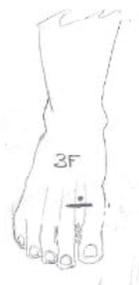


# Situations particulières

## FACILITER LA DILATATION

### Point 3 F "Tai Chong"

relâche le col  
aide à se recentrer  
apaise les tensions



entre le 1er  
et 2ème orteil en remontant  
jusqu'à venir buter contre  
l'intersection des 2 os

## APAISER LA MAMAN

### Point 7 C "Shen Men"



procure de la  
détente

### Point "Yin Tang"

calme l'anxiété

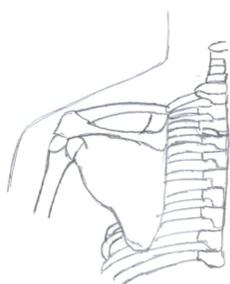


Félicitations, la naissance est  
proche

## LA DÉLIVRANCE SE FAIT ATTENDRE

### Point 21 VB "Jian Jing"

aide à faire  
descendre le bébé,  
stimule les  
contractions



au sommet de l'épaule  
à mi-distance entre  
le sommet de l'épaule  
et la colonne  
vertébrale

Associé au point 4 GI



Acupression :  
accompagner  
la naissance



Association Française  
des Sages-Femmes Acupuncteurs

**agore**  
Alternatives  
en Gynécologie Obstétrique  
Recherche & Enseignement



**afsfa**

Brochure réalisée par un groupe de travail

[www.afsfa.fr](http://www.afsfa.fr)



# Guide à l'usage des accompagnants

Par une pression ferme sur les points d'acupuncture, l'acupression permet :

- de diminuer l'intensité des contractions
- d'optimiser le travail de l'accouchement
- de trouver votre place dans ce moment unique et partager ainsi la rencontre par le massage et l'auto-massage

Laissez-vous guider par le ressenti de la future maman, le point n'en sera que plus efficace

## En arrivant à la maternité : le travail commence

### Point 6 Rte "San yin Jiao"

diminue la sensation des contractions  
améliore l'efficacité du travail  
donne de l'énergie à la maman



sur la face interne de la jambe, 4 doigts au-dessus de la malléole

### Point 4 GI "He Gu"

soulage et renforce les contractions

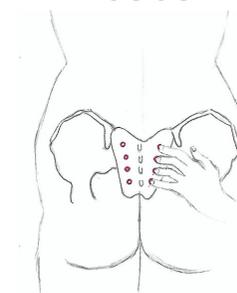


entre le pouce et l'index, à l'endroit le plus saillant lorsqu'on les rapproche

## C'est parti, le col se dilate : bébé commence à descendre

### Points "Liao"

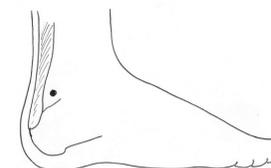
contractions irradiant dans le dos  
favorise la descente du bébé



au niveau des trous sacrés

### Point 60 V "Kun Lun"

fait descendre le bébé l'orienté dans la bonne direction



face externe de la cheville à mi-distance entre le sommet de la malléole et du tendon d'Achille