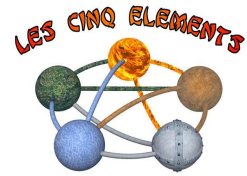


# Le concept de méridiens

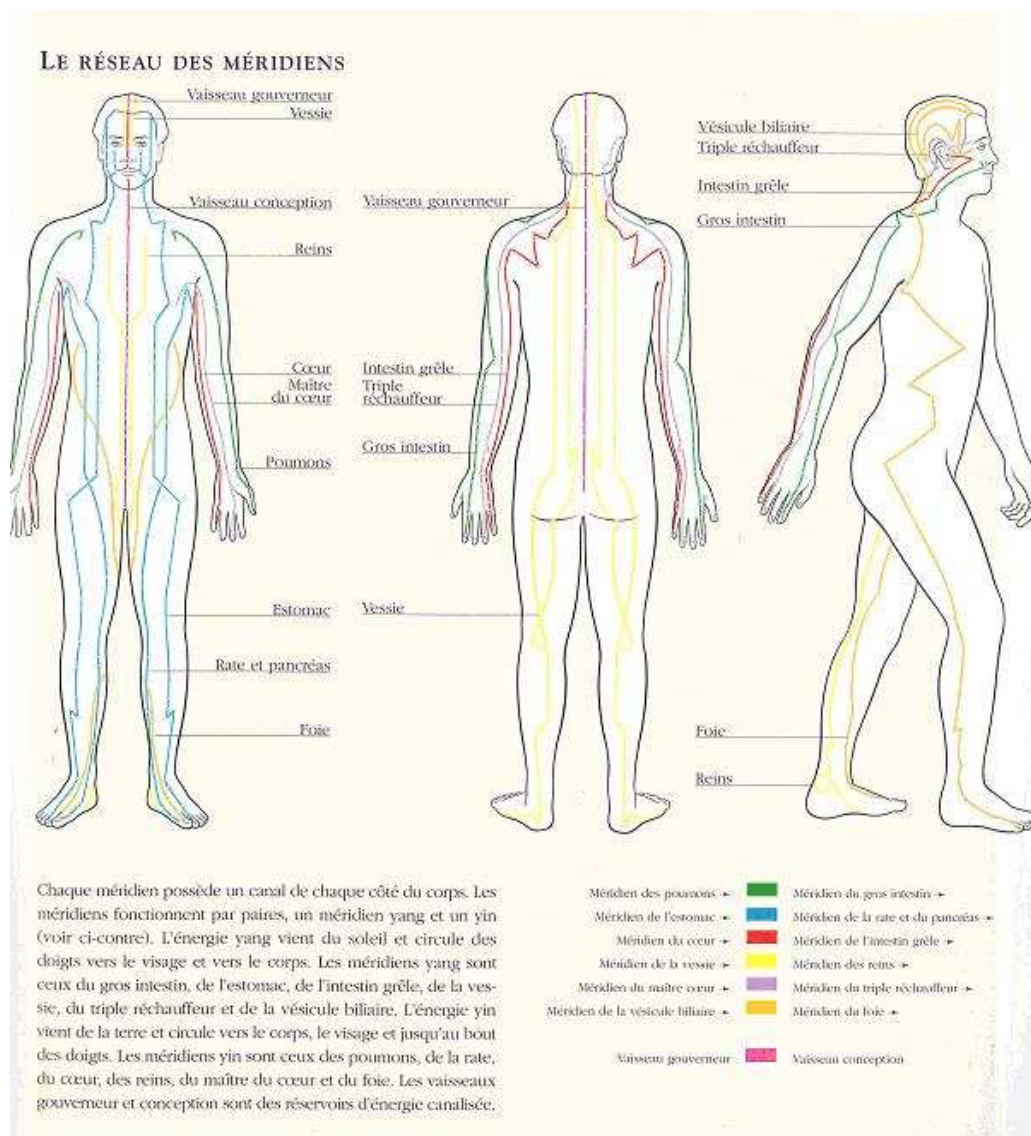


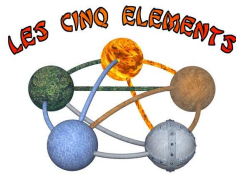
Selon la médecine traditionnelle chinoise, l'énergie vitale, le **qi**, circule dans l'organisme à travers le corps par des canaux spécifiques, appelés méridiens. Les différents méridiens sont interconnectés. Ils partent en général d'une entraille (6 organes et 6 viscères)

Cette médecine traditionnelle chinoise s'appuie sur la théorie du [Yin et du Yang](#) ainsi que sur les [cinq éléments](#) et les cinq mouvements.

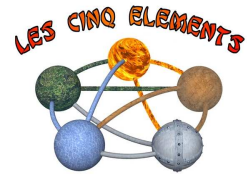
En acupuncture traditionnelle, on distingue les méridiens liés à un organe ou une entraille (au nombre de 12) et les méridiens ayant une existence propre (au nombre de 8).

La médecine chinoise s'appuie sur les déséquilibres observés sur les méridiens et y répond via un large éventail de méthodes : [acupuncture](#), [acupression](#), [moxibustion](#), [massage](#), [amma](#), [diététique](#), exercices énergétiques (qi gong, tai chi chuan, kungfu...), [pharmacopée](#) ... qui ont chacun une action précise sur les méridiens.





# Le concept de méridiens



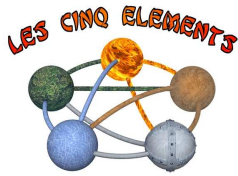
## • LES DOUZE MERIDIENS REGULIERS

Ils sont chacun relié à un ou plusieurs organes et ils sont liés entre eux :

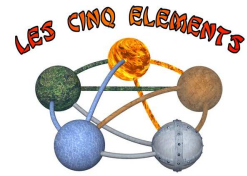
- en surface avec les membres supérieur et inférieur, la tête et le tronc,
- en profondeur, avec les *organes zhang* "trésor" (cœur, péricarde, foie, rate, poumon, rein) ou avec les *organes fu* "atelier" (vésicule biliaire, estomac, intestin grêle, gros intestin, vessie et *San Jiao* (le triple réchauffeur qui concerne les parties supérieure, moyenne et inférieure de la cavité du corps))

D'autre part, la face interne des membres et les *organes zhang* sont considérés comme se rapportant à Yin tandis que la face externe des membres et *organes fu* sont considérés comme se rapportant à Yang. Le nom par lequel on désigne chaque méridien comporte donc trois éléments : il peut être *main* ou *pied*, Yin ou Yang et enfin *zhang* ou *fu*.

Nom	Caractéristiques	Symptômes associés
<b>Méridien des poumons</b>	<i>yin de la main</i> (organes Zhang)	oppression, toux, asthme, mal de gorge, rhume banal, frisson et douleur de l'épaule et du dos
<b>Méridien du gros Intestin</b>	<i>yang de la main</i> (organes Fu)	douleurs abdominales, diarrhée, constipation, mal de gorge, douleurs dentaires, écoulement nasal
<b>Méridien de l'estomac</b>	<i>yang du pied</i> (organes Fu)	gastralgie, œdème, vomissements, paralysie faciale, mal de gorge, douleur à la poitrine et aux genoux
<b>Méridien de la rate (et Pancréas)</b>	<i>yin du pied</i> (organes Zhang)	douleur de la langue, douleur gastrique, vomissements, jaunisse, faiblesse et sensation de corps dur
<b>Méridien du cœur</b>	<i>yin de la main</i> (organes Zhang)	sécheresse de la gorge, douleur au cœur, soif, jaunisse, chaleur des paumes
<b>Méridien de l'intestin Grêle</b>	<i>yang de la main</i> (organes Fu)	douleur de l'abdomen inférieur, surdité, jaunisse, gonflement des joues, mal de gorge
<b>Méridien de la vessie</b>	<i>yang du pied</i> (organes Fu)	rétenion d'urine, mal de tête, maladie des yeux, douleur au dos, à la nuque, aux lombaires et membres inférieurs
<b>Méridien des reins</b>	<i>yin du pied</i> (organes Zhang)	dyspnée, sécheresse de la langue, mal de gorge, lumbago, œdème, constipation, diarrhée, paralysie motrice et atrophie musculaire des membres inférieurs, chaleur de la plante du pied
<b>Méridien du péricarde</b>	<i>yin de la main</i> (organes Zhang)	angine de poitrine, plénitude thoracique, palpitation, irritabilité et agitation, spasme et contracture du coude et du bras
<b>Méridien du triple réchauffeur (San Jiao)</b>	<i>yang de la main</i> (organes Fu)	œdème, dysurie, surdité, bourdonnements d'oreilles, mal de gorge, enflure de joue, douleur rétro-auriculaire et de l'épaule
<b>Méridien de la vésicule Biliaire</b>	<i>yang du pied</i> (organes Fu)	goût amer, vertiges, céphalée, douleur sous maxillaire, douleur à l'angle interne de l'œil, surdité, bourdonnements
<b>Méridien du foie</b>	<i>yin du pied</i> (organes Zhang)	lumbago, plénitude thoracique, vomissement, rétention d'urine, hernie, douleur du bas-ventre



# Le concept de méridiens



## • LES 8 MERIDIENS EXTRAORDINAIRES

Aux 12 méridiens majeurs précédents, il faut ajouter huit méridiens dits "extraordinaires" qui ne sont pas reliés à un organe en particulier :

Nom	Caractéristiques
<b>Vaisseau gouverneur</b> (Du Mai)	il joue le rôle de "gouverneur" de tous les méridiens de type yang
<b>Vaisseau conception</b> (Ren Mai)	il relie tous les méridiens yin
Chong Mai	Vaisseau vital
Dai Mai	vaisseau de ceinture
Yinwei Mai	vaisseau régulateur du yin
Yangwei Mai	vaisseau régulateur du yang
Yinchiao Mai	vaisseau de motilité du yin
Yangchiao Mai	vaisseau de la motilité yang