

L'acupuncture

Cette technique, née de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), consiste à positionner de fines aiguilles sur des points précis afin de favoriser une bonne circulation de l'énergie dans le corps.

Les points d'acupuncture sont choisis après un interrogatoire précis et un examen spécifique (prise de pouls, examen de la langue ...).

Les aiguilles utilisées sont toujours à usage unique.

Cette méthode est quasiment indolore et n'entraîne aucun effet indésirable sur le bébé pendant la grossesse.

La moxibustion

Cette technique complémentaire consiste à chauffer les points d'acupuncture. Le moxa ressemble à un gros cigare. Nous utilisons des moxas sans fumée.

**Consultations sur rendez vous les vendredis de 8h30 à 12h30,
Alexandra Javor, Pia Milani, Léa Burel**

**Nous contacter : par téléphone 031 330 26 33
par mail : acupuncture.petitprince@gmail.com**

**Tarif : 80 CHF (non remboursés par l'assurance de base)
Durée : 1 heure environ**

Quand utiliser l'acupuncture ?

Dès le début de la grossesse et tout au long :

- Nausées et vomissements, troubles de l'appétit,
- Douleurs ligamentaires, douleurs lombaires, sciatiques,
- Troubles circulatoires, varices, hémorroïdes, oedèmes,
- Anxiété, fatigue, angoisse, troubles du sommeil,
- Syndrome du canal carpien,
- Version des foetus en siège à partir de 34 SA ...

Pour favoriser l'accouchement :

- Maturation du col de l'utérus (après 37 SA, 3 séances),
- Préparation du périnée,
- Stimulation naturelle lors du dépassement du terme.

Pendant l'accouchement :

- Augmenter la dynamique des contractions utérines,
- Favoriser la position du bébé,
- Aider à la détente,
- Faciliter la délivrance du placenta.

Après l'accouchement :

- Soutenir la récupération du corps,
- Equilibrer l'énergie,
- Accompagner l'allaitement et la lactation,
- Apaiser les douleurs,
- Améliorer la cicatrisation après une césarienne ou une épisiotomie,

Aide au sevrage tabagique