

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 34 (2004)  
**Heft:** 6

**Artikel:** La voie de la médecine chinoise  
**Autor:** Pidoux, Bernadette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-827169>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# La voie de la médecine chinoise

■ Des centres de médecine chinoise ouvrent leurs portes un peu partout en Suisse romande. Première approche de techniques orientales millénaires qui s'adressent aussi aux Occidentaux.

La médecine chinoise a des origines extrêmement anciennes. Le plus ancien manuel conservé remonte à 400 avant notre ère. «Mais il ne faut pas imaginer que c'est une médecine statique», explique Pierre Sterckx, docteur en médecine chinoise. Ce Belge d'origine a fait ses études à la Faculté de médecine chinoise du Hubei et vient de créer le centre Guang Ming, à Morges. Au début du 20<sup>e</sup> siècle, la pratique en Chine était assez anarchique, raconte-t-il. L'avènement du communisme faillit lui être fatale, puisque Mao préférait la médecine occidentale rationaliste. Pour des raisons économiques, le Grand Timonier se rend compte qu'il ne pourra pas fournir à son pays un équipement médical moderne et il finit par proclamer que la médecine traditionnelle est un trésor du peuple chinois. Les recettes anciennes sont mises à l'épreuve des connaissances modernes et c'est ainsi que la médecine chinoise s'est organisée en un corps de doctrines, qui n'exclut d'ailleurs pas le recours aux techniques modernes de la médecine occidentale.»

## Energie vitale

La médecine chinoise est basée sur des postulats très différents de la médecine occidentale. Ainsi, pour les Chinois, le bon état de notre santé dépend de la circulation de l'énergie vitale, le *qi*, dans notre organisme.

Pour les Occidentaux, la maladie est un agresseur qu'il faut éliminer d'une manière ciblée, tandis que les Chinois cherchent à restaurer les défenses naturelles du corps, afin que celui-ci combatte la maladie. C'est en agissant sur la bonne circulation de l'énergie vitale que se fait ce travail de restauration. De plus, la médecine chinoise est fondée sur l'idée de prévention. En veillant à un bon équilibre énergétique, on cherche à préserver

le corps de toute maladie. Ainsi, il y a longtemps, payait-on le médecin quand on était en bonne santé et pas lorsqu'on était malade...

L'être humain est conçu comme un tout, en mutation perpétuelle et en relation dynamique avec le monde extérieur. Il faut donc veiller à une bonne alimentation, à la pratique d'une activité physique et à une attitude mentale positive, ceci dans un but préventif.

## Le diagnostic

Lors d'une consultation, le médecin chinois pose son diagnostic en suivant les «quatre temps de l'examen». Il observe d'abord la physionomie générale de l'individu, son teint, sa langue, l'interroge pour écouter le son de sa voix, sa respiration, puis procède à la prise très précise du pouls et parfois à des palpations. Le praticien cherche par là à cerner l'état des organes et la condition du système humoral. Chaque personne possède une constitution particulière, c'est pourquoi deux personnes qui souffrent du même problème de digestion seront soignées de manières distinctes, parce que le déséquilibre peut provenir d'organes différents.

La médecine chinoise dispose de cinq pratiques principales que le thérapeute a toutes étudiées. Il s'agit de la phytothérapie, ou préparation d'herbes médicinales, de la diététique, de l'acupuncture, du massage Tuina et des exercices énergétiques comme le tai-chi et le qigong.

La phytothérapie, extrêmement développée et complexe, vise à utiliser l'énergie des plantes pour agir sur les fonctions énergétiques du corps humain. Les plantes sont prescrites sous forme de pilules ou de décoction. Dans la tradition chinoise, la diététique

est fondamentale, puisque les aliments et les plantes médicinales sont de la même source. Les aliments pris judicieusement agissent en vue du maintien ou du retour à la santé.

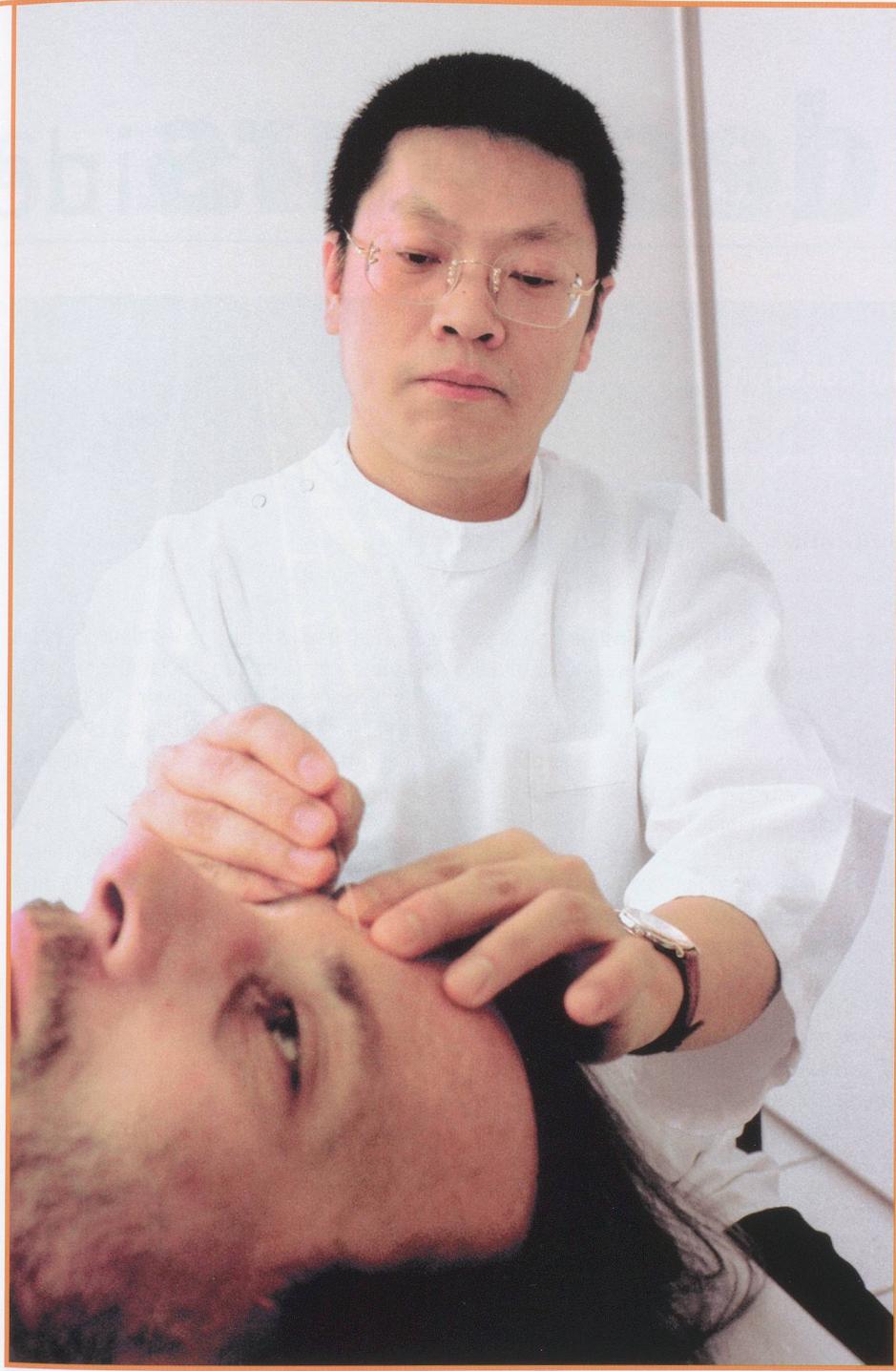
L'acupuncture est sans doute la discipline qui surprend le plus les Occidentaux. M. Daniel Tudisco, physiothérapeute et acupuncteur à Genève, explique que les réactions des Occidentaux à la pose d'aiguilles sont plus fortes que celle des Orientaux. «Il faut bien comprendre que les aiguilles posées sur les méridiens ne guérissent pas directement, mais qu'elles stimulent le système énergétique. Avec un bon diagnostic, un traitement d'acupuncture permet de remettre en route le potentiel de guérison de l'individu.»

Des massages Tuina, on peut brièvement dire qu'ils s'apparentent à un traitement d'ostéopathie occidental. Les exercices du tai-chi et du qigong stimulent la concentration à partir de la maîtrise du mouvement. Leur pratique régulière assure une bonne prévention et un entretien essentiel du corps et de l'esprit.

## Médecine de la longévité

Pierre Sterckx aime à dire que la médecine chinoise s'adresse tout particulièrement aux personnes âgées, parce qu'elle s'est toujours préoccupée de la question de la longévité. «Dans un traité de médecine très ancien, les premiers mots sont ceux d'un empereur qui interroge son médecin sur la brièveté de la vie à son époque. Pourquoi donc ne vit-on pas plus longtemps et que pourrait-on faire pour y parvenir en bonne forme?» Les plus grands savants travaillaient alors pour des empereurs disposant de nombreuses concubines qu'ils ne parvenaient plus toujours à honorer...

Les Chinois ont déterminé très tôt qu'il fallait éviter le stress, conserver un esprit optimiste et actif, faire de l'exercice régulièrement et prendre des aliments équilibrés.



Vivian Olm/Stratex

L'acupuncture ne guérit pas mais stimule le système énergétique.

miste et pratiquer des exercices pour retarder les mécanismes du vieillissement. Le médecin chinois a donc une fonction de conseiller de vie auprès des personnes âgées.

«Les personnes atteintes d'arthrose ne se voient proposer que des anti-inflammatoires par la médecine occidentale. La médecine chinoise est un complément intéressant, puisqu'elle permet de diminuer les dosages et qu'elle agit sur la douleur», précise Pierre Sterkx. Mais le champ de la médecine chinoise est vaste: on considère qu'elle est particulièrement adaptée aux troubles fonctionnels comme les troubles intestinaux, gastriques,

les maux de tête, les troubles de la ménopause. En collaboration étroite avec la médecine allopathique, la médecine chinoise est un accompagnement très efficace des traitements de chimiothérapie en cas de cancer. La collaboration entre médecine occidentale et chinoise avance à grands pas, notamment depuis que des médecins européens se forment aux méthodes chinoises. Dans plusieurs pays, des départements de médecine chinoise s'ouvrent au sein des hôpitaux universitaires, parce que les résultats sont probants et les traitements souvent moins onéreux que ceux qu'utilise la médecine occidentale. Le dépar-

tement de gynécologie et obstétrique de l'Hôpital de Genève dispose ainsi d'une consultation d'acupuncture.

## Choix du médecin

Devant la profusion de centres de médecine chinoise en Suisse, le patient potentiel est en droit de se poser des questions. D'abord, il est nécessaire de savoir que seuls les médecins FMH pratiquant la médecine chinoise sont intégralement remboursés par l'assurance de base (LAMal). Ils sont actuellement très peu nombreux. Les médecins d'origine chinoise qui viennent pratiquer dans des centres, souvent avec des contrats à durée limitée, ne sont pris en compte que par les assurances complémentaires. Les praticiens en médecine chinoise (ou les acupuncteurs spécialisés) d'origine européenne sont également remboursés par les complémentaires, pour peu que leur formation soit reconnue. Il vaut mieux dès lors s'adresser à son assurance maladie pour savoir si le thérapeute est validé ou non, avant d'entreprendre un traitement. Ou alors, être prêt à tout payer de sa poche...

Un certain flou règne dans les formations et leur reconnaissance en Suisse. De nombreux praticiens souhaiteraient que les critères chinois aux examens soient respectés, que la théorie acquise soit toujours accompagnée d'exigences d'expériences pratiques. Des projets de formation en Suisse par des professeurs chinois sont en train d'être mis en place.

Consulter un médecin d'origine chinoise dans un centre de santé en Suisse est une démarche dont on doit connaître les limites. Ces médecins très bien formés dans leur pays ne connaissent généralement pas notre langue. Il faut donc passer par un traducteur, dont on espère qu'il maîtrise toutes les subtilités du français comme du chinois. Ces médecins ne peuvent assurer un long suivi médical puisqu'ils ne travaillent que quelques années dans notre pays. Avant de consulter un praticien, demandez-lui quelles sont sa formation et sa pratique.

Bernadette Pidoux

**>>> Adresses utiles:** Pierre Sterckx, Centre Guang Ming, rue Centrale 9, 1110 Morges, tél. 021 728 80 81. Association suisse des praticiens de médecine traditionnelle chinoise, M. Daniel Tudisco, 5 bis, rue Pestalozzi, 1202 Genève, tél. 022 734 73 94. Internet: [www.suisse-acupuncture.ch](http://www.suisse-acupuncture.ch) et [www.sinoptic.ch](http://www.sinoptic.ch)