ou mijotés qu'ils soient crus et froids. Bref, manger chaud peut aider à diminuer le risque de fausse couche.

Découragée et inquiète pour le bébé, la future maman peut penser qu'il n'y a rien à faire pour éviter le travail prématuré ou les fausses couches. L'acupuncture peut grandement aider à diminuer tous ces risques en tonifiant et en rééquilibrant les énergies du corps. C'est une médecine naturelle et sécuritaire qu'il est bon de découvrir pour votre santé et celle de votre petit trésor à venir!

Pour plus d'informations, visitez le [www.acupuncture-laval.com](http://www.acupuncture-laval.com)

Clinique d'acupuncture Mylène Garon-Labrecque  
144 boul. Curé-Labelle, Sainte-Rose, Laval, H7P1Z8  
514 686-7346

#### MYLÈNE GARON-LABRECQUE

évolue dans le domaine de la santé depuis 2002. Après avoir travaillé comme préposée aux bénéficiaires et comme thérapeute en réadaptation physique, elle a poursuivi son chemin en acupuncture. C'est depuis 2008 qu'elle est acupunctrice et travaille dans le quartier de Sainte-Rose à Laval.

