

LUXO®



REVUE DE PRESSE

ARTICLES SCIENTIFIQUES



PARC EURASANTÉ
280 rue Salvador Allende - F-59120 LOOS
Tél. +33.(0)3.20.30.60.88
Fax. +33.(0)3.20.12.95.18
contact@luxomed.com
www.luxomed.com

LUXOMED

Version 10/2016

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

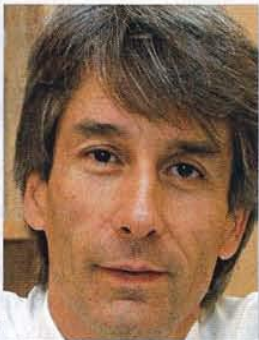
15^e CONGRÈS
GENESIS

IMPACT
santé
GENESIS
ASSOCIATION
GYNÉCOLOGIE

UICP • 16, rue Jean Rey 75015 Paris

▶ ALTERNATIVES THÉRAPEUTIQUES

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



DR

Dr Ph. Blanchemaison
Médecin vasculaire,
Paris

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.

Pour 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 mm², facilitant la localisation et donc la stimulation de la zone réflexe. (Figure 1).

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

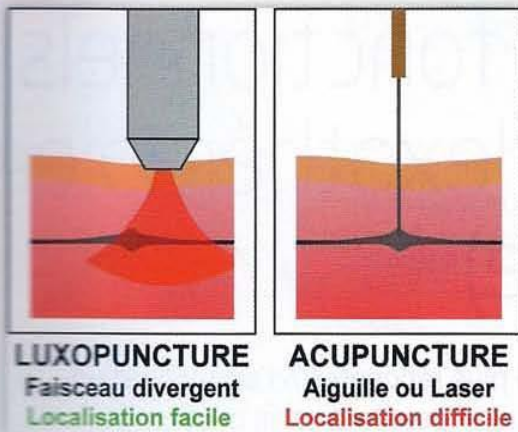


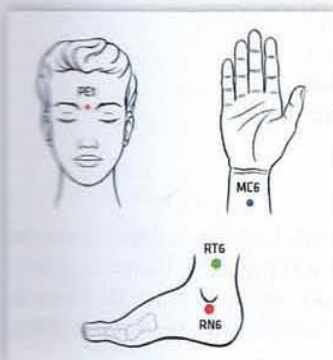
Figure 1.



Figure 2.

REFERENCES

1. Palkovich JM, Shufelt CL, Azziz R, Yang Y, Goodbar MD, 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 29 (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 LJ, Theodorsson E, Gunnsgaard S. The acupuncture on hot flashes among menopausal women (acufflash) 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, Wjonn 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 (2): 18-25.
7. Adde 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

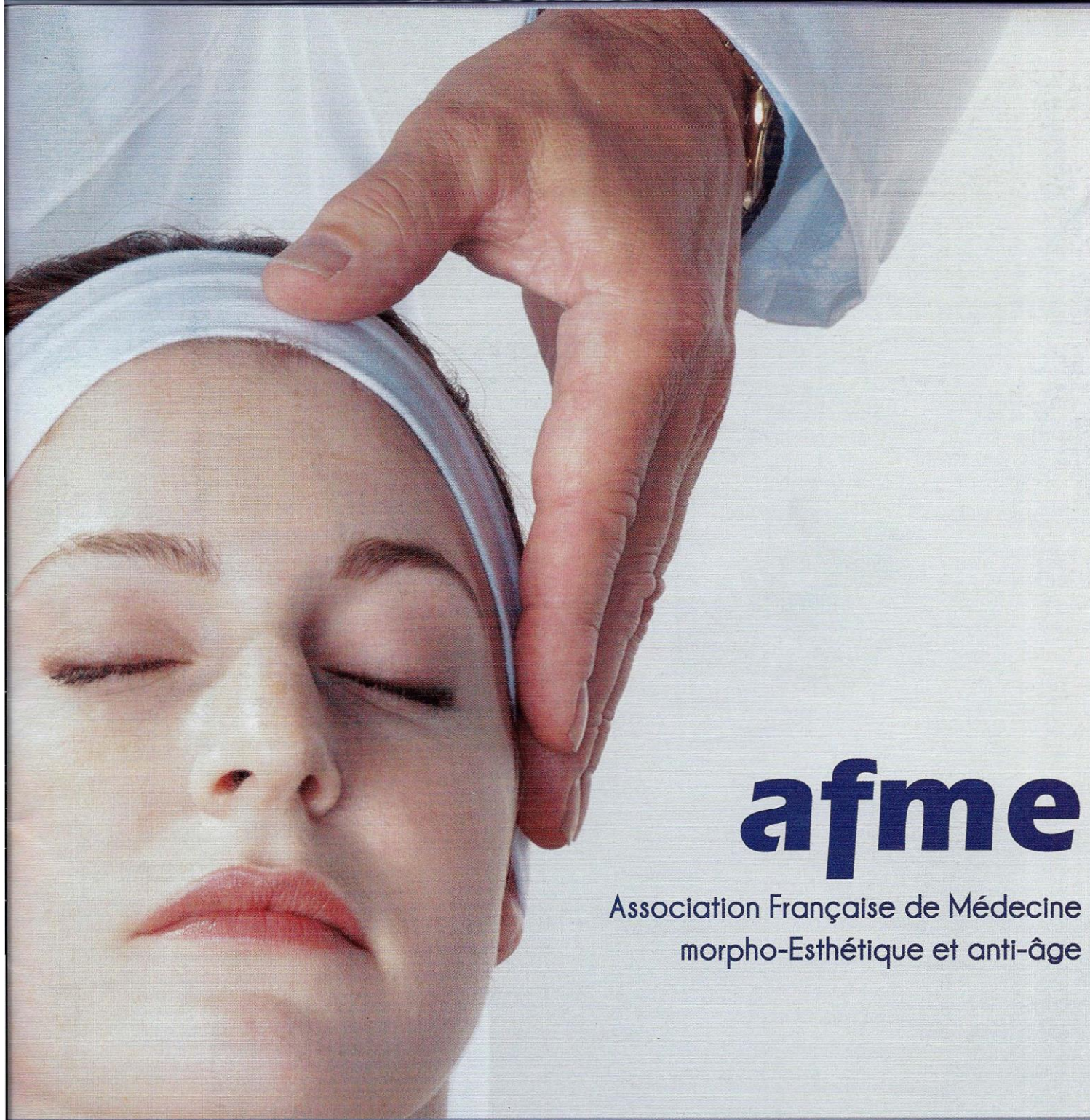
À côté des traitements conventionnels de la ménopause déjà maîtrisés et validés, l'approche thérapeutique par réflexothérapie donne la possibilité au médecin d'avoir des résultats concrets sur les symptômes de la péri-ménopause sans aucun effet secondaire. ■

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 % |
|------------|--------|

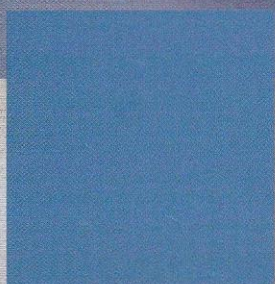


afme

Association Française de Médecine
morpho-Esthétique et anti-âge

La revue du médecin esthéticien

Morpho-esthétique médicale et anti-âge



Décembre 2011



Dr Jean-Marc ADDA - Boulogne Billancourt

afme

LA LUXOPUNCTURE : UNE AIDE DÉCISIVE DANS LA PRISE EN CHARGE DES SURCHARGES PONDÉRALES

■ HISTORIQUE

A/ Origine d'une surcharge pondérale

Expliquer un surpoids est un exercice complexe, chaque personne étant différente face aux facteurs favorisant une surcharge pondérale.

Il est néanmoins possible de lister les principaux facteurs déclenchant un surpoids :

1/ Les facteurs alimentaires

La prise alimentaire est le principal paramètre, car l'excès d'apport énergétique est à la base de toutes les surcharges pondérales. La personne a tendance à manger de manière trop importante par rapport aux besoins de l'organisme.

L'excès d'apport quantitatif : un apport calorique excessif par rapport aux besoins entraîne inévitablement une prise de poids significative. Le nombre moyen de calories absorbées chaque jour dépend de l'activité de la personne. Le sédentaire n'a pas les mêmes besoins que le travailleur de force.

L'excès d'apport qualitatif : la consommation excessive de glucides simples comme les sucreries, les biscuits, les chocolats, etc... ou de graisses joue un rôle majeur dans l'apparition d'un déséquilibre. En effet, les aliments riches en sucres et en graisses, à forte teneur énergétique, dont le goût est souvent agréable, retardent la sensation de satiété, ce qui entraîne leur surconsommation. Les glucides et lipides seront stockés sous forme de graisse s'ils ne sont pas immédiatement dépensés.

Les troubles du comportement alimentaire (TCA) :

- Issus des dépendances alimentaires : une vie stressante, une mauvaise hygiène alimentaire, une déstructuration des repas caractérisent les modes de vie actuels et sont à l'origine de dépendances alimentaires (fringales, compulsions alimentaires, grignotage, boulimie...).

- Issus des habitudes culturelles : repas de famille gargantuesques, repas d'affaires, accès aux nourritures à risques (notamment pour les enfants), sensibilité aux messages publicitaires...

2/ Les facteurs liés à la dépense énergétique

Il s'agit de la sédentarité au sens large, et du passage d'une activité physique importante à la sédentarité. Concernant une activité sportive, même celle-ci ne fait pas réellement maigrir ou de façon négligeable, celle-ci participe à un bon équilibre psychique et à une bonne stimulation de l'organisme qui fonctionnera mieux (système cardio-vasculaire, système digestif...).

3/ Les facteurs génétiques

Très rarement, une prédisposition génétique (liée à de multiples gènes et non à un seul) rend un individu donné, ou une famille d'individus donnée, plus exposés à un surpoids dans un environnement et une alimentation donnés. Ce surpoids commence relativement tôt dans l'enfance.

4/ Les facteurs psychologiques

Il n'y a pas de profil psychologique type de la personne en surpoids, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de trait de caractère ou d'anomalie du psychisme qui prédispose de manière formelle au surpoids. Comme abordé au chapitre "troubles du comportement alimentaire", l'apparition d'un surpoids peut correspondre à un traumatisme psychologique. La nourriture apparaît alors comme une source de compensation (au même titre que la cigarette ou l'alcool). Certaines périodes de la vie sont propices à l'apparition d'un surpoids, comme par exemple un divorce ou une perte d'emploi, un changement du statut hormonal (adolescence, grossesse, ménopause...), un état de stress ou un syndrome dépressif.

De même, la situation est rendue plus compliquée par le fait que le surpoids en lui-même contribue à développer certains traits psychologiques anormaux, pris à tort comme une cause de ce surpoids. La personne tombe alors dans un cercle vicieux.

5/ Les facteurs médicaux

Certains médicaments tels que les sédatifs type neuroleptiques qui diminueraient les taux de sérotonine, peuvent être responsables de l'apparition d'un surpoids.

La pilule, trop fortement dosée, peut faire prendre du poids.

L'arrêt du tabac peut entraîner une prise de poids. Les personnes arrêtant de fumer peuvent reporter leur compulsion tabagique sur la nourriture.

B/ Réduction d'une surcharge pondérale

Pour une personne, la seule façon de perdre un surpoids sur le long terme, c'est donc de corriger son alimentation, avec une phase hypocalorique pendant l'amaigrissement. Ensuite pour stabiliser le poids de forme atteint, l'alimentation doit correspondre aux besoins alimentaires de l'organisme.

Deux difficultés surviennent lorsqu'une personne se décide à perdre du poids :

- La première est de changer ses habitudes alimentaires pour une alimentation hypocalorique et de ne pas se décourager jusqu'à l'obtention du poids visé.

- La seconde est de stabiliser le poids dans le temps, c'est à dire conserver une bonne hygiène alimentaire, et que les apports alimentaires correspondent aux besoins de l'organisme.

Ces difficultés proviennent en grande partie du fait que, chez une personne dans la démarche de maigrir, la volonté s'oppose aux frustrations subies. Le plus souvent les bonnes résolutions sont rapidement abandonnées (dans environ 85% des cas, et 95% à 3 ans).

Ces frustrations seraient liées aux troubles du comportement alimentaire (TCA) appelées également dépendances alimentaires :

- appétit excessif
- fringales (appétit se déclenchant en dehors des heures de repas)
- compulsions (besoins irrésistibles de grignoter, de consommer des aliments sucrés, gras, du chocolat...) à différentes heures de la journée.

Chez l'individu, ces dépendances alimentaires, comparables aux dépendances tabagique ou alcoolique, seraient une réponse à un état anxieux.

Le traitement efficace des surcharges pondérales passe donc par la correction des troubles du comportement alimentaire. Comment aider la personne à passer d'une alimentation déséquilibrée, conséquence de ses

TCA à une alimentation équilibrée correspondant à ses besoins alimentaires ?

C/ Comment corriger le comportement alimentaire

Notre comportement (appétit, sommeil, humeur, motivation...) est géré par le système hormonal, qui produit 3 hormones essentielles :

La sérotonine

Elle influe sur l'appétit, l'humeur et le sommeil. En manquer c'est avoir un appétit dépassant ses besoins alimentaires, des fringales avec comme conséquence une prise de poids.

Elle a un effet antidépresseur et procure un sentiment de détente. Un état dépressif serait lié à un déficit en sérotonine.

De récentes études démontrent que la consommation de sucre ou de chocolat augmenterait le taux de sérotonine. Ceci expliquerait, en cas d'état de stress, l'attrance ou la compulsion vers les aliments sucrés ou le chocolat, créant ainsi un état de dépendance alimentaire.

L'endorphine

Elle procure plaisir, calme et sérénité. En manquer, c'est se sentir anxieux, stressé.

L'expérience gustative des sucres, des graisses, du chocolat produit des endorphines dans le corps, tout comme la consommation de tabac ou d'alcool.

La dopamine

Un déséquilibre dans les taux de dopamine, appelée aussi "hormone des drogues", augmenterait les compulsions, c'est-à-dire l'envie irrésistible de consommer des aliments sucrés ou gras, de fumer ou de consommer de l'alcool, car ces actes augmenteraient les taux d'endorphines et de sérotonine, procurant ainsi un état de bien-être.

Tableau : symptômes d'un déséquilibre hormonal

| | EQUILIBRE | DESORDRE |
|-------------|--|--|
| Sérotonine | Appétit normal Satiété Humeur Sommeil | Appétit excessif Fringales État dépressif Troubles du sommeil |
| Dopamine | Satisfaction des besoins vitaux | Compulsions (besoins) : - Nourriture (grignotage, sucre, graisses...) - Tabac, alcool... |
| Endorphines | Bien-être Plaisir Calme | Stress Troubles du sommeil Sensibilité à la douleur |

Les troubles du comportement alimentaires (TCA) trouvent leur origine, en partie, dans un déséquilibre fonctionnel du système hormonal. Rétablir l'équilibre hormonal, notamment au niveau de la production de sérotonine, endorphines et dopamine, corrigerait donc les troubles du comportement alimentaire, l'anxiété et des troubles du sommeil.

NB : *Définition médicale de la compulsion : Besoin irrésistible d'effectuer un acte ou un rituel visant à réduire l'anxiété. Ces actes peuvent être notamment manger, fumer une cigarette, boire de l'alcool...*

D/ Les réflexothérapies

Les réflexothérapies comme l'acupuncture ou l'ostéopathie sont basées sur l'hypothèse que la stimulation d'une ou plusieurs zones précises du corps va provoquer un réflexe qui va rétablir l'équilibre fonctionnel d'un organe, par exemple le système hormonal, et ainsi faire disparaître ou atténuer les troubles anxieux et compulsifs (cf. Tableau : symptômes d'un déséquilibre hormonal).

L'expérience montre que les réflexothérapies telles que l'acupuncture peuvent être très efficaces sur la régulation du système hormonal et sur les troubles compulsifs et anxieux. Ces troubles touchent une grande partie de la population : dépendances alimentaires, au tabac et à l'alcool, stress, troubles du sommeil...

Il y a plusieurs obstacles à la mise en place d'une réflexothérapie au sein d'une pratique médicale :

- absence de consensus sur les prises en charge du patient (nombre de séances, nombre de points stimulés pendant une séance, suivi du patient...)
- manque de répétitivité des résultats dans la stimulation par aiguille ou laser
- disparité dans la durée et la qualité des formations dispensées.

Tout ceci menant à un manque de fiabilité et de crédibilité concernant les résultats qu'on peut atteindre avec les réflexothérapies.

Néanmoins certaines études et méta-analyses scientifiques permettent de mettre en avant des résultats intéressants dans la prise en charge des états compulsifs et anxieux.

■ LA LUXOPUNCTURE OU ACUPUNCTURE INFRAROUGE

A/ Objectifs

La luxopuncture est basée sur un appareil médical générant un rayonnement infrarouge. Cette technique est utilisée dans la prise en charge de ces troubles anxieux et compulsifs. Elle est simple à mettre en place au cabinet, au terme d'une journée de formation.

Cette prise en charge est destinée aux sujets ayant un Indice de Masse Corporelle (IMC) inférieur ou égal à 30-32.

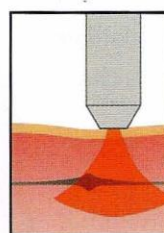
L'objectif est de ramener cet IMC à une valeur de 23-24 et de le stabiliser ensuite.

NB : $IMC = Poids / (Taille)^2$. Poids en kg, taille en m.

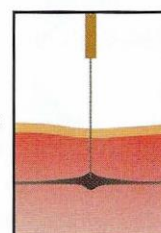
| IMC | INDICE | OBESITE | | |
|-------|----------------|----------------|----------------|-------|
| | Normal | Moyenne | Importante | Grave |
| HOMME | Entre 20 et 25 | Entre 25 et 30 | Entre 31 et 40 | > 40 |
| FEMME | Entre 19 et 24 | | | |

B/ Matériel

La luxopuncture stimule les points réflexes au moyen d'un rayonnement infrarouge. La zone couverte par le faisceau est d'environ 30mm², facilitant la localisation et donc la stimulation du point.



LUXOPUNCTURE
Faisceau divergent
Localisation facile



ACUPUNCTURE
Aiguille ou Laser
Localisation difficile

C/ Prise en charge

La prise en charge repose sur 3 axes :

- 1- La correction du comportement alimentaire
- 2- La reprise d'une alimentation équilibrée
- 3- Le suivi du praticien pour gérer les écarts

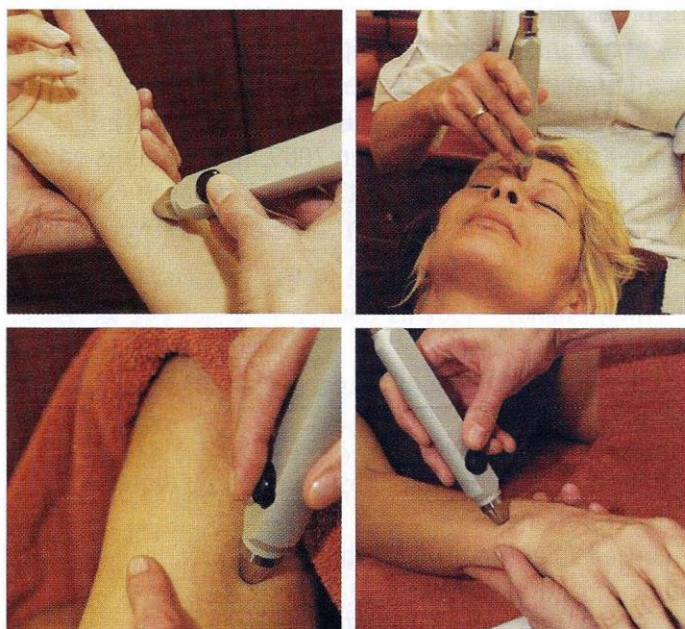
1/ Les séances

Lors du premier entretien, le praticien réalise un bilan et définit avec la personne en surpoids l'objectif de poids de forme (en général, correspondant à un IMC de 23-24) et

ainsi le nombre de séances conseillées. Un guide diététique est remis à la personne, pour lui réapprendre à s'alimenter de façon saine et équilibrée.

Lors des séances (en général 1 séance de 30 minutes par semaine), la personne est installée sur une table de soins. Avec l'appareil, le praticien stimule une trentaine de points réflexes.

Les séances ont pour but de supprimer les troubles du comportement alimentaire à l'origine des frustrations, de la faim, du stress subis au changement d'alimentation.



L'objectif est que la personne puisse suivre le guide diététique en tout confort, sans faim ni compulsions, et sans "craquer", comme cela arrive souvent avec un régime classique.

2/ Le guide diététique

Le guide diététique donne les conseils pour atteindre et conserver le poids de forme. Il explique comment reprendre une bonne hygiène alimentaire et gérer les écarts. Il décrit les phases de rééquilibrage alimentaire à suivre, basées sur une alimentation traditionnelle et familiale, sans aucun complément alimentaire.

Pendant la phase de perte de poids, les apports alimentaires sont d'environ 1600 kcal/jour, pour perdre de 3 à 4 kilos par mois, rythme maximum médicalement préconisé pour éviter fatigue ou hypoglycémie.

Les aliments naturels sont privilégiés (viandes, poissons, légumes, féculents, fruits...). Les aliments trop sucrés ou gras, ainsi que les aliments "lights" sont proscrits.

3/ Stabilisation du poids de forme et des prises alimentaires

Au terme de la cure, en phase de stabilisation : si le système hormonal est équilibré, notamment les cycles de sérotonine, pendant les repas, le cerveau envoie des signaux pour avertir que les apports alimentaires sont suffisants en quantité (quand la personne ressent la satiété) et en qualité (quand cesse le plaisir de manger). Ces signaux ne sont plus ressentis par les personnes en surpoids, compulsives ou boulimiques.

Le patient régule ainsi ses apports alimentaires en respectant les sensations relatives aux prises alimentaires : la satiété et le plaisir de manger.

En fin de prise en charge, il est indiqué au patient que si il ressent que les troubles du comportement alimentaire se manifestent à nouveau (reprise de poids, fringales, grignotage...), de revenir suivre 3 séances espacées d'une semaine en stabilisation, en moyenne tous les 6 mois, pendant 3 à 4 ans.

4/ Résultats

1ère phase : réduction de surcharge pondérale

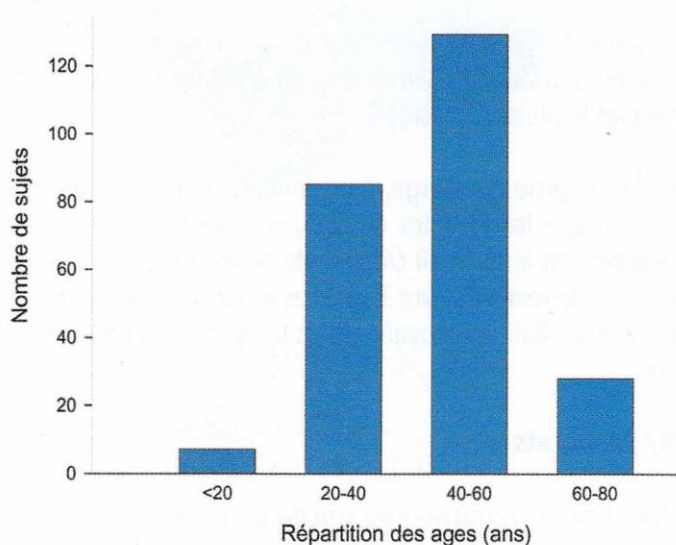
A partir de la 2ème ou 3ème séance, le patient rapporte une diminution de l'appétit, une disparition ou une diminution des compulsions (grignotage, chocolat...) et une moindre appétence pour les aliments sucrés ou gras. Sont également rapportés un meilleur sommeil, une diminution de l'anxiété, un meilleur transit et une diminution des rétentions lymphatiques.

L'expérience montre que la plupart des sujets étudiés avaient eu auparavant des difficultés à modifier leur alimentation dans le cadre d'un amaigrissement, abandonnant souvent leurs bonnes résolutions au bout de quelques jours ou quelques semaines et reprenant inexorablement du poids (le fameux effet yo-yo). Avec les séances de luxopuncture, la modification de l'alimentation est facilitée car les troubles du comportement alimentaire disparaissent ou sont fortement atténués. Le patient modifie son alimentation en douceur, sans frustrations, et sans l'impression de subir un régime restrictif. Si des écarts se produisent, le praticien doit encourager, par son suivi, le patient à suivre une diététique associée.

En 2007, une évaluation sur 291 personnes a été menée par le bureau de recherche clinique TERE0 (Lille).

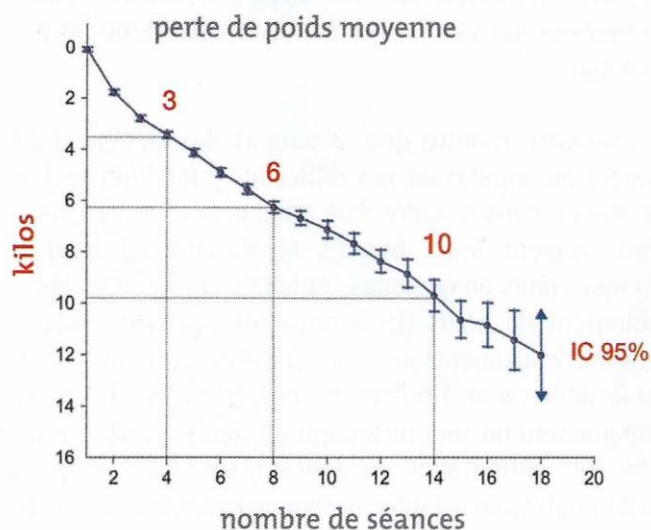
Les résultats ont montré un taux de satisfaction atteignant 95,6% pour des amaigrissements de 2 à 36 kg.

- Nombre de sujets : 291
- 93% femmes et 7% hommes
- Age moyen des sujets : 44 ans (Mini 13, Maxi 74)
- IMC initial ≤ 32
- IMC final ≥ 24
- Poids moyen avant la cure : 76 kg (Mini 47, Maxi 142)
- Perte de poids moyenne recherchée : 11 kg (Mini 2, Maxi 36)



**Satisfaction des patients
en fin du traitement**

95.6 %



Un point remarquable dans le graphique ci-dessus est l'étroitesse de l'Intervalle de Confiance à 95%. Cela démontre bien que la luxopuncture favorise et fiabilise la perte de poids, associée à un guide diététique.

2ème phase : stabilisation du poids de forme et des prises alimentaires

L'expérience montre que les effets de la luxopuncture durent en moyenne 6 mois. Pendant cette période, la grande majorité des patients maintiennent leur poids de forme grâce à la régulation de leur comportement alimentaire.

Moyennant 3 séances espacées d'une semaine, en moyenne tous les 6 mois, de nombreux cas de patients ayant stabilisé leur poids de forme sur plusieurs années ont été rapportés.

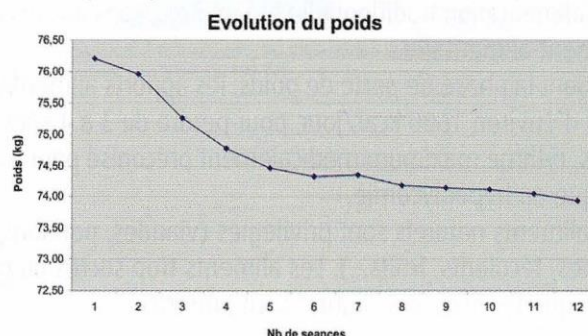
La réflexothérapie est également proposée consécutivement aux interventions de liposuccion et de lipolyse, afin que le patient maintienne les bénéfices de l'intervention sur le long terme. Une évaluation a été menée à la Clinique Esthétique Aquitaine en 2009, sur 7 patients en stabilisation post-opératoire, et présentée par le Chirurgien Plastique Denis de Lonca, en conférence à l'EMAA à Paris en Octobre 2009.

SUJETS

- Nombre de sujets : 7
- 6 femmes et 1 homme
- Age moyen des sujets : 45 ans (Mini 22, Maxi 56)
- Traitement précédent : liposuccion et/ou diète hyperprotéinée
- Conseils diététiques de stabilisation
- IMC moyen avant Luxo : 29
- Poids moyen avant Luxo : 76.2 kg

RESULTATS

- Durée du traitement : 3 mois
- Nombre de séances : 1 par semaine
- Perte de poids supplémentaire : environ 700 g/mois
- Diminution des compulsions de grignotage, d'aliments sucrés ou salés
- Diminution des niveaux de stress et des troubles du sommeil
- IMC moyen après 12 semaines de traitement : 28.2
- Poids moyen après 12 semaines de traitement : 74.1 kg



■ CONCLUSION

Sont donc associés une réflexothérapie, une diététique familiale et un suivi du patient. Aucun médicament ni complément alimentaire n'est utilisé.

Une réflexothérapie comme la luxopuncture corrige les troubles du comportement alimentaire (appétit excessif, fringales, compulsions, appétence pour les aliments sucrés ou gras...) chez les personnes en surpoids modéré à important (IMC < 30-32) et aide efficacement ceux-ci à adopter une alimentation saine et équilibrée tout en stabilisant sur le long terme un IMC de 23-24.

A noter l'absence d'effets secondaires et de risques médicaux qui rendent cette alternative thérapeutique encore plus attractive, dans un domaine où l'allopathie atteint ses limites.

■ BIBLIOGRAPHIE

Luxomed - Evaluation TERE0, bureau de recherche clinique, menée sur 291 sujets en surpoids en 2007 - Congrès AMWC - Monaco 2009

The treatment of obesity by acupuncture. International Journal of Neuroscience, 2006 Feb; 116(2):165-75

Effects of Bilateral Auricular Acupuncture Stimulation on Body Weight in Healthy Volunteers and Mildly Obese Patients. Exp Biol Med 228:1201-1207, 2003.

Résultats du traitement des obésités. Rat P. Conférences d'Acupuncture, GERA, Toulon. 1980;5:204-8.

Programmes contre l'obésité et le tabagisme - Centre d'Acupuncture d'Asie - Paris

Acupuncture for anxiety and anxiety disorders - a systematic literature review. Pilkington K, Kirkwood G, Rampes H, Cummings M, Richardson J. Acupuncture in Medicine. 2007;25(1-2):1-10.

Acupuncture increases nocturnal melatonin secretion and reduces insomnia and anxiety: a preliminary report. Spence DW, Kayumov L, Chen A, Lowe A, Jain U, Katzman MA, Shen J, Perelman B, Shapiro CM. J Neuropsychiatry Clin Neurosci. 2004 Winter;16(1):19-28.

PETITES ANNONCES

05/12/2011 : **VENDS LAMPE OMNILUX**

quasi neuve 630nm (rouge pour esthétique et PDT) 5000 €. e-mail : clairbois_120@hotmail.com ou au 06 68 22 71 48

04/11/2011 : **VENDS LASER DIODE 808 NM**

épilation chinoise neuve, vitesse max 10Hz spot 12*12mm e-mail : docteurcovic@gmail.com ou au 0681142871

02/11/2011 : **VEND IPL LUMISCUPT FME**

lumière pulsée année 2007 ; tête neuve, révisée, avec pièce à main épilation taches pigmentaires et photo rajeunissement 14000 € (valeur neuve 54000 €); Formation assurée. e-mail : livescault@aol.com ou au 0611868600

02/11/2011 :

VENDS LASER ALEXANDRITE 755 NM MINIGENTLE LASER

Candela année 2004. Appareil en excellent état, révisé il y a 5 mois. Tailles de spots 6, 8, 10, 12, 15 et 18 mm. Fréquence de tir 1,5 Hz. Vendu avec adaptateur candela pour brancher éventuellement un cryo zimmer, 30 distances Gauge 18 mm, 1 distance gauge métallique, 200 lentilles de rechange, 2 paires de lunettes patient, un masque de protection praticien, 8 canisters. Appareil avec seulement 1 million de tirs. 26 000 €. Possibilité d'une révision complète par candela avant la vente.

e-mail : dr.lenaoures@hotmail.fr ou au 0635276718

27/10/2011 : **CENTRE LASER ET AA MELUN 77**

recherche medecins pour pour vacations laser et esthétique. Formation anti âge et/ou laser nécessaire e-mail : delille59000@gmail.com

24/10/2011 : **VENDS PUISSANT LASER ALEXANDRITE**

Cynosure APOGEE 9300,(cause renouvellement) sous contrat d'entretien constant depuis l'achat en 2005. Taille spot maxi 15mm, vitesse de tir 2 Hz. Refroidissement du spot par air par air pulsé (non fourni). Disponible immédiatement. Prix: 25 000 € cabinet médical FOCH. Au 0478899397

21/10/2011 : **VENDS PISTOLET MÉSO U225**

de déc 09, état neuf. Vendu avec 2 kits 50 de tubulures/aiguilles à 50% prix initial soit 1950 € à emporter de mon cabinet 6 place de la Madeleine Paris 8e. Au 06 80 96 36 48

20/10/2011 : **VENDS LASER NDYAG CUTERA AVEC TITAN**

cavité laser et têtes neuves (facture 10000 eu) Prix : 20000 € sur Lille. Livraison possible. Au 0686904975

21/09/2011 : **VENDS APPAREIL RADIO FREQUENCE TRIPOLLAR**

REGEN XL ETAT NEUF. Valeur 47000 € cédé à 25000 € e-mail : marechal.t@orange.fr

12/09/2011 : **VENDS IPL MD LIGHT**

Tête neuve, prix neuf 54000 €, cédé à 25000 € e-mail : isaflety@orange.fr ou au 0616304934

12/09/2011 : **VENDS SMART LIPO DEKA**

prix neuf 37000 € cédé 20000 € e-mail : isaflety@orange.fr ou 0616304934

23/08/2011 : **RECHERCHE ASSOCIÉ**

sur Montpellier : Médecin Esthétique femme formation collègue international de médecine esthétique Au 0613441916

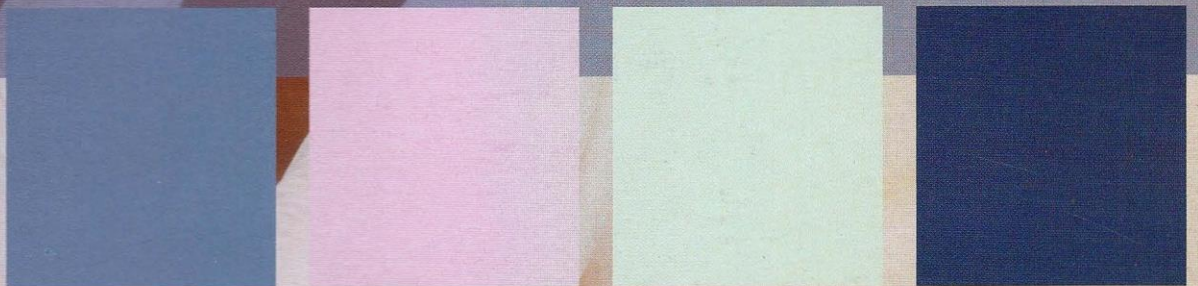


afme

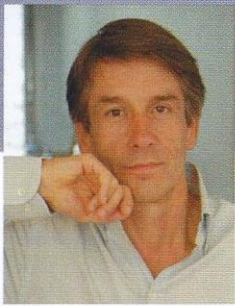
Association
Française de Médecine
morpho-Esthétique et anti-âge

La revue du médecin esthéticien

Morpho-esthétique médicale et anti-âge



Avril 2012



Dr Philippe BLANCHEMAISON – Paris

afme

TRAITEMENT DES TROUBLES DE LA MENOPAUSE PAR LUXOPUNCTURE (REFLEXOTHERAPIE INFRAROUGE)

■ RAPPEL

La ménopause est un phénomène naturel et incontournable de la vie des femmes.

Cette étape se produit généralement entre 45 et 55 ans et se décompose en deux phases :

- Avant la ménopause, la pré-ménopause, durant de 2 à 7 ans. Pendant cette période, l'ovulation devient irrégulière, on observe tout d'abord une baisse de la production de progestérone, pouvant être à l'origine d'une prise de poids, de rétentions ou de gonflement des seins. Les taux d'œstrogènes diminuent plus lentement mais peuvent varier brutalement, causant des troubles incommodes tels que : bouffées de chaleur, troubles du sommeil, modification de l'humeur...
- Après la ménopause, la post-ménopause qui voit la production d'œstrogènes cesser totalement. Le vieillissement de la peau s'accroît, le risque de maladies cardiovasculaires, d'ostéoporose... augmente.

Pour lutter contre les tracas de la ménopause, il existe plusieurs solutions :

- **Le THS** (traitement hormonal de substitution) a longtemps été considéré comme la meilleure réponse aux bouffées de chaleur. Compte tenu du risque majoré potentiel de cancer du sein et d'infarctus, le rapport bénéfice-risque doit être évalué au cas par cas.
- **Les réflexothérapies comme l'acupuncture** : de nombreuses études [1] [2] [3] [4] [5] [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'œstrogènes.

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 neurotransmetteurs.

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 rétentions et gonflements en relançant les flux lymphatiques.

■ LA LUXOPUNCTURE

A/ Principe

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

- 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.

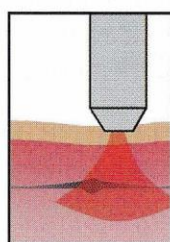
Cette technique est utilisée dans la prise en charge des déséquilibres hormonaux tels que ceux à l'origine des troubles de la ménopause. Elle est simple à mettre en place au cabinet, avec une journée de formation.

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

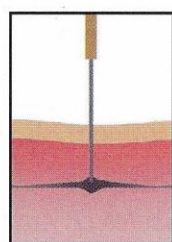
- Bouffées de chaleur
- Poussées de sudation
- Troubles du sommeil
- Fatigue et irritabilité
- Episode dépressif

B/ Matériel

La luxopuncture stimule les points réflexes au moyen d'un rayonnement infrarouge. La zone couverte par le faisceau est d'environ 30mm², facilitant la localisation et donc la stimulation de la zone réflexe.



LUXOPUNCTURE
Faisceau divergent
Localisation facile



ACUPUNCTURE
Aiguille ou Laser
Localisation difficile

C/ 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.

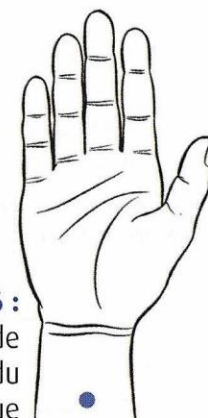
Après les 7 séances, la patiente complète le questionnaire de sortie et de satisfaction. Il a été observé que les effets de la Luxopuncture ou de l'acupuncture durent entre plusieurs mois et plusieurs années, parfois, les troubles ne se manifestent plus. Il faut informer la patiente du fait qu'au retour des symptômes, elle doit revenir pour suivre 3 séances de stabilisation, espacées d'une semaine.



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

D/ 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).

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].

■ EVALUATION RÉALISÉE ENTRE JANVIER ET MARS 2009

Données recueillies par questionnaire, scoring et examen clinique.

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

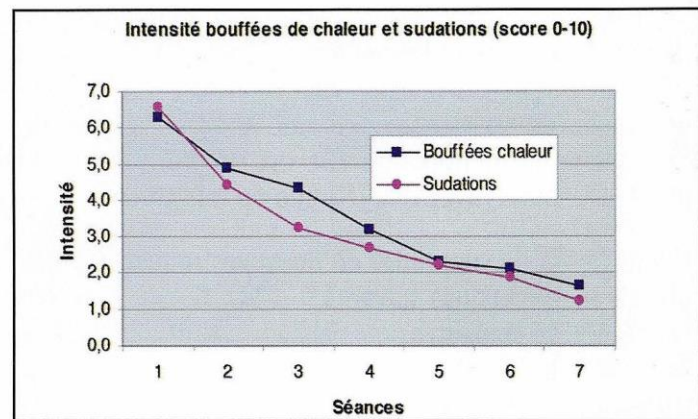
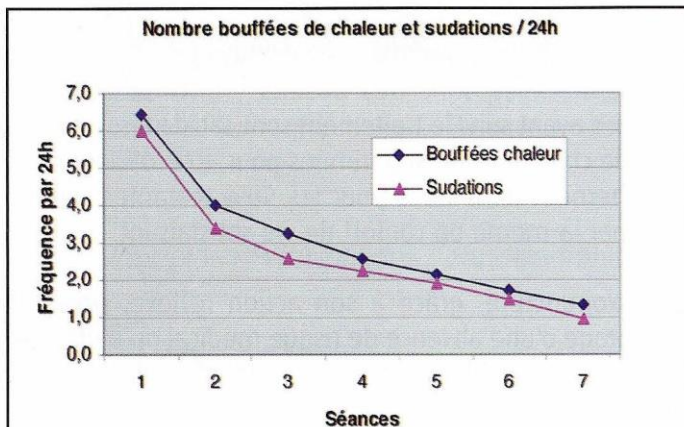
1/ TROUBLES DE LA MENOPAUSE

Ce tableau représente le pourcentage des patientes ayant obtenu le résultat mentionné :

| Pourcentage 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 % |
| Episode dépressif | 46 % | 39 % |

2/ BOUFFEES DE CHALEUR ET SUDATIONS

Ces tableaux représentent la moyenne sur les 31 patientes de l'évolution du nombre et de l'intensité des épisodes de bouffées de chaleur et de poussées de sudation.



3/ SATISFACTION EN FIN DE TRAITEMENT

| Satisfaction des sujets en fin de traitement | |
|--|--------|
| Satisfaits | 90.3 % |

■ CONCLUSION

A 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.

■ BIBLIOGRAPHIE

1. Painovich JM, Shufelt CL, Azziz R, Yang Y, Goodarzi MO, Braunstein GD, Karlan BY, Stewart PM, Merz CN. 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.
4. THE ACUPUNCTURE ON HOT FLUSHES AMONG MENOPAUSAL WOMEN (ACUFLASH) STUDY, A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL. *MENOPAUSE* 2009;16(3):484-93
5. Zaborowska E, Brynhildsen J, Damberg S, Fredriksson M, Lindh-Astrand L, Nedstrand E, Wyon Y, Hammar M. EFFECTS OF ACUPUNCTURE, APPLIED RELAXATION, ESTROGENS AND PLACEBO ON HOT FLUSHES IN POSTMENOPAUSAL WOMEN: AN ANALYSIS OF TWO PROSPECTIVE, PARALLEL, RANDOMIZED STUDIES. *CLIMACTERIC* 2007;10(1):38-45
6. Kronenberg F, Fugh-Berman A.
7. COMPLEMENTARY AND ALTERNATIVE MEDICINE FOR MENOPAUSAL SYMPTOMS: A REVIEW OF RANDOMIZED, CONTROLLED TRIALS. *ANN INTERN MED.* 2002 Nov 19;137(10):805-13.
- 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(1):18-25.
- Adda J-M.
7. LUXOPUNCTURE : UNE AIDE DECISIVE DANS LA PRISE EN CHARGE DES SURCHARGES PONDERALES. *Revue AFME.* 2011 Dec : 5-11

RÉFÉRENCE ostéopathie

LA REVUE PROFESSIONNELLE DES OSTÉOPATHES

Prix au numéro 4,90€

n° 06 - octobre/novembre/décembre 2011

INTERVIEW

Thierry
Janssen

DOSSIER

L'enfant

www.referenceosteopathie.fr

ANDRÉ GABERT

Apport d'une réflexothérapie chez l'enfant en surpoids

Aujourd'hui en France, 1 enfant sur 5 est en surpoids ou obèse*
Le monde médical est désarmé face à ce problème de santé publique, reconnaissant qu'il n'existe aucun traitement pour corriger les troubles du comportement alimentaire, excepté les recommandations diététiques et les thérapies cognitives (approche psychologique).

SYSTEME HORMONAL, ANXIETE ET COMPULSIONS

Notre système hormonal gère notre comportement : humeur, appétit, sommeil, motivation...

3 hormones sont fondamentales : la sérotonine, la dopamine et les endorphines.

Le système hormonal est aussi le plus fragile de notre organisme. Voilà pourquoi lorsque nous subissons une agression (contrariété, dommage, nuisance...), nous sommes stressés ou dormons mal car notre système hormonal se déprime.

Comme on peut le voir sur le tableau (ci après)), un déséquilibre fonctionnel hormonal peut générer des troubles du comportement alimentaire : appétit excessif, fringales, compulsions (envies de grignotage, d'aliments sucrés, gras ou salés).

Les troubles compulsifs comme les compulsions alimentaires ont pour objectif

de remonter les niveaux hormonaux, notamment de sérotonine, endorphines ou dopamine.

Une compulsion définit le besoin irrésistible d'effectuer un acte ou un rituel tendant à réduire l'anxiété. Cet acte peut être notamment manger, fumer une cigarette, boire de l'alcool...

De récentes études démontrent que la consommation de sucre ou de chocolat augmente les taux de sérotonine et d'endorphines, en partie responsable de notre état de bien-être. Ceci expliquerait, en cas d'état de stress, l'attirance ou la compulsions vers les aliments sucrés ou le chocolat, créant ainsi un trouble du comportement alimentaire.

APPORT DES REFLEXOTHERAPIES

Les réflexothérapies comme l'acupuncture ou l'ostéopathie sont basées sur l'hypothèse que la stimulation d'une ou plusieurs zones précises du corps va provoquer un réflexe qui va rétablir l'équi-

libre fonctionnel d'un organe, par exemple le système hormonal, et ainsi faire disparaître ou atténuer les troubles anxieux et compulsifs.

En acupuncture, diverses études montrent un taux de succès d'environ 50 à 70% sur ces troubles[1]. La difficulté étant dans le manque de répétitivité des résultats avec l'aiguille ou le laser et la grande disparité des protocoles, quasiment chaque acupuncteur ayant un protocole différent en fonction de sa formation plus ou moins poussée.

Il existe, depuis une dizaine d'année, des appareils de réflexothérapie stimulant les zones réflexes par un rayonnement infrarouge. Ce rayonnement arrosant la zone réflexe sur une surface assez importante (environ 3 cm²), la stimulation est plus efficace et le geste plus facile.

L'absence de douleur, effet secondaire et risque médical font qu'une réflexothérapie est indiquée aux patients sans limite



*[Source : INPES].

| | EQUILIBRE | DESEQUILIBRE |
|--|--|---|
| SÉROTONINE « <i>Hormone du bonheur</i> » | <i>Appétit normal</i> <i>Satiété</i> <i>Humeur</i> <i>Sommeil</i> | <i>Appétit excessif</i> <i>Fringales</i> <i>État dépressif</i> <i>Troubles du sommeil</i> |
| DOPAMINE « <i>Hormone du désir</i> » | <i>Satisfaction</i> <i>des besoins vitaux</i> | <i>Compulsions (besoins) :</i> <i>- Nourriture (grignotage,</i> <i>sucre, graisses...)</i> <i>- Tabac, alcool...</i> |
| ENDORPHINES « <i>Hormones du bien-être</i> » | <i>Bien-être</i> <i>Plaisir</i> <i>Calme</i> | <i>Stress</i> <i>Troubles du sommeil</i> <i>Sensibilité à la douleur</i> |

Tableau : symptômes d'un déséquilibre hormonal

d'âge, donc aux enfants (obésité, hyperactivité, troubles du sommeil...).

PRISE EN CHARGE DES SURCHARGES PONDERALES

Quelles solutions existent pour traiter les surcharges pondérales ?

1/Le régime

Quand une personne en surpoids se décide à retrouver son poids de forme, son premier réflexe est de suivre un régime. L'expérience montre que 95% des régimes sont un échec à 3 ans. Cet échec est dû au fait qu'une personne en surpoids subit des troubles du comportement alimentaire : appétit excessif, fringales, compulsions (appétence pour les aliments sucrés ou gras, grignotage).

Ces troubles du comportement alimentaire vont générer, pendant la phase de régime, des frustrations dues à la faim, aux compulsions insatisfaites, au manque, au stress... Et tôt ou tard, la personne craquera, abandonnera la diététique et reprendra son surpoids, voire plus si le

régime a été trop restrictif. Ce phénomène, appelé "effet yoyo", est dû aux troubles du comportement alimentaire, eux-mêmes causés par un déséquilibre hormonal.

2/Le diététicien

La personne en surpoids, découragée par les échecs répétitifs de ses régimes, va s'adresser ensuite à un diététicien ou un nutritionniste. Le suivi et le coaching du professionnel vont augmenter les taux de réussite estimés à 25% en fin de suivi. Ensuite malheureusement, les troubles du comportement alimentaires, toujours présents, font que la très grande majorité va reprendre son surpoids.

3/La réflexothérapie

Les séances de réflexothérapie comme l'acupuncture et ses dérivés (acupuncture infrarouge, auriculothérapie, digitopression...) ont pour objectif de rétablir l'équilibre fonctionnel du système hormonal et ainsi supprimer ou atténuer les troubles du comportement alimentaire. La personne tendra à manger ce dont son orga-

nisme a besoin, sans frustrations. Elle va rééquilibrer son alimentation en quantité (en retrouvant la satiété) et en qualité (moins d'appétence pour les aliments gras ou sucrés). Après 2 ou 3 séances, elle rapportera une nette diminution de son appétit et de ses compulsions. Diverses études montrent un taux de satisfaction d'environ 50 à 90% et surtout une stabilisation du poids sur plusieurs mois grâce à la correction du comportement alimentaire.

COMPLEMENTARITE MEDECINE CONVENTIONNELLE / REFLEXOTHERAPIE

Notre corps fonctionne grâce à la chimie et l'électricité. La médecine conventionnelle agit chimiquement avec l'action des médicaments. Les réflexothérapies utilisent les circuits électriques du corps, en agissant sur le système nerveux et les troubles neurovégétatifs. Les réflexothérapies ont beaucoup à nous apporter, notamment dans la prise en charge des troubles compulsifs et anxieux, là où justement la médecine conventionnelle avoue ses limites.

The treatment of obesity by acupuncture. International Journal of Neuroscience, 2006 Feb; 116(2):165-75

Effects of Bilateral Auricular Acupuncture Stimulation on Body Weight in Healthy Volunteers and Mildly Obese Patients. Exp Biol Med 228:1201-1207, 2003.

Résultats du traitement des obésités. Rat P. Conférences d'Acupuncture, GERA, Toulon. 1980;5:204-8.

Programmes contre l'obésité et le tabagisme - Centre d'Acupuncture d'Asie - Paris

Acupuncture for anxiety and anxiety disorders - a systematic literature review. Pilkington K, Kirkwood G, Rampes H, Cummings M, Richardson J. Acupuncture in Medicine. 2007;25(1-2):1-10.

Acupuncture increases nocturnal melatonin secretion and reduces insomnia and anxiety: a preliminary report. Spence DW, Kayumov L, Chen A, Lowe A, Jain U, Katzman MA, Shen J, Perelman B, Shapiro CM. J Neuropsychiatry Clin Neurosci. 2004 Winter;16(1):19-28.

Luxomed - Evaluation TERE0, bureau de recherche clinique, menée sur 291 sujets en surpoids en 2007

PHYSIOPOLIS

L'essentiel de la kinésithérapie

magazine

DOULEURS CHRONIQUES...



DÉDOLOR

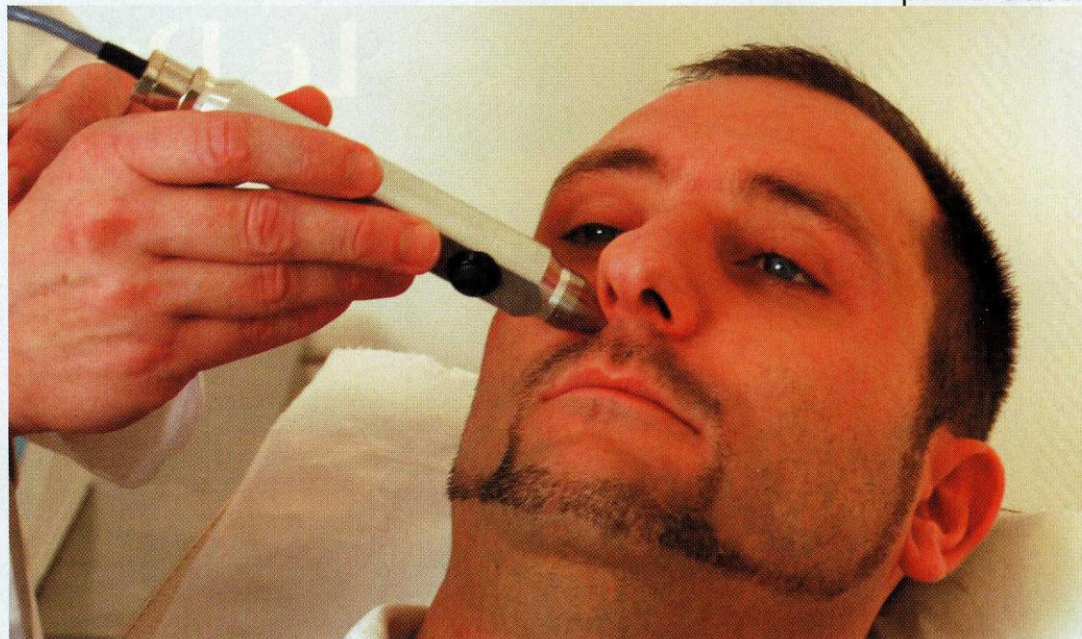
SOULAGE AUSSI LES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU !

Voir pages 12 et 13

La Luxopuncture en Kinésithérapie

Intérêt clinique et accessibilité

par A. Gabert



INTRODUCTION

Les effets sur l'organisme des techniques réflexes et notamment de l'acupuncture ont été longtemps assimilés à un effet placebo, faute d'explications scientifiques vis-à-vis des bénéfices observés. Aujourd'hui, des moyens techniques comme l'imagerie médicale mettent en évidence des modifications de l'activité de certains organes suite à la stimulation de points réflexes précis.

L'équilibre psychique et psychosomatique du patient résulte principalement du bon fonctionnement de son système endocrinien, qui produit trois hormones essentielles : la sérotonine, l'endorphine et la dopamine.

Parallèlement, le système endocrinien est l'organe le plus fragile de notre organisme et se déprime face aux agressions du quotidien (stress, problème de santé, mauvaise alimentation, fatigue, tabagie...).

Une déficience du système endocrinien peut entraîner des troubles tels que la sensibilité à la douleur, les manifestations douloureuses consécutives à une lésion ou d'origine psychosomatique (lombalgies, cervicalgies, migraines, maux de ventre...), l'anxiété, les troubles du sommeil, les dépendances alimentaires ou tabagiques... Ces troubles touchant une large proportion de la population (environ 70% !).

Certaines études révèlent l'existence matérielle des points réflexes, appelés plus couramment points d'acupuncture qui seraient principalement des ter-

minaisons nerveuses, reliées à notre système nerveux végétatif. Celui-ci commande de nombreuses fonctions inconscientes de notre organisme dont le système endocrinien, l'appareil digestif, le système respiratoire, le système cardiaque...

La stimulation des points réflexes selon des protocoles précis contribue ainsi à rétablir le bon fonctionnement de ces organes et à diminuer les troubles subis, en mobilisant les ressources énergétiques de l'organisme. Une légère fatigue est souvent rapportée par le patient peu après les séances, signe d'une réponse de l'organisme à la stimulation réflexe.

1. DIFFÉRENTES TECHNIQUES RÉFLEXES

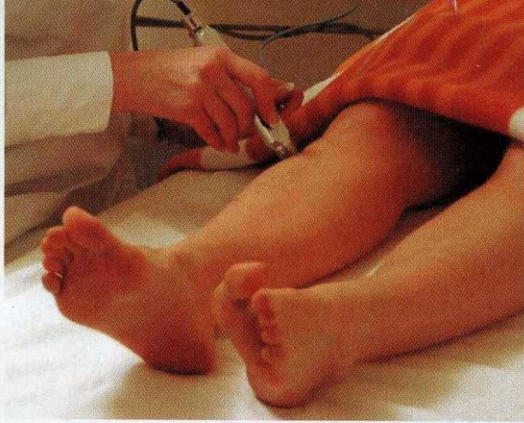
On distingue plusieurs techniques réflexes :

- Acupuncture
- Acupression ou digitopuncture
- Electropuncture
- Luxopuncture
- Laserthérapie

Concernant l'acupuncture et la laserthérapie, la réglementation les réserve désormais aux médecins en raison des risques médicaux liés au geste (infection ou brûlure). De plus, ces pratiques nécessitent une formation de plusieurs années, et donc un temps dont le MK ne dispose pas toujours.

L'électropuncture était en vogue dans les années 70, mais le courant remontant le trajet nerveux cause un inconfort au patient. De plus, la majorité de ces

La Luxopuncture en Kinésithérapie (Suite)



appareils ne sont plus en conformité avec la réglementation qui a évolué dans les années 90 (homologation 93/42/CE Dispositifs Médicaux).

La digitopuncture ou acupression, notamment pratiquée en kinésiologie, apporte une stimulation réflexe assez lente, avec des séances durant souvent 1 heure ou plus.

La luxopuncture se rapproche de la laserthérapie, mais utilise un faisceau infrarouge supprimant le risque médical dont nous parlions précédemment, ce qui la rend accessible au MK. De plus la largeur du faisceau rend la localisation du point beaucoup moins délicate. Son originalité est de panacher les points réflexes d'acupuncture issus de la Médecine Traditionnelle Chinoise et les points d'auriculothérapie révélés dans les années 60 par les travaux du Dr Nogier, médecin français. L'auriculothérapie est aujourd'hui enseignée en Chine.

2. INDICATIONS

Comme vu plus haut, les indications principales des techniques réflexes sont principalement les troubles liés à un système endocrinien déprimé : stress, dépendances alimentaires et tabagiques, douleurs.

Le MK peut ainsi apporter un soutien aux patients dans la démarche de perdre du poids ou d'arrêter de fumer. Il peut également prendre en charge leur stress ou certaines algies (douleurs du dos, sciatique, arthralgies...).

3. RÉSULTATS CLINIQUES

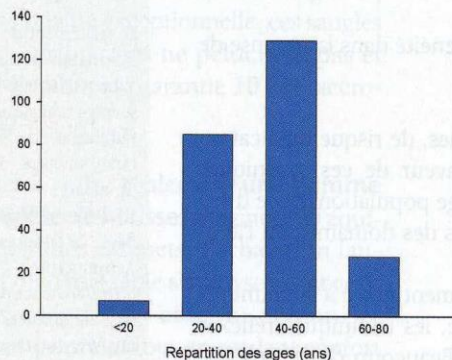
Il est difficile d'objectiver des résultats cliniques récurrents avec les techniques réflexes en raison de la disparité des techniques, des formations et des protocoles (efficacité de la stimulation, nombre de points réflexes stimulés, nombre de séances...).

En cela, la Luxopuncture apporte un intérêt avec des protocoles précis pour chaque prise en charge, la facilité d'utilisation de l'appareil faisant que les résultats dépendent peu de la dextérité et de l'expérience du praticien, contrairement à l'acupuncture.

Ceci a permis de synthétiser des études cliniques sur 2 traitements facilement objectivables : la perte de poids et l'arrêt du tabac. Les résultats sur les algies et le stress étant plus difficilement mesurables.

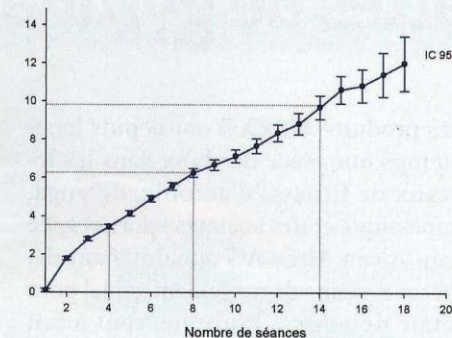
3.1. Résultats du traitement pour la perte de poids

3.1.1 Caractéristiques des sujets étudiés
 Nombre total de sujets : 291 (93 % de femmes et 7 % d'hommes)
 Age moyen des sujets : 44 ans



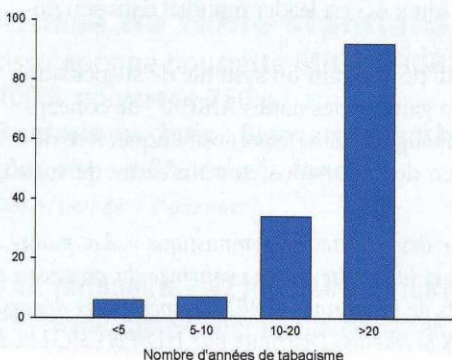
3.1.2. Résultats du traitement

Nombre moyen de séances de traitement : 10
 Poids moyen avant traitement : 76 kg
 Satisfaction des sujets traités : 95,6 %
 Perte de poids moyenne (kg) :

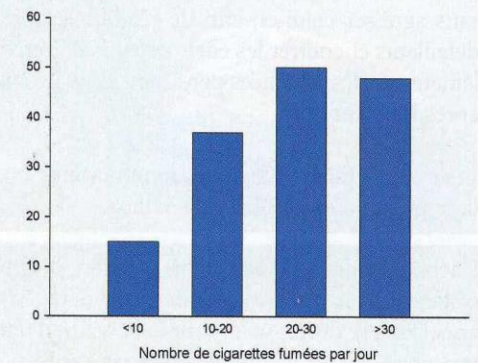


3.2. Résultats du traitement pour l'arrêt du tabac

3.2.1. Caractéristiques des sujets étudiés
 Nombre total de sujets : 188 (50 % de femmes et 50 % d'hommes)
 Age moyen des sujets : 42 ans
 Nbre moyen d'années de tabagisme : 23 ans



Nombre moyen de cigarettes fumées par jour : 24

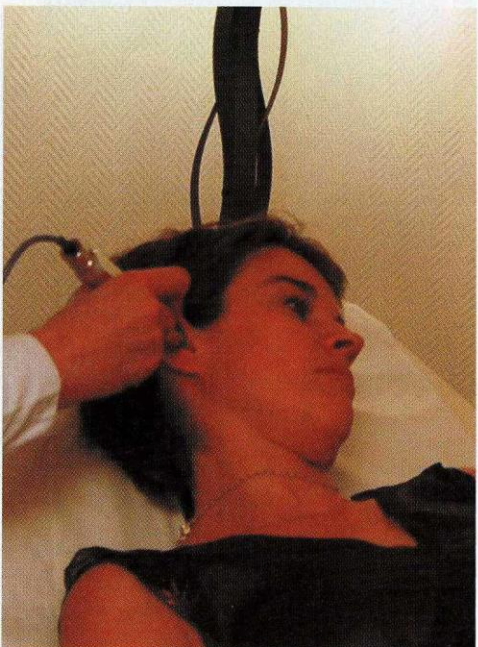


3.2.2 Résultats du traitement

Nombre moyen de séances de traitement par sujet : 3 (maximum 5)
 Arrêt de la consommation de tabac après le traitement : 90,5 %
 Satisfaction des sujets ayant arrêté de fumer : 99,2 %
 Efficacité identique quelque soit l'âge, la profession, les habitudes de consommation de tabac.

3.2.3 Maintien à long terme de l'arrêt de la consommation de tabac

| Délai depuis l'arrêt du traitement (ans) | |
|--|------|
| Moyenne | 4.4 |
| Médiane | 4.0 |
| Minimum- Maximum | 0-10 |



La Luxopuncture en Kinésithérapie (suite)



CONCLUSION

La pratique d'une technique réflexe permet au MK de prendre en charge son patient pour l'aider à retrouver un équilibre général, tant au niveau physique que psychique, et le libérer de son anxiété, de ses dépendances alimentaires ou tabagiques, des douleurs consécutives à des lésions ou d'origine psychosomatiques...

Les stimulations réflexes mobilisent les ressources naturelles de l'organisme, sans agresser celui-ci, afin de rétablir le bon fonctionnement des organes défaillants et contrer les effets négatifs de l'environnement. On constate également que les bénéfices perdurent dans le temps, en général plusieurs mois après les soins.

Les études épidémiologiques montrent une homogénéité dans la réponse de la population aux techniques réflexes.

L'action naturelle, l'absence de substances chimiques, de risque médical ou d'effets secondaires indésirables plaident en la faveur de ces techniques appelées à se développer pour le bénéfice d'une large population. Et ce d'autant plus que les techniques réflexes excellent dans des domaines où l'allopathie atteint ses limites.

En résumé, le corps humain fonctionne principalement grâce à la chimie et l'électromagnétique. L'allopathie agit sur la chimie, les techniques réflexes ou énergétiques agissent sur l'électromagnétique. Beaucoup de choses restent encore à découvrir... ■

BIBLIOGRAPHIE

Rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé sur l'Acupuncture et ses indications

WHO - Acupuncture - Review and analysis of reports on controlled clinical trials - 2002

Dossier : L'acupuncture, au-delà des croyances, 2003 - Association des Acupuncteurs du Québec

Caractéristiques électrodermiques des points d'acupuncture

Bergsmann & Wooley Hart, California Acupuncture College, 1974, Los Angeles, Californie

Cette étude met en évidence une corrélation entre la stimulation de points d'acupuncture et les modifications physiologiques au niveau de certains organes.

Aspect préliminaire dans l'étude, à l'aide de la médecine nucléaire, des points d'acupuncture, de la circulation sur les méridiens et leurs rapports avec les organes médicaux

Bagu V., Bugeac G., Vasile A., Congrès International d'Acupuncture - Brno, Tchécoslovaquie, Juin 1981

Hypothèse sur la transmission du message acupunctural après stimulation. Etude sur 250 sujets.

Richardot G., De Vernejoul P., Nicolas J., Darras J.C., Albarède P., De Vernejoul P. : 28ème Colloque de Médecine Nucléaire de Langue Française, Paris, 8-10 Décembre 1988.

Le traitement de l'obésité par l'acupuncture

International Journal of Neuroscience, 2006 Feb;116(2):165-75.

Tabac Actualités n°38 : L'acupuncture : une efficacité durable possible dans le sevrage tabagique !

Publication de l'INPES, Juin 2003

Luxopuncture : Evaluation des traitements à visée d'amincissement et d'arrêt du tabac.

CRO Tereo, Mai 2007.

Base de données bibliographique des Essais Contrôlés Randomisés en Acupuncture

<http://www.acupuncture-medicale.org/ecracu/section1.html>

Base de données Acudoc2

<http://www.acupuncture-medicale.org/portail.html>

Les nattes de gymnastique AIREX®



Les nattes de gymnastique AIREX® disposent maintenant d'un système de rangement conçu tout exprès pour elles.

Les produits AIREX® ont depuis longtemps une place de choix dans les locaux de fitness, d'aérobic, de yoga, de gymnastique et des sociétés sportives. Le fabricant Alcan Airex AG a maintenant développé un système de rangement génial pour sa gamme de nattes. Pratique, tout à fait esthétique et typiquement AIREX®.

Les produits AIREX® sont le fruit de plus de 50 années d'expérience en matière de produits en mousse. Ils constituent ainsi une classe à part, car les propriétés de ces produits sont à ce point uniques qu'elles soutiennent toute comparaison. Ce n'est pas pour rien que le fabricant Alcan Airex AG est leader mondial dans son domaine.

Il existe dorénavant un système de suspension pour la gamme des nattes AIREX®, de conception intelligente et à l'aspect esthétique. Il se décline en deux versions, soit un cadre de sus-

pension sur roulettes, soit, si la place disponible est plus réduite, un robuste dispositif de fixation contre une paroi. Tous deux sont en acier inoxydable de toute première qualité. Les nattes sont dotées d'œillets spécialement conçus pour être suspendues.

Lorsque vous ne les utilisez pas, vous pouvez dès lors suspendre sans peine et de façon rationnelle les nattes AIREX®. Les nattes ainsi rangées s'intègrent harmonieusement et avec élégance aux caractéristiques d'un local. Ces dispositifs soulignent de plus le professionnalisme avec lequel vous accomplissez votre travail.

Enfin, les nattes non pourvues d'œillets peuvent comme jusqu'ici être suspendues à des supports muraux en acier inoxydable de qualité et disponibles en deux grandeurs.

Alcan Airex AG est leader mondial dans le domaine des « nattes de gymnastique ». La qualité de ses produits repose sur 50 ans d'expérience dans la technique des mousses. Des matériels testés et la qualité suisse confirmée du processus de fabrication garantissent la longévité des produits même en cas de forte sollicitation. Les produits de la marque AIREX® respectent et dépassent les prescriptions légales actuelles en matière de composants et de mesures pour la prévention des accidents. Distribué par HD PHYSIOTECH. Tel. 03 88 94 37 62



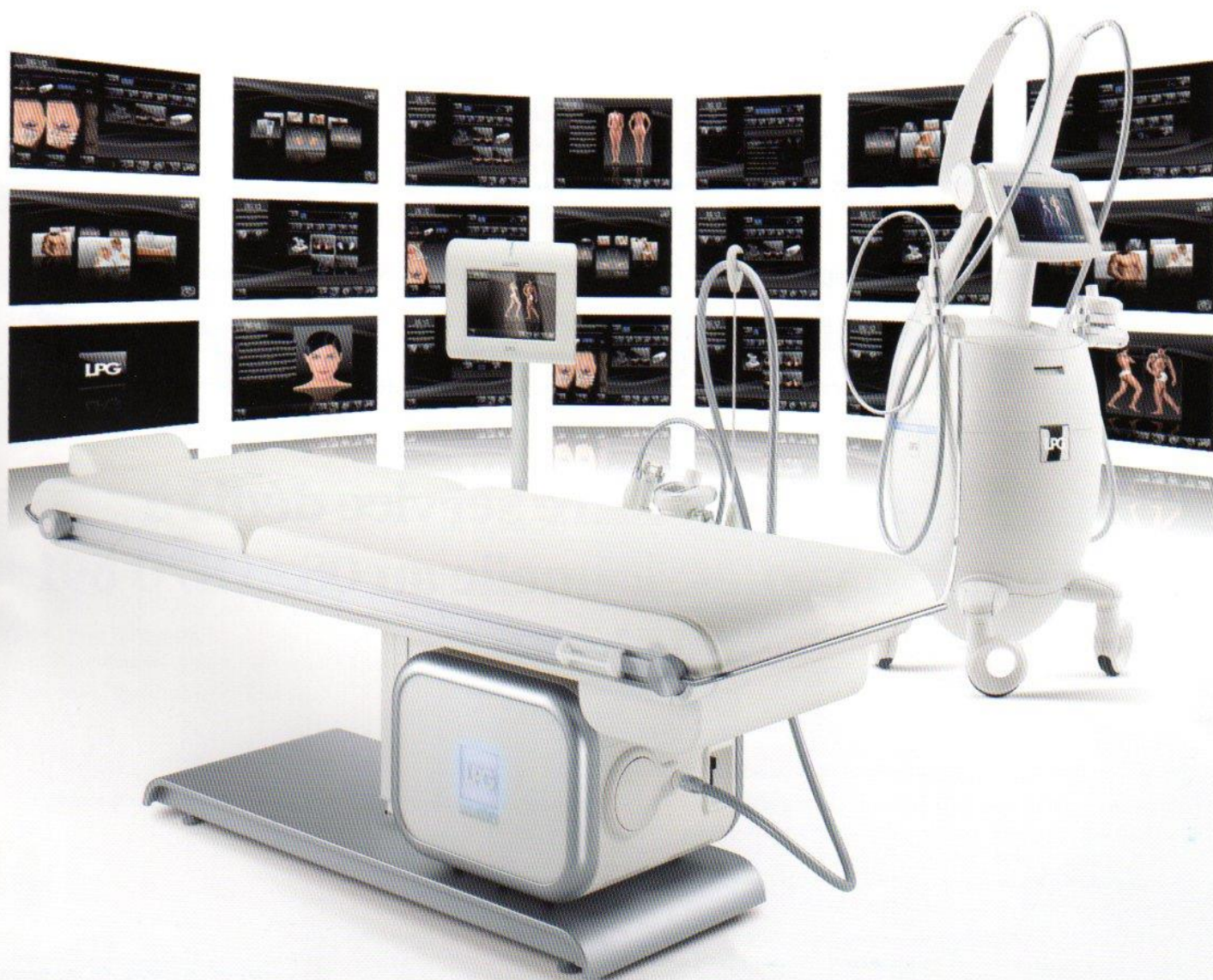
93

déc./jan./fév. 2009-2010

Magazine trimestriel gratuit d'information
Diffusé à 36 000 exemplaires depuis 1979

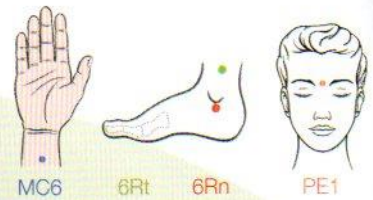


La source de votre inspiration
Kinésithérapie - Paramédical - Forme et Bien-être



Nouveaux Cellu M6®

Faites votre (r)évolution !



La ménopause

La ménopause est un phénomène naturel et incontournable de la vie des femmes.

Du grec « méno », règle et « pause », arrêt, elle désigne la cessation de l'activité des ovaires, c'est-à-dire l'arrêt de la production des hormones régissant la vie génitale et sexuelle des femmes : les œstrogènes et la progestérone.

Cette étape se produit généralement entre 47 et 51 ans et se décompose en deux phases :

- Avant la ménopause, la préménopause ou péri-ménopause, durant de 2 à 7 ans. Pendant cette période, l'ovulation devient irrégulière, on observe tout d'abord une baisse de la production de progestérone, pouvant être à l'origine d'une prise de poids, de rétentions ou de gonflement des seins. Les taux d'œstrogènes diminuent plus lentement mais peuvent varier brutalement, causant des troubles incommodes tels que : bouffées de chaleur, troubles du sommeil, modification de l'humeur...

- Après la ménopause, la post-ménopause qui voit la production d'œstrogènes cesser totalement. Le vieillissement de la peau s'accroît, le risque de maladies cardiovasculaires, d'ostéoporose... augmente.

Pour lutter contre les tracas de la ménopause, il existe plusieurs solutions :

- Le THS (traitement hormonal de substitution) a longtemps été considéré comme la meilleure réponse aux bouffées de chaleur. Cependant 2 études anglaises, confirmées par un rapport de l'AFSSAPS (agence française de sécurité sanitaire des produits de santé) en 2005, mettent en évidence les effets secondaires des THS, notamment le risque de cancer du sein.
- 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.
- L'acupuncture : De nombreuses études démontrent les bienfaits 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.

PE1 : régulation hormonale, relaxation

MC6 : fortification de l'organisme, régulation du rythme cardiaque

Rt6 : régulation hormonale, bouffée de chaleur, transpiration

Rn6 : sommeil agité

Quelques points stimulés pendant les séances

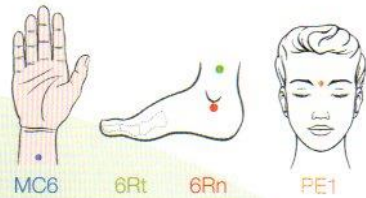


L'acupuncture : une solution douce et efficace.

Douce et sans effet secondaire, l'acupuncture interviendrait dans l'activité hormonale et permettrait de réguler, entre autres, le taux

d'œstrogènes. 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. En régulant et lissant l'activité hormonale, l'acupuncture atténuerait de manière significative ce symptôme le plus répandu de la ménopause.

L'acupuncture permettrait également de réduire les rétentions et gonflements en relançant les flux lymphatiques. Enfin, l'action sur les taux de sérotonine et d'endorphine atténue les troubles du sommeil et la mauvaise humeur.

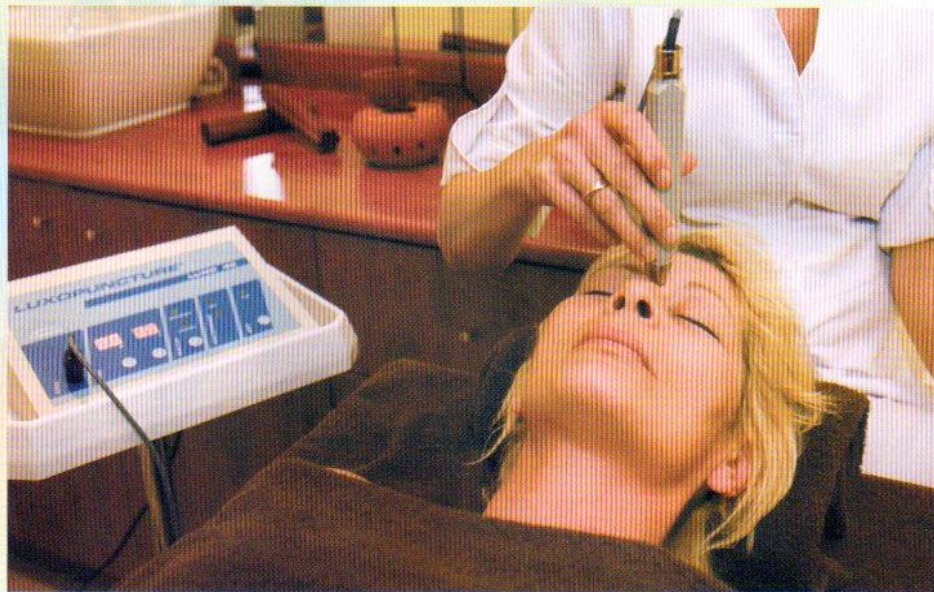


▶ La Luxopuncture

LUXOMED propose un nouveau protocole en Luxopuncture pour soulager l'inconfort de la ménopause. Ce nouveau soin de bien-être a été présenté officiellement en conférence lors du 7ème Congrès Mondial de Médecine Anti-âge à Monaco, en Mars 2009, par le Docteur Philippe Blanchemaison.

Rappelons que le pack Luxopuncture, destiné aux professionnels du bien-être et de la santé, permettait déjà d'obtenir d'excellents résultats sur les problèmes de surpoids, de douleurs inflammatoires, de stress.... Les séances s'apparentent à des séances d'acupuncture ou de shiatsu, mais on utilise un appareil générant un faisceau infrarouge. L'absence de risque médical, à l'instar du shiatsu ou de la digitopuncture, rend cette technique accessible aux Masseurs Kinésithérapeutes, au terme de seulement 5 heures de formation.

Les séances de Luxopuncture ont pour objectif d'atténuer l'inconfort de la préménopause, en régulant l'activité hormonale et notamment les taux d'oestrogènes :



- Bouffées de chaleur et sudations
- Troubles du sommeil
- Fatigue et irritabilité
- Déprime

La Luxopuncture, grâce à son action naturelle, 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.

Les résultats de la première évaluation scientifique sur 31 personnes sont très positifs : 90% des femmes ayant suivi une cure 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 incomparable.

Pour les problèmes de surpoids consécutifs à la ménopause (en moyenne les femmes prennent 10 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 une cure d'amincissement avec des séances de Luxopuncture pour perdre jusqu'à 20kg.

Evaluation réalisée entre Janvier et Mars 2009

Présentée en conférence au Congrès Mondial de Médecine Anti-aging à Monaco le 20 Mars 2009, par le Docteur Philippe Blanchemaison

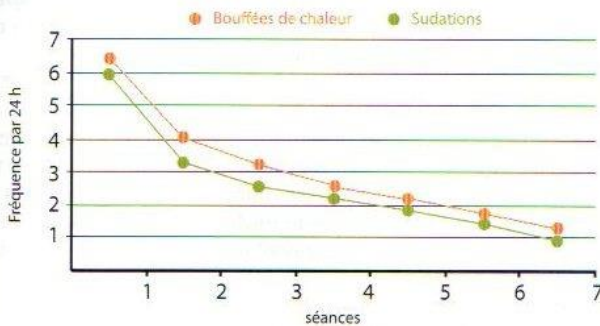
-Nombre de sujets étudiés : 31
-Age moyen des sujets : 54 ans (Mini 48, Maxi 65)
-Age moyen au début des troubles : 50 ans (Mini 32 ans, Maxi 57 ans)
-Nombre de séances : 7 sur 6 semaines

| | Suppression | Réduction |
|---------------------|-------------|-----------|
| Bouffées de chaleur | 40 % | 47 % |
| Sudations | 54 % | 38 % |
| Fatigue | 71 % | 19 % |
| Troubles du sommeil | 39 % | 50 % |
| Irritabilité | 36 % | 52 % |
| Déprime | 46 % | 39 % |

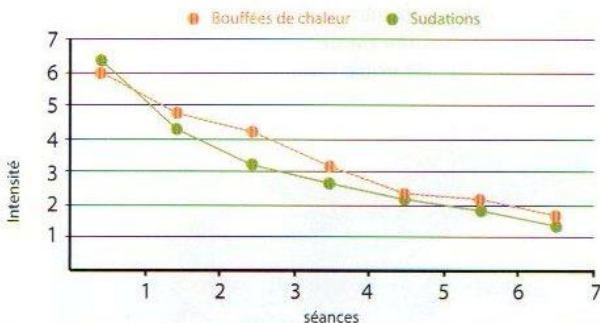
Satisfaction en fin de cure
Satisfaits 90.3 %
Pas satisfaits 9.7 %



Nombre bouffées de chaleur et sudations par 24 h



Intensité bouffées de chaleur et sudations par 24 h (score 0 - 10)



EN PRATIQUE

Avant de commencer les séances de Luxopuncture, la personne est reçue pour un bilan préliminaire établi en complétant la fiche de suivi fournie. Il s'agit notamment de vérifier les précautions d'utilisation (femme enceinte, maladie en cours...) puis de déterminer le nombre quotidien et l'intensité des bouffées de chaleur. Ensuite, la cure peut commencer. 2 séances la première semaine sont planifiées puis 1 séance par semaine pour un total de 7 séances.

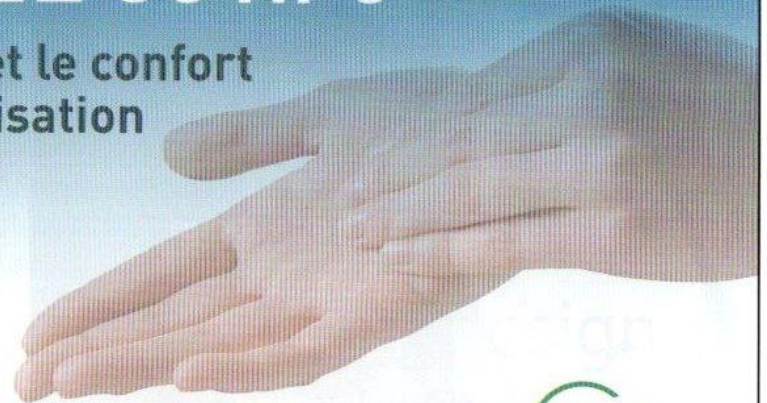
Avant de s'installer confortablement sur la table de soins, la personne enlève simplement ses chaussures et chaussettes. L'opérateur stimule ensuite environ 30 points réflexes répartis sur le corps et correspondant aux différents troubles subis.

Au début des séances suivantes, l'opérateur consigne dans la fiche de suivi l'évolution des troubles.

Après les 7 séances, la cliente complète le questionnaire de satisfaction. L'effet de la Luxopuncture dure en moyenne 6 mois. Il faut informer la cliente du fait qu'au terme de cette période, elle devra revenir pour suivre 3 séances de stabilisation, espacées d'une semaine.

ANIOSGEL 85 NPC

L'efficacité et le confort à l'utilisation



SECURITE
EFFICACITE
SIMPLICITE

- Gel désinfectant hydroalcoolique
- **SECURITE**
 - Absence de potentiel allergisant confirmé par une étude clinique.
 - Formulé sans parfum ni colorant.
- **EFFICACITE**
 - Large spectre antimicrobien : bactéricide, fongicide et virucide.
 - Traitement hygiénique (EN 1500) : 3 ml/30sec.
 - Désinfection chirurgicale (EN 12791) : 2 x 3 ml / 2 x 45 sec.
- **SIMPLICITE**
 - Ne nécessite pas de point d'eau.
 - Pompe doseuse de 1,5 ml pour éviter tout surdosage.
 - Supports PVC spécialement conçus pour ce type de produit.

Perfect Beauty

#06

Printemps 2012

COMPTÉ À REBOURS
AVANT L'ÉTÉ

perfectbeauty.fr

Ovale du visage

Tous les
produits au top
pour paraître
plus jeune

EXCLUSIF
PROTHÈSES P.I.P.
L'AVIS DES
CHIRURGIENS

TENDANCE
LES SECRETS DES
COSMETIQUES BIO

NUTRITION
SPECIAL DÉTOX
POUR UN CORPS SAIN
PROGRAMME POUR
UNE SEMAINE OU
UN WEEK END

THALASSO
SPAS
LES NOUVEAUTÉS
DE L'ANNÉE

VÉCU

"J'étais obèse"

LES SOLUTIONS
CHIRURGICALES
POUR TRAITER
L'OBÉSITÉ
DÉFINITIVEMENT

OBJECTIF FORME
POUR L'ÉTÉ
DES SÉJOURS
SPORTIFS
AVEC COACH

Adieu la Cellulite

(pour de vrai)

LES TECHNIQUES D'AMINCISSEMENT 2012

+ LES BONNES MACHINES

+ MINCIR DURABLEMENT

+ LES SPORTS POUR SE TONIFIER

L 15819 - 6 - F: 4,90 € - RD



Les machines

LES TECHNIQUES DE LIPOLYSE VONT PROPOSER DES TECHNIQUES DE FONTE DE GRAISSE C'EST-À-DIRE UN AMINCISSEMENT LOCALISÉ. ON VA S'ATTAQUER AUX DÉPÔTS ADIPEUX LOCALISÉS ET À LA CELLULITE MAIS EN AUCUN CAS À L'OBÉSITÉ OU AU SURPOIDS.

Niveau de preuve de l'efficacité des machines

grade A = niveau de preuve élevé : des études de bonne qualité ont été publiées [effet indiqué]

grade B = niveau de preuve moyen : des études de faible portée ont été réalisées [effet supposé]

grade C = niveau de preuve faible : pas d'études réalisées [effet proposé]

La HAS (Haute Autorité de santé) demande un niveau de preuves à faire sur 3 ans, ce qui est très long et demande un gros investissement. Sans niveau de preuves, il faut savoir que les appareils ne sont pas interdits mais n'ont pas de références.

01 INFRAROUGE

Appareil
Luxomed

? POUR QUOI ?

Les séances ont pour objectif de traiter les troubles du comportement alimentaire.

▲ LE PRINCIPE

Une sonde sur 3 points d'acupuncture dans l'oreille sur le principe de la réflexologie.

= COMMENT ÇA MARCHE ?

Cette technique est basée sur un appareil médical d'acupuncture, qui stimule les points réflexes du corps par rayonnement infrarouge. Avec l'appareil, le praticien stimule une trentaine de points réflexes et l'énergie du rayonnement est transférée aux terminaisons nerveuses.

€ COMBIEN ÇA COÛTE ?

À partir de 290 euros pour 7 séances.

LE DÉCRET DU 11 AVRIL

Le 11 avril 2011 est une date importante pour les professionnels de l'esthétique qui a vu l'adoption d'une directive interdisant l'utilisation de techniques de lyse adipocytaire et à visée lipolytique utilisant des agents physiques externes. Pris dans la précipitation et sans arguments probants, ce décret a été suspendu par le Conseil d'État par une ordonnance du 17 juin 2011. Mais si les techniques utilisant des agents externes restent très controversées et présentent des risques pour la santé, il n'en est rien des autres techniques ici présentées. Cependant, le décret n'a pas été annulé, juste suspendu et la décision définitive devrait être prise dans le courant de l'année.

Dr Philippe Blanchemaison, spécialisé en médecine vasculaire, Paris.

« Peu de méthodes ont été évaluées scientifiquement, ce qui ne veut pas dire qu'elles ne sont pas efficaces. Le processus de validation est très long et parfois coûteux pour les fabricants. Le lipomassage est l'une des techniques qui a eu le plus de publications scientifiques, parce qu'elle existe depuis 23 ans et qu'elle a fait ses preuves. De même que le drainage lymphatique. »