



Clinique D'acupuncture

Sylvain Rail *acupuncteur*

7, rue Adrien, St-Paul de Joliette, J0K3E0, Qc

450 753-9548

Anti-tabac et addictions: spécial clinique!

3 séances de 50 minutes 120.00\$ (valeur 195.00\$)

5 séances de 50 minutes 175.00\$ (valeur 325.00\$)

Traitement antitabac

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), mentionne qu'une femme qui fume 10 cigarettes par jour multiplie par sept le risque d'avoir le cancer de l'utérus. Et pour les hommes, quelques cigarettes seulement sans parler d'un ou deux paquets multiplient par cinq le risque d'un cancer de la gorge.

Le problème du tabac est avant tout relié à la santé : de très nombreuses personnes -des millions de personnes! - sont concernées par les affections respiratoires, cutanées, cardio-vasculaires, digestives, immunologiques, sexuelles...

Parmi toutes les méthodes anti-tabac proposées, l'acupuncture est une des plus anciennes ; elle ne bénéficie donc pas de l'effet " mode " et pourtant, elle est une des plus efficaces. La cigarette est très addictive et très difficile à stopper. Durant le sevrage plusieurs personnes auront des symptômes physiques tels que céphalée, agitations nerveuses, nausées, étourdissements, etc. Tandis que d'autres souffriront aussi de quelques désordres psychologiques comme l'anxiété, dépression, stress, angoisse, même des rêves agités dans lesquels ils fument! L'acupuncture peut aider ces réactions de sevrages autant ceux qui sont physiques que ceux qui sont psychologiques.

J'ai le Décliv d'Écraser!

Que l'on arrête de fumer parce qu'on s'inquiète pour sa santé, parce que le prix du paquet met en péril le budget familial ou parce que la dépendance au tabac devient insupportable, toutes les motivations sont bonnes à partir du moment où l'on a le décliv.

Les 3 périodes du fumeur:

Période des amours :

Elle dure 5 et 10 ans environ. On commence à fumer : toutes les cigarettes sont bonnes, on n'a aucune envie d'arrêter. Fumer c'est pour se donner une contenance, pour réfléchir, pour se détendre, ou pour s'identifier à un groupe.

Période d'accoutumance :

Après 5 à 10 ans, les cigarettes sont moins bonnes. Seules 3 à 4 cigarettes par jour sont fumées avec plaisir, souvent après le café le matin, après les repas et dans les grands moments de repos. On se plaint de sentir le tabac, d'avoir le teint gris, d'être essoufflé et dépendant. On se dit qu'il faudrait arrêter de fumer mais on n'en a pas le courage. Par habitude, négligence ou inquiétudes de se séparer de la cigarette, on peut ainsi continuer à fumer 5 ans de plus, voire 10, 15 ou 20 ans avant de se décider à arrêter.

Période de libération :

C'est le déclic : un beau jour, on se lève et on se rend compte qu'on ne veut plus être esclave, ni dépenser une fortune dans les cigarettes, ni d'être essoufflé au moindre effort.

Le jour où l'on se dit qu'on n'a pas besoin de cigarettes pour être heureux ou qu'on sera bien mieux dans sa peau sans cigarettes, cela signifie qu'on est « mûr » pour arrêter. Que l'arrêt se fasse tout de suite ou qu'il soit programmé à une date précise, parfois symbolique (jour d'anniversaire, jour de l'an...), ce jour est toujours une victoire pour soi et sur le tabac. Car ensuite plus les jours passent, plus les mois et les années passent, et plus les effets heureux d'avoir arrêté se font sentir.

Le traitement d'acupuncture peut effectivement aider les personnes à cesser de fumer, particulièrement en diminuant le désir pour la cigarette, tout comme les réactions physique du corps durant ou après la **cessation de fumer**.

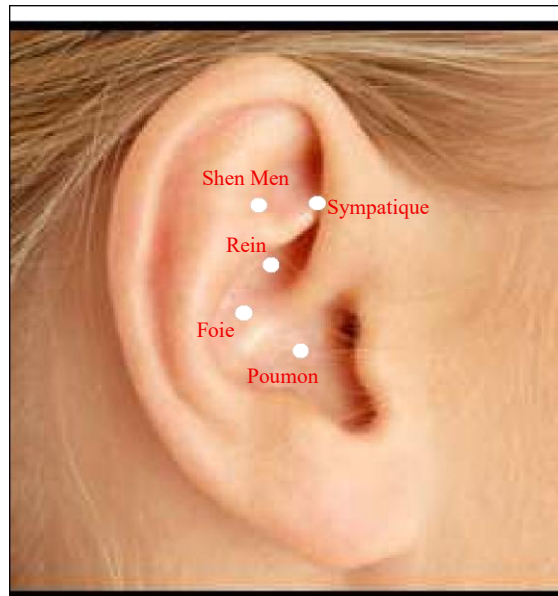
L'expérience nous démontre qu'il est plus bénéfique d'appliquer les point d'acupuncture du corps pour traiter les réactions physiques et psychologiques du sevrage et d'utiliser les points d'acupuncture de l'oreille pour aider à diminuer le désir de fumer.

Techniques :

Acupuncture de préférence, application d'aiguilles sur des points de l'oreille et sur différents points du corps selon les symptômes des personnes à traiter. D'autres thérapies de la médecine chinoise peuvent être associées tels les herbes chinoises, la cranio-acupuncture, GuaSha, Wirst and Ankle acupuncture..., mais toujours dans un but de ramener l'équilibre physique et psychologique de la personne qui a eu le courage de cesser de fumer.

Points d'oreille utilisés :

- **Sympathique** : Il traite tous les problèmes du système nerveux sympathique tels que arythmie cardiaque, dyspnée, agitation nerveuse, insomnie, stress et dépression, serrement à l'estomac...
- **ShenMen** : Apaise le cœur calme l'Esprit, et met le patient dans un état de réceptivité pour le traitement.
- **Poumon** : Ce point est indispensable dans tous les problèmes respiratoires tels que l'essoufflement, l'asthme, la bronchite, les ganglions enflés, le rhume, la grippe et le maux de gorge. Du point de vue de la médecine chinoise, le poumon est le maître de l'énergie (Qi). C'est la raison pour laquelle, il a été constaté en clinique que c'est un point majeur dans le retrait des symptômes, car il régule l'énergie du système et procure ainsi un sentiment de bien-être.
- **Rein** : Ce point est utilisé, entre autres, pour traiter le manque de mémoire, asthénie sexuelle, fatigue, acouphènes, étourdissements, peu de volonté, difficulté à concentrer l'esprit.
- **Foie** : Il soigne les troubles digestifs, les troubles émotionnels et les troubles de sang, par exemple, douleur hypocondriaque, diarrhée, menstruations irrégulières, céphalée, vision floue, dépression, anxiété.



À la suite des points d'oreilles, d'autres points sont choisis en fonction des symptômes se manifestant lors du sevrage. D'une personne à l'autre il y a un diagnostic différent qui est amené, donc un **traitement personnalisé** et par ce fait, un traitement **plus efficace**