

COVID-19 : Réflexions énergétiques en Médecine Chinoise

Certains comportements humains peuvent nous amener à réfléchir d'une autre manière sur la façon d'aborder nos problèmes et d'orienter la manière de les régler.

Pour se protéger du virus, que proposons-nous de manière évidente ? Des gestes barrières.

Quelle est la population la plus fragile ? Celle des personnes âgées.

Quelle est la population la moins atteinte ? Celle des jeunes.

Deux maîtres mots se dévoilent évidemment : barrière et jeunesse anti-âge.

Les comportements militaires d'autrefois faisaient construire des châteaux forts avec une épaisse muraille protectrice pour empêcher les attaquants de pénétrer et seulement en deuxième intention, lors de perméabilité des parois, les soldats chargés de la défense intervenaient. Le premier aspect est le renforcement des murailles et des parois, le second est la défense immunitaire.

Dans les formes cliniques de la COVID-19 on retrouve des symptômes de la sphère respiratoire haute, des formes pulmonaires, des troubles du goût et de l'odorat, des céphalées, des formes digestives et cutanées. Les formes les plus superficielles sont les moins graves, les formes profondes les plus intenses. Certains ont pensé que les formes cutanées, superficielles, étaient dues à une défense immunitaire majorée. Il n'en est rien et dans ce cas la forme cutanée est une barrière de défense plus efficace et non pas une immunité plus efficace surajoutée d'une atteinte plus superficielle que la forme pulmonaire profonde et plus grave. Soit la maladie n'arrive pas atteindre la profondeur, soit si déjà elle est dans une forme profonde les nouveaux symptômes digestifs ou cutanés sont des formes plus superficielles d'évolution vers l'amélioration.

Dans l'énergétique chinoise le méridien de Gros-Intestin est lié au Poumon. La peau respire et elle est attachée à la même énergétique. Avec l'âge, la peau se dessèche et s'améliore avec de l'hydratation. Avec l'âge, il y a une tendance plus marquée à la constipation et boire est une règle fondamentale d'autant plus qu'elle a tendance à s'émousser avec le temps. Le poumon exhale de la vapeur d'eau et exige une bonne hydratation. Les traitements de la sphère respiratoire haute et les troubles ORL reposent sur la thérapie du méridien de Gros Intestin. Cette énergétique pulmonaire est chargée des défenses contre les agressions extérieures. Le renforcement des parois augmente l'effet barrière et son potentiel de défense.

Aux gestes barrières extérieurs on peut proposer des renforcements barrières intérieurs mais la première règle fondamentale est d'amener une hydratation suffisante.

Le tropisme de la vitamine A est lié à cette sphère cutané-respiratoire avec des doses journalières conformes car un excès provoque des céphalées et des troubles neurologiques, peut être à rapprocher de certains symptômes de la COVID-19.

Au niveau anti-âge et anti-oxydant les vitamines C et E sont à utiliser et on peut y ajouter à du Zinc.

La saveur piquante peut avoir une certaine utilité car elle est associée à cette sphère énergétique respiratoire.

Le traitement fondamental du renforcement de la paroi et anti-âge est avant tout le collagène que l'on peut prendre sous forme de gélule ou de comprimé ou en apport alimentaire car on le trouve en particulier dans le blanc d'œuf, dans la gélatine, dans l'ail, mais aussi dans des légumes (avocat...) et des fruits... On y associe avec modération et avantage de la Spiruline.

Cette première approche diététique participe aussi au renforcement immunitaire qui ne saurait être éludé tant il est important d'éviter un dépassement de la maladie qui, chez les personnes surtout âgées, peut être d'une gravité évidente.

Pensez aux gestes barrières et portez vous bien !

Docteur Jacques FACUNDO