



SHANGHAI 2025

Retour d'expérience – Voyage en Chine

Contexte du voyage

Stage d'approfondissement en Acupuncture et ouverture sur la Médecine Traditionnelle Chinoise

Formation théorique et pratique (universitaire et hospitalière)

Groupe : 11 personnes

- 7 femmes / 5 hommes
- 7 médecins généraliste, 1 ORL, 1 chirurgien, 1 soins palliatif, 1 dentiste
- 8 diplômés de la capacité / 3 en capacité 2eme année

Pourquoi Shanghai ?

Universite de MTC classée parmi les meilleures universités mondiales

<https://gera.fr/cinq-universites-de-medecine-chinoise-dans-le-classement-de-shanghai-2025/>

Campus universitaire de 8000 étudiants de MTC dont un département international et une section française

3 Hôpitaux universitaires de MTC accueillant des étudiants étrangers

Cours théorique et stage pratiques au choix!!

Langue/pouls/dorsolombalgie/tuina

Tuina / acupuncture et moxibuxion

Objectifs du stage

Approfondir les connaissances théorique et pratique

Observer la pratique clinique

S'impregner de la culture et de la place de la MTC dans l'offre de soins

Étendre nos connaissances en MTC (TUINA, MOXA....)

Organisation générale

Cours Théorique:

En demi journée, à la faculté de MTC de Shanghai

Groupe entier

Enseignement par un professeur universitaire en MTC

Présence d'une traductrice en Français

Tuina (x5) – examen de la langue - dorso lombalgie

Stages Pratique

Dans 3 hôpitaux dans Shanghai

En 3 groupes si Acupuncture / En 2 groupes si Tuina

Chaque groupe accompagné par une traductrice en français

La faculté de médecine - Campus universitaire

Campus Universitaire de 8000 étudiants uniquement en MTC

Un département international et une section Française (traducteur)

Un musée de l'Histoire de la MTC

Partenaria avec des universités du monde entier dont des Françaises















- . Japon
- . USA
- . Australie
- . Canada
- . République Tchèque
- . Hongrie

. France :

Université Claude Bernard
Lyon 1

Université Paris Descartes
Paris 5

Hopital Pitié Salpêtrière
Paris



Faculté de
médecine

Antenne du
centre ville









上海中醫學院於公元一九
五六年建校一九九三年正
名為上海中醫藥大學二零
一六年值此甲子承啓之機
爰勒斯銘

偉哉中華襄以岐黃含靈福祉

千秋輝煌先緒中原澤派浦江

海派中醫廣匯門牆星

歌浦發祥零陵

十載磨難元真力

東進張江振興國

龍芳風華藩籬

岳麓之陽四鄰加盟

勤奮仁愛進德之壤

修業之綱更

登攀一派乾坤朗朗

布陣有方二

學分釐草效結章

唯我先享科學研究願

學科建設班列

光耀明堂推拿氣功中

武術博物冠絕同行

遠涉重洋青衿

砥礪三基淬練臨床

救撫危傷海內望

生生丕任鼎力擔當

永列名榜六秩殊勲桃李芬

魂系斯土未可彷徨醫文在茲

大道泱泱勒石為銘後來毋忘

俞爾科謹書





Cours Théorique

Tuina 推拿

-Techniques Manuelles++

- Presser / Frotter / Gratter / Pincer
- Etirements / mobilisation

-Actions

Harmonisation du Qi et du sang / réguler le Yin et le Yang / Douleur

-Indications

Traumatologie / médecine interne / gynécologie / Pédiatrie++

拿 法

- ☞ 用拇指与其余四指罗纹面对称用力内收提起并捏揉的手法，称为拿法。
- ☞ 用力要由轻到重，再由重到轻，不可突发用力。
- ☞ 动作宜缓和而有连贯性。

- U
de
sa
et
- La
di
- Le
do





Points et zones à traiter : Jian Wei
Ling, VB21, Ashi, GI15, Zones autour
de l'épaule.

SHUTCM



Examen de la langue

Outil diagnostique fondamental

Observation : couleur, forme, enduit

Lien avec les organes

État du Qi et du Sang



Dorsolombalgie

Traitement 治疗

Principe : désobstruer les méridiens et les collatéraux, détendre les tendons, arrêter les douleurs. Acupuncture + moxibustion, dispersion.

治则：通经活络，疏筋止痛，针灸并用，泻法。

m. Vessie atteint : VB30, VB34, V54, V36, V37, V40, V57, V60
VB atteint : VB30, VB34, VB31, VB33, VB38, VB39, VB41

取穴：以足太阳、足少阳经穴为主。

- (1) 足太阳经型：环跳 阳陵泉 秩边 承扶 殷门 委中 承山 昆仑
(2) 足少阳经型：环跳 阳陵泉 风市 膝阳关 阳辅 悬钟 足临泣

Manipulation : manipulation conventionnelle, dispersion avec le retrait et enfoncement, rotation ... Les sensations de stimulations irradiant vers les membres inférieurs sont recherchées.

操作：常规操作，用提插捻转泻法，以出现沿腰部足太阳经、足少阳经向下放射感效果为佳。

A distinguer 鉴别诊断

	根性 Type Racine	干性 Type Tronc
压痛点 Points douloureux à la pression	腰骶部、脊柱部有固定而明显的压痛、叩痛 Points douloureux fixes et remarquables dans la région sacrée et au rachis Douleur au tapotage	坐骨孔上缘、坐骨结节与大转子之间、胸窝中央、腓骨小头下、外踝等有压痛 Douleur au bord supérieur du foramen sciatique, entre la tubérosité ischiatique et le grand trochanter, au milieu du creux poplité, au-dessous de la tête du péroné, et à la cheville externe.
感觉障碍 Troubles sensoriels	小腿外侧足背感觉减退 Hypoesthésie au côté latéral de jambe et à la plante de pied	小腿外侧足背感觉减退 Hypoesthésie au côté latéral de jambe et à la plante de pied
腱反射 Réflexe tendineux	膝腱、跟腱反射减退或消失 Diminution ou disparition de réflexes rotulien et achilléen	跟腱反射减退或消失 Diminution ou disparition du réflexe achilléen
腹压增加 Avec augmentation de la tension abdominale	疼痛加重 Douleur aggravée	无影响 Pas d'influence
	无萎缩 Non atrophié	无力甚至轻度萎缩 Sans force voire légèrement atrophié

Manipulation 操作

-Puncture classique pour les points cités ci-dessus

-Froid-Humidité/Stase du sang

Ventouses à appliquer dans la zone locale ou Ventouse suite à une percussion avec le marteau « fleur de prunier »

-Insuffisance du Rein

VG4 (moxa sur l'aconit)

上述穴位均常规操作：寒湿腰痛和淤血腰痛可于局部拔罐或刺络拔罐：
肾虚腰痛者，命门穴以附子灸法为佳。



En cas d'un **lumbago aigu**, prendre des points distaux :
VG26, Yao Tong Dian + flexions lombaires.

Une fois la douleur soulagée, prendre des points locaux.

急性腰扭伤时，可先远部取穴，选取人中、腰痛点，同时配合腰部运动，待疼痛稍缓解后再针刺局部穴位

Syndromes différentiels 辨证分型



1. Froid-Humidité :

Antécédent d'atteinte du froid aux lombes. Aggravation par temps froid et humide (pluie, vent) ou lors de changement du temps. Douleur froide et lourde, courbature et engourdissement. Difficulté à s'incliner vers avant/arrière. Douleur affectant les membres inférieurs.

2. Stase du sang :

Antécédent de surmenage ou traumatisme de lombes. Aggravation dans la matinée / après le surmenage/posture assise longtemps. Raideur à la pression, zone douloureuse fixe.

3. Insuffisance du Rein :

Déclenchement lent et progressif, douleur ambiguë (courbature), fatigue, pouls fin.

寒湿腰痛：腰部受寒史，天气变化或阴雨风冷时加重，腰部冷痛重着、酸麻，或拘挛不可俯仰，或疼痛连及下肢。

瘀血腰痛：腰部劳损或陈伤史，晨起、劳累、久坐时加重，腰部两侧肌肉触之僵硬感，痛处固定不移。

肾虚腰痛：起病缓慢，腰部隐隐作痛，（以酸痛为主），乏力易倦，脉细。

Choix des points basé sur la différenciation des syndromes 辨证取穴

Méthode thérapeutique:

- Syndrome Froid-Humidité : Réchauffer les méridiens, disperser le froid
- Syndrome stase du sang : Vivifier le sang et dissoudre la stase
- Syndrome insuffisance du Rein : Renforcer le Rein

Points principaux : VG, Vessie

V40, VG6, VG3, V23, V25, points Ashi

En fonction de syndrome :

Froid-Humidité : + VG2 (moxa)

Stase du sang : + V17

Insuffisance du Rein : + VG4 (moxa)

治法:

寒湿型: 温经散寒

淤血型: 活血化瘀

肾虚型: 益肾壮腰

主穴: 以督脉和足太阳膀胱经穴为主。

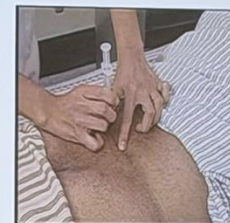
委中 脊中 腰阳关 肾俞 大肠俞 阿是穴

加减: 寒湿腰痛 灸腰俞

淤血腰痛 膈俞

肾虚腰痛 灸命门

Autres thérapies 其他疗法



- Auriculothérapie 耳针或耳穴压豆
- Emplâtre 敷贴法

Approches théoriques – Quoi retenir?

Nous avons une excellente formation en France!!

Même langage avec les médecins chinois

Même type de réflexion

Les Hôpitaux

Trois hôpitaux Universitaire et entièrement consacré à la MTC

Hopital de Longhua







- . Médecine interne
- . Gynécologie.
- . Pneumologie
- . Pédiatrie
- . Néphrologie...
- . Acupuncture
- . Tuina
- . Moxibution
- . Ventouse
- . Pharmacie

15F	上海市中西医结合脉管病研究所 Shanghai TCM-Integrated Institute of Vascular Diseases
14F	病房 Ward
13F	病房 Ward
12F	肾病科病房 Ward for Nephrology
11F	血液透析中心 Hemodialysis Center
10F	特需门诊 / 多学科联合门诊 VIP Clinic / MDT 名中医工作室 Famous TCM Studio
9F	针灸科 / 专家门诊 Dept. of Acupuncture / Specialist Clinic
8F	眼科 / 耳鼻咽喉科 / 口腔科 Dept. of Ophthalmology / Dept. of E.N.T. / Dept. of Stomatology
7F	全科医学科 / 传统医学科(中医内科) Dept. of General Medicine / Dept. of TCM 风湿病科 / 治未病科 / 肿瘤科 Dept. of Rheumatology / Dept. of Preventive Treatment / Dept. of Medical Oncology 重症肌无力科 Dept. of Myasthenia Gravis
6F	皮肤科 / 医疗美容科(外七科) Dept. of Dermatology / Dept. of Plastic Surgery 妇科 / 中医综合治疗室 Dept. of Gynecology / TCM Treatment Room
5F	肛肠科 / 麻醉科 / 泌尿外科(外五科) Dept. of Anorectal / Dept. of Anesthesiology / Dept. of Urology 骨科(骨伤科) / 普外科(外二科) Dept. of Orthopedics / Dept. of General Surgery 神经外科(外三科) Dept. of Neurosurgery
4F	脉管病一科 / 脉管病二科 Dept. of Vascular Diseases 1 / Dept. of Vascular Diseases 2 推拿科 / 血管外科 Dept. of Massage / Dept. of Vascular Surgery
3F	肺病科(呼吸内科) / 脑病科(神经内科) Dept. of Respiration / Dept. of Encephalopathy 心病科(心内科) / 脾胃病科(消化内科) Dept. of Cardiology / Dept. of Gastroenterology 肾病科(肾内科) / 内分泌代谢病科 Dept. of Nephrology / Dept. of Endocrinology
2F	门诊预检 / 便民服务中心 Pre-check Stage / Service Center 门诊办公室 / 挂号收费 Outpatient Department / Registration & Charge
1F	大厅 Hall
B1	门诊药房 / 中药房 / 药库 Outpatient Pharmacy / TCM Dispensary / Drug Storehouse
B2	地下停车库 Underground Parking
B3	地下停车库 Underground Parking

Hopital de médecine intégrative



Hopital de Shuguang (VIP)







岐黃論理法方藥

一手戰錢分厘



挂号、收费

急诊、发热门诊
急诊及发热门诊
红色大楼（大合路）

急诊、发热门诊
急诊及发热门诊
红色大楼（大合路）



Acupuncture



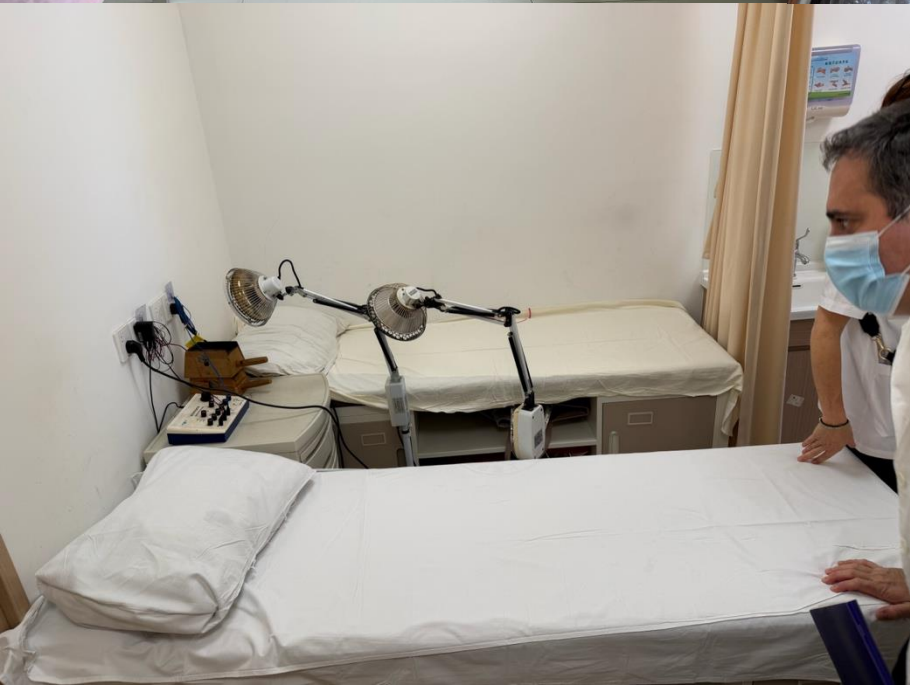
Organisation du service



Types de pathologies traitées



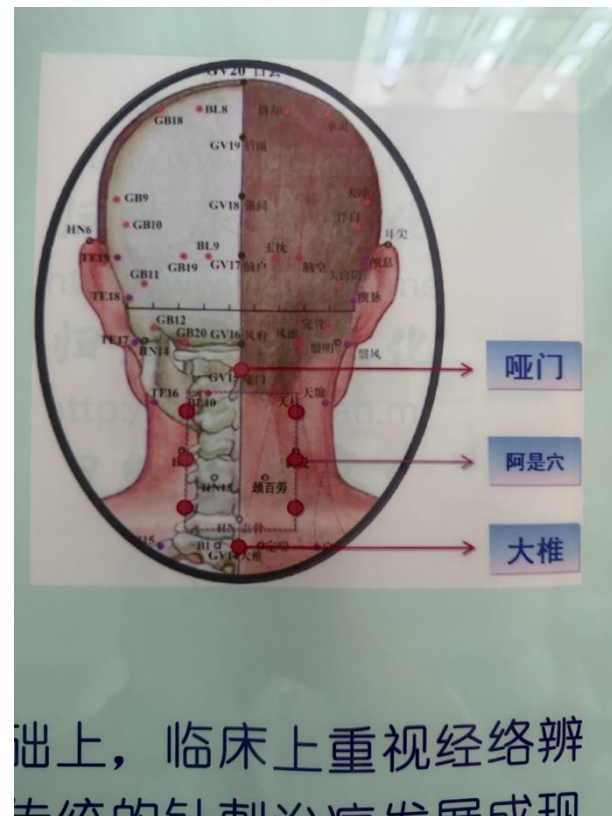
Electroacupuncture
/ Lampes
chauffantes











Moxibuxion - ventouses





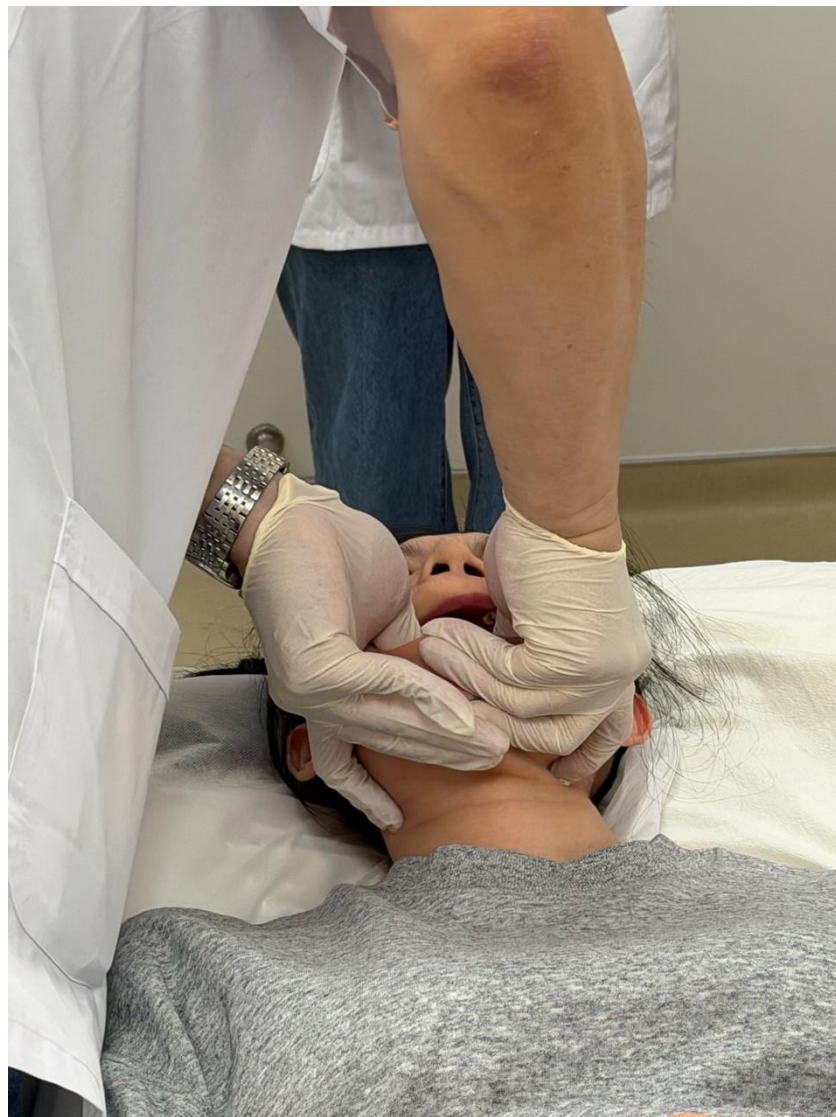
Tuina

manipulation

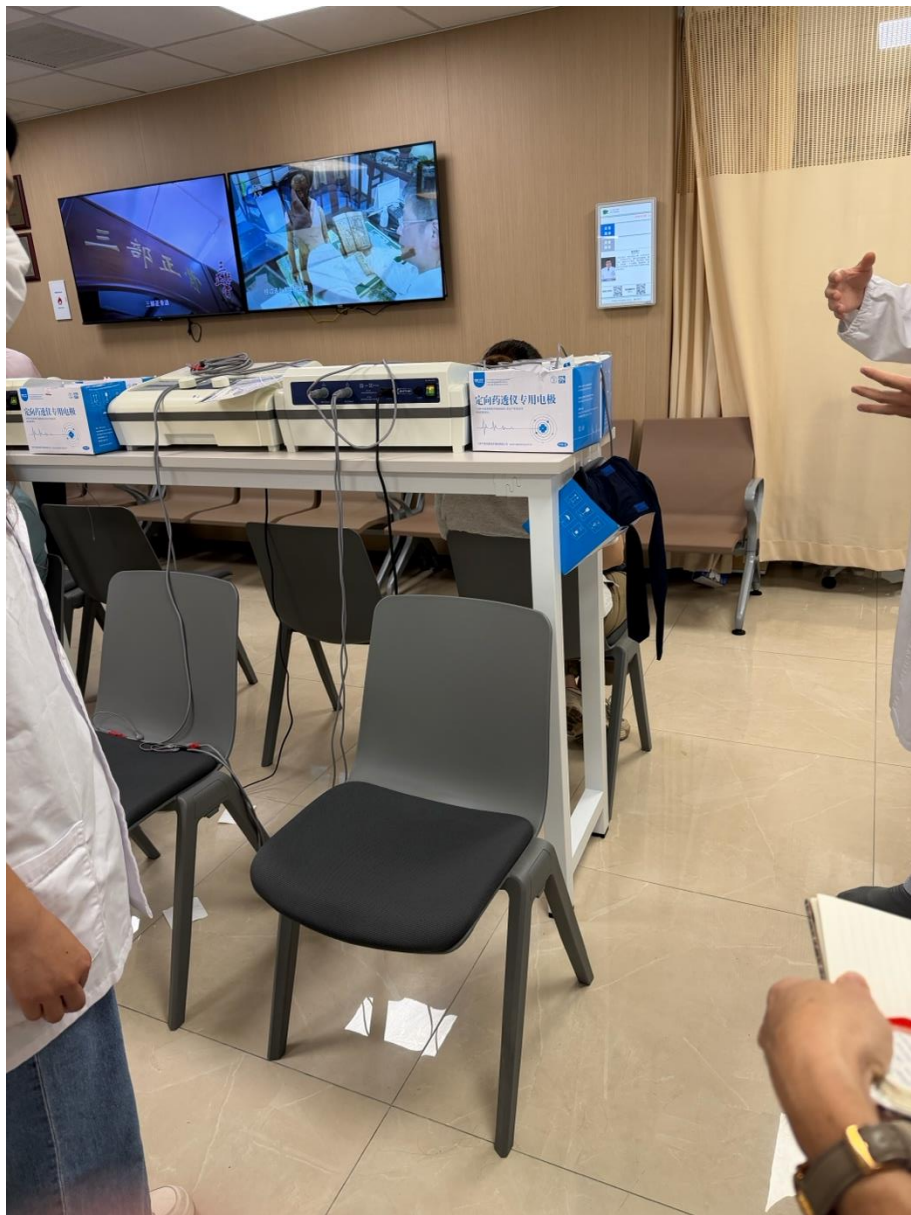












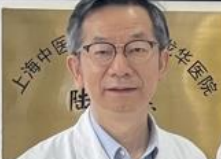
上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院 针灸科 11:26			
诊室	医生	正在就诊	候诊
1号诊室	吴晓琼	6001号-刘*晶	
3号诊室	赵海霞	6101号-沈*	
4号诊室	朱源	7003号-宋*	
5号诊室	宋粒	9009号-闵*娟	9010号王*美
7号诊室	裴建	9020号-鲍*	

语音叫号您的信息后，请前往诊室治疗，谢谢！

陆氏针灸流派传承
研究基地办公室

陆氏针灸
特色门诊

各类门诊
先签到 再诊疗



Logistique

Transport



AVION:
PARIS -PÉKIN (10H) +
PÉKIN-SHANGHAI
(2H30)



TRANSPORT (MÉTRO):
SIMPLE, RAPIDE, PAS
CHER



TRANSFERT
AÉROPORT/HOTEL:
BUS:45MIN

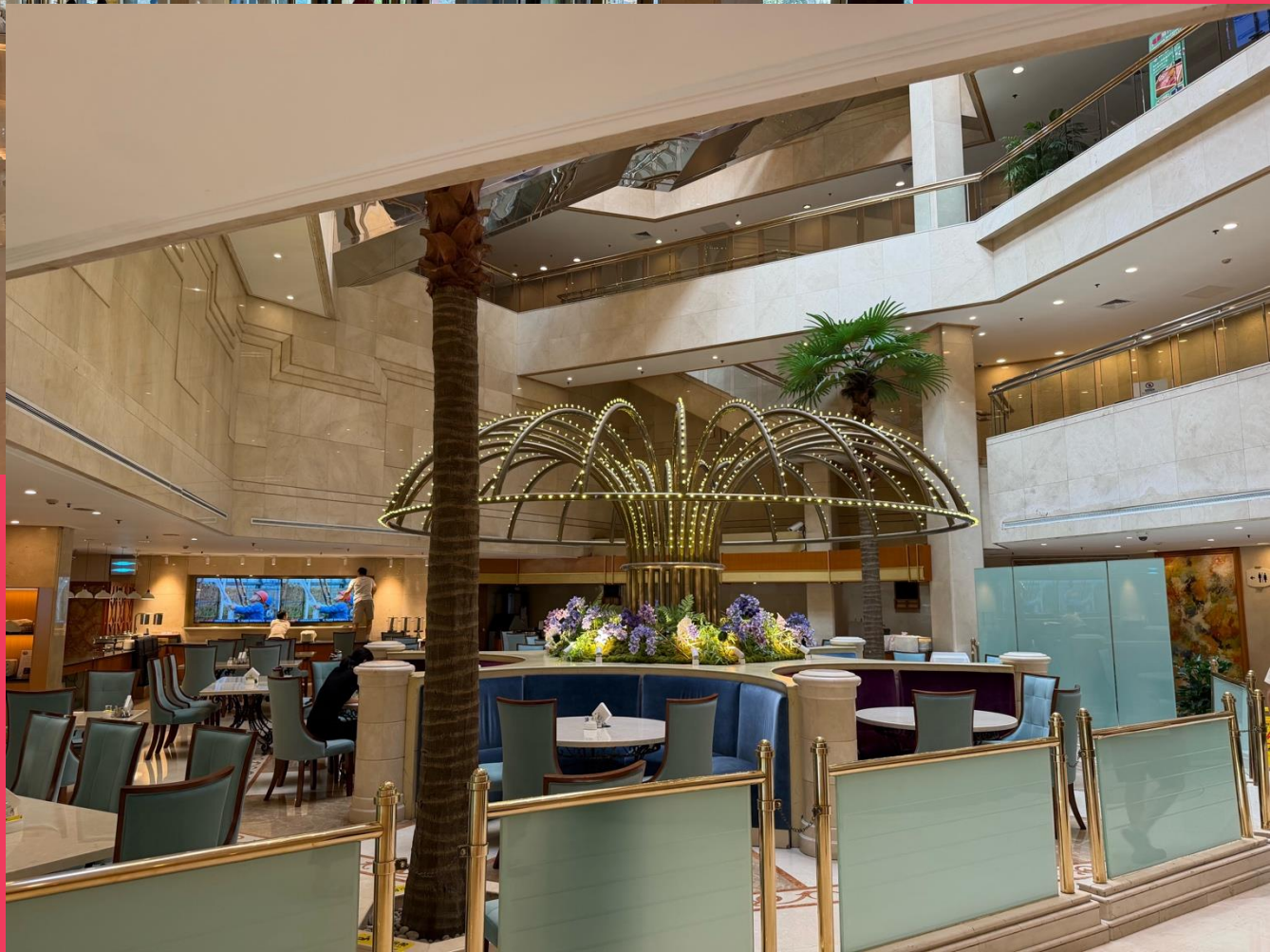






Hotel









Prix??

Total:

2990 €

(hors loisir)



Avion : **1190€** AR



Hotel pour 12 nuits : **795€** (soit 66€/nuit)



Droit Universitaire : **740€**



Transport (métro): 15€



Transfert aeroport hotel: bus .118€ soit 14€ /personnes



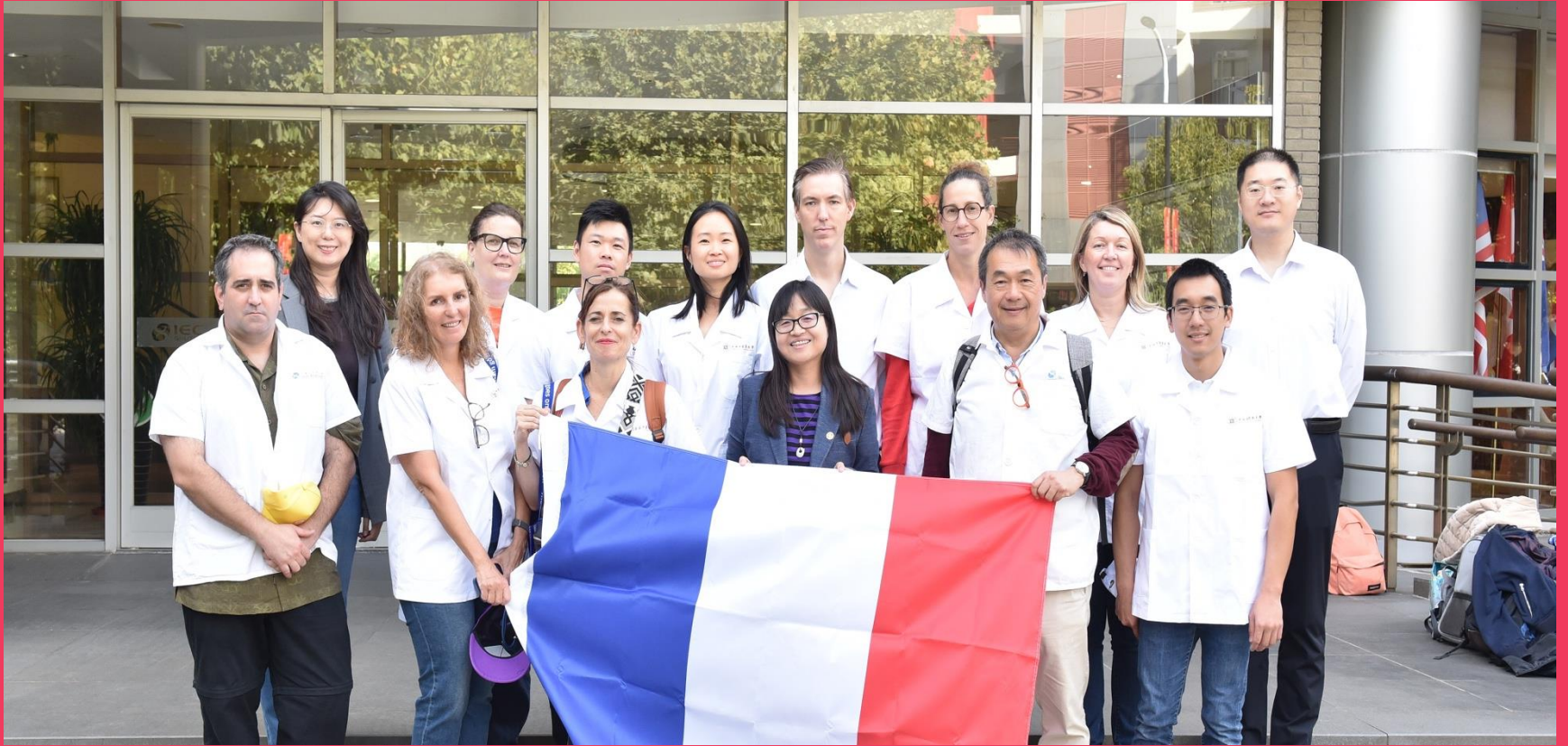
Restauration 12jours: midi + soir: 215€



Sortie culturelles / achats souvenir : 1000€

Bilan et conclusion

- Plaisir
- Confirmation/confiance
- Modification de ma pratique



MERCI!!