

Intitulé de la formation :

Niveau 1 en Tuina 2023 2024

Codes : TN1 2023 et TN1 2023 FC

Cette action de formation s'adresse : à des professionnels de santé, du bien-être, de la relaxation et globalement à toute personne en situation de reconversion professionnelle (profession visée : Praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise, Code APE 8690F).

Prérequis : sans prérequis

NB : Le stagiaire doit avoir un ordinateur avec accès internet et adresse mail et savoir les utiliser.

Objectifs pédagogiques : Connaissances des bases fondamentales de la Médecine Traditionnelle Chinoise nécessaires à la pratique du Tuina et des techniques manuelles de base.

En fin de formation le stagiaire aura acquis les connaissances :

- • Des concepts de base de la médecine traditionnelle chinoise
- • Du protocole du dos et son anatomie
- • Du protocole de la nuque et son anatomie.
- • Du la tête et du visage et leur anatomie
- • Du protocole de l'abdomen et du thorax et leur anatomie
- • Des techniques de Tuina les plus courantes
- • Des points principaux des méridiens pour le massage Tuina
- • Des trajets des méridiens et leur symptomatologie propre
- • Des outils thérapeutiques du massage Tuina (ventouses, Gua sha et moxa)
- • Des techniques pour l'autogestion du stress et des émotions par le Qi Gong
- • Des conseils d'alimentation, d'activité physique et de gestion des émotions

Durée : 157 heures 30 réparties sur 21 jours entre octobre 2023 et août 2024.

Contenu de la formation : Plan l'action de formation en dernière page.

Modalités et délais d'accès :

Modalités :

Les enseignements ont lieu dans nos 2 salles du 43, av. de la Libération à Clermont-F⁴. L'Ecole se réserve la possibilité de délocaliser certains séminaires lorsque les conditions pédagogiques l'exigent ou pour permettre aux stagiaires de suivre leurs séminaires en résidentiel. Dans ces cas les stagiaires sont prévenus à l'avance pour qu'ils puissent s'organiser, les cours sont alors organisés à moins de 3/4 d'heure des salles habituelles.

Délais d'accès :

L'inscription doit être faite au plus tard lors du 1^{er} jour du 1^{er} séminaire.

Les dates de début et de fin de formation sont programmées 6 mois à l'avance. Un calendrier est transmis aux stagiaires à son inscription. L'Ecole se réserve la possibilité de modifier les dates des séminaires en cas de nécessité (enseignant dans l'impossibilité d'intervenir ou grosse intempérie par exemple). Dans ce cas les stagiaires sont consultés avant la fixation de dates de remplacement.

Les horaires sont : 9h – 12h et 14h – 18h.

L'enseignant peut toutefois proposer aux stagiaires de réduire la pause intermédiaire pour finir plus tôt, en particulier le dimanche.

Calendrier 2023 2024

Niveau 1 en Massage TUINA

TUI1 A	S1	S2	S3	S4	S5	S6
du	27/10/23	01/12/23	09/02/24	22/03/24	03/05/24	04/06/24
au	29/10/23	03/12/23	11/02/24	24/03/24	05/05/24	09/06/24

Tarifs 2023 : 2100€

(+10% frais de dossier si prise en charge Formation Professionnelle)

Méthodes mobilisées :

Actions de formation réalisée en présentiel sauf exception, en particulier en cas de confinement (ou autre dispositif réglementaire de restriction de libertés de circulation).

Dans ce cas les formations sont réalisées à distance, en visioconférence par Zoom, avec alternance de parties théoriques présentées par l'enseignant et d'exercices de travail individuels ou en groupe sous la supervision de l'enseignant.

Quand le présentiel n'est pas possible, certaines formations théoriques prévues ultérieurement au programme peuvent être avancées alors que des temps de pratique seront repoussés à une date ultérieure de reprise des formations en présentiel.

Chaque stagiaire doit pouvoir disposer d'un ordinateur portable avec caméra et micro.

Outils mis à disposition des stagiaires :

En salle de cours : vidéoprojecteur portable, tables de soins.

Avant chaque séminaire le stagiaire reçoit avec sa convocation les supports pédagogiques numériques correspondant au séminaire (Plan de cours et documents élèves).

Modalités d'évaluation :

L'évaluation des aptitudes des stagiaires est mise en œuvre au travers d'un QCM proposé tous les 3 séminaires. Le dernier séminaire donne lieu à une évaluation globale de l'ensemble de l'action de formation.

Dates des évaluations

TUI1 A : 10/02/24, 04/05/24, 09/06/24

Accessibilité :

Nos locaux sont accessibles à des personnes à mobilité réduite. Quelles que soient ses difficultés nous demandons au stagiaire de nous contacter de préférence préalablement à son inscription pour que nous puissions évaluer ensemble les conditions de sa formation.

Nous rédigerons alors ensemble une « Annexe accessibilité ».

Résultats obtenus :

TUI1

Période du 01/09/22 au 31/07/23

Nombre de sessions : 6

Nombre de bénéficiaires de la formation : 14

Présences stagiaires :

Taux de présence global : 96% - Minimum : 83% - Maximum : 100%

Résultats stagiaires :

Note moyenne au contrôle intermédiaire 15,19

Note moyenne au contrôle intermédiaire 14,75

Note moyenne au contrôle d'aptitudes 14,14

Satisfaction stagiaires :

Nombre de points de satisfaction traités : 380

Note moyenne de satisfaction : 17/20

Contacts : Comment nous contacter ?

→ **Retrouvez-nous sur Facebook** 

→ www.emc-clermont.com

→ **+33 4 73 19 05 07**

→ **secretariat@emc-clermont.com**

« Niveau 1 en Massage TUINA 2023 2024 »

Séminaire 1

I) INTRODUCTION GENERALE

- A) Présentation de l'Ecole
- B) La reconnaissance en France : elle est en cours
- C) Méthodologie
 - 1) Création de groupes de travail
 - 2) Anatomie / Physiologie
 - 3) Organisation du cours
 - 4) Clinicat et pratique personnelle
 - 5) Conseil divers

II) INTRODUCTION AU TUINA

- A) Généralités
- B) Quelques mots d'histoire
- C) Les effets généraux du massage Tuina
 - 1) Dégager les méridiens et les collatéraux
 - 2) Favoriser et accélérer la circulation du Qi et du Sang
 - 3) Régulariser les fonctions des organes et des viscères
 - 4) Lubrifier les articulations et favoriser leur fonction
 - 5) Renforcer la résistance du corps aux maladies
- D) Les contre-indications principales au massage
 - 1) Phlébite
 - 2) Maladies Hémorragiques
 - 3) Maladies infectieuses aiguës
 - 4) Traumatismes avec plaies ou fractures
 - 5) Ostéoporose
 - 6) Grossesse
 - 7) Cancer
 - 8) Maladies de peau
 - 9) Pratiquer avec prudence dans les cas suivants :

- E) Réactions possibles du consultant pendant la séance et conduite à adopter
- F) Conduite à tenir en cas de malaise
 - 1) Protection
- G) Conseils et réactions du patient après le massage
- H) La phonétique chinoise PIN YIN et les différentes prononciations

III) LA THEORIE DU YIN ET DU YANG

- A) *Dao*, 道, La voie, l'ordre des choses
 - 1) Introducton
 - a) Le taoïsme (dàojiào : 道教, « enseignement de la voie »)
 - b) Bouddhisme
 - c) Confucianisme
 - 2) Les grands concepts du Taoïsme
 - 3) Pratiques : la quête d'immortalité
- B) Yin Yang 陰陽
 - 1) Les caracteres chinois yin/yang
 - 2) L'origine du yin/yang
 - a) Le Yi Jing
 - b) Les 4 images, *Si xiang*
 - c) Le Taiji, 太極,
 - d) Les 6 divisions
 - e) Les propriétés du Yīn et du Yáng
- C) Le yin yang dans le corps humain
 - 1) Les 6 divisions dans le corps
 - 2) Structures et tissus du corps selon le yin et le yang
 - 3) L'évolution des maladies selon le yin yang
 - 4) Le traitement des affections

IV) LES MERIDIENS, *JING LUO*

- A) Définitions
- B) Fonctions
 - 1) Circulation
 - 2) Communication
 - 3) Interaction et transmission
 - 4) En résumé

C) Organisation du système des méridiens

- 1) Précision
- 2) Les méridiens
 - a) Les méridiens principaux, *Jingmai*
 - b) méridiens particuliers, *Qijing bamai*
 - c) Les 12 branches divergentes, *Jingbie*
 - d) Les branches collatérales, *Luomai*
 - e) Les méridiens tendino-musculaires, *Jingjin*
- D) Trajets et sens de circulation dans les douze méridiens
- E) L'interconnexion des méridiens
- F) Sens de circulation dans les douze méridiens
- G) Relation superficie/profondeur (Biao/ Li) entre les méridiens
- H) Les applications de la théorie des méridiens
 - 1) Elle permet d'expliquer les changements pathologiques
 - 2) C'est un guide au diagnostic
 - 3) C'est un guide pour la thérapeutique

V) Les techniques manuelles du *Tuina - ShouFa*

VI) Pratique - Protocole du dos

Séminaire 2

I) SHEN, QI et les substances fondamentales du corps humain (JING, XUE, JIN YE)

- A) Les trois trésors *SAN BAO* 三宝
- B) Le *JING* 精
- C) Le *QI* 气 (caractère traditionnel : 氣)
 - 1) Généralités
 - 2) Notion de *QI* en MTC
 - 3) Les fonctions du *QI*
 - a) Activation, impulsion (*TUI DONG* 推动)
 - b) Réchauffement (*WEN XU* 温煦)
 - c) Protection/défense (*FANG YU* 防御)
 - d) Régulation/rétention (*GU SHE* 固摄)

e) Transformation (*QI HUA* 气化)

- 4) Les 4 mouvements du *QI*
- 5) Production du *QI*
- 6) Les différentes formes de *QI*
 - a) *YUAN QI* 元氣(énergie originelle)
 - b) *QING QI* 清氣(énergie de l'air trié par le Poumon)
 - c) *SHUI GU QI* 水谷氣(énergie des aliments)
 - d) *ZONG QI* 宗氣(énergie première, fondamentale, complexe)
 - e) *ZHEN QI* 真氣 (énergie véritable, vraie, authentique, opérationnelle du corps)
 - f) *YING QI* 營氣(énergie nourricière)
 - g) *WEI QI* 衛氣(énergie défensive)
 - h) *ZHENG QI* 正氣(énergie droite ou correcte) et *XIE QI* 邪氣(énergie perverse)
- D) Le *SHEN* 神
- E) La physiologie du Sang *XUE* 血
 - 1) Fonctions du Sang
 - 2) Production du Sang
 - 3) Circulation
 - 4) Stockage
- F) Les liquides organiques *JIN YE* 津液
 - 1) Notions de *JIN* et de *YE*
 - 2) Fonctions des *JIN YE*
 - 3) Production et diffusion des *JIN YE*
 - 4) Exemples de *JIN YE* dans le corps
 - a) La sueur
 - b) Les larmes
 - c) La pituite (ou mucus)
 - d) Les salives
- G) Relations entre *QI*, *XUE* et *JIN YE*
 - 1) Relation entre *QI* et *XUE*
 - 2) Relation entre *QI* et *JIN YE*
 - 3) Relation *XUE* et *JIN YE*

II) Notions de signes, symptômes, syndromes, maladies et diagnostic différentiel

A) Définitions

- 1) Signes et symptômes
- 2) Syndromes
- 3) Maladies
- 4) Notion de diagnostic différentiel

B) Exemples de syndromes en MTC

- 1) Vide de Yin
- 2) Vide de Yang
- 3) Vide de Qi
- 4) Vide de sang

III) LA THEORIE DES 5 MOUVEMENTS

A) Les 5 mouvements et les phénomènes naturels

B) Les 5 mouvements et leurs correspondances

- 1) Le printemps (BOIS)
- 2) L'été (FEU)
- 3) La fin de l'été (TERRE)
- 4) L'automne (METAL)
- 5) L'hiver (EAU)

C) Les cycles des 5 mouvements dans la nature

- 1) Le cycle d'engendrement réciproque *XIANG SHENG*
- 2) Le cycle de contrôle, de domination réciproque *XIANGKE*
- 3) Le cycle d'agression de conquête *XIANG CHENG*
- 4) Le cycle d'outrage, d'insulte *XIANG WU*

D) Les 5 mouvements et le corps humain

- 1) Le foie *GAN* – Le bois
- 2) Le cœur *XIN* – Le feu
- 3) La rate *PI* – La terre
- 4) Le poumon *FEI* – Le métal
- 5) Les reins *SHEN* – L'eau

E) Les différents cycles dans le corps humain

- 1) Le cycle d'engendrement ou de production *SHENG*
- 2) Le cycle de contrôle *KE*

F) Application des 5 mouvements dans le diagnostic de médecine chinoise

IV) ETUDE DES ORGANES-ENTRAILLES POUMON et GROS INTESTIN : ORGANES DE L'AUTOMNE

- A) Anatomie du Poumon en médecine occidentale
- B) Les différentes fonctions du poumon
 - 1) Il gouverne le *QI* et la respiration
 - 2) Il contrôle la diffusion et la descente
 - a) Diffusion
 - b) Descente
 - 3) Il gouverne la voie des eaux *SHUI DAO*
 - 4) Il gouverne le *BIAO*, la peau et les poils
 - 5) Il s'ouvre au nez et se manifeste dans les poils
 - 6) Il est le maître de la voix
 - 7) Il abrite le *PO*, l'âme corporelle
 - 8) Son émotion est la tristesse *BEI*
 - 9) Il est en relation étroite avec le gros intestin
 - 10) Ses relations avec les autres organes
 - a) Poumon / Cœur :
 - b) Poumon / Foie :
 - c) Poumon / Rate :
 - d) Poumon / Rein :
- C) Les principaux symptômes du Poumon
- D) Les principaux syndromes du Poumon
- E) Le méridien du Poumon SHOU TAI YIN FEI JING
- F) Anatomie du Gros intestin en médecine occidentale
- G) Les différentes fonctions du gros intestin *DA CHANG*
- H) Les principaux symptômes du gros intestin
- I) Les principaux syndromes du Gros Intestin
- J) Le méridien du Gros Intestin Shou Yang Ming Da Chang Jing

V) PROTOCOLE DE LA NUQUE

DOCUMENTS ANNEXES :

Trajets des Méridiens et Points principaux :

- Shou Tai Yin Fei Jing
- Shou Yang Ming Da Chang Jing

Séminaire 3

I) La Rate PI

A) Anatomie de la rate et du pancréas

Doc 1

B) Les fonctions de la Rate en médecine chinoise

Doc 2

- 1) Elle régit le transport et la transformation
 - a) Transport et transformation des aliments liquides et solides
 - b) Transport et la transformation de l'eau et de l'humidité
- 2) La Rate a une fonction sur le sang
 - a) Elle produit le sang
 - b) Elle maintient le sang
- 3) La Rate régit la montée du pur
- 4) Elle contrôle les muscles et les 4 membres
- 5) L'état de la Rate se manifeste sur les lèvres
- 6) La bouche est l'orifice de la Rate
- 7) L'intellect Yiest lié à la Rate
- 8) Les émotions

C) La salive claire est le liquide de la Rate

D) Particularités physiologiques de la Rate

Doc 3

E) les principaux symptômes du méridien de la Rate

Doc 3

F) Les principaux syndromes de la Rate

Doc 3

G) les relations de la Rate avec les autres organes

- 1) Rate et foie
- 2) Rate et Reins
- 3) Rate et Poumon
- 4) Rate Cœur

H) Le méridien de la Rate

Doc 4

II) L'Estomac, WEI

- A) Anatomie de l'Estomac
Doc 5
- B) Les fonctions de l'Estomac en médecine chinoise
Doc 6
 - 1) L'estomac réceptionne les aliments
 - 2) L'Estomac régit la décomposition
 - 3) L'Estomac régit le transit de la descente
- C) Les principaux symptômes du méridien de l'Estomac
Doc 6
- D) Les principaux syndromes de l'Estomac
Doc 6
- E) Le méridien de l'Estomac
Doc 7

III) Le Cœur

- A) Anatomie du Cœur
Doc 8
- B) Les différentes fonctions du Cœur
Doc 9
 - 1) Il gouverne le sang Xue et contrôle les vaisseaux sanguins MAI
 - 2) Il est la résidence du SHEN
 - 3) Il contrôle un liquide pur : la sueur
 - 4) Il se manifeste dans le teint
 - 5) Il s'ouvre à la langue
 - 6) Son émotion est la joie XI et la capacité à s'émouvoir
 - 7) Il est en relation étroite entre l'Intestin Grêle
 - 8) Il est en relation avec les autres organes
 - a) Cœur et Enveloppe du Cœur XIN BAO
 - b) Cœur et Rate
 - c) Cœur et Reins
 - d) Cœur et Foie
 - e) Cœur et Poumon
- C) Les principaux symptômes du méridien du Cœur
Doc 9
- D) Les principaux syndromes du cœur

Doc 9

E) Le méridien du Cœur

Doc 10

IV) L'Intestin Grêle

A) Anatomie de l'Intestin Grêle

Doc 11

B) Les différentes fonctions de l'Intestin Grêle

Doc 12

1) Il sépare le clair du trouble

2) Ses relations avec les autres organes

C) Les principaux symptômes du méridien de l'Intestin Grêle

Doc 12

D) Les principaux syndromes de l'Intestin Grêle

Doc 12

E) Le méridien de l'Intestin Grêle

Doc 13

V) La tête

A) Anatomie de la tête

Doc 14

1) Les principaux os du crâne

2) Les principaux muscles du crâne

VI) Protocole du crâne et de la face

Doc 15

Séminaire 4

I) Etudes des organes/entrailles REIN et VESSIE

A) LE MERIDIEN DU REIN

Doc 1 Méridien du Rein

B) LES DIFFÉRENTES FONCTIONS DU REIN

Doc 2 Fonctions du Rein

- 1) Il est la racine du YIN et du YANG originels
 - a) le YIN du REIN
 - b) le YANG du REIN
- 2) IL STOCKE le JING
 - a) la transformation et les fonctions du JING
 - b) Le TIAN GUI = la rosée céleste.
 - c) Les facteurs d'affaiblissement du JING
 - c1) FAIBLESSE HÉRÉDITAIRE
 - c2) EXCÈS SEXUELS
 - c3) LA VIEILLESSE ET LES MALADIES CHRONIQUES
 - c4) LE SURMENAGE
 - c5) ALIMENTATION
 - d) Comment restaurer le JING ?
- 3) IL PRODUIT LA MOELLE, CONTRÔLE LES OS et les DENTS
Doc 3 : NEI JING SU WEN Chap. 1 § 3
- 4) IL GOUVERNE L'EAU ET CONTROLE LES JIN YE
 - a) le REIN gouverne l'eau
 - b) il gouverne la transformation et le transport des JIN YÉ :
 - c) Rappel du fonctionnement :
- 5) IL CONTRÔLE LA RÉCEPTION DU QI
- 6) IL S'OUVRE AUX OREILLES ET SE MANIFESTE AUX CHEVEUX
 - a) LES OREILLES
 - b) LES CHEVEUX
- 7) IL CONTRÔLE LES ORIFICES DE L'EXCRÉTION
- 8) IL ABRITE LA VOLONTÉ = ZHI, l'aspect psychique R
- 9) Son émotion est la peur KONG
- 10) Le REIN ABRITE LE FEU DE MING MEN
- 11) IL EST EN RELATION ÉTROITE AVEC LA VESSIE

12) LES RELATIONS AVEC AUTRES ORGANES

- a) REIN et COEUR : ils s'équilibrent
- b) REIN et FOIE
- c) REIN et POUMON
- d) REIN et RATE

C) LE MERIDIEN DE LA VESSIE

Doc 4 : Méridien de la Vessie

D) LES FONCTIONS DE LA VESSIE - PANG GUANG

E) LES SYNDROMES DE REIN ET VESSIE

Doc 5 : Syndromes Rein Vessie

II) ETUDE DE XIN BAO et de SAN JIAO

A) LE MERIDIEN DE L'ENVELOPPE DU CŒUR (XIN BAO)

Doc 6 : Trajets XIN BAO

B) INTRODUCTION A LA NOTION DE SAN JIAO

Doc 7 : Le SAN JIAO

- 1) LE TRIPLE RÉCHAUFFEUR EST CLASSÉ PARMIS LES 6 VISCÈRES YANG
- 2) REPRÉSENTATION ANATOMIQUE DU SAN JIAO
- 3) Le SAN JIAO et la CIRCULATION de l'énergie dans les 12 MÉRIDIENS
- 4) REPRÉSENTATION PHYSIOLOGIQUE DU TRIPLE RÉCHAUFFEUR
 - a) Foyer supérieur SHANG JIAO
 - b) Foyer moyen ou médian ZHONG JIAO
 - c) Foyer inférieur XIA JIAO

C) LE MERIDIEN DU TRIPLE RECHAUFFEUR (SAN JIAO)

Doc 8 : Trajets du SAN JIAO

D) Symptômes généraux du méridien SAN JIAO

III) PROTOCOLE DES MEMBRES INFÉRIEURS

Doc 9 Protocole des membres inférieurs

Séminaire 5

I) Etudes des organes/entrailles FOIE gan et VESICULE BILIAIRE dan : Les organes du printemps

A) Anatomie du foie

Doc 1 : Anatomie du F et de la VB

B) Les différentes fonctions du Foie

- 1) Il gouverne la libre circulation de l'énergie.
 - a) Régulation de la circulation du qi
 - b) Régulation des émotions et des activités mentales
 - c) Régulation de la digestion et de la bile
 - d) Régulation de la voie des eaux
 - e) Régulation des menstruations
- 2) Il stocke le sang, il l'emmagasine et le redistribue
- 3) Il gouverne les tendons
- 4) Il se manifeste aux ongles
- 5) Il s'ouvre aux yeux
- 6) Il abrite le HUN – l'âme éthérée
- 7) Son émotion est la colère NU
- 8) Il a une relation étroite avec la VB - dan
- 9) Le Foie est en relation avec les autres organes
 - a) Foie et Cœur
 - b) Foie et Rate
 - c) Foie et Reins
 - d) Foie et Poumons

C) Principaux symptômes du Foie

Doc 2 : Principaux symptômes du F

D) Anatomie de la Vésicule Biliaire

E) Les fonctions de la Vésicule Biliaire- DAN

F) Principaux symptômes de la Vésicule Biliaire

Doc 3 : Symptômes de la VB

G) Les syndromes de Foie et Vésicule Biliaire

Doc. 4 Syndromes de F et VB

H) Le méridien du Foie

Doc 5 : Trajets du méridien du Foie

I) Le méridien de la Vésicule Biliaire

Doc 6 : Trajets du méridien de la VB

II) Les catégories de points d'acupuncture en MTC

Doc 7 : Catégories de points d'acupuncture

- A) Les points MU/SHU (24 points associés) 募俞
- B) WU SHU XUE (5 points antiques) 五腧
 - 1) Les points JING (puits)
 - 2) Les points YING (ruisseau) ou RONG
 - 3) Les points SHU (rivière)
 - 4) Les points JING (fleuve)
 - 5) Les points HE (Mer)
- C) Les points YUAN 元 (12 points)
- D) Les points LUO 絡 (15 points)
- E) Les points XI 郄 (16 points)
- F) Les points HE – inférieurs (6 points)

III) Le protocole des membres supérieurs (niveau 1)

Doc 8 : Protocole des membres supérieurs

Séminaire 6

I) LES VENTOUSES

- A) Aspect historique
 - 1) Présentation historique
 - 2) Termes désignant les ventouses et étymologie
- B) Généralités sur les ventouses
 - 1) Les différents matériaux utilisés pour les ventouses
 - 2) Effets thérapeutiques
 - 3) Applications thérapeutiques courantes
 - 4) Contre-indications des ventouses
 - 5) Ventouses chez l'enfant
 - 6) Les marques de ventouse
- C) Utilisation des ventouses

- 1) Mécanisme de la succion pour les ventouses à feu
- 2) Mode d'emploi pour l'utilisation des ventouses à feu
 - a) Le matériel
 - a1) L'alcool
 - a2) Un pot en verre avec couvercle d'au moins 10 cm de haut
 - a3) Un récipient avec de l'eau
 - a4) Une pince à clamper ou une pince forceps à éponge
 - a5) Le coton
 - a6) L'huile
 - b) Mode opératoire
 - b1) Les différentes étapes
 - b2) Nettoyage des ventouses
 - c) Les différents degrés de succion
 - c1) Succion très forte
 - c2) Succion forte
 - c3) Succion moyenne
 - c4) Succion faible
 - c5) Succion très faible
 - d) Temps de pose
 - e) Les techniques les plus courantes d'utilisation des ventouses
 - e1) Ventouses en pose fixe
 - e2) Ventouses mobiles (aussi appelées glissantes ou baladeuses)
 - e3) Ventouses éclairs
 - e4) Ventouses marchantes
 - e5) Saignée
 - f) Conseils divers
 - g) La Ventouse comme aide au diagnostic :
- D) Travaux pratiques
- E) Bibliographie

II) Guasha, 刮痧

- A) Présentation
- B) Etapes
- C) Le Sha
- D) Suggestion d'utilisation

III) MOXIBUSTION

- A) MOXA DIRECT (on pose un cône de moxa sur la peau)
- B) MOXA INDIRECT (on intercale une couche entre le moxa et la peau)
- C) Moxibustion avec BATONS d'armoise
 - 1) MOXA SANS ARMOISE
 - 2) LES MOXAS SANS CHALEUR
 - a) Moxa à la pâte d'ail
 - b) Moxa à la pâte de Ranunculus japonicus = bouton d'or
 - c) Moxa à la moutarde blanche
 - 3) CONTRE INDICATIONS
 - a) Résumé
 - b) Points interdits à la moxibustion

IV) Les FU particuliers ou Entrailles curieuses

- A) LE CERVEAU (NAO)
- B) LES MOELLES (SUI)
- C) LES OS (GU)
- D) LES VAISSEAUX (MAI)
- E) LA VÉSICULE BILIAIRE (DAN)
- F) L'UTÉRUS (NU ZI BAO) : la chambre du sang, la matrice

V) Protocoles du thorax et de l'abdomen

- A) Le thorax et les hypocondres
- B) Protocole du tuina de l'abdomen

VI) Protocole pour l'entretien de la santé Baojian tuina

Mise à jour le 21/08/2023