

Laurent Chenot

CUPPING THÉRAPIE

*Comment débiter la pratique
des ventouses de façon simple
et ultra efficace.*

ISBN : 979-10-227-7165-8

© Laurent Chenot

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction,
intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre.

Pour Lydie, qui par sa patience, son regard, ses précieux conseils et sa simple présence auprès de moi, a permis la naissance de ce projet.

TABLE DES MATIÈRES

1	Avant propos	
1	Introduction	Pg n°13
2	Une histoire de ventouses.	Pg n°17
3	Actions et effets des ventouses	Pg n°23
4	Les applications thérapeutiques	Pg n°31
	Indications thérapeutiques :	Pg n°32
	Contre-indications thérapeutiques :	Pg n°34
5	Les différents types de ventouses	Pg n°39
	Les ventouses à froid :	Pg n°40
	Les ventouses à chaud :	Pg n°41
	Les ventouses sèches :	Pg n°42
	Les ventouses humides ou saignées :	Pg n°42
6	La liste de course	Pg n°47
	Matériel pour la pose à froid :	Pg n°48
	Matériel pour la pose à chaud :	Pg n°56
7	Une séance efficace	Pg n°65
	Avant le soin :	Pg n°66

	Protocole de pose à froid :	Pg n°69
	Protocole de pose à chaud :	Pg n°70
	Temps, fréquence & réactions	Pg n°71
	Problèmes & incidents à éviter	Pg n°76
8	Les schémas de pose	Pg n°87
	Traitement de la sphère ORL	Pg n°90
	Traitement des douleurs lombaires	Pg n°93
	Traitement des douleurs d'épaule	Pg n°96
	Traitement des douleurs du coude	Pg n°100
	Traitement des douleurs du genou	Pg n°103
	Traitement des troubles intestinaux & de la dysménorrhée	Pg n°109
	Traitement des conditions esthétiques & problèmes cutanés	Pg n°112
9	Conclusion	Pg n°119
10	Bibliographie	Pg n°125
	Références & liens	Pg n°127

AVANT-PROPOS

Tout d'abord je tiens à vous remercier sincèrement pour l'achat de ce livre.

En étudiant ce texte, ces illustrations et surtout en pratiquant la pose des ventouses, vous contribuez à maintenir vivante et à enrichir une technique qui, de mon point de vue, fait partie intégrante de notre patrimoine culturel mondial.

Cet ouvrage a été conçu comme un manuel pratique simple afin que vous puissiez passer à l'action le plus rapidement possible.

Car aucune technique, si efficace soit-elle, ne produira d'effets bénéfiques si nous ne parvenons pas à transformer ce savoir en savoir-faire.

Dans ma pratique quotidienne en cabinet, je pose très régulièrement des ventouses. Souvent, les patients qui ne me connaissent pas ou ne connaissent pas la pratique de la médecine traditionnelle chinoise sont très étonnés. Ils affichent, au mieux, un visage surpris voir parfois franchement dubitatif : « ... mais vous utilisez ça vous ? C'est ce que faisaient nos grand-mères ! ».

Poser des ventouses et à fortiori écrire un livre à ce sujet doit vous paraître aujourd'hui particulièrement désuet, non ?

Eh bien détrompez-vous !

Passé l'effet de surprise et les a priori, mes patients constatent rapidement combien l'efficacité de cette thérapie contraste avec sa simplicité.

Si bien que, au fil du temps, ils ont été de plus en plus nombreux à me solliciter pour ce type de soins, mais également pour que je leur apprenne à en poser eux-mêmes.

J'ai organisé de nombreux ateliers de formation à l'utilisation des ventouses dans ma région qui ont rencontrés un franc succès, tant auprès des particuliers que de certains professionnels de santé (kinésithérapeute, infirmier, médecin généraliste, pharmacien, etc.).

Ce livre est né de cette formidable énergie puisée dans tous les retours positifs et les encouragements de mes patients et élèves. J'en partagerai quelques-uns avec vous au long de votre lecture.

Je souhaite, par ce travail ainsi que celui de nombreux autres thérapeutes, formateurs et auteurs (dont vous trouverez les références dans la bibliographie), que toutes les familles puissent bénéficier de cette merveilleuse technique de soins.

Et soyez sûr que ce n'est pas un vœu pieu !

Car il existe de réelles urgences sanitaires sur lesquelles de nombreux médecins et scientifiques tentent de nous alerter depuis maintenant plusieurs années.

Thalidomide, Distilbène, sang contaminé, hormones de croissance, Médiator, Dépakine, sur-prescription, automédication, etc., les problèmes et les scandales sanitaires sont de plus en plus nombreux en Europe et dans le monde.

Les traitements allopathiques chimiques sont certes puissants, et parfois nécessaires, mais sont très loin d'être sans risque pour votre organisme.

En 2004, le VIOXX, un puissant anti-inflammatoire avait été retiré du marché en catastrophe pour avoir causé plus de 30 000 morts par crises cardiaques, en très peu de temps.

Une étude scientifique publiée le 9 mai 2017 dans le prestigieux British Medical Journal, révèle en conclusion : « Tous les traitements à base d'anti-inflammatoires non stéroïdiens ont été corrélés avec un risque accru d'infarctus du myocarde. Le risque est plus élevé dès la première semaine et durant le premier mois de prise, ainsi qu'avec de fortes doses. » [1]

Les médecins sont surchargés, et particulièrement dans ce qu'il est devenu commun aujourd'hui d'appeler les « déserts médicaux ».

Un médecin généraliste conventionné par la Sécurité sociale française est tenu à un nombre d'actes quotidiens qui semble incompatible avec le temps qu'il faudrait consacrer pour établir un diagnostic précis et prescrire un traitement sûr.

En période d'épidémie grippale par exemple, un praticien peut faire jusqu'à plus de 70 consultations dans la journée... Oui vous avez bien lu, dans une seule journée ! Suis-je la seule personne à trouver cela excessif ?

Les médecins et infirmiers(ères), coincés entre le désir légitime de prendre le temps d'écouter leurs patients et les contraintes du système de santé, sont parmi les professions les plus touchées par le burn-out. Les médecins généralistes se suicident en moyenne 2,5 fois plus que le reste de la population ! [2]

Enfin l'antibiorésistance devient de plus préoccupante. Dès 2015, l'organisation mondiale de la santé (OMS) tire la sonnette d'alarme : « La résistance aux antibiotiques constitue aujourd'hui l'une des plus graves menaces pesant sur la santé mondiale.

Elle peut frapper n'importe qui, à n'importe quel âge, dans n'importe quel pays. »

A force d'utiliser les antibiotiques à tort et à travers, les bactéries deviennent résistantes et les médicaments ne parviennent plus à les détruire.

Ceci constitue un risque de santé majeur, tant les antibiotiques font partie intégrante de nombreux protocoles de traitements. [3]

Les ventouses, comme les infusions de plantes, les cataplasmes, etc., étaient utilisées couramment par nos grand-parents, il n'y a encore que quelques années en arrière, et ce avec une grande efficacité.

Pour toutes ces nombreuses raisons, je suis convaincu qu'il est de notre devoir, pour nous et nos enfants, de nous réapproprier ces techniques de soins familiales.

N'est-il pas dans notre nature d'Être humain sensible de veiller et de prendre soin des autres ?

Laurent Chenot.

Montbéliard le 6 juin 2018.

[1] <http://www.bmj.com/content/357/bmj.j1909>

[2] <https://www.franceculture.fr/emissions/sur-les-docks/un-tabou-le-suicide-des-medecins>

[3] <http://www.lessymboles.com/antibioresistance-bon-cette-fois-cest-la-panique/>

CUPPING THÉRAPIE



1. INTRODUCTION

Si vous avez choisi de vous investir dans la pratique des ventouses, c'est que vous avez fermement décidé de prendre en main votre santé. Vous avez cherché et sûrement déjà essayé de nombreuses déconvenues dans le traitement de certains de vos troubles.

Comme bon nombre de mes patients, vous en avez peut-être assez de prendre des anti-biotiques ou des anti-inflammatoires qui ne soulagent pas, ou si peu, vos maux mais qui en revanche vous détraquent copieusement l'estomac !

En suivant le contenu de ce livre, vous allez découvrir la technique des ventouses, ses variantes et ses applications thérapeutiques.

Vous pourrez **pratiquer rapidement, efficacement et surtout en toute sécurité.**

Je vais faire tout ce qui est en mon pouvoir ici afin que vous vous sentiez légitime d'utiliser cette technique.