

L'Infécondité et le Shiatsu

La conception d'un enfant apparaît généralement comme la conséquence logique de la relation de couple, la consolidation du lien amoureux . Cependant, un couple sur huit connaît des problèmes de fécondité, parfois graves et longs à régler. L'épreuve est d'autant plus lourde à supporter qu'elle est jalonnée de déception, souffrance, colère, culpabilité...

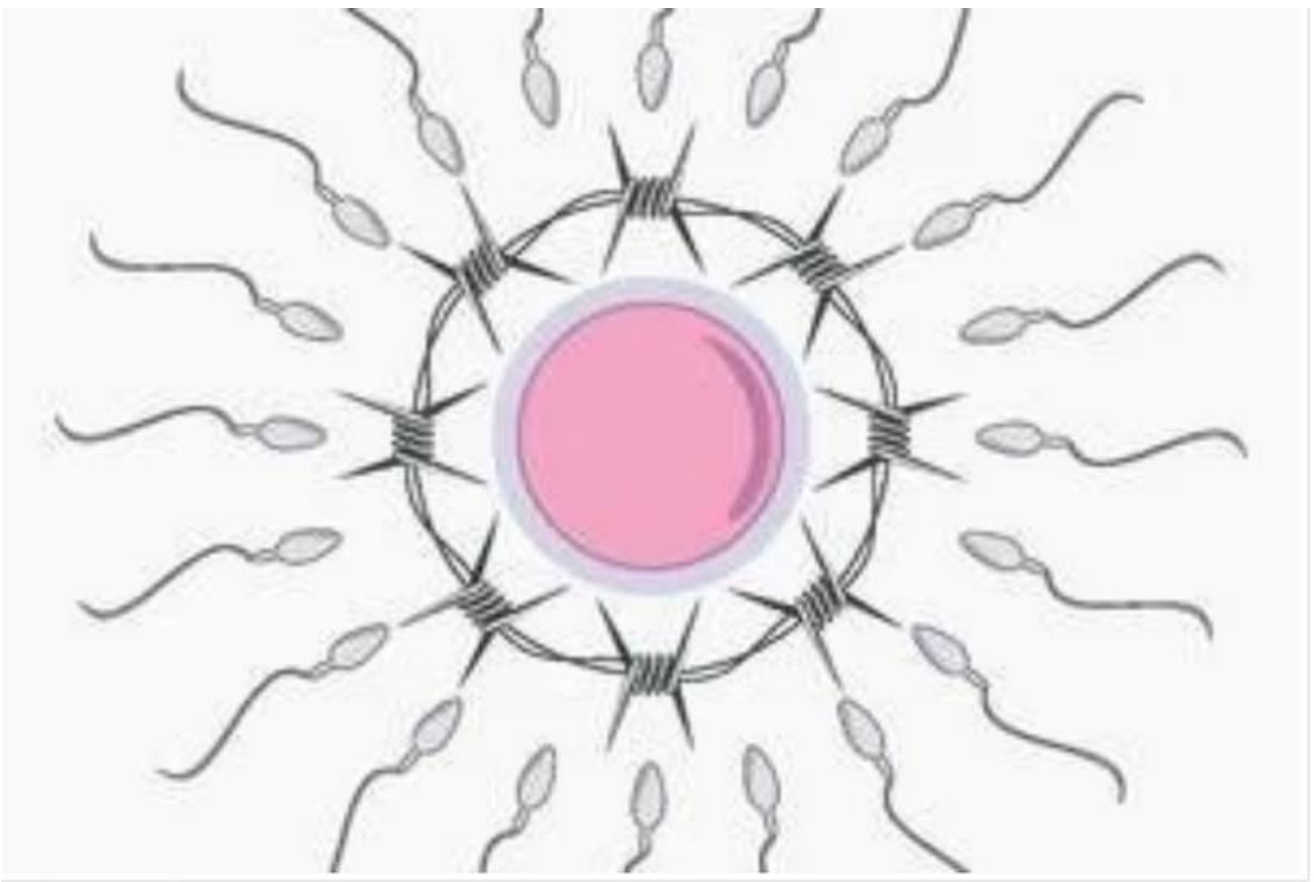


En France, ces couples consultent en raison de difficulté à concevoir un enfant. Dans $\frac{3}{4}$ des cas, l'infécondité est d'origine soit masculine, soit féminine, ou elle associe les deux sexes. 10% à 25% des cas ne sont pas attribuables à un défaut spécifique d'un des deux partenaires.

Depuis une trentaine d'années, l'âge moyen à la première maternité s'élève régulièrement en France, comme dans la plupart des pays Européens : 28,5 ans contre 24 ans dans les années 70. De plus la volonté d'avoir un enfant après 35 ans et au-delà de 40 ans a fortement augmenté: les femmes veulent terminer leurs études, s'assurer d'un minimum de stabilité professionnelle et de disposer de ressources suffisantes avant de procréer.

La probabilité de grossesse au cours d'un cycle est de – 50 % chez les femmes de 19 à 26 ans – 40 % entre 27 ans et 34 ans – 30 % entre 35 et 39 ans. Un phénomène similaire semble se produire à un moindre degré chez l'homme, avec une baisse de la fertilité au-delà de 35 ans.

L'infertilité signifie l'impossibilité de tomber enceinte au bout d'au moins un an d'essai ou 6 mois si la femme a plus de 35 ans. Pour détecter ces troubles, il faut commencer par observer chez la femme son cycle menstruel. Si le cycle menstruel est long de 35 jours ou plus, trop court de moins de 21 jours, irrégulier ou absent, ceci peut signifier une absence d'ovulation. Si le cycle menstruel est absent, abondant, douloureux, donne de mauvaises humeurs ou des éruptions cutanées, cela est dû à la fluctuation hormonale. Ces faits peuvent être des signes d'infertilité. L'homme est en cause dans environ un tiers des cas d'infertilité traités. Ceci peut être dû à une dilatation des veines irriguant les testicules (ce qui ressemble un peu à une varice) , à une éjaculation rétrograde (un sperme refoulé dans la vessie au lieu de sortir par le pénis) ou une mauvaise qualité des spermatozoïdes...



La plupart des cas d'infertilité féminine sont causées par des problèmes qui affectent la capacité à ovuler. Sans ovulation, il n'y a pas d'œufs à fertiliser. Certains signes indiquent qu'une femme n'ovule pas comme des règles irrégulières ou absentes. Les traitements existants contre la stérilité sont parfois contraignants.

Christina Courmont est spécialiste en shiatsu et exerce à Pontoise depuis 2010. Elle reçoit régulièrement des femmes et des couples en désir d'enfants. Nous l'avons interrogée sur son approche en shiatsu vs les problématiques d'infertilité.



SPS : Si une cliente ou un couple consultent pour un problème d'infertilité comment procèdes-tu ?

Christina : Je reçois lors de la première consultation, uniquement la cliente. On aborde la raison de sa consultation et ses priorités. Souvent il n'y a pas uniquement une seule priorité d'infertilité, elle présente des syndromes multiples. La cliente a besoin parfois de régler d'autres choses avant pour trouver un mieux-être qui va contribuer à ce qu'elle soit prête à concevoir. Il faut travailler étape par étape pour – enlever les causes qui peuvent créer des blocages énergétiques et qui vont nuire au bien-être de la personne – à la préparer pour donner toute la chance pour concevoir un enfant. À la première consultation, je me permets de poser plusieurs questions: – *Est-ce que vos règles sont régulières ?* – *Existe-il des carences nutritionnelles, des problèmes émotionnels ou des causes environnementales ?* cela me permet de valider si l'origine du problème pourrait être dû à des facteurs liés avec son mode de vie.

SPS : Comment vas-tu savoir si la raison de son infertilité est due à un syndrome ou à une maladie?

Christina : au cours du bilan énergétique, je pose la question à la cliente et à son partenaire pour vérifier s'ils ont fait des examens concernant la fertilité; ou si la cliente souffre d'autre chose dans son histoire médicale tout en tenant compte de son âge et de celui de son partenaire. A la suite du bilan énergétique, si la cliente confirme avoir un ou plusieurs troubles importants, je conseille bien sûr de voir son médecin pour faire des examens adaptés (par exemple une hystérogaphie). Si ce n'est pas déjà fait pour son partenaire, je lui conseille de consulter son médecin pour faire par exemple un spermogramme ou d'autres examens adaptés.



SPS : Quelles sont les troubles qui sont la cause de l'infertilité ?

Christina : Chez la femme, les problèmes d'infertilité peuvent être dus à des troubles endocriniens, au cancer de l'utérus et/ou du col de l'utérus, à un trouble du vagin, à de l'endométriose, à des fibromes, à des kystes, à une obstruction des trompes de Fallope, à une infection chronique de l'appareil génital, à du diabète, au système immunitaire, à des avortement spontanés à répétition. La liste est longue... mais aussi à des causes mécaniques. Il existe aussi l'impossibilité de tomber enceinte sans raison médicale ou mécanique, ce qui signifie que, après vérification approfondie, il n'y a pas de cause identifiable ou spécifique.



Christina : Pendant les séances de shiatsu, après avoir revu les raisons des troubles et avoir fait le tri, il faut trouver la direction et la méthode adaptée afin de se donner un maximum de chances. L'idée en premier c'est de rééquilibrer les énergies pour rétablir la régularité des cycles menstruels et si le partenaire est partant, de rééquilibrer les énergies aussi de son côté. *Si par exemple, la cliente a appris lors d'une hystérogaphie qu'elle a de l'endométriose et que son partenaire a une faible numération des spermatozoïdes (détectée lors d'un spermogramme) : on sait que les deux problèmes affectent la fertilité et la capacité de concevoir un enfant. Dans ce cas, étape par étape, on travaille sur l'endométriose et également sur les troubles du partenaire , en adaptant les séances de shiatsu en fonction des syndromes, en conseillant une alimentation adaptée, plus des séances de Qi Gong pour faire circuler l'énergie.* Avec le shiatsu, nous essayons de trouver l'origine du problème par une approche naturelle qui est souvent la meilleure approche à adopter pour trouver la solution de 1ère intention. L'origine du problème peut être dû à des facteurs liés au mode de vie: *existe-il des carences nutritionnelles, des problèmes émotionnels ou des causes environnementales ?* C'est important ce moment d'échange avec la cliente. C'est un grand moment d'écoute pour faire connaissance et comprendre ses attentes. A la suite j'enchaîne sur les questions et le bilan énergétique.

SPS : Comment accompagnes tu- la personne en shiatsu ? Quelle est ton approche en Shiatsu ?

Christina Je pratique toujours un shiatsu global en rajoutant des points spécifiques en tonification ou en dispersion en fonction des pathologies. En shiatsu pour trouver l'approche optimale, je me fie au bilan énergétique pendant lequel j'ajoute quelques questions qui peuvent paraître intrusives mais qui m'aident à comprendre le contexte du couple avec la procréation.

Lieu d'habitation, a-t-il des gênes ? Des bruits, odeurs nocives, pollution ? Antennes ? Activité professionnelle ? Stress ? Sécurité ? Aime-t-elle son activité ? Travaille-t'elle beaucoup ? Le soir ? Le week-end ? Quel est son rapport avec autrui ? En couple depuis combien de temps ? Activité du partenaire ? Leurs projets ? Est-ce qu'elle assume d'avoir une vie stable et être en sécurité ? Est-ce qu'ils aiment ce qu'ils font ? Est- t'elle heureuse dans sa vie ? Est-ce que leur mode de vie permet d'avoir facilement du temps 'un pour l'autre ? Est qu'il y a un soutien familial de leurs proches, une harmonie intérieure dans le noyau familial ?

Pour que la femme puisse procréer il est essentiel que le corps et l'esprit de la future maman soient en harmonie.