

Liens vers des Vidéos ou Podcasts audios

Les Fascias

vidéo ARTE 52 mn : Les alliés cachés de notre organisme **Les fascias** : <https://youtu.be/2IKDcNvQ9FQ>

250 491 vues 8 févr. 2020

Les alliés cachés de notre organisme Les fascias ARTE Gros plan sur notre tissu fascial, qui entoure à la manière d'un bandage à la fois dense et irrégulier les éléments composant notre corps : nos organes, nos muscles, nos os. Cet organe méconnu et vital suscite parmi les chercheurs en médecine un intérêt et un espoir croissants. Visibles à l'échographie, sensibles à l'acupuncture et à la pression manuelle, facilement endommagés par le stress et l'inaction physique, les fascias pourraient en effet se révéler l'origine méconnue de nombreuses pathologies, dont les douleurs dorsales, qu'elles soient chroniques ou non. L'approfondissement des connaissances en la matière est donc susceptible d'ouvrir de nouvelles pistes thérapeutiques, y compris dans la lutte contre le cancer.

Vidéo 40,16 mn interview plan fixe « Les fascias, leur rôle central sur la santé ! - Hélène Altherr-Rischmann » <https://youtu.be/73v2Nay4mcU>

74 882 vues 5 août 2025

Le livre "Fascias libérés, santé retrouvée". Respiration, massages, activité physique, alimentation..." d'Hélène Altherr-Rischmann (éd. JouVence) est disponible partout ! Hélène Altherr-Rischmann est pharmacienne formée en nutrition et en hygiène de vie, spécialisée en santé ultra-personnalisée et experte en fascias

Les bases fondamentales

Vidéo 8,52 mn : #1 - La théorie du YIN YANG en Médecine Traditionnelle Chinoise

Charlotte LE BIHAN – Ming-Men 4DM – Homéostasie -

<https://youtu.be/ho0qTuf8ygM>

Site Internet : www.charlottelebihan.fr

Vidéo 11,48 mn : #2 - Les 5 MOUVEMENTS - Médecine Traditionnelle Chinoise

Charlotte LE BIHAN - Médecine Chinoise

<https://youtu.be/yCcekV8BB1g>

Vidéo 55 minutes : Yin Yang n'a pas de sexe, par **Cyrille Javary**

18 déc. 2020

Conférence proposée par Passerelles, le 2 décembre 2020 par **(Diaporama)** zoom Le binôme « Yin-Yang », apparu pour la première fois dans le Grand Commentaire du Yi Jing - Le Classique des changements - constitue un seul mot en chinois. C'est le nom de la dynamique du monde, du « fonctionnement des choses », dans la perspective du continuel changement de la nuit au jour et de l'hiver à l'été. C'est pourquoi, figer le yin et le yang en catégories sexuées, genrées, c'est stériliser ces vecteurs de la pensée chinoise dont la spécificité est le mode de penser par deux. C'est ce que nous expliquera C. Javary, à l'aide d'images de la vie quotidienne, d'exemples pris dans des poèmes, des peintures et même dans la double fonction de la Grande Muraille comme du barrage des Trois Gorges. Cyrille Javary, sinologue reconnu et atypique, a publié de nombreux ouvrages sur

la pensée chinoise dont une traduction du Livre des Changements, livre fondateur du Yi Jing. Il forme par ailleurs des hommes d'affaire à la négociation avec des partenaires asiatiques.

<https://youtu.be/SYd3ux1tiaw>

Transformer le duel en duo !

Sylvothérapie

Vidéo 30 mn : Envoyé spécial. **Le secret des arbres** - 26 octobre 2017 (France 2)

<https://www.youtube.com/watch?v=eh6rnaqSPto>

27 oct. 2017

Ils communiquent, s'entraident, se défendent, ils bougent même ! Les arbres sont dotés d'une véritable forme d'intelligence. Et c'est désormais une certitude scientifique. Les arbres occupent près d'un tiers de notre territoire et des terres émergées de la planète. Indispensables à notre survie, ils sont aussi nos meilleurs alliés face au réchauffement climatique. Pourtant, nous ignorons presque tout d'eux. Loin d'être figés dans leur monde végétal, les arbres ont en fait une vie bien plus riche qu'il n'y paraît. C'est la thèse défendue par un forestier allemand dont le livre, *La Vie secrète des arbres* (éd. Les Arènes) est devenu un succès planétaire, traduit en 32 langues. Des forêts de hêtres millénaires d'Allemagne jusqu'aux centres de thérapie forestière du Japon, en passant par les laboratoires de l'INRA qui étudient la sensibilité végétale, voyage au cœur de l'univers secret et fascinant des arbres. Un reportage de Raphaële Schapira et Vincent Barral diffusé dans "Envoyé spécial" le 26 octobre.

Vidéo 12 mn : Radio Télévision Suisse **Les pouvoirs cachés des arbres** sept. 2018

Les arbres se révèlent. Les chercheurs montrent qu'ils sont capables de communiquer et de s'allier pour se défendre. Les arbres sont aussi source de réconfort pour les adeptes de ces bains de forêt qui débarquent en Suisse.

<https://youtu.be/1y7yLflzYBQ>

Vidéo de 07 minutes : La posture de l'arbre par Maître KE WEN. Les conseils et commentaires de madame KE WEN

<https://youtube.com/watch?v=iaEwclw-vxw&feature=shared>

Mawangdui

Vidéo 19 mn : le « Mawangdui DaoYin Shu » : vidéo chinoise « officielle ».

Série de mouvements intégrant les postures représentées sur la **bannière de Mawangdui** 168 ans avant JC,

<https://youtu.be/EL7KsM-BM54>

les 8 trésors ou pièces de Brocart. les Ba Duan Jin

Vidéo 06 mn : Où l'on apprend que les personnages, peints sur la **bannière de Mawangdui** 168 ans avant JC, pratiquent le **Tao-Yin** ... comme nous ! Que les Ba Duan Jin (**les huit trésors que nous pratiquons**) sont issus des mouvements de ce fameux Tao-Yin.

<https://youtu.be/LZS2KZxCsV4>

Vidéo 13 mn : Vidéo chinoise « officielle » 3 avr. 2015

Les 8 pièces de brocart Le nom de « brocart » vient des manteaux longs en brocart portés par les dignitaires de l'empire, pour évoquer une bonne santé. Il y a huit postures qui étaient douze, et qui comportent des variantes.
<https://youtu.be/7m4Mi-CNQ-o>

Vidéo 06 mn : Démonstration sans commentaires des 8 pièces de Brocart par **Weijia Cambreleng**, chinoise enseignant en France. Petite routine matinale **en 6 minutes seulement !**

<https://youtu.be/yIEQbd-kUa0>

Vidéo 12 mn : Démonstration sans commentaires des 8 pièces de Brocart avec **Maître KE Wen**. Les 8 Trésors de soie (Ba Duan Jin). Vidéo récente et conforme à la version « officielle » que diffuse l'université d'éducation physique de Pékin .

<https://youtu.be/rGgc6vtT6EE>

Vidéo 09 mn : sans commentaires de **Fanny NGuyen** - orthodoxe -

<http://www.youtube.com/watch?v=DhsU1qLBF8s>

Nutrition

Vidéo 10 minutes :

LE LAIT : SES AVANTAGES ET SES INCONVÉNIENTS

Depuis quelques années, dans notre pays d'agriculture et de produits laitiers, où les filières laitières règnent en maître, il y a polémique sur le bien fondé de la consommation de lait pour notre santé. **Sébastien HANTZ, expert en médecine chinoise**, clarifie la situation en nous donnant l'avis de l'expérience millénaire de la médecine et diététique traditionnelle chinoise.

<https://youtu.be/c1rUGkHCIGk>

Vidéo 43 minutes : Microbiote et psychisme - 36.9°

Sortie le 1 mars 2023 #RTSsanté

Microbiote et psychisme - 36.9° Tous les reportages ici: [📺 / rtssanté](#) Notre microbiote est composé de milliards de micro-organismes qui nous aident notamment à **assimiler la nourriture** et à nous protéger. Mais les chercheurs soupçonnent aussi le microbiote d'être partie prenante dans des maladies aussi diverses que Parkinson, Alzheimer, l'obésité, l'hyperactivité ou la dépression. Leur traitement pourrait donc passer par une intervention au niveau de notre microbiote. Seul problème pour créer des traitements : chacun a un microbiote unique !

<https://youtu.be/yJBjiwe8yyg>

www.seignalet.fr

Vidéo de 02 minutes : de **Damien Zivanovic** « **Comment notre intestin influence notre humeur** ».

29 avr. 2018

Ce qu'il se passe dans votre intestin influence votre humeur. Voilà pourquoi.

<https://youtu.be/AtnHqmQUr8Y>

Vidéo de 1h 18 minutes : **Gluten, l'ennemi public ?** | ARTE <https://youtu.be/cO1fj2Oj1U>

[00:00](#) L'origine du gluten [07:36](#) Maladie cœliaque et symptômes [15:12](#) Blé moderne : un coupable ? [22:48](#)
L'explosion du sans gluten [30:24](#) Glyphosate et santé publique [38:00](#) Pouvoir des multinationales [45:36](#) Impact
sur le microbiome [53:12](#) Accords commerciaux et étiquetage [60:48](#) Vers une agriculture durable [68:24](#)
Repenser notre alimentation

Les cas d'intolérance au gluten explosent et les maladies coeliaques sont quatre fois plus élevées que dans les années 1950. Cette ambitieuse enquête révèle les dommages causés par la dérégulation de notre économie sur le blé, notre aliment de base. Magique, le gluten apporte gonflant et liant aux préparations culinaires. En revanche, il est indigeste. Mais s'il ne fait qu'alourdir l'estomac d'une personne en bonne santé, il provoque chez les individus cœliaques ou sensibles une réaction immunitaire dévastatrice. En 2018, le marché mondial des produits sans gluten pesait 15 milliards d'euros. Il devrait plus que doubler d'ici à 2027. La diabolisation de cette protéine qui se forme en mélangeant l'eau à la farine ne constitue-t-elle qu'un argument marketing ? Ou le blé s'est-il mué en poison ? Comment cette céréale faite pour mûrir au soleil peut-elle prospérer dans des pays froids comme l'Ukraine ou le Canada ? Les cas de maladies cœliaques, quatre fois plus élevés que dans les années 1950, et de sensibilité au gluten ont explosé, avec une vitesse excluant une mutation génétique et accusant notre environnement. Géopolitique du blé Jadis élancés, les blés ont rapetissé. Pourquoi ? Parce que les variétés naines s'accordaient mieux avec les engrais à base de nitrates et de phosphates, matières à explosifs dont il fallait écouler les stocks accumulés durant la Seconde Guerre mondiale... Ces "petits blés" contiennent moins de gluten mais dotent celui-ci d'une élasticité renforcée que nous tolérons moins bien. Ce gluten tenace, niché dans de nombreux produits transformés, n'explique pourtant pas à lui seul l'épidémie actuelle. **36 ème minutes** **Les résidus grandissants de glyphosate, un herbicide, dans les aliments à base de céréales ont une part écrasante de responsabilité.** Le constat dressé par cette enquête, multipliant les éclairages de chercheurs, économistes, juristes, fermiers ou militants, laisse pantois : mainmise des multinationales sur les réglementations, modèle industriel favorisant les grands céréaliers, interdépendance des pays entravant la régulation... Contrainte d'importer une partie de son blé, l'Italie, qui interdit la dessiccation (prisé dans les pays froids, le procédé consiste à vaporiser l'herbicide juste avant la moisson pour faire mûrir les plantes artificiellement), a tenté d'indiquer sur les paquets de pâtes la provenance des grains. Le Canada a aussitôt déposé un recours au tribunal de l'OMC. Pointant les dérives mais aussi les avancées, comme le retour des variétés de blé anciennes en Sicile, un démêlage vigoureux de nos épis et des maux qui les rongent. Documentaire de Patrizia Marani (France/Italie, 2020, 1h19mn)

Méditation

la racine grecque de méditation est méditator = préparer un voyage.
la racine latine = agir centré.

Vidéo ARTE de 50 minutes : Les étonnantes vertus de **la méditation** | ARTE <https://youtu.be/3Oj1SUON22g>

La méditation a fait ces dernières années l'objet de recherches scientifiques qui ont confirmé ses effets dans un certain nombre de domaines. Un documentaire qui se penche sur ces bienfaits pour notre santé et les potentielles applications médicales de cette pratique.

Psychiatres, neurologues et biologistes moléculaires s'intéressent de plus en plus aux effets bénéfiques de la méditation sur le fonctionnement de notre cerveau et de notre organisme. Leurs découvertes récentes ont permis de faire entrer des techniques de méditation dans les hôpitaux, aux États-Unis et en Europe, où elles sont utilisées, en accompagnement thérapeutique, pour réduire, notamment, les douleurs chroniques et le stress lié à de nombreuses pathologies.

Des liens complexes

Véritable gymnastique cérébrale, la méditation réduirait les effets toxiques engendrés par les hormones du stress et aurait ainsi une action bénéfique sur les inflammations chroniques, les défenses immunitaires ou la

dégradation de nos cellules. Sa pratique aurait également le pouvoir de modifier l'anatomie du cerveau, qui reste plastique tout au long de la vie, et contribuerait à freiner le vieillissement cérébral. Suivant plusieurs expériences en cours, ce passionnant documentaire décrypte les liens physiologiques complexes entre le "cerveau méditant" et l'organisme. Il présente également un panorama des nouvelles applications médicales que la pratique de la méditation pourrait ouvrir dans un avenir proche.

Documentaire de Benoît Laborde (France, 2017, 51mn)

Vidéo de la Radio Télévision Suisse de 28 minutes : 36.9° - **Méditation pleine conscience**: plus qu'une mode ?

Ecoles, entreprises, sportifs, hôpitaux, la méditation pleine conscience, "Vipassana" ou "Mindfulness" séduit toujours plus de monde. Même les forces de l'ordre s'y mettent! Souvent associé au Bouddhisme, cet entraînement mental a diverses origines historiques. L'objectif est toutefois identique: développer un état de conscience particulier en portant attention, sans jugement, au moment présent. Quel serait l'impact de la méditation sur le cerveau et notre santé ? Qu'en disent les professionnels et les personnes qui la "pratiquent" régulièrement ? Parmi les nombreux témoignages, il y a celui d'une patiente atteinte de sclérose en plaque: "La méditation m'aide à accepter l'inacceptable" relève cette dernière.

Un reportage de Christophe Ungar et Ventura Samarra Extrait de 36.9° du 14 décembre 2016.

<https://youtu.be/S9ZGFty4xp8>

Spondylarthrite Ankylosante

Comment Kathia Cohen a vaincu la Spondylarthrite Ankylosante. Témoignage et Conseils Inspirant. Vidéo de 57 mn par Nathalie Balacè

<https://youtu.be/-X6zNX9gynE>

www.seignalet.fr

Réflexologie Plantaire

Une vidéo de 18 minutes : Les points en réflexologie plantaire. Stéphanie Fouquet-Vidi dessine les zones réflexes.

<https://youtu.be/fNKYx61WOrA>

Réflexologie Palmaire

Une vidéo de 10 minutes : Les techniques de bases en réflexologie palmaire

27 avr. 2020

La réflexologie palmaire appartient à la grande famille des techniques réflexes. Comme la réflexologie plantaire ou faciale, elle agit par stimulation de points correspondant à des organes ou des systèmes. Dans ce tuto, Carole THIEBAULT détaille les techniques de bases pour s'automasser (glissé, point fixe et chenille). Carole THIEBAULT est praticienne de santé et naturopathe. La santé durable peut se définir comme un état complet de bien-être physique, mental et social, atteint et maintenu tout au long de la vie, en préservant les ressources naturelles. **Alptis** propose une série de tutos vidéos pour accompagner ses adhérents, courtiers partenaires, collaborateurs et grand public à être en forme, rester zen, cultiver leurs liens sociaux et préserver les ressources naturelles.

<https://youtu.be/NEuoo0D9hxo>

Une vidéo de 20 minutes : Accompagner une détox avec la réflexologie palmaire. juin 2020

La réflexologie palmaire appartient à la grande famille des techniques réflexes. Comme la réflexologie plantaire ou faciale, elle agit par stimulation de points correspondant à des organes ou des systèmes. Dans ce tuto, Carole THIEBAULT propose un protocole complet de détox pour éliminer les toxines accumulées dans votre corps. Carole THIEBAULT est praticienne de santé et naturopathe. La santé durable peut se définir comme un état complet de bien-être physique, mental et social, atteint et maintenu tout au long de la vie, en préservant les ressources naturelles. Alptis propose une série de tutos vidéos pour accompagner ses adhérents, courtiers partenaires, collaborateurs et grand public à être en forme, rester zen, cultiver leurs liens sociaux et préserver les ressources naturelles.

<https://youtu.be/QohF5tbYgwI?list=PLEaIKMjyQaPbFuANIDmV2vwTnoxPyJYXQ>

Une vidéo de 16 minutes : Se relaxer et mieux dormir avec la réflexologie palmaire

13 mai 2020

La réflexologie palmaire appartient à la grande famille des techniques réflexes. Comme la réflexologie plantaire ou faciale, elle agit par stimulation de points correspondant à des organes ou des systèmes. Dans ce tuto, Carole THIEBAULT propose un protocole complet de massage pour se relaxer et améliorer son sommeil. Carole THIEBAULT est praticienne de santé et naturopathe. La santé durable peut se définir comme un état complet de bien-être physique, mental et social, atteint et maintenu tout au long de la vie, en préservant les ressources naturelles. Alptis propose une série de tutos vidéos pour accompagner ses adhérents, courtiers partenaires, collaborateurs et grand public à être en forme, rester zen, cultiver leurs liens sociaux et préserver les ressources naturelles.

<https://youtu.be/1-HKhXRuZLM>

Une vidéo de 20 minutes : Comment mieux digérer avec la réflexologie palmaire ?

avr. 2020

La réflexologie palmaire appartient à la grande famille des techniques réflexes. Comme la réflexologie plantaire ou faciale, elle agit par stimulation de points correspondant à des organes ou des systèmes. Dans ce tuto, Carole THIEBAULT propose un protocole complet de massage pour faciliter la digestion. Carole THIEBAULT est praticienne de santé et naturopathe. La santé durable peut se définir comme un état complet de bien-être physique, mental et social, atteint et maintenu tout au long de la vie, en préservant les ressources naturelles. Alptis propose une série de tutos vidéos pour accompagner ses adhérents, courtiers partenaires, collaborateurs et grand public à être en forme, rester zen, cultiver leurs liens sociaux et préserver les ressources naturelles.

<https://youtu.be/SAX7r1aNTAE?list=PLEaIKMjyQaPbFuANIDmV2vwTnoxPyJYXQ>

Les extrémités froides

Comment **ne plus avoir froid aux mains, Froid aux pieds** que faire, Ne pas avoir froid en hiver

Vidéo de 7,5 mn par DRAGON DE SOIE 11 mars 2022 :

<https://youtu.be/WPM9LgygW3c>

Avoir froid tout le temps? Avoir froid aux mains et aux pieds? Comment ne pas avoir froid aux pieds et aux mains? Cette vidéo vous présente comment réchauffer votre corps par les techniques d'auto massage. Cette chaîne de bien être vous présente la médecine traditionnelle chinoise et les méthodes ancestrales chinoises, tel que tuina massage, gua sha, ventouse, réflexologie plantaire, bojin visage, gua sha visage et auto massage etc. Elle vous montre les techniques et soins énergétiques simples et accessibles à tous, elle vous apprend à connaître les méridiens, les points d'acupuncture ou les points d'acupression, qui peuvent vous aider pour

soulager les petits maux et douleurs quotidiennes. Nous insistons sur le fait que toutes les méthodes présentées par cette chaîne ne sont que les compléments de la médecine occidentale, elles ne remplacent pas la consultation médicale.

Les massages chinois Tuina

Qu'est ce que c'est **massage chinois Tuina** ? Maintenir sa santé par le massage Tuina.

Vidéo de 10 mn par DRAGON DE SOIE 17 déc. 2023

<https://youtu.be/cgJtYBrJr5s>

*(Le **shiatsu**, technique de **massage japonais**, consiste en **pressions manuelles** sur des **points d'acupuncture** pour **harmoniser l'énergie** du corps, favoriser la **relaxation** et réduire le **stress**, en utilisant principalement le poids du corps du praticien.)*

Podcasts audios - Culture chinoise

Audio 54 minutes : Podcast de France Culture - **La spiritualité chinoise** avec le sinologue **Cyrille Javary**.

"La spiritualité chinoise avec Cyrille Javary" sur <https://www.franceculture.fr/emissions/les-racines-du-ciel/la-spiritualite-chinoise-avec-cyrille-javary> via @radiofrance

Audio 54 minutes : Podcast de France Culture - **Le Yi-Jing, une sagesse chinoise** avec **Cyrille Javary**.

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-racines-du-ciel/le-yi-jing-une-sagesse-chinoise-avec-cyril-javary-2895100>

Audio 54 minutes : Podcast de France Culture - Le **Dr Jean-Marc Kespi**, président d'honneur de l'Association française d'acupuncture, nous fait pénétrer dans le monde fascinant de la **médecine traditionnelle chinoise** en décryptant le langage symbolique sur lequel elle se fonde.

La médecine traditionnelle chinoise regroupe de nombreux domaines : l'acupuncture, la pharmacopée, la diététique, les techniques corporelles, les massages... S'appuyant sur une cosmologie où l'homme a pour vocation d'entretenir une relation harmonieuse avec un univers dont il est, de fait, solidaire, cette science, qui engage tout l'être du thérapeute, propose une approche globale du patient. Elle offre en outre une grille de lecture originale des symptômes et présente de multiples applications y compris préventives.

Avec Jean-Marc Kespi, président d'honneur de l'association française d'acupuncture, auteur de : "L'homme et ses symboles en médecine traditionnelle chinoise" (Albin Michel, 2013)

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/les-racines-du-ciel/la-medecine-traditionnelle-chinoise-2435180>

Audio 15 minutes : Podcast de France Bleu : "Qu'est-ce que la médecine Chinoise ?"

Quels sont les principes de la médecine chinoise ?

Que peut-elle apporter en complément de la médecine traditionnelle ?

Quelles différences fondamentales entre la médecine conventionnelle que nous connaissons et la médecine Chinoise ?

A qui d'adresse une séance de médecine traditionnelle chinoise ?

Quelques éléments de réponse :

- Médecine basée sur l'observation de la nature, des saisons et de l'énergie qui circule entre le ciel et la terre.

- Cette énergie appelée Qi, est tout autour de nous (entre vous et moi, la senteur d'une fleur...), mais aussi dans notre corps.
- La médecine chinoise considère l'Homme dans sa globalité, part du principe que la circulation de Qi doit être fluide pour être en bonne santé. Une émotion, un dysfonctionnement d'un organe, une blessure ... peut entraver cette circulation

Afin de maintenir une bonne circulation énergétique, la médecine chinoise repose sur 5 piliers

- l'alimentation
- La pharmacopée (plantes)
- La pratique du qi gong
- L'acupuncture (ou stimulation de points énergétiques)
- Le tuina (massage)

"Qu'est-ce que la médecine Chinoise ?" A la découverte de la médecine chinoise avec **Estelle Le Jaouen**. sur <https://www.francebleu.fr/emissions/cote-experts-l-invite/qu-est-ce-que-la-medecine-chinoise-3463841> via @radiofrance

Audio 37 minutes : Podcast de France Bleu : **Les 5 saisons de la médecine chinoise**.

Avec la médecine chinoise, on ne passe pas d'une saison à une autre comme l'indique notre calendrier. Il y a une 5ème saison nommée Intersaison. Elle représente le passage qui nous permet de quitter l'hiver et de nous préparer au printemps, mais aussi de quitter le printemps et de nous préparer à l'été, ainsi de suite... c'est ce que nous explique notre spécialiste **Emmanuelle Lamare**.

"Les 5 saisons de la médecine chinoise" sur <https://www.francebleu.fr/emissions/la-vie-en-bleu/champagne-ardenne/les-5-saisons-de-la-medecine-chinoise> via @radiofrance

Audio 27 minutes : Podcast de France Bleu : Le Dossier du Jour : **La médecine chinoise** avec **Sébastien Hantz**. <https://www.francebleu.fr/emissions/la-vie-en-bleu-les-experts-de-france-bleu-pays-de-savoie/pays-de-savoie/le-dossier-du-jour-la-medecine-chinoise-avec-sebastien-hantz-praticien-en-medecine-chinoise>

Audio 20 minutes : Podcast de RFI - **1. La médecine chinoise**

Dr Jean-Marc Eyssalet, médecin acupuncteur, chercheur et enseignant de médecine chinoise.

On dit qu'un bon médecin chinois est supposé rallonger 10 000 fois la vie de son patient ! Cette formule révèle en fait l'essence même de la médecine chinoise, selon laquelle il vaut mieux prévenir que guérir. Pluri-millénaire, cette approche de la santé prend en compte la physiologie, l'anatomie et la psychologie de l'être humain. Elle s'appuie sur différents "outils" comme la pharmacopée, l'acupuncture, l'alimentation, le massage.

"**Priorité santé - 1. La médecine chinoise**" sur <https://www.rfi.fr/fr/emission/20100121-1-medecine-chinoise> via @radiofrance

Audio 27 minutes : Podcast de RFI - **2. La médecine chinoise**

Dr Jean-Marc Eyssalet, médecin acupuncteur, chercheur et enseignant de médecine chinoise.

Dr Amadou Bakayoko, médecin acupuncteur à Bamako.

"**Priorité santé - 2. La médecine chinoise**" sur <https://www.rfi.fr/fr/emission/20100121-2-medecine-chinoise>