

Table des matières

Phytothérapie chinoise: introduction	2
Principes de base de la pharmacopée traditionnelle chinoise	2
Historique	2
Parties utilisées des plantes	3
Récolte et conservation des plantes médicinales	4
Pao Zhi Fa (techniques de préparation des remèdes)	7
1) Shui Zhi (Préparation au moyen de l'eau)	8
2) Huo Zhi (Préparation au moyen du feu).....	9
3) Shui Huo Gong Zhi (Préparation au moyen de l'eau et du feu)	12
Dénomination des plantes.....	13
Les propriétés des plantes.....	15
1) Les quatre natures (Si Qi)	15
2) Les cinq saveurs (Wu Wei).....	17
Xin (Saveur piquante)	18
Gan (Saveur douce).....	20
Suan (Saveur acide).....	21
Ku (Saveur amère).....	22
Xian (Saveur salée).....	23
Dan (Saveur fade).....	23
Un remède peut avoir plusieurs saveurs, mais une seule nature.....	24
3) Mouvement de montée (Sheng) et de descente (Jiang), d'extériorisation (Fu) et d'intériorisation (Chen) ..	25
3-1) Mouvements de montée et descente de l'énergie et du sang en rapport avec les organes et les entrailles	26
3-2) Dans le couple organe/entrailles il existe toujours des micro-mouvements de montée et descente.	27
4) Le tropisme du Méridien (Gui Jing).....	28
L'association de plantes (Pei Wu).....	29
1) Synergie (Xiang Xu)	30
2) Potentialisation (Xiang Shi)	30
3) Inhibition (Xiang Wei).....	30
4) Neutralisation (Xiang Sha).....	30
5) Limitation (Xiang Wu).....	31
6) Antagonisme (Xiang Fan).....	31
Les contre-indications de l'association.....	31
Les dix huit incompatibilités mutuelles (Shi Ba Fan)	31
Les dix neuf craintes réciproques (Shi Jiu Wei).....	31
Contre-indications en période de grossesse.....	32
Aliments interdits en cours de traitement	33
Toxicité rénale des plantes médicinales chinoises	33
Posologie des remèdes (Ji Liang)	34

Phytothérapie chinoise: introduction

En Chine, la Médecine traditionnelle chinoise (MTC) fait appel dans 70% des cas à la pharmacopée.

De manière générale, le recours aux plantes fait partie de la culture chinoise. Ainsi les aliments qui sont présentés lors d'un repas sont "tout prêts" et peuvent se consommer avec des baguettes, alors qu'en occident, le couteau (analogie au métal) est nécessaire au repas. Dans la tradition chinoise, l'usage du couteau à table va contre les règles de politesse et rompt l'harmonie du repas. De même, un repas en France comprend généralement de la viande et du fromage (d'origine animale), alors qu'en Chine l'accent est mis sur le soja et ses diverses variétés (importance de l'élément végétal). La culture conditionne le raisonnement, le comportement alimentaire et par extension, les techniques de soins. Les plantes sont essentielles dans l'alimentation et la thérapeutique en Chine.

Ainsi, dans la théorie des 5 Mouvements, l'est correspond au bois (la Chine), l'ouest au métal (l'Occident). La Chine appartient à une culture "des plantes", l'occident a une culture du "métal".

Cette introduction met en relief la différence des mécanismes de pensée en Chine et en occident, en partant des concepts de vie. La MTC est une médecine savante officielle, vieille de 3000 à 4000 ans, efficace, qui s'est constamment enrichie de développements pratiques et théoriques.

La pratique de la MTC nécessite des études approfondies, et pose dans tous les cas le problème de son adaptation et de son utilisation au sein d'une culture différente.

Principes de base de la pharmacopée traditionnelle chinoise

En chinois, la Médecine chinoise est dite Zhong Yi. L'interprétation de ces deux idéogrammes donne une « médecine qui utilise des méthodes de traitements internes et externes en rapport avec la main humaine, pour sauver dans l'urgence et l'idée d'équilibre et d'harmonisation ».

Les idéogrammes Zhong Yao, pharmacopée chinoise, matière médicale chinoise, faisant apparaître le recours aux matières végétales, animales et minérales dans l'art du traitement. Ainsi son objet et sa diversité même apparaissent dans son écriture.

Ben Cao est le nom ancien de la pharmacopée chinoise. Ben Cao renvoie à une culture végétale, La forme du corps humain est assimilée à un végétal, celle du poumon au champignon transparent, le cœur à une graine de lotus, la rate au soja jaune, les reins au soja noir, le foie à la feuille de bambou.

Les produits utilisés dans la pharmacopée chinoise appartiennent aux 3 règnes :

- Végétal, représentant environ 85% de la totalité des remèdes
- Animal, représentant environ 13% de la totalité des remèdes
- Minéral, représentant environ 2% de la totalité des remèdes

Historique

Le père de cette pharmacopée traditionnelle est Shen Nong, le Divin Laboureur, empereur légendaire (2739-2697 av. JC), dit le Grand Herboriste. Il procédait tous les jours à l'étude exhaustive et scientifique des plantes dans leur milieu naturel. « Il goûte par jour 100 herbes et s'intoxique 70 fois dans la journée. ». Il goûte lui-même pour connaître les saveurs et découvrir les toxicités des plantes, ce qui va à l'encontre d'une supposée innocuité de la pharmacopée traditionnelle chinoise. La connaissance de la toxicité est importante dans la pharmacopée chinoise. Dans Huang Di Nei Jing (Classique interne de l'Empereur Jaune), on dit que les grands toxiques soignent le cas grave, les toxiques moyens soignent le cas moyen et les petits toxiques soignent le cas léger.

Selon l'histoire légendaire, Sheng Nong possède un animal transparent dont la forme est non connue. Quand cet animal avale une plante, on voit le trajet et la destination de cette plante, d'où vient la notion de lieu d'action ou de tropisme du méridien de la plante (Gui Jing).

Le premier livre de pharmacopée traditionnelle chinoise Shen Nong Ben Cao Jing (Traité des herbes médicinales de Shen Nong), 1100 - 200 av. JC, recense 365 remèdes dont 200 à 250 sont encore utilisés de nos jours, et les classe en 3 catégories entre lesquelles l'harmonisation est indispensable :

- Shang Ping (Catégorie supérieure), composé de 120 remèdes (Empereur) correspondent au Ciel. Action thérapeutique principale : nourrir la vie. Ces remèdes sont sans effets secondaires indésirables ni toxicité, et peuvent s'utiliser à doses importantes et à long terme. Leur finalité est d'alléger le corps pour augmenter la longévité (principe taoïste). Ex : Ginseng, Miel, Huang Qi (Radix Astragali Membranacei), Ju Hua (Flos chrysanthemi morifolii), Gou Qi Zi (Fructus Lycii).
- Zhong Ping (Catégorie moyenne) : comprend 120 remèdes (Premier Ministre) correspondent à l'Homme. Action thérapeutique sur des états de faiblesse ou de déficience, en l'absence d'énergie perverse : régularisation et harmonisation du caractère de l'être humain. Des effets secondaires toxiques sont possibles et l'indication thérapeutique doit être bien posée, pour renforcer des états de vide, d'épuisement,... Ex. : Dang Gui (Radix Angelicae Sinensis), Gingembre sec, feuilles de bambou, Bai Shao Yao (Radix Paeoniae Lactiflorae). Indications : états de vide.
- Xia Ping (Catégorie inférieure) : composé de 125 remèdes (Ambassadeur) correspondent à la Terre. Ils possèdent une toxicité intrinsèque importante et ne sont pas utilisables à long terme. Ils sont destinés au traitement des maladies : élimination du Froid, de la Chaleur, de l'Energie perverse, dégagement des blocages, des noeuds, des masses, des glaires dans les maladies chroniques. Ex. : le Sel,... Indications : plénitude avec Energie perverse.

L'origine géographique, de même que l'art de préparation des plantes, sont essentiels à leurs différentes actions et indications thérapeutiques.

Parties utilisées des plantes

Calyx, pediculus	Di	pédoncule, queue
Caulis	Geng	Tige
Caulis	Teng	tige, liane
Cortex, pericarpium	Pi	écorce, peau
Flos	Hua	fleur
Folium	Ye	feuille
Fructus	Guo	fruit
Fructus	Shi	fruit
Fructus, germinatus	Ya	germe
Fructus, semen	Ren	graine, fruit, amande de noyau
Fructus, semen	Zi	graine, fruit
Herba	Cao	plante entière
Medulla	Xin	moelle, coeur
Nodus	Jie	noeud
Radix, rhizoma	Gen	racine, rhizome
Ramulus	Zhi	rameau
Spina	Ci	épine

Récolte et conservation des plantes médicinales

Les propriétés pharmacologiques des plantes médicinales dépendent essentiellement de la région de production, de la période de récolte, des techniques de cueillette et des modalités de conservation.

La connaissance du calendrier des récoltes, des techniques de cueillette et des modalités de conservation doit toujours être présente à l'esprit afin de garantir la qualité des produits et de protéger leur source de production.

1) Le lieu de production

La variation de nature et de saveur d'une plante dépend en grande partie de son lieu de production : c'est ainsi que les propriétés de Bei Mu (*Bulbus Fritillariae Cirrhosae*) sont différentes selon qu'elle provient du Si Chuan (*Chuan Bei Mu*) ou du Zhe Jiang (*Zhe Bei Mu*) ; il en est de même pour beaucoup de plantes. Aussi nombre d'entre elles portent le nom de leur région de production:

- Province de Shi Chuan : Huang Lian (*Rhizoma Coptidis*), Chuan Xiong (*Rhizoma Ligustici Wallichii*) et Fu Zi (*Radix Aconiti Carmichaeli Praeparata*).
- Province de Jiang Su : Bo He (*Herba Menthae Haplocalycis*) et Cang Zhu (*Rhizoma Atractylodis Lanceae*).
- Guang Dong : Sha Ren (*Fructus Amomi*).
- Mandchourie: Ginseng, Xi Xin (*Herba cum Radice Asari*) et Wu Wei Zi (*Fructus Schisandrae Chinensis*)
- Yun Nan : Fu Ling (*Sclerotium Poriae Cocos*).
- He Nan : Di Huang (*Radix Rehmanniae Glutinosae*)
- Shang Dong : E Jiao (*Colla Corii Asini*)

2) La période de récolte et les techniques de cueillette

Les substances actives contenues dans les plantes sont la base matérielle du traitement. La quantité et la qualité de ces substances actives sont en rapport étroit avec la période de récolte et les techniques de cueillettes.

Les différentes parties d'une plante: racines, tiges, feuilles, fleurs, fruits et graines ont des modalités de croissance bien déterminées et chacune d'entre elles renferment à des moments précis et en proportions variables, les différents éléments qui conditionnent la qualité et leur efficacité. Il en résulte que la récolte des simples doit obéir à un calendrier, dont le respect constitue un des principes de la médecine traditionnelle.

- Le contenu de l'acide glycyrrhizique dans Gan Cao (*Radix Glycyrrhizae Uralensis*) est double à l'âge de 3 à 4 ans par rapport à l'âge d'un an.
- La quantité de ginsénoside de ginseng est le plus élevée à l'âge de 6 à 7 ans.
- La substance active de Dan Shen (*Radix Salviae Miltiorrhizae*) est la plus élevée lorsqu'on la récolte au mois de juillet.
- Le contenu de Berbérine dans Huang Lian (*Rhizoma Picrorhizae*) augmente d'année en année jusqu'à la sixième. Pendant cette année, c'est de mois de juillet où la concentration est la plus élevée. C'est pourquoi la meilleure période de récolte de Huang Lian est le mois de juillet de la sixième année.
- Man Tuo Luo (*Datura Stramonium*) contient des alcaloïdes dont la teneur est élevée le matin dans les feuilles et l'après-midi dans les racines.

Ce calendrier des récoltes n'a qu'une valeur indicative ; la cueillette doit toujours tenir compte des variations climatiques et saisonnières ; ainsi elle ne doit jamais se faire par temps de pluie afin d'éviter les risques de moisissures.

De même les propriétés des différentes parties de la plante souffrent de nombreuses exceptions.

Pour déterminer les propriétés d'une plante, il est donc nécessaire de prendre en considération non seulement la partie utilisée mais aussi sa morphologie, sa couleur, sa nature, sa saveur..., et ne pas s'arrêter sur un seul critère.

- Récolte de la plante entière, Herba (Cao) :

La cueillette de la plante entière s'effectue à maturité lorsque les feuilles sont nombreuses et les fleurs épanouies. Certaines plantes ont la tige coupée à ras du sol: Bo He (*Herba Menthae Haplocalycis*), Jing Jie (*Herba seu Flos Schizonepetae Tenuifoliae*), Yi Mu Cao (*Herba Leonuri Heterophylli*), Zi Su (*Perillae Frutescentis*)... D'autres sont

récoltées avec leur racine: Che Qian Cao (Herba Plantaginis), Zi Hua Di Ding (Herba cum Radice Violae Yedoensis), Pu Gong Ying (Herba Taraxaci Mongolici cum Radice)...

- Récolte des racines, Radix (Gen) :

L'emploi des racines permet de mettre à profit l'aptitude de leur Qi à monter Sheng comme pour Sheng Ma (Rhizoma Cimicifugae), Ge Gen (Radix Puerariae). La récolte a lieu lorsque la plante est déjà fanée ou avant l'apparition des premiers bourgeons quand le raffiné se trouve en bas : ex.: Ge Gen (Radix Puerariae), Da Huang (Radix et Rhizoma Rhei)...

- Récolte des tiges (Jing):

L'énergie des tiges peut monter Sheng et descendre Jiang, elles permettent de régulariser le Qi comme Su Geng (Ramulus Perillae Frutescentis).

Les tiges se récoltent au printemps dès l'apparition des jeunes pousses lorsque le végétal est dans toute sa vigueur. Certaines peuvent être cueillies en été comme Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae). Les plantes qui comportent de nombreuses tiges doivent être cueillies seulement après une ou deux années de croissance.

- Récolte des feuilles, Folium (Ye):

Les feuilles possèdent un pouvoir dispersant, elles doivent être cueillies à leur pleine croissance, lorsqu'elles sont épanouies, mais jamais après la pluie : Pi Pa Ye (Folium Eriobotryae Japonicae), Da Qing Ye (Folium Isatidis), Ai Ye (Folium Artemisiae Argyi), He Ye (Folium Nelumbinis Nuciferae)...

Il existe des exceptions et certaines plantes sont cueillies au milieu de l'automne, après avoir subi les premières gelées blanches, par exemple Sang Ye (Folium Mori Albae).

- Récolte des fruits (Guo Shi) et des graines (Zhong Zhi):

D'une manière habituelle, la cueillette des fruits a lieu lorsqu'ils arrivent à maturité. Par exemple, Gou Qi Zi (Fructus Lycii), Ma Dou Ling (Fructus Aristolochiae), Gua Lou (Fructus Trichosanthis). Cette règle souffre de nombreuses exceptions. Certains fruits sont récoltés avant leur mûrissement, d'autres sont mis à mûrir dans un endroit sec et aéré.

Il faut noter que certains fruits se transforment à leur maturité, en particulier ils peuvent éclater pour laisser échapper leurs graines, aussi est il préférable de les ramasser dès le début de leur maturation.

- Récolte des fleurs, Flos (Hua) :

Leur caractère aromatique leur donne un pouvoir dispersant.

En général, les fleurs sont cueillies lorsqu'elles sont encore en boutons ou dès leur éclosion pour éviter la perte de parfum due à la chute des pétales. Ex. Ju Hua (Flos chrysanthemi morifolii), Jin Yin Hua (Flos Lonicerae Japonicae), Hong Hua (Flos Carthami Tinctorii) qui doit être cueillie lorsque le jaune de la corolle vire au rouge.

Les fleurs doivent être récoltées une à une en tenant compte de leur degré d'épanouissement ; quand au pollen il est recueilli en pleine floraison.

- Récolte des amandes et noyaux (Ren) :

Les amandes ont un pouvoir humidifiant vers le bas (Run Xia), elles sont laxatives. Ex. Xing Ren (Semen Pruni Armeniaca), Bai Zi Ren (Semen Biotae Orientalis) ; elles sont récoltées à pleine maturité.

- Récolte des nœuds (Jie):

Les nœuds favorisent le jeu des articulations.

- Récolte des germes (Ya) :

On met à profit leur pouvoir dispersant. La germination peut être provoquée artificiellement à tout moment.

- Récolte des épines (Ci) :

Les épines possèdent un pouvoir incisif Gong et perçant Chuan qui est utile en médecine.

- Récolte de l'écorce (Pi) :

Selon une loi analogue à celle des signatures, l'écorce pour les Chinois est réputée agir sur la peau, ex: Sheng Jiang Pi (Cortex Zingiberis Officinalis Recens), Fu Ling (Sclerotium Poriae Cocos), écorce du Poria Cocos. Les écorces d'arbre sont récoltées au printemps ou en été lorsque la sève est abondante et que l'écorce se détache aisément.

L'écorce ne doit jamais être détachée de manière circulaire pour ne pas abîmer l'arbre. Les écorces de racine sont préférentiellement récoltées en automne, saison où les éléments nutritifs de la plante sont en abondance à ce niveau.

- Récolte du cœur (Xin) :

Sur le plan médicinal le Cœur des plantes permet d'agir sur les viscères comme Lian Zi (Semen Nelumbinis Nuciferae).

- Récoltes des lianes (Teng) :

Les lianes permettent de parcourir les méridiens Jing Luo comme Luo Shi Teng (Caulis Trachelospermi Jasminoïdis), Hai Feng Teng (Caulis Piperis Futokadsurae).

3) Protection de la source de production des plantes sauvages

Le principe essentiel repose sur une récolte raisonnable qui ne doit pas avoir qu'un objectif à court terme, et pour préserver la source de production un certain nombre de règles sont à observer.

- Planifier la récolte

La récolte qui doit permettre de couvrir les besoins immédiats doit prévoir ceux de l'avenir. Il ne faut récolter que ce qui est nécessaire pour éviter les pertes consécutives à un stockage prolongé.

- Assurer la reproduction

Afin d'éviter une stérilisation progressive, lors de la récolte des plantes, il faut laisser en terre une partie des racines, respecter les jeunes pousses, s'abstenir de ramasser toutes les feuilles en une seule fois...

- Etre sélectif

Lorsque les propriétés médicinales d'une plante sont équivalentes quelle que soit la partie employée, il est préférable de ne récolter que la partie aérienne et conserver tout ce qui peut être utile.

La culture des plantes médicinales demande une attention toute particulière, elle doit permettre, selon les circonstances et la demande, d'autres type de production. Les plantes difficiles à cultiver ou rares doivent bénéficier de soins tout particuliers.

4) Séchage et conservation

En dehors des plantes qui sont employées fraîches, les autres sont séchées et conservées dans des conditions qui permettent de garantir leurs propriétés.

- Le séchage

De la qualité du séchage va dépendre la conservation de la plante. La cueillette terminée, la plante est débarrassée de tout débris indésirable, puis ses différentes parties sont traitées de manière spécifique. Selon les catégories des plantes, les techniques de séchage peuvent être variables: séchage au soleil, séchage à l'ombre, séchage artificiel. Le séchage au soleil est la méthode la plus simple et la plus économique elle concerne surtout les racines, les tiges ou les graines. Les feuilles vertes séchées au soleil jaunissent, les pétales de fleurs perdent leur couleur vive, ce qui altère les propriétés médicinales de ces produits, les plantes aromatiques pour ne pas perdre leur parfum ne doivent pas rester trop longtemps au soleil.

Le séchage artificiel à l'ombre s'effectue dans un endroit sec à l'abri du soleil, il convient particulièrement aux plantes aromatiques.

Le séchage artificiel s'obtient à l'étuve ou dans une chambre de séchage chauffée.

Les fruits qui contiennent beaucoup de jus ou les racines riches en sucres doivent être séchés rapidement à une température pouvant atteindre 70 à 90° C.

Les matières aromatiques, les tissus ou organes d'animaux, le placenta, doivent être séchés progressivement à une température moyenne de 25 - 30° C.

- La conservation

Au cours du stockage prolongé, les méthodes de conservation doivent éviter toute modification de nature des plantes provoquée par la vermine, les moisissures, les micro-organismes, afin de préserver l'intégrité de leurs propriétés pharmacologiques.

Le développement des moisissures et des micro organismes est favorisé par l'humidité qui peut provenir de la plante elle-même, d'une mauvaise aération du lieu de conservation ou de l'humidité du sol, facteurs qui peuvent accélérer les processus de fermentation ou d'oxydation de certains constituants végétaux. Aussi est il souvent nécessaire dans un

premier temps, de soumettre les produits récoltés au séchage par le soleil, en sachant qu'un séchage trop prolongé au soleil influence non seulement la couleur mais modifie la nature de ces produits.

Des conditions de conservation dépendent la qualité des plantes médicinales ; il importe donc d'éviter tout facteur qui perturbe ces conditions. Dans la majorité des cas, la conservation des produits séchés doit se faire à l'abri de l'humidité, dans un endroit sec et aéré. La conservation dans un endroit frais évite la dissémination des spores, la multiplication des parasites.

La conservation à l'abri de la lumière dans des récipients en porcelaine, en faïence ou en verre teinté, peut être nécessaire pour les plantes qui subissent des transformations chimiques sous l'influence des ultraviolets. La conservation en milieu étanche peut être utile pour les plantes qui s'oxydent rapidement, ou qui contiennent des produits volatils. La désinsectisation des plantes médicinales, si elle est nécessaire peut se faire par une fumigation au soufre voire par le recours à un insecticide non toxique.

La conservation des drogues toxiques doit obéir à des conditions strictes de conditionnement, afin d'éviter tout accident.

Les produits d'origine animale sont protégés de la putréfaction par la conservation à sec, dans des récipients contenant de la chaux.

Pao Zhi Fa (techniques de préparation des remèdes)

- L'efficacité thérapeutique des produits médicinaux chinois dépend :
 - de la région de culture et de production
 - de la saison de récolte
 - de la technique de préparation
- Les objectifs des techniques de préparation des produits médicinaux :
 - éliminer ou réduire la toxicité, les effets violents et les effets secondaires de certains produits médicinaux :
 - Ba Dou (Semen Crotonis) possède une action purgative violente qui nécessite de le débarrasser de sa fraction huileuse avant l'emploi.
 - Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae), sans préparation, est toxique et irrite la gorge ; il est indispensable de le traiter au préalable avec du jus de gingembre.
 - Des remèdes tels que Chuan Wu (Radix Aconiti Carmichaeli) ne peuvent être utilisés à l'état naturel en raison de leur grande toxicité.
 - améliorer les effets thérapeutiques des produits médicinaux
 - modifier les propriétés des produits médicinaux
 - Di Huang (Rhemannia Glutinosae) : à l'état naturel sa nature est froide, il rafraîchit le sang; après cuisson au bain marie sa nature, devient tiède, il permet de tonifier le sang ; carbonisé, il possède des effets hémostatiques.
 - He Shou Wu (Radix Polygoni Multiflori) à l'état naturel possède la propriété de favoriser les mouvements de descente : il est diurétique. Après cuisson ce pouvoir diurétique disparaît, mais cette plante, peut alors tonifier le Foie et les Reins,
 - faciliter la décoction, la préparation, le stockage et la conservation des produits médicinaux
 - enlever les impuretés, les éléments non médicamenteux inutiles, les goûts et les saveurs désagréables des produits médicinaux
 - Bien évidemment les plantes avant séchage doivent être débarrassées des impuretés, particules de terre ou de sable, prises dans leurs racines.
 - Les feuilles de néflier doivent être brossées pour éliminer le duvet qui les recouvre.
 - La mue de cigale doit être débarrassée de la tête et des pattes.

Préparation élémentaire (Xiu Zhi)

- nettoyer (Chun Jing) : enlever les impuretés, la terre et le sable, les parties non médicinales des produits
- écraser (Fen Sui) : écraser, casser en morceaux, réduire en poudre les produits
- découper (Qie Zhi) : selon les besoins, couper les produits en tranches (Pian), en morceaux (Kuai), en morceaux allongés (duan), en filaments(Tiao), en fibres (Si)

1) Shui Zhi (Préparation au moyen de l'eau)

- BUT
 - nettoyer, éliminer les impuretés
 - ramollir
 - diminuer les toxiques
 - purifier et raffiner les minéraux
 - enlever les odeurs et les saveurs désagréables

1-1) Laver (Xi)

- enlever, par simple lavage à l'eau de la surface des produits médicinaux, la terre, les impuretés, les poussières
- enlever les impuretés, par lavage à grande eau

1-2) Humidifier (Run)

- asperger, arroser avec un peu d'eau claire les produits médicinaux de façon répétée, puis les couvrir avec des linges humides afin de les ramollir

Cette méthode correspond aussi à l'immersion Fu ou à la confinement Men; elle a pour but de ramollir les plantes en les imbibant progressivement sans entamer leur efficacité, par différents procédés : lavage, trempage, aspersion, imbibition, humidification au grand air ou en milieu clos.

Ex. Jing Jie (Herba seu Flos Schizonepetae Tenuifoliae) est humidifiée par aspersion, Bing Lang (Seman Arecae Catechu) est humidifiée par lavage au vin, Hou Po (Cortex Magnoliae Officinalis) est humidifiée par imbibition, Da Huang (Radix et Rhizoma Rhei) est humidifiée dans un courant d'eau etc.

1-3) Lavage à l'eau courante (Piao)

- Ce procédé renouvelé à plusieurs reprises a pour but de débarrasser les médicaments de leur odeur trop forte ou de leur trop grande teneur en sel.

Ex. Hai Zao (Herba Sargassii), Kun Bu (Thallus Laminariae seu Eckloniae) sont ainsi trempées et lavées pour éliminer leur excès de sel. Le placenta est soumis au même procédé pour chasser son odeur trop forte.

1-4) Macérer (Pao)

- immerger les produits médicinaux crus dans l'eau froide ou bouillante afin d'en enlever l'écorce ou de les ramollir

EX. Xing Ren (Semen Pruni Armeniacae), Tao Ren (Semen Pruni Persicae).

1-5) Raffiner la poudre avec de l'eau (Shui Fei)

- les minéraux insolubles et les coquilles sont écrasés au pilon avec de l'eau jusqu'à obtenir une poudre la plus fine possible, méthode de lévigation et décantation

Cette technique est employée pour la préparation de remèdes tels que : Lu Gan Shi (Smithsonitum), Zhu Sha (Cinnabaris), ...

2) Huo Zhi (Préparation au moyen du feu)

La préparation au moyen du feu Huo Zhi consiste à mettre les remèdes directement ou indirectement en contact avec le feu en vue de les dessécher, de les jaunir, de les roussir, de les rendre friables ou de les carboniser.

2-1) Grillage (Chao) :

sauter à feu vif dans un récipient en remuant sans arrêt.

BUT :

- éliminer ou détruire certains composants
- modifier les propriétés
- augmenter l'action de fortifier la rate
- diminuer la nature irritante ou les effets secondaires nocifs
- modérer la nature extrêmement froide
- corriger les mauvaises odeurs et la saveur
- faciliter l'écrasement et le stockage
- faciliter l'extraction des produits actifs dans la décoction

2-1-1) Qing Chao (sauté à feu vif sans adjuvant) :

- sauter à feu vif au jaune : grillé au jaune (Chao Huang), la surface du produit prend une teinte jaunâtre ou le produit gonfle sans modification à l'intérieur.
- sauter à feu vif au brun : grillé au brun (Chao Jiao), la surface du produit prend une teinte rousse ou brune, et l'intérieur une teinte jaune, avec une odeur de torréfaction.
- sauter à feu vif au noir : carbonisé (Chao Tan) : la couche superficielle du produit est noir brûlé alors que l'intérieur est roux. La carbonisation permet de diminuer la toxicité et les effets secondaires de certains remèdes et de renforcer leur pouvoir astringent ou leur action hémostatique.

2-1-2) Sauter à feu vif avec un adjuvant solide (Fu Liao Chao)

- sauter à feu vif avec de la poudre de coquille de clam, pour .
 - clarifier la chaleur
 - transformer le Tan
 - ramollir le dur
- sauter à feu vif avec du riz (Da Mi) pour :
 - éliminer l'humidité
 - traiter la diarrhée
 - tonifier l'énergie et la rate
 - harmoniser l'estomac
 - apaiser la soifBan Mao est grillé avec du riz.
- sauter à feu vif avec du sel pour :
 - augmenter l'action sur les reins
 - nourrir le yin
 - diminuer le feu
- sauter à feu vif avec du son de blé (Mai Fu) pour :
 - enlever les odeurs fortes . colorer
 - réduire les effets violents de certains produits

- protéger l'estomac
- tonifier la rate et harmoniser le centre
- sauter à feu vif avec du son de riz pour :
 - enlever les odeurs fortes
 - colorer le produit
- sauter à feu vif avec de la terre jaune réfractaire du centre du foyer dans lequel ont brûlé longuement des herbes et du bois pour :
 - renforcer la rate
 - harmoniser et de réchauffer le réchauffeur moyen
 - arrêter la diarrhée

2-2) Griller rapidement à température élevée dans un récipient jusqu'à ce que le produit brunisse ou se craquelle (Pao)

BUT

- diminuer la toxicité ou les effets secondaires des produits
- modifier les propriétés

2-3) Rôtir longuement avec un adjuvant liquide qui pénètre dans le produit (Zhi)

BUT

- modifier la nature
- augmenter les effets thérapeutiques
- diminuer les effets toxiques et secondaires nocifs
- rôtir avec du jus de gingembre (Jiang Zhi)
 - pour . diminuer la nature froide d'un produit
 - renforcer l'action anti-émétique
 - diminuer la toxicité (du) et les effets secondaires
 - disperser les stagnations d'humidité

ex. la préparation de Xiang Fu (*Rhizoma Cyperi Rotundi*) avec le jus de gingembre augmente l'action sur les stagnations d'humidité.
- rôtir avec du miel (Mi Zhi) pour :
 - pour augmenter l'action d'humectation du poumon afin d'arrêter la toux
 - tonifier le réchauffeur moyen et l'énergie
 - modérer la nature du produit
 - diminuer la toxicité et les effets secondaires

ex. la préparation de Huang Qi (*Radix Astragali Membranacei*) ou Gan Cao (*Radix Glycyrrhizae Uralensis*) avec du miel augmente l'action de tonifier le réchauffeur moyen et de renforcer l'énergie.
- rôtir avec une solution saline (Yan Shui Zhi) pour
 - guider au rein . renforcer l'action de tonifier les reins
 - renforcer l'action de nourrir le yin afin de faire redescendre le feu pervers

ex. la préparation de Du Zhong (*Cortex Eucommiae Ulmoidis*) ou Zhi Mu (*Radix Anemarrhenae Asphodeloidis*) avec du sel augmente l'action de tonifier les reins
- rôtir avec du vin (Jiu Zhi) pour
 - augmenter l'action d'activer la circulation du sang
 - réduire les effets secondaires

- ex. la préparation de Chuan Xiong (*Rhizoma Ligustici Wallichii*) avec du vin augmente l'action d'activer le sang
- rôtir avec du vinaigre (*Cu Zhi*) pour
 - guider au foie
 - renforcer l'action de disperser la stagnation du foie et d'arrêter les douleurs
 - diminuer la toxicité

La préparation de Xiang Fu (*Rhizoma Cyperi Rotundi*) avec du vinaigre augmente l'action de drainer le foie et d'arrêter les douleurs

Pour réduire le caractère irritant de certains médicaments ou pour renforcer leur efficacité, au cours du grillage il est possible de rajouter de la terre, du riz ou du son. Ainsi Bai Zhi (*Radix Angelicae Dahuricae*) est grillé avec de la terre. Le grillage ou le brûlage avec du talc ou du gravier, procédé appelé Tang, permet d'obtenir des remèdes très friables, ce qui a pour conséquence d'augmenter leur solubilité.

P.S.

- L'urine d'adolescent permet d'éliminer et de faire descendre le Feu;
- La rinçure de riz permet d'obtenir une action humidifiante et d'harmoniser la région médiane;
- Le lait accentue le pouvoir humectant et engendre le Sang;
- Le grillage avec de la terre permet au remède de parcourir le Foyer Moyen; traité avec du son, le remède peut tonifier l'Estomac et les Intestins;
- Trempé dans une décoction de Glycine Max ou de Gan Cao (*Radix Glycyrrhizae Uralensis*), le médicament possède une toxicité moindre;
- Enduire un remède de graisse de mouton ou de bœuf lui facilite la pénétration des os.

2-4) Chauffage ou brûlage direct ou indirect par le feu (Duan)

Elle a pour objectif :

- purifier
- rendre friable et facile à réduire en poudre
- faciliter l'extraction des principes actifs par décoction
- modifier les propriétés et renforcer les effets thérapeutiques

Cette technique consiste à chauffer les matières médicinales en les mettant directement sur le feu jusqu'à ce qu'elles soient portées au rouge ou indirectement dans une marmite dont le fond est porté au rouge.

Cette méthode est surtout utilisée pour les minéraux. Les minéraux, les coquilles et les carapaces sont brûlés directement sur le feu jusqu'à les porter au rouge. Exemples: Long Gu (*Os Draconis*), Mu Li (*Concha Ostreae*), Shi Gao (*Gypsum Fibrosum*).

Certains produits sont utilisés sous forme de charbon de bois (Mu Tan). Par exemple, les cheveux carbonisés (Xue Yu Tan) et les fibres de feuilles de palmier carbonisées (Zong Lu Tan), doivent être mis dans un récipient fermé pour être calcinés indirectement sur le feu.

2-5) Cuisson sous la cendre (Wei)

envelopper le produit dans du papier humide ou gras, dans de la farine de blé mouillée ou dans de l'argile et le rôtir à forte température jusqu'à ce que son enrobage se carbonise et se craquelle.

But :

- enlever l'huile et les composants irritants
- réduire la toxicité et les effets secondaires
- réduire l'action sur les intestins (diarrhée, douleurs abdominales)

Ce mode de cuisson consiste à chauffer sous la cendre les matières médicinales enrobées de farine de riz ou enveloppées de papier humide jusqu'à carbonisation de la couche enveloppante.

Il a pour but d'éliminer une partie de l'huile contenue dans ces produits et de réduire leurs effets secondaires.

Le gingembre peut être préparé selon cette méthode, il est appelé alors le Wai Jiang, de même que Mu Xiang (Radix Aucklandiae Lappae), Wei Mu Xiang.

3) Shui Huo Gong Zhi (Préparation au moyen de l'eau et du feu)

BUT

- augmenter les effets thérapeutiques
- diminuer la toxicité
- modifier les propriétés
- faciliter la conservation

Cuisson à la vapeur (Zheng)

- cuire le produit médicinal aux vapeurs d'eau, de vin, de jus de gingembre ou de vinaigre
- faire sécher au soleil
- répéter l'opération plusieurs fois

Bouillir (Zhu)

- cuire le produit médicinal à l'eau ou dans un autre liquide (eau, vinaigre, jus de plante...)

cuire au bain-marie (Dun)

- cuire au bain-marie le produit mélangé à un adjuvant, jusqu'à ce que l'adjuvant soit complètement absorbé

Trempage (Cui ou Duan Cui)

- chauffer au rouge le produit
- le tremper aussitôt, comme pour un métal, dans de l'eau, du vinaigre, ou un autre liquide froid
- répéter plusieurs fois
- Méthode utilisée essentiellement pour les minéraux, les coquilles, les écailles animales.

BUT : rendre le produit poreux et friable afin qu'il soit plus facile à écraser

• Immersion (Tan)

Les matières médicinales sont plongées puis retirées immédiatement de l'eau bouillante; cette technique est utile pour faciliter la décortication des graines ou pour éliminer leur excès de suc.

Autres procédés de préparation:

- Fa Ya (germination) : faire germer les graines, puis mettre à sécher. Germination du riz ou du soja.
- Fa Jiao (fermentation) : fermentation du Shen Qu (Massa Medica Fermentata)
- Zhi Shuang (gélification)
 - dégraisser partiellement les graines, puis les réduire en poudre
 - mettre du sulfate de sodium (Mang Xiao) dans une pastèque (Xi Gua), laisser dans un endroit bien aéré jusqu'à formation à la surface d'une poudre ressemblant à la gelée blanche
 - réduire en poudre le résidu des tissus animaux après élimination de la colle, de la gélatine
- Qu You (dégraisser)
 - écraser et presser les produits, le plus fréquemment des amandes, pour en faire sortir l'huile contenu
 - sécher la partie solide restante qui constitue le produit médicinal
- Zheng Lu (distiller)

Dénomination des plantes

La dénomination exacte et correcte des produits de la Matière Médicale est tout à fait essentielle à l'exactitude des prescriptions, et à leur réalisation par les laboratoires et les officines. Cette dénomination est également indispensable à des rapports commerciaux normaux entre «l'origine»: cultivateurs, cueilleurs, et les utilisateurs : sociétés d'exportation des plantes, laboratoires, prescripteurs.

Dans tout l'Occident on utilise une dénomination latine, dite Internationale, fixée d'après les principes du botaniste LINNE (botaniste suédois du XVIIIème siècle) qui proposa une dénomination binominale qui énonce :

- le nom du Genre
- le nom de l'Espèce

Le nom du Genre est celui qui figure en premier, le nom de l'Espèce vient en second. Par exemple : *Angelica dahurica*.

Un genre va regrouper plusieurs espèces, qui sont en quelque sorte des « variantes ».

Certaines espèces d'un même genre peuvent avoir des propriétés thérapeutiques très différentes.

Ces deux noms sont suivis d'une ou plusieurs lettres majuscules qui sont les initiales du nom d'un botaniste célèbre pour ces travaux, par exemple : *Sambucus nigra* L.

Cette dénomination binominale est la seule qui permette la désignation sans équivoque d'un végétal.

Ainsi, selon la nomenclature binominale, codifiée par des règles internationales, *Solanum* (genre) *tuberosum* (espèce) désigne la pomme de terre.

D'une façon identique, les animaux sont dénommés par des termes latinisés.

Une dénomination dite commerciale est utilisée; elle introduit une référence à la partie de la plante utilisée qui s'ajoute en premier :

- Herba : plante entière, herbacée
- Flos : fleur
- Cortex : écorce
- Caulis : tige
- Semen : graine ou amande
- Ramulus : branche
- Pericarpium : peau du fruit
- Folium : feuille
- Fructus : fruit
- Lignum : bois
- Calyx « queue » (d'un fruit)
- Radix : racine
- Rhizoma : rhizome
- Bulbus : bulbe
- Cortex radicis : écorce de la racine

Le nom du Genre selon la dénomination latine dont la terminaison peut être éventuellement modifiée (exemple : *Angelica dahurica* donnera *Fructus gardeniae Radix Angelicae Dahuricae*).

Enfin, dans les cas où un même genre comporte plusieurs espèces utilisées pour des propriétés pharmaceutiques différentes, le nom de l'Espèce est ajouté, par exemple : *Paeonia suffruticosa*, *Paeonia alba*, *Paeonia rubra*, précédé, bien sûr, de la dénomination de la partie utilisée.

Les caractères employés pour désigner les végétaux n'obéissent à aucune règle générale. La plante est considérée dans son ensemble et sa dénomination suggère ses qualités ou son lieu d'origine. C'est à Li Shi Zhen que revient le

mérite d'avoir mis plus de clarté dans le système de classification des plantes. Nous pouvons retenir plusieurs critères qui ont servi à la dénomination des plantes médicinales.

- Selon les propriétés des plantes:

Fang Feng (Radix Ledebouriellae Divaricata), plante anti vent: Fang signifie défendre, protéger, préserver. Feng signifie vent. Cette plante possède la faculté de traiter tous les phénomènes de type de Vent.

Yi Mu Cao (Herba Leonuri Heterophylli), herbe qui nourrit la mère: cette plante est utile à la mère pendant la période de grossesse et après l'accouchement.

- Selon la saveur ou l'odeur de la plante:

Ding Xiang (Flos Caryophylli) : Clou de parfum: il s'agit d'une plante dont la fleur très odoriférante a la forme d'un clou.

Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis) : Herbe douce: il s'agit de Réglisse dont la saveur est très douce.

Autres exemples : Dan Zhu Ye (Herba Lophatheri Gracilis), Xi Xin (Herba cum Radice Asari), Suan Zao Ren (Semen Zizyphi Spinosae).

- Selon la couleur de la plante:

Huang Lian (Rhizoma Coptidis) : Nénuphar jaune: il s'agit d'une plante à fleur jaune (Huang) dont les racines s'enchevêtrent (Lian).

Hong Hua (Flos Carthami Tinctorii), Fleur Rouge: comme son nom l'indique c'est une plante dont la fleur a une couleur rose - rouge.

Autres exemples : Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis), Bai Zhi (Radix Angelicae Dahuricae), Bai Zhu (Rhizoma Atractylodis Macrocephalae), Bai Shao Yao (Radix Paeoniae Lactiflorae)...

- Selon les particularités saisonnières de la plante:

Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae), moitié de l'été: Ban signifie moitié, Xia signifie été. Il s'agit d'une plante dont la tubérisation a lieu à la moitié de l'été.

Ren Dong Cao (Herba Lonicerae Japonicae), tolère l'Hiver: Ren signifie résister, Dong signifie hiver. Il s'agit d'une plante dont la vigueur permet de résister au froid.

- Selon l'aspect de la plante:

Gou Teng (Ramulus cum uncis Uncariae) : ainsi dénommée car la plante grimpe sur les rochers.

Niu Xi (Radix achyranthis bidentatae), Genou de Bœuf : cette plante est ainsi nommée en raison de sa ressemblance avec un genou de bœuf. Niu signifie bœuf, Xi signifie genou.

- Selon la partie utilisée de la plante:

Ren (graine, amande), Zi (semence), Ye (feuille), Hua (fleur), Pi (peau), Cao (herbe entière), Guo (fruit), Gen (racine), Geng (tige), Zhi (rameau).

Ju Hua (Flos chrysanthemi morifolii) : Fleur de Chrysanthème.

Sang Ye (Folium Mori Albae) : Feuille de mûrier.

- Selon le lieu d'origine de la plante:

Ba Dou (Semen Crotonis) : soja du Si Chuan

- A la mémoire d'un herboriste.
- Selon la transcription phonétique.
- pour les minéraux : Shi (pierre)
- Mu (le bois), Sheng (plante fraîche), Gan (plante sèche), Xiang (aromatique)

Dans la pharmacopée chinoise, les remèdes qui subissent un travail de finissage ou une méthode de préparation spéciale sont clairement indiqués, mais il arrive qu'il faille le préciser notamment en fonction des différences qui peuvent exister entre les régions de la Chine. Exemples:

- Yi Ren (Semen Coicis Lachryma-Jobi) cru: Shen Yi Ren
- Yi Ren (Semen Coicis Lachryma-Jobi) grillé: Chao Yi Ren

- Shou Wu (Radix Polygoni Multiflori) frais: Xian Shou Wu
- Shou Wu (Radix Polygoni Multiflori) sec: Gan Shou Wu
- Shou Wu (Radix Polygoni Multiflori) traité: Zhi Shou Wu
- Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) traité au gingembre: Jiang Ban Xia
- Yuan Zhi (Radix Polygalae Tenuifoliae) traité selon la méthode Zhi à l'eau: Shui Zhi Yuan Zhi
- Yuan Zhi (Radix Polygalae Tenuifoliae) traité selon la méthode Zhi au miel: Mi Zhi Yuan Zhi

Les propriétés des plantes

Drogues et plantes médicinales sont caractérisées par plusieurs propriétés fondamentales qui conditionnent leurs règles de prescription :

- Les quatre natures (le Froid , le Chaud, le Tiède, le Frais).
- Les cinq saveurs (l'Acide, l'Amer, le Piquant, le Doux et le Salé).
- Les quatre tendances directionnelles (mouvements de montée et de descente, d'extériorisation et d'intériorisation)
- Le tropisme du Méridien

1) Les quatre natures (Si Qi)

Elles décrivent les effets des remèdes en se basant sur la température. Il est dit dans le *Su Wen* au chapitre *Zhi Zhen Yao Da Lun (Grand traité sur l'essentiel)*: « Chauffer ce qui est froid, refroidir ce qui est chaud. » De même les maladies sont distinguées selon leur caractère chaud ou froid.

Noter la différence entre Si Qi (Quatre Energies) qui désignent des 4 natures jusqu'au XIIème siècle et qui représente l'action thérapeutique des remèdes dans une pathologie ; Lui Qi (Six Energies), qui fait référence au climat.

Les 4 natures sont représentées par 4 qualités : Wen (Froid), le Re (Chaud), le Wen (Tiède), le Liang (Frais). Ils forment deux catégories distinctes : Tiède et Chaud, ou Froid et Frais, sont de même nature mais à un niveau différent. Les anciens, grâce à l'utilisation des remèdes lors de leurs expériences cliniques et en s'appuyant sur l'efficacité de leurs traitements, ont pu établir ces quatre propriétés.

Action thérapeutique des remèdes de nature Froide ou Fraîche :

- Rafraîchir la Chaleur et disperser le Feu (Qing Re Xie Huo).
- Refroidir le Sang (Liang Xue).
- Neutraliser les Toxines de la Chaleur (Jie Re Du).

Action thérapeutique des remèdes de nature chaude ou tiède :

- Réchauffer l'Interne et disperser le Froid (Wen Li San Han).
- Aider le Yang et reconstituer le Feu (Zhu Yang Bu Huo).
- Désobstruer les vaisseaux (Tong Mai).

Froid et Frais sont de nature Yin, Tiède et Chaud de nature Yang. Une maladie de nature Chaude (Yang) doit être traitée par des remèdes de nature Froide ou Fraîche (Yin) et vice versa. Si l'intensité du remède prescrit est trop faible, son effet thérapeutique sera insuffisant pour traiter la maladie. Inversement, un remède de trop forte intensité peut entraîner des complications plus ou moins graves. De même quand une maladie présente simultanément des caractéristiques de nature Froide et Chaude, il faut combiner les remèdes en tenant compte de la prédominance de l'une des natures.

Par ailleurs, pour certains produits les propriétés chaudes ou froides ne sont pas évidentes : ce sont des substances dont l'action est plutôt douce et neutre. On dit de leur tempérament qu'il est neutre. Cependant il n'y a pas réellement

de caractère neutre, il est toujours possible de distinguer une tendance vers le tiède ou vers le frais et pour cette raison il n'est fait mention que de quatre natures.

Remèdes Froids versus syndromes Chauds

Symptômes chauds	Syndrome chaud	Remèdes froids
Fièvre élevée Soif excessive Maux de gorge Transpiration abondante Pouls fort et rapide	Excès de Chaleur interne (=chaleur dans la couche du Qi)	Shi Gao (Gypsum Fibrosum) Zhi Mu (Radix Anemarrhenae Asphodeloidis) Huang Lian (Rhizoma Coptidis)

Nei Jing : « Utiliser des remèdes Froids pour traiter la Chaleur ».

Remèdes Frais versus syndromes Chauds

Symptômes Chauds	Syndrome Chaud	Remèdes frais
Crainte du vent Toux Fièvre Transpiration Maux de gorge Pouls superficiel et rapide	Chaleur sur la surface du corps	Bo He (Herba Menthae Haplocalycis) Ge Gen (Radix Puerariae) Sheng Ma (Rhizoma Cimicifugae)

Nei Jing : « La Chaleur est traitée par les remèdes Frais ».

Remèdes Chauds versus syndromes Froids

Symptômes Froids	Syndrome Froid	Remèdes Chauds
4 membres froids Douleur avec sensation froide au niveau estomac et abdomen. Teint pâle, terne Pouls fin et lent	Excès de Froid Interne	Fu Zi (Radix Aconiti Carmichaeli Praeparata) Gan Jiang (Rhizoma Zingiberis Officinalis) Rou Gui (Cortex Cinnamomi Cassiae)

Nei Jing : « Les syndromes Froids sont traités par les remèdes Chauds ».

Remèdes Tièdes versus syndrome Froid

Symptômes Froids	Syndrome Froid	Remèdes Tièdes
Crainte du froid Fièvre Maux de tête, du cou, du corps Absence de transpiration Toux Pouls superficiel ou serré	Excès de Froid à la surface du corps	Gui Zhi (Ramulus Cinnamomi Cassiae) Sheng Jiang (Rhizoma Zingiberis Officinalis Recens) Ma Huang (Herba Ephedrae)

Nei Jing : « Les syndromes froids sont traités par les remèdes Tièdes ».

2) Les cinq saveurs (Wu Wei)

Elles sont au nombre de cinq, le Piquant (Xin), le Doux (Gan), l'Acide (Suan), l'Amer (Ku) et le Salé (Xian). Certains remèdes possèdent une saveur Fade (Dan) ou Apre (Se). Bien qu'il y ait plus de cinq saveurs, la tradition conserve l'expression «cinq saveurs» (Wu Wei)¹.

Parmi les saveurs: L'Acre ou Piquant, le Doux ou Sucre et le Fade appartiennent au Yang. l'Acide ou l'Apre, l'Amer et le Salé appartiennent au Yin.

La Saveur était définie initialement par la Saveur gustative :

- goût amer : Huang Lian (Rhizoma Coptidis) et Huang Bai (Cortex Phellodendri) ;
- goût doux : Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis), Gou Ji (Rhizoma Cibotii) ;
- goût piquant : Gui Zhi (Ramulus Cinnamomi Cassiae), Chuan Xiong (Rhizoma Ligustici Wallichii)
- goût acide : Wu Mei (Fructus Pruni Mume), Mu Gua (Fructus Chaenomelis Lagenariae) ;
- goût salé : sel et Mang Xiao (Mirabilitum).

Les connaissances sur les saveurs des plantes ont évoluées depuis qu'on a mis en rapport les Saveurs et les effets thérapeutiques. Il existe certaines plantes dont les effets thérapeutiques ne peuvent pas être expliqués par le saveur gustative. On a défini ces plantes par une autre saveur qui peut expliquer leurs effets thérapeutiques. Par exemple :

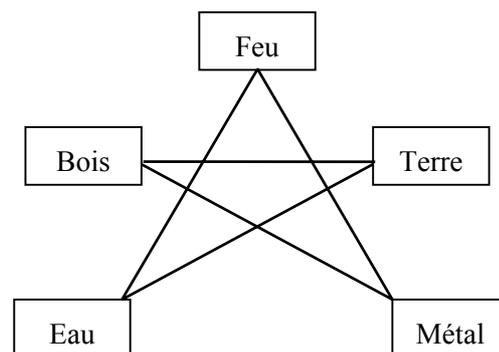
- Ge Gen (Radix Puerariae) et Zao Jiao Ci (Spina Gleditsiae Sinensis). Ces plantes sont classées en Saveur piquante.
- Ci Shi (Magnetitum) n'a pas de saveur salée mais il réceptionne le Qi et le ramène au Rein qui correspond au Salé selon la théorie des cinq éléments. Il est classé en Saveur salée.

Dans la mesure où le goût et la fonction n'ont pas toujours de rapport, la classification des plantes selon leur saveur a ses propres limites.

Par conséquent, les saveurs ne sont pas reliées à la seule notion de goût mais à l'action thérapeutique et énergétique des plantes, Wei • étant à la source de la saveur. **La saveur indique le mouvement énergétique de la plante.**

Notions fondamentales de Wu Xing •• (Cinq Eléments)

L'idéogramme Wu • qui signifie cinq est la représentation du lien le plus solide qui maintient les éléments, mouvements ou relations, dans les différentes dimensions de l'espace. Wu est la synthèse des relations en mouvement, son idéogramme représente un cadre maintenant les forces (au centre) du ciel (en-haut), et de la terre (en-bas) en mouvement.



Xing et Hang sont deux représentations du mouvement. Hang veut dire "remettre en rang", dans une catégorie en mouvement, ainsi la banque en chinois se dit Yin Hang, "argent qui bouge".

Xing représente la marche, la "mise en catégorie en mouvement", Wu Xing sont les 5 relations en mouvement, l'un et l'autre, l'un contre l'autre, dans un but d'équilibre.

Dans le Nei Jing il est dit que la saveur acide entre dans le foie, le piquant cible le poumon, l'amer pénètre dans le cœur, le sucré dans la rate, le salé dans le rein et la saveur fade dans l'estomac. La clé de la compréhension des 5 saveurs est dans le concept de mouvement, d'énergie.

¹ Généralement, la Saveur Fade est considérée comme une annexe de la Saveur Douce et la Saveur Apre comme une annexe de la Saveur Acide. Pour ces raisons, il n'est fait mention que de cinq saveurs

L'origine de Wu Xing et Wu Wei est bien expliqué dans le « Shang Shu - Hong Fan » :

« Cinq Eléments : Eau, Feu, Bois, Métal et Bois. L'eau humidifie, coule vers le bas ; le feu brûle vers le haut ; le bois est souple, plie, se détend ; le métal peut être déformé et peut suivre et réaliser un changement ; la terre nourrit, porte, donne vie au végétal. La tendance de la catégorie du mouvement de l'eau se traduit par la saveur salée. La tendance de la catégorie du mouvement du feu se traduit par la saveur amère. La tendance de la catégorie du mouvement du bois se traduit par la saveur acide. La tendance de la catégorie du mouvement du fer se traduit par la saveur piquante. La tendance de la catégorie du mouvement de la terre se traduit par la saveur sucrée. »

Wu Wei (Cinq Saveurs) ne s'agit pas uniquement du « goût ». Ce sont en réalité les mouvements énergétiques.

Dans le Nei Jing, on parle aussi de Wu Zhou (Cinq marche) : la saveur acide est ciblée vers le tendon, le piquant tend vers l'énergie Qi, la saveur amère vers le sang, le salé vers l'os et le sucré vers la chair.

Selon Su Wen, chapitre 22 : « Le piquant disperse, l'acide resserre, le doux relâche, l'amer affermit, le salé amollit ». La saveur fade est très importante pour les taoïstes et dans la culture chinoise, elle représente la simplicité.

Xin (Saveur piquante)

Selon le Nei Jing, cette saveur est subdivisée en 2 types de fonctions :

- Neng Xing (faire circuler)
- Neng San (faire disperser)

1) Xing Qi Jie Yu : faire circuler l'Energie (Xing Qi) afin de libérer le Yu (Blocage)² de Qi

Exemple de remède : Chai Hu (Radix Bupleuri), plante qui dirige l'ensemble du traitement vers le foie, indiqué dans de nombreuses maladies du foie et de la VB.

Le mouvement énergétique dans notre corps est essentiellement régularisé par le foie. Le blocage de l'énergie est essentiellement due au foie dont la fonction est de régulariser les mouvements de l'énergie dans les sens de montée et descente, en liaison avec la rate. Le foie dont la situation anatomique est à droite, exerce ses fonctions à gauche (printemps). (La théorie des mouvements énergétiques est importante également dans la pratique de l'acupuncture qui nécessite de faire la liaison entre la saison, l'être humain et le point).

On distingue 3 pivots de régularisation des mouvements de montée et descente, d'ouverture et de fermeture :

- 1^{er} pivot, mouvement d'ouverture/fermeture : foie, vésicule biliaire (VB). L'analogie de ce mouvement se trouve dans les mouvements naturels du soleil qui d'abord se lève (monte) puis se couche (descend), et le cycle des saisons.
- 2^{ème} pivot, mouvement de montée/descente : rate, estomac. Ils sont au centre et correspondent à la "ligne de la terre" passant par le nombril (8VC) et de part et d'autre, 25E (pivot céleste), 15Rt. 8 est le chiffre de la création.

15Rt.....25E.....8VC.....25E.....15Rt

En parallèle et sur le dos, se trouve la "ligne de l'eau", passant par 23 V (Shu du rein) et 23 V et 4 VG (Porte de la Vie).

² Yu signifie blocage, stase, et touche essentiellement le foie. Il existe 6 types différents de Yu :

- Qi Yu, stase de l'énergie
- Xue Yu , ralentissement et stase de sang. Elle peut s'exprimer par une élévation de la glycémie, certains cancers ou tumeurs sont en rapport avec Xue Yu.
- Shi Yu , blocage de l'alimentation à long terme évoluant vers l'amaigrissement,
- Shi Yu, stase de l'humidité,
- Huo Yu , stase de feu (excès d'émotion dans le foie et le cœur),
- Tan Yu , blocage de glaires.

Ces lignes sont importantes dans la pratique du Qi Gong et de l'acupuncture. La "ligne de la terre" est une plaque tournante des mouvements de montée/descente en liaison avec le foie.

- 3^{ème} pivot, Shao Yin mouvement de "rotation" : la chaleur du corps humain est bien régulée, cette régularisation étant assurée par Shao Yin. Le feu du cœur en descendant, réchauffe l'eau du rein produisant de la vapeur en liaison avec le feu ministre du rein. L'eau du rein monte et humidifie le feu du cœur. Les mouvements du feu du cœur et de l'eau du rein assurent la vitalité et la régularisation de la température. Le feu descend et la vapeur monte.

2) Xing Qi Tong Jing : libérer l'énergie afin de débloquer un ou plusieurs méridiens destabilisés par l'énergie perverse.

Ex. : le vent froid attaque la nuque entraînant des maux de tête; l'excès de l'humidité interne ou externe bloque certaines articulations qui sont enraidies,...

Exemple de remède : plantes de saveur piquante telles que Gui Zhi (Ramulus Cinnamomi Cassiae).

3) Xing Qi Huo Xue : faire circuler l'énergie pour dissoudre les stases sanguines, afin de vivifier le sang.

Le courant de l'énergie agit sur le courant du sang. "Le sang est comme la mer de l'énergie, l'énergie est comme le général qui dirige le courant du sang".

Exemple de remède : Chuan Xiong (Rhizoma Ligustici Wallichii) fait circuler le sang verticalement depuis la fontanelle (relié à 3F en acupuncture) jusqu'aux pieds, est indiqué dans tous les types de céphalées.

4) Jie Biao (Libérer les surfaces corporelles)

Le blocage de Biao (surfaces corporelles) est à l'origine de rhume, frissons, et de façon générale de maladies de Froid pervers externe qui restent en superficie. Quand le caractère est chaud, il faut associer la saveur piquante avec la nature fraîche ; en présence de froid, il faut associer piquant et tiède.

Il existe 2 couches dans les surfaces corporelles en liaison avec les organes poumon et la vessie, Pi Mao et Cou li. Les remèdes agissent au niveau de Cou Li³.

Exemple de remède : Ma Huang (Herba Ephedrae).

5) San Yu Hua Tan : disperser le blocage du aux glaires.

Tan représente le déséquilibre du mouvement des liquides organiques quelque soit l'endroit dans le corps. En effet, les liquides organiques circulent sans limites dans tout le corps, entre les organes, les articulations,... Ainsi certaines paralysies sont liées au blocage des méridiens secondaires par les glaires. L'accumulation de glaires peut conduire à certains types de folie, des problèmes thyroïdiens, des adénopathies, des fibromes, des cancers, certains rhumatismes articulaires accompagnés de nodules très durs, de nombreuses maladies cutanées et cardiaques. Le diabète est également en liaison avec les glaires.

³ Les 5 couches superficielles sont, de la superficie vers la profondeur :

- Pi Mao : peau et poils, en liaison avec le poumon (filtre les impuretés)
- Cou Li : entre la peau et la chair, correspond à l'hypoderme (laisse passer le souffle). Est en relation avec la vessie.
- Ji : est la chair en rapport avec la rate.
- Jin : représente les tendons et les muscles, en liaison avec le foie.
- Gu : est l'os en rapport avec le rein.

Leur connaissance est importante dans la pratique du massage énergétique, qui se pratique couche par couche. Les maladies perverses externes correspondent à une atteinte des couches superficielles.

Exemples de remèdes : Niu Bang Zi (Fructus Arctii Lappae) indiqué dans certaines formes de SIDA, Qian Hu (Radix Peucedani) indiqué dans les toux grasses, l'asthme.

La saveur piquante s'est dispersée dans la couche du Qi, et à travers elle pénètre dans la couche de l'eau et dans les méridiens.

La saveur piquante est en liaison avec le poumon et correspond à l'automne, saison de sécheresse et donc de carence en liquides organiques, l'énergie yang en descendant gênant leur diffusion. Il faut éviter de manger trop piquant en automne à cause du risque de dispersion des liquides organiques à l'origine d'une sécheresse interne. Il faut préférer des aliments riches en liquides comme les fruits. Chaque saveur est en relation avec un organe et une saison, quand il existe un déséquilibre au niveau de l'organe (qui est plus sensible lors de la saison qui lui correspond), la saveur en question peut aider à dégager le problème et non à nourrir l'organe. Ainsi en hiver il ne faut pas manger excessivement salé de crainte d'épuiser les reins. Il peut être recommandé de manger des fruits de mer par exemple pour nourrir le Yin du rein ou au contraire des aliments qui renforcent le Yang. Ces observations mettent l'accent sur la complexité du concept de saveur qui ne se limite pas au seul goût.

Gan (Saveur douce)

Neng Bu Neng He Neng Huan : Gan peut renforcer ou tonifier, harmoniser et détendre (Nei Jing).

1) Bu Qi (renforcer l'énergie)

La saveur sucrée peut renforcer l'énergie car la première source de production de l'énergie est la Rate. L'alimentation rentre par la bouche dans l'estomac, la rate attire et transporte aliments et boissons pour les transformer en énergie subtile, sang et liquides organiques. Puis la rate diffuse les liquides organiques vers les poumons où, avec l'énergie pure issue du ciel, ils forment le Zong Qi. A partir de là le poumon par la respiration, diffuse cette énergie dans le corps entier au travers des méridiens. La production de l'énergie humaine en liaison avec l'alimentation passe par le poumon, mais la source de cette même énergie est la rate. Un point important de croisement entre Poumon et Rate est 1P qui permet d'envoyer l'énergie subtile de la rate vers le poumon.

Exemple de remède : Ren Shen (Radix Ginseng), première plante capable de tonifier l'énergie.

2) Bu Xue (renforcer le Sang du Cœur et le Sang du Foie)

La production du Sang se fait dans le Cœur. Le Zong Qi fabriqué dans le poumon diffuse dans le corps entier par la respiration, une partie pénètre dans le système du Cœur et se transforme en énergie nourricière. Le Feu du Cœur agit sur l'énergie nourricière et la transforme en partie en Sang (qui a la couleur rouge du Feu). La cave du Sang est le Foie. Ces 2 organes sont importants dans la production, le stockage et la circulation du Sang. La saveur sucrée est dite saveur de la terre car elle rentre et agit dans le Cœur et dans le Foie.

Exemple de remède : Dang Gui (Radix Angelicae Sinensis)

Remarque

La couche du sang est la couche chaude, la couche fraîche du Yin fait naître les liquides organiques. La plante qui renforce le sang a une saveur sucrée et une nature chaude. Une plante de saveur sucrée mais de nature fraîche ou froide pénètre dans le Yin ou les liquides organiques. Par exemple, une carence en Yin ou liquides organiques au niveau du poumon se traduit par une bouche sèche, la soif quand elle touche l'estomac, la ménopause quand il s'agit du foie. Le diabète sucré de types 1 et 2 est souvent lié en partie, à une déficience de Yin et de liquides organiques. La référence constante à la nature en phytothérapie explique les différences apparentes entre **Yang Yin Sheng Jin** (nourrir le Yin et les liquides organiques). et **Bu Yang Yi Huo** (renforcer le Yang et tonifier le feu). Ainsi la ménopause correspond à un manque de Yin (nervosité), et l'andropause à une carence en Yang (sidération).

3) Yang Yin Sheng Jin (nourrir le Yin et les Liquides organiques)

Indication thérapeutique : ménopause.

Exemple de remède : Tian Men Dong (Tuber Asparagi Cochinchinensis).

4) Bu Yang Yi Huo (renforcer le Yang et tonifier le Feu)

Indication thérapeutique : andropause.

Exemple de remède : Rou Cong Rong (Herba Cistanches Deserticolae).

5) Huan Ji Zhi Tong (détendre la musculature douloureuse et les tendons bloqués ou contractés à la suite de faux mouvements ou d'efforts prolongés)

Exemple de remède : Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis).

6) He Wei Jie Du (harmoniser certains saveurs en vue d'effets pharmacologiques et thérapeutiques anti-toxiques)

Exemple de remède : Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis) (attention au surdosage qui peut entraîner une hypertension artérielle par action au niveau du rein). Associé à d'autres plantes, Gan Cao contribue à en éliminer les toxiques, et à harmoniser l'action thérapeutique et le goût de l'ensemble de la préparation. Sans préparation, gan cao contribue à éliminer l'excès d'eau et peut soigner des infections urinaires. Associé à du miel, elle tonifie l'énergie de la Rate.

Suan (Saveur acide)

Possède 2 catégories de fonctions :

- Neng Gu Neng Shou Neng Se (Consolider ou resserrer et rassembler vers l'intérieur, propriété astringente)
- Neng Xin Neng Xie (Rejeter et purifier)

1) Neng Shou Neng Se (Consolider ou resserrer et rassembler)

Ces 2 propriétés sont liés aux mouvements du foie qui renferme, garde et distribue. Le Foie stocke le Sang et régularise le mouvement du sang. Il combine 2 actions "thérapeutiques" en consolidant vers l'intérieur et en distribuant.

1-1) Gu Biao Zhi Han (consolider la surface corporelle, arrêter la transpiration anormale)

Exemple de remède : Wu Wei Zi (Fructus Schisandrae Chinensis).

1-2) Lian Fei Zhi Ke (resserrer l'énergie du poumon pour calmer la toux chronique dans la couche du Qi)

Exemple de remède : Wu Mei (Fructus Pruni Mume).

1-3) Se Chang Zhi Xie (rassembler l'énergie du gros intestin pour stopper les diarrhées chroniques liées à une déficience du rein ou de la rate)

Exemple de remède : Wu Bei Zi (Galla Rhois Chinensis).

Il ne faut jamais arrêter les diarrhées en cas d'excès d'humidité.

1-4) Gu Shen Suo Quan (consolider l'énergie du rein pour stopper les urines en excès)

Indications : maladies de la prostate,...

Exemple de remède : Fu Pen Zi (Fructus Rubi Chingii).

1-5) Gu Beng Zhi Dai (certaines plantes à saveur acide sont utilisées pour le traitement des métrorragies et des leucorrhées)

Ces symptômes sont dus à une déficience de l'énergie de la rate qui maintient les mouvements des liquides organiques dont l'écoulement. Les métrorragies sont liées au foie, les leucorrhées au rein.

Exemple de remède : Chun Gen Pi (Cortex Ailanthi).

1-6) Shou Lian Xin Shen : re-concentrer le Shen du Cœur (l'Esprit du Cœur) pour traiter l'insomnie

Exemple de remède : Suan Zao Ren (Semen Zizyphi Spinosae), remède important dans le traitement de l'insomnie.

2) Neng Xin Neng Xie (Rejeter et purifier)

2-1) Kai Tong Yu Zhi (Libérer le blocage de la circulation de Qi)

Exemple de remède : Xiang Yuan (Fructus Citri Medici).

2-2) Huo Xue Hua Yu (vivifier le sang afin de libérer un blocage de la circulation du sang)

Exemple de remède : Shan Zha (Fructus Crataegi) améliore la circulation du sang pour diminuer le travail du cœur.

Ku (Saveur amère)

3 types de propriétés :

- Neng Xie (Purger et faire descendre l'énergie)
- Neng Zao (Assécher les excès d'humidité)
- Jian Yin (Consolider le Yin)

1) Neng Xie (Purger et faire descendre l'énergie, "faire écouler")

1-1) Qin Xie Huo Re (amoindrir l'excès de Chaleur)

La saveur amère du feu est utilisée pour purifier l'excès de Feu. Une des fonctions de l'Intestin grêle est de séparer le pur de l'impur. La partie pure va vers la vessie, la partie impure vers le gros intestin. Ainsi l'excès de Feu du Cœur va vers l'Intestin grêle qui l'évacue vers la vessie entraînant une infection urinaire. Pour traiter une infection urinaire il faut purifier l'excès de feu du cœur.

Exemple de remède : Zhi Zi (Fructus Gardeniae Jasminoidis).

1-2) Jiang Xie Qi Ni : faire descendre et disperser le souffle inversé.

Le poumon dans son mouvement d'inspiration est en liaison profonde avec la force du Rein, l'action du Rein étant de ramener la respiration en profondeur jusqu'au talon (notion importante pour l'utilisation des points d'acupuncture du pied). Indications thérapeutiques : bronchite, oppression thoracique, toux, asthme,...

Exemple de remède : Xing Ren (Semen Pruni Armeniaca) dégage le poumon et fait descendre le souffle inversé.

1-3) Jiang Ni Zhi Ke : faire descendre le souffle inversé et arrêter les vomissements, par rétablissement d'un mouvement correct entre la rate et l'estomac.

En effet les 2 organes ont des mouvements opposés et complémentaires, celui de la rate étant la montée, et celui de l'estomac la descente. Une perturbation de ces 2 mouvements, inverse celui de l'estomac générant des vomissements.

Exemple de remède : Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) qui favorise le mouvement de descente.

1-4) Tong Xie Da Bian : faire écouler la constipation.

Exemple de remède : Da Huang (Radix et Rhizoma Rhei) ou racine de rhubarbe

2) Neng Zao (Assécher les excès d'humidité)

Neng Zao : assécher l'excès d'humidité dans le poumon, l'estomac,...

Exemples de remèdes en cas de glaires et d'humidité : Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) permet de tarir les vomissements. Hou Po (Cortex Magnoliae Officinalis) est indiqué dans l'asthme. Yin cheng (Herba artemisiae) dans les infections des voies biliaires et hépatiques, et l'ictère.

3) Jian Yin (Consolider le Yin)

exerce une action indirecte en éliminant l'excès de chaleur produite par le vide de Yin afin de consolider le Yin.
Indications thérapeutiques : ménopause, tuberculose, cancer du foie,...

Exemple de remède : Zhi Mu (Radix Anemarrhenae Asphodeloidis).

Xian (Saveur salée)

2 types de fonctions :

- Neng Xia (faire écouler vers le bas)
- Neng Ruan (faire dissoudre)

1) Neng Xia (faire écouler vers le bas)

1-1) Xie Xia Tong Bian : faire écouler les selles.

Exemple de remède : Mang Xiao (Mirabilitum) en cas de constipation liée à un blocage récent.

1-2) Purifier la chaleur en la faisant couler vers le bas, et libérer les toxines.

Exemple de remède : Xuan Shen (Radix Scrophulariae Ningpoensis), importante dans le SIDA au cours duquel l'excès de chaleur qui bloque la gorge génère des infections à répétition que l'on peut prévenir par l'évacuation de cette chaleur.

2) Neng Ruan : ramollir et dissoudre les indurations (goître, ganglions,...).

Exemple de remède : Hai Zao (Herba Sargassii), produit de la mer, fait écouler le blocage, clarifie l'excès de chaleur et peut faire fondre la masse.

Dan (Saveur fade)

Neng Shen Neng Li : Elimine l'humidité par la voie urinaire ou les selles, exerce une action de filtration.

Or le rein est le filtre à l'origine de l'homme, l'eau étant à la base de la vie.

Dans la conception taoïste, le nettoyage du corps et de l'esprit est très important.

Exemple de remède : Yi Yi Ren (Semen Coicis Lachryma-Jobi) exerce une action réductrice importante dans les tumeurs, kystes,...

Classification des 4 natures dans le cadre du Yin/Yang (Selon le Nei Jing)

Yin	Yang
Froid	Chaud
Frais	Tiède

Classification des 5 saveurs dans le cadre du Yin/Yang (Selon le Nei Jing)

Yin	Yang
Acide, amer	Piquant, sucré
Salé	Fade

Un remède peut avoir plusieurs saveurs, mais une seule nature

Exemple	Natures	Saveurs
Sheng Di Huang (Radix Rehmanniae Glutinosae)	Froide	Sucrée, amère
Ju Hua (Flos chrysanthemi morifolii)	Légèrement froide	Piquante, amère, sucrée

La nature et la saveur sont les deux aspects importants des propriétés des plantes. Ces deux aspects sont intimement liés et ne peuvent être dissociés. Chaque plante possède une nature et une saveur qui lui sont propres. Afin de pouvoir saisir globalement le caractère des produits, il est nécessaire de procéder à la synthèse de ces deux aspects. En général, les substances de même nature et de même saveur ont dans l'ensemble des actions principales similaires ; ainsi les plantes piquantes et tièdes permettent pour la plupart de disperser le froid en superficie, les plantes amères et froides ont en général pour actions de clarifier la chaleur et de disperser le feu. Quand les substances ne sont pas de même nature ni de même saveur, leurs actions diffèrent également.

Les plantes de même nature peuvent être différenciées par les cinq saveurs, celles de même saveur peuvent être différenciées par les quatre natures; ainsi des produits de nature tiède mais de différentes saveurs n'auront pas les mêmes actions. C'est le cas pour Ma Huang (Herba Ephedrae), de saveur piquante et de nature tiède, qui fait tous transpirer et disperse le vent froid. De même, des produits de saveur piquante mais de différentes natures auront des actions diverses. C'est le cas pour Bo He (Herba Menthae Haplocalycis), de saveur piquante et de nature fraîche, qui disperse le vent chaleur et pour Fu Zi (Radix Aconiti Carmichaeli Praeparata), de saveur piquante et de nature chaude, qui chasse le froid yin. Il existe également certaines plantes qui possèdent une seule nature mais deux saveurs, voire plus. Leur domaine d'action est alors beaucoup plus étendu. C'est le cas pour Dang Gui (Radix Angelicae Sinensis), de saveur piquante et douce, et de nature tiède. Le doux permet de tonifier, le piquant permet de faire circuler, c'est une substance qui peut tonifier le sang et activer sa circulation, fréquemment utilisée en cas d'insuffisance de sang et de stagnation du sang due au froid dans le sang. Pour ces raisons, quand il s'agit de reconnaître les caractéristiques d'une plante, il faut tenir compte de sa nature et de sa saveur. Une bonne appréhension des quatre natures et des cinq saveurs est la condition essentielle à l'étude et à l'utilisation des plantes, elle constitue la base de la mise en œuvre des plantes. Ce sont les propriétés de chaque plante qui lui permettent de traiter les affections.

Comment trouver l'action thérapeutique en fonction de la saveur

Nature	Saveur	Actions thérapeutiques	Remèdes
Froide	Piquante	Purifie la chaleur et débloque le nœud de l'excès de chaleur	Shi Gao (Gypsum Fibrosum)
	Amère	En purifiant la chaleur, assèche l'humidité	Huang Lian (Rhizoma Coptidis)
	Salée	En purifiant la chaleur, dissout les indurations	Hai Zao (Herba Sargassii),
	Acide	En purifiant la chaleur, disperse la stase sanguine	Mu Dan Pi (Cortex Moutan Radicis)
	Sucrée	En purifiant la chaleur, nourrit les liquides organiques (ex. : le diabète)	Mai Men Dong (Tuber Ophiopogonis Japonici)

Nature	Plusieurs saveurs	Actions thérapeutiques	Remèdes
Froide	Amère, sucrée, piquante	En purifiant la chaleur, augmente les liquides organiques et disperse le vent	Ju Hua (Flos chrysanthemi morifolii)
	Sucrée, Fade	En purifiant la chaleur, élimine l'excès d'eau, augmente et protège les liquides organiques	Yi Yi Ren (Semen Coicis Lachryma-Jobi)
	Amère, Sucrée	En purifiant la chaleur, élimine le nœud du à l'excès de chaleur qui produit la toxicité	Bai Hua She She Cao (Herba Hedyotidis Diffusae)
	Sucrée, Salée	En purifiant la chaleur, assèche les troubles des liquides organiques et protège le Yin	Zhen Zhu Mu (Concha Margaritiferae Usta)

Saveur	Natures	Actions thérapeutiques	Remèdes
Amère	Froide	En purifiant la chaleur (par sa nature), assèche l'humidité	Huang Lian (Rhizoma Coptidis)
	Fraîche	En purifiant la chaleur, libère le vent qui bloque la surface du corps	Bo He (Herba Menthae Haplocalycis)
	Chaude	En dispersant le froid, descend l'énergie inversée	Wu Zhu Yu (Fructus Evodiae Rutaecarpae)
	Tiède	En éliminant l'humidité, réchauffe les méridiens et les articulations, libère la surface du corps	Du Huo (Radix Angelicae Pubescentis)

3) Mouvement de montée (Sheng) et de descente (Jiang), d'extériorisation (Fu) et d'intériorisation (Chen)

Les mouvements de montée et de descente, d'extériorisation et d'intériorisation expriment les destinées de l'action d'un remède. C'est une autre manière d'expliquer les effets thérapeutiques d'un remède. Ces mouvements sont nos mécanismes physiologiques de base. En cas d'anomalie de ces mouvements, l'organisme est en état pathologique manifesté par :

- En haut: vomissement, dyspnée, toux...
- En bas: diarrhée, métrorragie, prolapsus...
- Vers l'extérieur: transpiration diurne ou nocturne...
- Vers l'intérieur: le syndrome de Superficie s'aggrave et se propage vers la profondeur.

Selon Nei Jing, Qi Bo, le conseiller de l'Empereur Jaune a dit : « le mouvement de montée et descente de l'énergie représente les effets de changement (Gen) du ciel (Tian) et de la terre (Di) entre eux »

Le phénomène du mouvement de l'énergie terrestre en montant se transforme en phénomène de l'énergie céleste, en descendant. Le mouvement de montée de l'énergie terrestre est l'arbitre de la transformation énergétique de l'énergie céleste.

C'est le cercle permanent du mouvement de l'énergie entre le ciel et la terre :

- La descente est l'arbitre du mouvement de montée.
- La montée est la transformation du mouvement de descente.

Cette définition taoïste est essentielle à la compréhension de la MTC. La terre est le Yin qui monte, le ciel est le Yang qui descend. Le moteur du mouvement de montée est la descente. Un trouble du mouvement de descente peut être lié à une perturbation du mouvement de montée. Les vomissements par exemple peuvent être dus à un trouble de la descente, un contre-sens du mouvement énergétique de l'estomac (qui descend normalement), la rate n'arrivant pas à réaliser la transformation énergétique. Ainsi, le mouvement anormal de montée perturbe la descente.

Quand l'eau du rein ne peut pas monter normalement, il y a trouble de la descente du feu du cœur à l'origine de perturbations de l'esprit et de troubles du sommeil (inquiétude, agitation,...). Ainsi, en présence de tout symptôme, il faut chercher la cause dans des perturbations des mouvements de montée ou descente.

Ces connaissances sont importantes en acupuncture :

- En présence d'une alternance de diarrhées/constipation, un point essentiel du traitement est 25 E (Tian Shu, pivot céleste sur la ligne de la terre), qui permet de régulariser le transit, en agissant sur les mouvements de montée et descente. Il lève le blocage et arrête l'écoulement.
- En cas d'hypertension artérielle, 2 points de puncture importants sont 3 F (Tai Chong) et 3 Rn (Tai Xi), à l'origine du foie et du rein. La tendance du mouvement de 3 F est d'aller vers la superficie (printemps), quand il est en excès, il empêche le bois de prendre racine. Or c'est l'eau du rein qui nourrit et humidifie le bois afin de maintenir sa racine, en humidifiant vers le bas.

Dans notre corps, il faut distinguer :

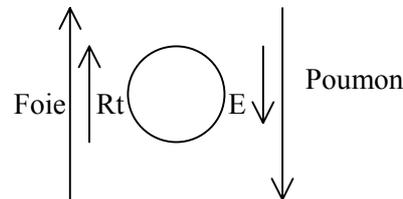
- Les mouvements de montée et descente de l'énergie et du sang en rapport avec les organes et les entrailles, qui sont très importants dans la pratique de la pharmacopée.
- Les mouvements de montée et descente de l'énergie et du sang en rapport avec ceux de la nature.

3-1) Mouvements de montée et descente de l'énergie et du sang en rapport avec les organes et les entrailles

Il existe physiologiquement 3 zones énergétiques de régularisation des mouvements de montée et descente dans notre corps.

3-1-1) Gan Sheng Yu Zuo, Fei Jiang Yu You, Pi Wei Wei Shu (l'énergie du foie monte à gauche, celle du poumon descend à droite. Entre les deux, le mouvement énergétique de la rate monte, celui de l'estomac descend, ces différents mouvements étant liés entre eux)

Ainsi, en présence de nombreux problèmes digestifs, il faut soigner le foie. Et certains troubles respiratoires sont liés à des troubles énergétiques au niveau du foie et de la rate. Les problèmes de vomissements ont souvent leur origine dans le foie.



3-1-2) Xin Huo Xia Wen Shen Shui, Shen Huo Shang Ji Xin Huo (le Feu du Cœur en descendant réchauffe l'Eau du Rein qui en montant humidifie le Feu du Cœur)

Ainsi, l'insomnie et les états d'agitation peuvent être liées à l'absence de croisement entre le feu et l'eau, donc de relation entre le cœur et le rein. En effet, ce croisement est à la base de la vitalité et du maintien de la température normale du corps.

3-1-3) Fei Tong Tiao Shui Dao (Le Poumon régularise la Voie de l'Eau)

Le poumon diffuse l'énergie et les liquides organiques dans tout l'organisme du haut vers le bas, par le système des méridiens, sous forme de vapeur. Cette diffusion représente la voie de l'eau. Il envoie les liquides organiques dans la vessie qui joue un rôle important dans la régularisation de la voie de l'eau. Selon la MTC, la vessie ne contient pas des urines mais des liquides organiques; quand ils quittent la vessie, on les appelle "urines". Le Yang et l'énergie du rein agissent sur les liquides organiques dans la vessie et les transforment en vapeur qui remonte du bas vers le haut, vers le poumon. Ce mouvement correspond à Qi Hua qui veut dire transformation de l'énergie. La vapeur pénètre ensuite dans les organes et entrailles par le point Shu de chaque organe. Le point Shu est appelé clef de diffusion de la vapeur.

3-2) Dans le couple organe/entrailles il existe toujours des micro-mouvements de montée et descente.

3-2-1) Le Foie et la Vésicule biliaire (VB)

- Le foie régularise le flux de l'énergie vers la montée, en relation avec le printemps donc les notions de liberté, détente, relaxation. De même il ramène le sang vers soi, vers la profondeur. La perte de l'équilibre énergétique au niveau du foie peut être à l'origine d'hypertension artérielle (HTA), de troubles des règles, certaines formes de métrorragies,...
- La VB stocke la bile et exerce son mouvement de conservation vers l'intérieur. La tendance du mouvement énergétique se fait vers le bas. S'il est perturbé et remonte, apparaissent un ictère, une sensation de goût amer dans la bouche,...

La fonction de descente de la VB est régularisée par celle de montée du foie, et vice versa.

3-2-2) Le cœur et l'intestin grêle

- Le cœur stocke l'esprit (**Shen**) par le sang, or le sang est en mouvement et contribue à équilibrer et stabiliser Shen. Le cœur gouvernant le mouvement du sang, exerce un mouvement de pénétration vers l'intérieur et de diffusion à tout le corps.
- L'intestin grêle (IG) exerce une fonction de tri entre le pur (qui est envoyé vers la vessie), et l'impur, dans le but de "garder" et de "faire écouler". Cette fonction est en relation avec celle feu du cœur. L'excès de feu du cœur, en descendant, peut perturber les mouvements de l'IG qui envoie cet excès vers la vessie générant des infections urinaires.

3-2-3) La Rate et l'Estomac

- L'énergie de la rate est enveloppante comme un gant, elle dirige le mouvement du sang à l'intérieur des vaisseaux, et contrôle la diffusion de l'eau. Si cette énergie est faible apparaissent des symptômes d'écoulement anormal tels que des diarrhées ou des leucorrhées, la rate ayant une fonction de "stockage vers l'intérieur" et de transformation donc de diffusion.
- La rate gouverne la montée de l'essence subtile vers le poumon, l'estomac fait descendre les impurs vers le bas.

La synergie des mouvements de montée et descente de la rate et de l'estomac équilibre la digestion, le transport et la transformation.

3-2-4) Le Poumon et le Gros intestin

Le poumon régularise la voie de l'eau et favorise la descente des liquides organiques vers la vessie. Il gouverne également la peau et les poils et exerce un mouvement de diffusion vers l'extérieur et le haut du corps. Le poumon en favorisant les mouvements vers le haut et l'extérieur, facilite la descente vers le gros intestin. Un blocage au niveau du poumon entraîne une stase au niveau du gros intestin. Ainsi dans de nombreuses prescriptions permettant de soigner l'asthme, sont ajoutés des remèdes qui dégagent le gros intestin.

3-2-5) Le Rein et la Vessie

Le rein stocke l'essence subtile et ramène la respiration vers la profondeur. Par son énergie Yang, il fait remonter les vapeurs des liquides organiques issus de la vessie.

Quelques exemples de dysfonctionnements des mouvements de montée et descente

- Un excès de feu du foie attaque le poumon entraînant une infection pulmonaire profonde et des épistaxis. On dit que le feu du bois brûle le métal. Il s'agit d'un problème très important dans la MTC.
- En présence de syndromes complexes et difficiles, l'expérience traditionnelle de la MTC dit qu'il faut dans un premier temps "rentrer par la rate" qui est la plaque tournante. Quand la rate est régularisée, elle va agir sur les mouvements de montée et descente du foie et du poumon, puis sur les mouvements de l'eau entre

cœur et poumon. On peut régulariser la rate en priorité en agissant par exemple sur le point 25 E, le pivot céleste, une des clés de l'ouverture énergétique.

- Le traitement des œdèmes doit toujours dans un premier temps agir sur le poumon.
- Les dysharmonies entre le feu du cœur et l'eau du rein sont à l'origine de nombreuses maladies chroniques.

Remèdes qui définissent les mouvements de montée et descente

- L'activité thérapeutique est en liaison avec les 4 natures et les 5 saveurs :
 - Une nature et une saveur de type Yang font "monter et flotter".
 - Une saveur et une nature de type Yin font "descendre et s'enfoncer".
- Elle dépend également de la partie de la plante qui est utilisée :
 - La partie lourde des plantes (racines, graines,...), des minéraux, dirige les mouvements de l'énergie vers le bas.
 - Les fleurs, feuilles, tiges, la peau des animaux (serpent,...),... favorisent le mouvement de l'énergie vers le haut et la superficie.
- La préparation du remède est importante :
 - Faire sauter des plantes avec du sel, favorise le mouvement de descente,
 - avec de l'alcool c'est la diffusion qui est recherchée,
 - avec le jus de gingembre on favorise la dispersion,
 - avec le vinaigre de riz, on exerce une action astringente.
- L'association de plusieurs remèdes stimule à la fois les mouvements de montée et descente. Si un remède à action descendante est ajouté, il suit obligatoirement le mouvement des autres substances présentes. Il existe des remèdes qui ont une fonction de guide vers le haut ou le bas. Ainsi un remède qui porte toute l'action thérapeutique vers le poumon est Ginseng. Une plante qui dirige l'action thérapeutique de l'ensemble de la prescription vers le bas est Niu Xi (*Radix achyranthis bidentatae*), le genou de bœuf.

Tableau des mouvements

Mouvements	Nature et Saveur	Matière	Fonctions	Indications
Montée, Extériorisation	Piquant, Doux, Tiède, Chaud	Fleurs, Feuilles	Faire monter le Yang, Favoriser les vomissements, Sudorification, Disperser le Vent et le Froid	Une pathologie située haute, superficielle et qui évolue vers le bas
Descente, Intériorisation	Acide, Amer, Salé, Froid et Frais	Fruits, Minéraux	Abaisser le Qi et le Yang, Favoriser la purgation, Eliminer la Chaleur, Empêcher la transpiration	Pathologie située basse, intérieure et qui évolue vers le haut

4) Le tropisme du Méridien (Gui Jing)

Le tropisme est basé sur la théorie des Organes (Zang), des Entrailles (Fu) et des méridiens, il en est de même pour les traitements concrets apportés aux syndromes. Les méridiens et leurs branches collatérales permettent la communication entre l'interne et l'externe, la superficie et la profondeur. En cas d'affection, une atteinte au niveau de la superficie du corps peut affecter les organes et les viscères, et une maladie des organes et des viscères peut avoir des répercussions au niveau de la superficie de l'organisme. Ainsi, au cours d'une affection, les symptômes se manifestant à tous les niveaux peuvent-ils être systématiquement reconnus au travers des méridiens et de leurs collatéraux. Par exemple, une affection du méridien du Poumon se manifestant par de la toux et de la dyspnée, est traitée par l'emploi de Xing Ren (*Semen Pruni Armeniaca*) et de Jie Geng (*Radix Platycodi Grandiflori*) dont le tropisme s'oriente vers le méridien du Poumon. Une affection du méridien du Foie se manifestant par des douleurs aux flancs et des convulsions est traitée par l'emploi de Chai Hu (*Radix Bupleuri*), de Qing Pi (*Pericarpium Citri Reticulatae Viride*) et de Quan Xie (*Buthus Martensi*) qui ont un tropisme vers le méridien du Foie. Il ressort de ceci que le tropisme des plantes met concrètement en évidence le lieu d'action des substances et permet de faire la synthèse des résultats thérapeutiques en clinique.

La bonne connaissance du tropisme des plantes aide la prescription. Exemple dans la Chaleur de Plénitude Interne, il existe différents types comme Chaleur du Poumon, Cœur, Foie, Estomac, etc...il faut choisir les remèdes qui correspondent à l'atteinte des Organes. Dans les céphalées, le choix de plantes est différent selon la localisation de la douleur : Qiang Huo (Rhizoma et Radix Notopterygii) dans la céphalée de Tai Yang, Ge Gen (Radix Puerariae) dans la Yang Ming, Chai Hu (Radix Bupleuri) dans la Shao Yang, Wu Zhu Yu (Fructus Evodiae Rutaecarpae) dans la Jue Yin et Xi Xin (Herba cum Radice Asari) dans la Shao Yin.

Les Organes (Zang) et Entrailles (Fu) sont en étroite relation avec les méridiens. Mais ce sont deux systèmes différents. Dans l'histoire, la théorie des méridiens est apparue avant celle des Organes et des Entrailles. C'est pourquoi dans les écrits les plantes sont classées différemment.

Connaître le tropisme des substances facilite le choix clinique de la plantes, mais cela ne signifie aucunement que ce choix ne doit être fait qu'en fonction de l'action des produits sur certains méridiens. Il est nécessaire de tenir compte encore de deux points :

- Le tropisme, les quatre natures et les cinq saveurs décrivent la nature de plante à partir d'aspects différents, ils se complètent et il ne faut donc négliger aucune de ces données. Parce que certaines affections propres à un organe, un viscère ou un méridien peuvent présenter des caractères différents, les plantes pénétrant dans un même méridien peuvent également posséder des caractéristiques différentes. Ainsi Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis), Bai He (Bulbus lili) et Ting Li Zi (Semen Descurainiae seu Lepidii) pénètrent tous dans le méridien du Poumon, traitent tous la toux, mais leurs actions diffèrent : rafraîchir, réchauffer, tonifier et purger ; Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis) rafraîchit la chaleur du Poumon, Gan Jiang (Rhizoma Zingiberis Officinalis) réchauffe le froid du Poumon, Bai He (Bulbus lili) tonifie l'insuffisance du Poumon et Ting Li Zi (Semen Descurainiae seu Lepidii) purge la plénitude du Poumon. Cela montre la nécessité de combiner ces multiples aspects et d'en faire la synthèse, afin de pouvoir utiliser l'ensemble de ces actions en pratique clinique.
- Puisque les affections des organes, des viscères et des méridiens peuvent s'influencer réciproquement, lors du traitement, il n'est pas possible d'agir sur un seul méridien. Par exemple, en présence d'insuffisance de la Rate et d'affection du Poumon, les plantes utilisés pour tonifier la Rate pourront également guérir la maladie du Poumon, c'est ce que l'on appelle « remblayer la terre pour produire le métal » (Pei Tu Sheng Jin). Quand la montée excessive du yang du Foie provient d'une insuffisance du yin du Rein, les plantes utilisés pour nourrir et tonifier le yin du Rein pourront aussi de calmer le Foie et limiter le yang, c'est ce que l'on appelle « augmenter l'eau pour contenir le bois » (Zi Shui Han Mu). En conclusion, il est nécessaire de connaître parfaitement les relations réciproques entre organes, viscères et méridiens afin d'optimiser l'utilisation clinique des plantes. Dans le Ben Cao Bei Yao (Etudes complètes et essentielles de la Materia medica) il est dit: « Les cinq organes correspondent aux cinq mouvements, le Métal, le Bois, l'Eau, le Feu et la Terre ; le fils et la mère s'engendrent mutuellement. » Dans les Nei Jing, il est dit : « En cas de Vide il faut tonifier la mère, en cas de Plénitude il faut disperser le fils. » Il est également dit: « Le fils peut provoquer la plénitude de la mère. » En se référant aux exemples décrits ci-dessus, il est possible d'établir les principes suivants : en cas d'affection du Poumon, il faut tonifier la Rate (la Terre engendre le Métal), en cas d'affection du Foie il faut tonifier le Rein (l'Eau engendre le Bois). Les plantes qui pénètrent dans la Rate ont également une action au niveau des méridiens du Poumon et du Cœur, les plantes qui pénètrent dans le Foie ont aussi une influence au niveau des méridiens du Cœur et du Rein. Et il en est de même pour les produits pénétrant dans les autres organes.

L'association de plantes (Pei Wu)

C'est l'utilisation de plusieurs plantes pour traiter les affections. La prescription peut être composée d'un seul ou de plusieurs remèdes. Quand l'affection est simple, il est possible de n'employer qu'un seul produit, aux propriétés bien précises, l'avantage résidant dans la simplicité d'utilisation. Lorsque l'état du patient est complexe, une formule simple ne suffit pas et il est alors nécessaire de prescrire plusieurs plantes en même temps; c'est ce que l'on appelle une association de plantes et cela soulève certaines questions et certains problèmes. Cette association consiste à employer plusieurs plantes choisies, en fonction de l'état du malade, de la méthode de traitement et des propriétés des substances.

Prescription d'un remède unique (Dan Xing)

Un grand nombre d'ordonnances traditionnelles ne comportent qu'un seul remède, ce sont les «Ordonnances simples» (Dan Fang), qui conviennent aux maladies simples.

Par exemple la *poudre pour clarifier l'Or (Qing Jin San)* n'est composée que de Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis) indiquée dans les expectorations sanglantes dues à la Chaleur du Poumon. Lorsque les maladies sont plus complexes, les ordonnances elles-mêmes se complexifient et comportent deux ou plusieurs remèdes.

L'association de plusieurs remèdes entraînent alors des modifications de leurs caractères énergétiques, et si certains peuvent être associés, d'autres ne le peuvent pas. C'est pour résoudre ces problèmes de combinaison de médicaments que les anciens médecins ont décrit «les sept sentiments» qui président aux relations entre les remèdes.

En dehors de la monoprescription, six modes de relations concernent les combinaisons de remèdes.

1) Synergie (Xiang Xu)

C'est l'utilisation combinée de plantes de nature et d'effets semblables afin d'en renforcer l'effet curatif.

- Shi Gao (Gypsum Fibrosum) associé à Zhi Mu (Radix Anemarrhenae Asphodeloidis) pour augmenter l'élimination de la Chaleur et du Feu.
- Da Huang (Radix et Rhizoma Rhei) associé à Mang Xiao (Mirabilitum) pour accroître les effets purgatifs et l'élimination de la chaleur.
- Quan Xie (Buthus Martensi) associé à Wu Gong (Scolopendra Subspinipes) renforce les effets dans le traitement de crampe et de spasticité des membres.

2) Potentialisation (Xiang Shi)

Elle s'exerce entre deux ou plusieurs remèdes qui possèdent des propriétés communes et des propriétés complémentaires qui renforcent l'action du remède principal ou dont l'action globale est supérieure à celle obtenue par chacun des constituants. Exemples:

- Fu Ling (Sclerotium Poriae Cocos) et Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis) tonifient la Rate et éliminent les liquides. Le remède principal Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis) associé à Fu Ling (Sclerotium Poriae Cocos) augmente son pouvoir de tonifier le Qi et éliminer les liquides.
- Huang Lian (Rhizoma Coptidis) associé à Mu Xiang (Radix Aucklandiae Lappae) traitent la diarrhée de Chaleur – Humidité : Huang Lian (Rhizoma Coptidis) qui est le remède principal, clarifie la Chaleur, élimine l'Humidité, arrête la diarrhée. Mu Xiang (Radix Aucklandiae Lappae) harmonise le Réchauffeur moyen, fait circuler le Qi et calme la douleur. Leur association potentialise l'effet thérapeutique dans la diarrhée Chaleur – Humidité.

3) Inhibition (Xiang Wei)

Les effets secondaires ou toxiques indésirables d'un remède sont inhibés par l'adjonction d'un autre médicament.

Le caractère toxique de Sheng Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) frais est supprimé lorsqu'on ajoute du Gingembre frais pour cette raison on dit que Sheng Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) craignent le Gingembre frais.

4) Neutralisation (Xiang Sha)

Les effets secondaires ou toxiques indésirables sont neutralisés par l'adjonction d'un autre remède.

Ainsi Gingembre frais peut atténuer ou supprimer le caractère toxique ou les effets secondaires de Sheng Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae) ; on dit que Gingembre frais neutralise la toxicité de Sheng Ban Xia. Il est manifeste que l'Inhibition (Xiang Wei) et la Neutralisation sont deux formulations différentes de la même relation associative. Dans le *Ben Cao Gang Mu*, il est dit : « Ceux qui craignent sont inhibés, ceux qui neutralisent inhibent la toxicité. »

5) Limitation (Xiang Wu)

L'emploi combiné de deux substances peut entraîner des interactions réciproques d'un produit sur l'autre, et certains effets originaux peuvent en être diminués, voire supprimés.

Il en est ainsi de Ren Shen (Radix Ginseng) limité par Lai Fu Zi (Semen Raphani), ce dernier diminuant l'effet de tonification de l'énergie du premier.

La notion de Limitation (Xiang Wu) concerne uniquement la diminution ou la suppression de certains effets thérapeutiques. L'action de Huang Qin (Radix Scutellariae Baicalensis) limite les effets du Gingembre cru en ce qui concerne le réchauffement du Poumon et de l'Estomac. Mais le Gingembre cru peut harmoniser le Réchauffeur moyen, augmente l'appétit, traite la nausée. Ces effets ne sont pas limités.

Donc en clinique la Limitation ne veut pas dire l'interdiction de l'association.

6) Antagonisme (Xiang Fan)

Il s'agit d'une association de remèdes qui entraîne une réaction toxique ou des effets secondaires néfastes. Exemple:

Ce sont les remèdes cités dans les «18 incompatibilités» (Shi Ba Fan) et les «19 craintes» (Shi Jiu Wei).

En conclusion, les associations de plantes peuvent être résumées en quatre groupes

- Les associations combinant des substances aux actions semblables augmentant ainsi l'effet thérapeutique : la Synergie (Xiang Xu) et la Potentialisation (Xiang Shi).
- Les associations combinant des substances aux actions antagonistes diminuant ou affaiblissant certains effets initiaux : la Limitation (Xiang Wu).
- Les associations combinant des substances dont la toxicité et les effets secondaires vont être atténués ou supprimés : la Neutralisation (Xiang Sha) et l'Inhibition (Xiang Wei).
- Les associations qui vont produire des effets toxiques ou secondaires : l'Antagonisme (Xiang Fan)

Les contre-indications de l'association

En clinique, les associations combinant des produits limitants ou incompatibles sont interdits. Les anciens ont écrit des chansons rimées composées des noms des substances appartenant à ces deux catégories (il s'agit des dix-huit incompatibilités et des dix-neuf contre-indications) afin que les élèves puissent plus facilement les retenir. Voici ces chansons, données ici pour servir de références.

Les dix huit incompatibilités mutuelles (Shi Ba Fan)

- Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis) est incompatible avec Gan Sui (Radix Euphorbiae Kansui), Da Ji (Radix Euphorbiae Seu Knoxiae), Hai Zao (Herba Sargassii) et Yuan Hua (Flos Daphnes Genkwa);
- Wu Tou (Radix aconity est incompatible avec Bei Mu (Bulbus fritillariae), Gua Lou (Fructus Trichosanthis), Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae), Bai Lian (Radix Ampelopsis Japonicae) et Bai Ji (Rhizoma Bletillae Striatae).
- Li Lu (Radix et Rhizoma Veratri) est incompatible avec Ren Shen (Radix Ginseng), Sha Shen (Radix Glehniae ou Radix Adenophorae), Dan Shen (Radix Salviae Miltiorrhizae), Xuan Shen (Radix Scrophulariae Ningpoensis), Ku Shen (Radix Sophorae Flavescentsis), Xi Xin (Herba cum Radice Asari) et Shao Yao (Radix Paeoniae).

Les dix neuf craintes réciproques (Shi Jiu Wei)

- Liu Huang (Sulphur) craint Pu Xiao (Mirabilitum depuratum)
- Shui Yin (mercure) craint Pi Shuang (Arsenic)
- Lang Du (Radix euphorbiae fischerianae) craint Mi Tuo Seng (Lythargyrum)

- Ba Dou (Semen Crotonis) craint Qian Niu (Semen Pharbitidis)
- Ding Xiang (Flos Caryophylli) craint Yu Jin (Tuber Curcumae)
- Chuan Wu (Radix Aconiti Carmichaeli) et Cao Wu Tou (Radix Aconiti Japonici) craignent Xi Jiao (Cornu Rhinoceri)
- Ya Xiao (Nitrum) craint San Leng (Rhizoma Sparganii Stoloniferi)
- Guan Gui (Cortex cinnamomi) craint Shi Zhi (Halleysitum rubrum)
- Ren Shen (Radix Ginseng) craint Wu Ling Zhi (Excrementum Trogopteri seu Pteromi)

A l'époque classique, comme de nos jours, les opinions ont divergé par rapport à ces listes et, en pratique, des désaccords par rapport à certains problèmes doivent encore être approfondis. Cependant, actuellement, en clinique, ces principes sont toujours respectés.

Contre-indications en période de grossesse

A part les précautions d'emploi relatives aux associations de plantes, il faut aussi prendre garde à certaines substances pouvant nuire au fœtus ou provoquer une fausse couche, donc à utiliser avec précaution en cas de grossesse. Selon leur degré de nuisances sur la grossesse ou le fœtus, ces plantes sont classés en deux catégories : ceux qui sont interdits et ceux qui sont à utiliser avec précaution.

- Les plantes interdites sont de nature fortement toxique ou ont des effets très puissants, tels Ba Dou (Semen Crotonis), San Leng (Rhizoma Sparganii Stoloniferi) ou She Xiang (Secretio Moschus).
- Les plantes à utiliser avec précaution sont ceux destinés à activer les règles et à lever la stagnation de sang, à faire circuler l'énergie et à résoudre le blocage ainsi que ceux de saveur piquante et de nature tiède ou ceux qui facilitent le glissement tels Tao Ren (Semen Pruni Persicae) ou Rou Gui (Cortex Cinnamomi Cassiae).

Cependant, en cas d'affection grave chez la femme enceinte, s'il n'est pas possible de la traiter sans employer ces produits, il convient alors de les employer avec prudence. Il est tout de même préférable, dans la mesure du possible, d'éviter leur emploi, afin de prévenir l'apparition d'accidents.

Les remèdes interdits

Ce sont des médicaments de caractère toxique, provoquant des réactions violentes :

Shui Yin (Mercure), Pi Shuang (Arsenic), Xiong Huang (Realgar), Qing Fen (Calomel), Ban Xia (Rhizoma Pinelliae Ternatae), Ma Qian Zi (Semen Strychni), Chan Su (Secretio Bufonis), Chuan Wu (Radix Aconiti Carmichaeli), Cao Wu Tou (Radix Aconiti Japonici), Li Lu (Radix et Rhizoma Veratri), Dan Fan (Vitriol), Gua Di (Pedicellus Cucumeris Melonis), Ba Dou (Semen Crotonis), Gan Sui (Radix Euphorbiae Kansui), Da Ji (Radix Euphorbiae Seu Knoxiae), Huai Hua (Flos Sophorae Japonicae), Qian Niu Zi (Semen Pharbitidis), Shang Lu (Radix Phytolaccae), She Xiang (Secretio Moschus), Gan Qi (Lacca Sinica Exsiccata), Shui Zhi (Hirudo seu Whitmaniae), Mang Chong (Tabanus), San Leng (Rhizoma Sparganii Stoloniferi), E Zhu (Rhizoma Curumae Ezhu).

Les remèdes à utiliser avec prudence

Ce sont généralement des remèdes qui possèdent les actions suivantes:

- éliminent les stagnations,
- lèvent les obstructions,
- tonifient la quintessence, le Jing,
- activent le Qi.
- Ce sont aussi souvent des remèdes à saveur piquante et nature chaude.

Niu Xi (Radix achyranthis bidentatae), Chuan Xiong (Rhizoma Ligustici Wallichii), Hong Hua (Flos Carthami Tinctorii), Tao Ren (Semen Pruni Persicae), Jiang Huang (Rhizoma Curcumae Longae), Mu Dan Pi (Cortex Moutan Radicis), Zhi Shi (Fructus Immaturus Citri Aurantii), Da Huang (Radix et Rhizoma Rhei), Fan Xie Ye (Folium Sennae), Lu Hui (Herba Aloes), Mang Xiao (Mirabilitum), Fu Zi (Radix Aconiti Carmichaeli Praeparata) et Rou Gui (Cortex Cinnamomi Cassiae).

Ces remèdes, en période de grossesse, ne doivent pas être utilisés qu'en cas de nécessité absolue.

Aliments interdits en cours de traitement

Les documents anciens prouvent que l'hygiène alimentaire est un facteur déterminant durant la période de traitement.

En général, les aliments crus et froids, gras et lourds, indigestes, irritants, d'odeur forte, désagréable ou fétide.

Certains aliments doivent être limités ou évités a/ en fonction de certains produits médicinaux particuliers

Produits Médicinaux	Aliments à éviter
Gan Cao	carpe argentée
Mi	poireau, ciboule
Di Huang He Shou Wu	poireau, oignon, ciboule ail, radis
Jing Jie	poisson, crabe
Ren Shen	Radis
Fu Ling	Vinaigre
Gan Cao Huang Lian Jie Geng Wu Mei	viande de porc
Bo He	viande de tortue d'eau douce
(Tie) Xian Cai	tortue et carapace de tortue
Tu Fu Ling Shi Jun Zi	Thé
Chang Shan	poireau, oignon, ciboule

- en fonction de la pathologie

Pathologies	Aliments
syndromes de Froid (Han)	crus, froids
syndromes de Chaleur (Re)	Piquants, épicés, gras et lourds
vertige, insomnie tempérament impatient	poivre, piment, vin et alcool, ail
mauvaise digestion faiblesse de la rate et de l'estomac	frits, gluants, gélatineux, gras
infections cutanées suppuratives abcès, furoncle, ulcère, prurit cutané	fruits de mer, poisson, écrevisse, crabe aliments d'odeur forte, désagréable, irritants

Toxicité rénale des plantes médicinales chinoises

Les plantes de la famille des Aristolochiaceae produisent de l'acide aristolochique, une toxine qui peut provoquer une insuffisance rénale terminale.

- Les plantes concernées sont :

- **Guan Mu Tong (Caulis Aristolochia manshuriensis)** : Il y a plusieurs types de Mu Tong : le plus utilisé actuellement provient des tiges de Mu Tong Ma Dou Ling (*Aristolochia manshuriensis*), plante rampante de la famille des Aristolochiaceae, et est connu sous l'appellation pharmacologique de Guan Mu Tong; un autre type provient des tiges de Xiao Mu Tong (*Clematis Armandii*) ou de Xiu Qiu Teng

(*Clematis montana*), arbrisseaux grimpants de la famille des Ranunculaceae, et est connu sous l'appellation pharmacologique de Chuan Mu Tong (*Caulis Akebiae Trifoliatae*) qui n'a pas de toxicité rénale.

- **Guang Fang Ji (Radix Aristolochiae Fangchi)** : Il y a deux types de Fang Ji. Guang Fang Ji ou Mu Fang Ji (*Radix Aristolochiae Fangchi* ou *Cocculus trilobus*) provient de la famille des Aristolochiaceae et Han Fang Ji (*Radix Stephania tetrandra*) qui n'a pas de toxicité rénale.
 - Qing Mu Xiang (*Radix Aristolochiae Recurvilabra*)
 - Ma Dou Ling (*Fructus Aristolochiae*)
 - Tian Xian Teng (*Caulis Aristolochiae*)
 - Xun Gu Feng (*Herba Aristolochiae Mollissimae*)
 - Zhu Sha Lian
- Les formules de prescription concernées sont :
 - Long Dan Xie Gan Wan (Pilule de Gentiane pour drainer le Foie)
 - Fen Qing Zhi Lin Wan (Pilule pour clarifier les troubles et arrêter les leucorrhée)
 - Guan Xin Su He Wan (Pilule de Styrax pour les coronaires)
 - Er Long Wan (Pilule contre la surdité)
 - Fu Fang Zhen Zhu An Chuang Pian (Formules composées de Perle pour traiter l'hémorroïde)
 - Ba Zheng San (Poudre des Huit Ingrédients régularisateurs)
 - Dang Gui Si Ni Tang (Décoction des Quatre Inversions avec Angélique)
 - Dao Chi San (Poudre pour drainer le Rouge)
 - Gan Lu Xiao Du Dan (Pilule spéciale de la Rosée Douce pour éliminer la toxicité)
 - Pai Shi Tang (Décoction pour éliminer les calculs)
 - Xiao Ji Yin Zi (Boisson de Cephalanoplos)
 - Autres plantes :
 - Lei Gong Teng : sa toxicité rénale est souvent rencontrée
 - Yi Mu Cao (*Herba Leonuri Heterophylli*)
 - Pang Da Hai (*Semen Sterculiae Scaphigeriae*)
 - Shan Ci Gu (*Rhizoma Iphigeniae Indicae*)
 - Ma Sang Guo
 - Cang Er Zi (*Fructus Xanthii Sibirici*)
 - Mi Qiao
 - Tian Ma (*Rhizoma Gastrodiae Elatae*)
 - La Mei Gen
 - Shi Jun Zi (*Fructus Quisqualis Indica*)

Posologie des remèdes (Ji Liang)

Sauf indications contraires, les ouvrages de matière médicale indiquent les quantités de produit séché en vue d'une décoction à prescrire quotidiennement pour un adulte. Certains produits sont de nature très drastique, violente, ou extrêmement toxique : la posologie doit être strictement contrôlée afin d'éviter l'empoisonnement.

L'unité de mesure de poids en Chine est la livre chinoise ou Jin :

- Un Jin = 16 Liang = 160 Qian
- Un Liang = 30 g

- Un Qian = 3 g
- Un Fen = 0,3 g
- Un Li = 0,03 g

Caractère du remède

- les produits médicinaux ordinaires
 - posologie moyenne: 3 à 15 gr
 - produits à action forte : utiliser une petite quantité
 - produits à action modérée: utiliser une plus grande quantité
- les produits de nature lourde (Zhong) et les produits de nature légère (Qing)
 - produits de nature lourde, comme les minéraux et le coquilles : utiliser une plus grande quantité
 - produits de nature légère, comme les fleurs, les feuilles et les produits aromatiques volatiles utiliser une plus petite quantité
- les produits médicinaux drastiques ou toxiques
 - prescrire à petite dose, ou augmenter progressivement la dose : partir d'une faible dose et atteindre une dose plus élevée. Dès que l'état morbide s'améliore, réduire les doses ou arrêter le traitement, afin de prévenir l'empoisonnement ou l'accumulation de toxiques.

Associations, compatibilités et formes d'utilisation (Pei Wu Yu Fi Xing)

- en général la dose de produit doit être plus élevée si le produit est utilisé seul que s'il est en association dans une prescription
- en décoction, la dose doit être plus grande qu'en pilule ou en boule ou en poudre
- la dose du produit principal est plus grande que la dose des produits assistants

Pathologie, constitution et âge

- dose élevée :
 - maladies graves
 - maladies aiguës
 - patient de constitution forte
- dose légère :
 - maladies légères
 - maladies chroniques
 - patient de constitution faible
 - personne âgée
 - femme après accouchement
 - enfant
- portion de dose :
 - enfant de moins de 6 ans : 1/2 dose
 - enfant de moins de 5 ans : 1/4 de dose
 - nourrisson: dose encore plus réduite

Dans une prescription de phytothérapie, la posologie n'obéit jamais à un standard, elle repose toujours sur une adaptation aux circonstances présentes.