

# GENESIS

GYNECOLOGIE - OBSTETRIQUE - ENDOCRINOLOGIE

N° 168  
Juin 2012  
ISSN 1275-9589



Particularités de la  
contraception chez  
une femme vivant  
avec le VIH  
p 4

Génomique  
et décision  
thérapeutique  
p 12

Contraception: ici,  
ailleurs et... demain  
p 14

Les métrorragies  
du premier trimestre  
de la grossesse  
p 16

TEP-TDM  
et cancer du sein  
p 19

CPEF: des missions  
spécifiques et des  
pluri-compétences  
p 21

27 - 28 septembre 2012

15<sup>e</sup> CONGRÈS **GENESIS** **IMPACT santé**

UICP • 16, rue Jean Rey 75015 Paris



## ALTERNATIVES THÉRAPEUTIQUES

# Traitement des troubles fonctionnels de la ménopause par réflexothérapie infrarouge (luxopuncture)



Dr Ph. Blanchemaison  
Médecin vasculaire,  
Paris

De nombreuses études démontrent les bénéfices de l'acupuncture sur l'inconfort provoqué par la ménopause. >>>

Depuis la WHI, en 2002, les femmes sont plus réticentes à l'adoption d'un THM. Nous exposons ici une alternative intéressante pour la gestion des symptômes climatiques chez celles qui ne veulent (ou ne peuvent) pas un traitement hormonal de leur ménopause.

**P**our lutter contre les troubles fonctionnels de la ménopause, il existe plusieurs solutions :

- Le THS (traitement hormonal substitutif) a longtemps été considéré comme la meilleure réponse aux bouffées de chaleur et aux symptômes du climatère. Moins d'un million de Françaises l'ont adopté actuellement.

- Les réflexothérapies comme l'acupuncture : de nombreuses études (1 à 6) démontrent les bénéfices de l'acupuncture sur l'inconfort provoqué par la ménopause. En Suisse, l'Hôpital Universitaire de Genève ouvre un service d'acupuncture spécialement dédié au « traitement du syndrome de la ménopause ».
- Les phyto-œstrogènes : ces molécules proches des œstrogènes se retrouvent dans le soja. Ceux-ci sont présentés sous forme de compléments alimentaires. Des études scientifiques sont en cours pour valider leur efficacité.

Certaines études et méta-analyses mettent en avant des résultats intéressants dans la prise en charge des troubles de la ménopause par acupuncture.

L'acupuncture intervient dans la régulation de l'activité hormonale et permettrait de réguler, entre autres, les taux d'œstrogène.

Les bouffées de chaleur, subies par plus de 50 % des femmes, sont causées par la stimulation excessive de l'hypothalamus qui commande le fonctionnement des ovaires pour compenser la baisse du taux d'œstrogènes. Quand leur taux diminue, on observe une dilatation des vaisseaux sanguins et donc une augmentation rapide de la température corporelle. Les réflexothérapies comme l'acupuncture agissent par stimulation du système nerveux autonome qui lui-même régule la production de neuromédiateurs. En régulant l'activité hormonale, une réflexothérapie supprime, ou du moins atténue de manière significative, les bouffées de chaleur, ce symptôme le plus répandu de la ménopause.

En parallèle, elle permet une amélioration du sommeil et de l'humeur, en agissant sur les taux de sérotonine et de mélatonine.

L'acupuncture permettrait également de réduire les phénomènes de rétention d'eau et gonflements en relançant les flux lymphatiques.

## ■ La luxopuncture

### Principe

Il y a plusieurs obstacles à la mise en place d'une réflexothérapie telle que l'acupuncture au sein d'un cabinet médical d'esthétique :

- absence de consensus sur la prise en charge du patient (nombre de séances, nombre de zones réflexes stimulées pendant une séance, suivi du patient...);
- manque de répétitivité des résultats dans la stimulation par aiguille;
- disparité dans la durée et la qualité des formations dispensées.

De ce fait, les résultats qui sont atteints en acupuncture sont très aléatoires.

La luxopuncture donne une possibilité au médecin de rationaliser cette approche en proposant un traitement standard et homogène, accessible à tous.

La luxopuncture est basée sur un appareil médical générant un rayonnement infrarouge. Cette technique est utilisée dans la prise en charge des déséquilibres hormonaux tels que ceux à l'origine des troubles de la ménopause. Elle est simple à mettre en place au cabinet, avec une journée de formation.

L'objectif est de supprimer ou du moins réduire les troubles de la ménopause suivants :

- Bouffées de chaleur.
- Poussées de sudation.
- Troubles du sommeil.
- Fatigue et irritabilité.
- Épisodes dépressifs.

### Matériel

La luxopuncture stimule les points réflexes au moyen d'un rayonnement infrarouge. La zone couverte par le faisceau est d'environ 30 mm<sup>2</sup>, facilitant la localisation et donc la stimulation de la zone réflexe. (Figure 1).

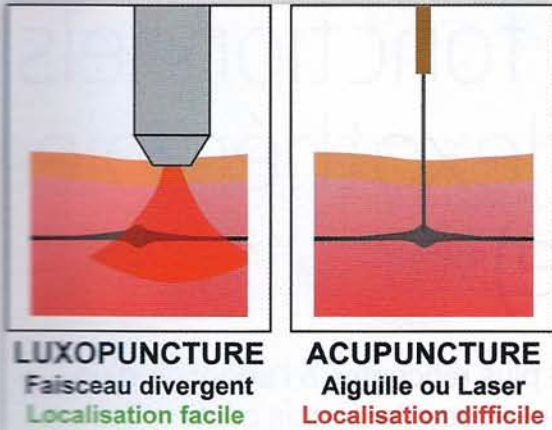


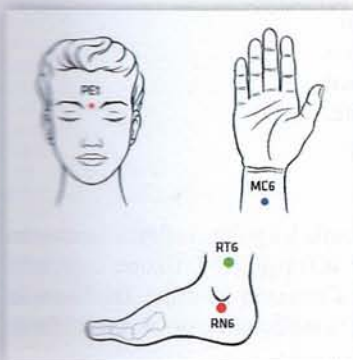
Figure 1.



Figure 2.

## REFERENCES

1. Pankovich JM, Shufelt CL, Azziz R, Yang Y, Costantini MO, Braunstein GD, Karlan BY, Stewart PM et al. A pilot randomized, single-blind, placebo-controlled trial of traditional acupuncture for vasomotor symptoms and mechanistic pathways of menopause. *Menopause* 2012; jan; 19 (1): 54-61.
2. Borud E, White A. A review of acupuncture for menopausal problems. *Maturitas* 2010; jan; 7:1-4.
3. Borud Ek, Alraek T, White A, Fonnebo V, Eggen AE, Hammar M, Astrand LI, Theodorsson E, Grimsgaard S. The acupuncture on hot flashes among menopausal women (acufash) study: a randomized controlled trial. *Menopause* 2009; 16 (3): 484-93.
4. Zaborowska E, Brynhildsen J, Damberg S, Fredriksson M, Lindh-Astrand L, Nedstrand E, Wilson Y, Hammar M. Effects of acupuncture, applied relaxation, estrogens and placebo on hot flashes in postmenopausal women: an analysis of two prospective, parallel, randomized studies. *Climacteric* 2007; 10 (1): 38-45.
5. Kronenberg F, Fugh-Berman A. Complementary and alternative medicine for menopausal symptoms: a review of randomized, controlled trials. *Ann intern med*. 2002 Nov 19; 137 (10): 805-13.
6. Newton KM, Buist DS, Keenan NL, Anderson LA, LaCroix AZ. Use of alternative therapies for menopause symptoms: results of a population-based survey. *Obstet gynecol*. 2002 Jul; 100 (7): 18-25.
7. Adda JM. Luxopuncture: une aide décisive dans la prise en charge des surcharges pondérales. *Revue AFME*. 2011 Dec; 5:11.



## Méthode

Lors du premier entretien, le médecin réalise un bilan des symptômes: fréquence et intensité des bouffées de chaleur, poussées de sudation, troubles du sommeil et de l'humeur, épisodes dépressifs... Ensuite, le traitement peut commencer. 2 séances la première semaine sont planifiées puis 1 séance par semaine pour un total de 7 séances sur 6 semaines. Avant de s'installer sur la table de soins, la personne enlève simplement ses chaussures. Le médecin stimule une trentaine de zones réflexes réparties sur le corps et correspondant aux différents troubles subis. Au début de chaque séance, le médecin consigne dans la fiche de suivi l'évolution des troubles. Après les 7 séances, la patiente complète le questionnaire de sortie et de satisfaction. Il a été observé que les effets de la Luxopuncture ou de l'acupuncture durent entre plusieurs mois et plusieurs années, parfois, les troubles ne se manifestent plus. Il faut informer la patiente du fait qu'au retour des symptômes, elle doit revenir pour suivre 3 séances de stabilisation, espacées d'une semaine. (Figures 2 et 3).

## Résultats

Les résultats de la première évaluation en luxopuncture sur 31 femmes sont très positifs: environ 90 % des femmes ayant suivi le traitement sont satisfaites, les bouffées de chaleur étant supprimées pour 40 % d'entre elles, et fortement diminuées pour les 50 % restantes, retrouvant par là même un confort de vie satisfaisant. La Luxopuncture, grâce à son action réflexe, présente l'avantage d'une absence de risque médical ou d'effet secondaire indésirable. Il n'existe aucune interaction avec un éventuel traitement en cours (THS).

Figure 3: Quelques zones réflexes et leurs indications: PE1: régulation du système hormonal, anxiété; MC6: renforcement général de l'organisme, régulation du rythme cardiaque; RT6: régulation du système hormonal, bouffée de chaleurs, poussées de sudation; RN6: troubles du sommeil.

Concernant la prise de poids consécutive à la ménopause (en moyenne les femmes prennent environ 7 kg) seul un rééquilibrage alimentaire avec une phase hypocalorique pour la phase de perte de poids peut permettre aux femmes de retrouver leur poids de forme. Il faudra donc leur proposer des séances de luxopuncture pour la réduction de leur surcharge pondérale (7).

## Évaluation réalisée entre janvier et mars 2009

Données recueillies par questionnaire, scoring et examen clinique.

- Nombre de sujets étudiés: 31.
- Âge moyen des sujets: 54 ans, (Mini 48, Maxi 65).
- Âge moyen au début des troubles: 50 ans, (Mini 32 ans, Maxi 57 ans).
- Nombre de séances: 7 sur 6 semaines.

## Conclusion

À côté des traitements conventionnels de la ménopause déjà maîtrisés et validés, l'approche thérapeutique par réflexothérapie donne la possibilité au médecin d'avoir des résultats concrets sur les symptômes de la péri-ménopause sans aucun effet secondaire. ■

Tableau 1: Troubles de la ménopause  
Ce tableau représente le pourcentage des patientes ayant obtenu le résultat mentionné

% des patientes	Suppression	Réduction
Bouffées de chaleur	40 %	47 %
Poussées de sudation	54 %	38 %
Fatigue	71 %	19 %
Troubles du sommeil	39 %	50 %
Irritabilité	36 %	52 %
Épisode dépressif	46 %	39 %

Tableau 2: Satisfaction en fin de traitement

Satisfaits	90,3 %
------------	--------