

Acupression : accompagner la naissance

*Trouvez votre place et partagez
ce moment unique par le
massage*

FAVORISER LE TRAVAIL

Point 6 Rte "San yin Jiao"

Diminue la sensation des contractions,
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 régularise les contractions



FACILITER LA DILATATION

Point 3 F "Tai Chong"

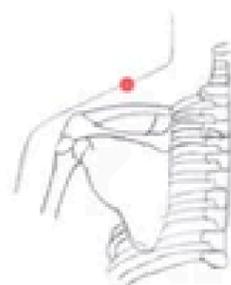
Relâche le col, aide à se recentrer,
apaise les tensions
entre le 1er et 2ème orteil en remontant
jusqu'à venir buter contre l'intersection des 2 os



ACCÉLÉRER LA DÉLIVRANCE

Point 21 VB "Jian Jing"

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



+ Point 4 GI "He Gu"

APAISER LA MAMAN

Point 7 C "Shen Men"

Procure de la détente
sur le bord externe du tendon



Point "Yin Tang"

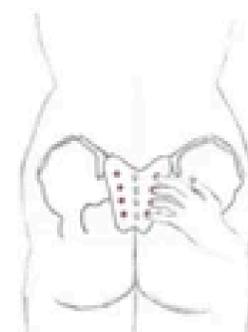
Amène du bien-être



GUIDER LA DESCENTE DU BÉBÉ

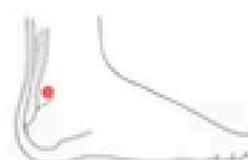
Points "Liaos"

Favorisent la descente du bébé
Activent les contractions
Soulagent le dos
en regard des fossettes du sacrum



Point 60 V "Kun Lun"

Fait descendre le bébé,
l'oriente dans la bonne direction
face externe de la cheville
à mi-distance entre le sommet de la
malléole et du tendon d'Achille



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

Affiche réalisée par un groupe de travail

Association Française
des Sages-Femmes Acupuncteurs

