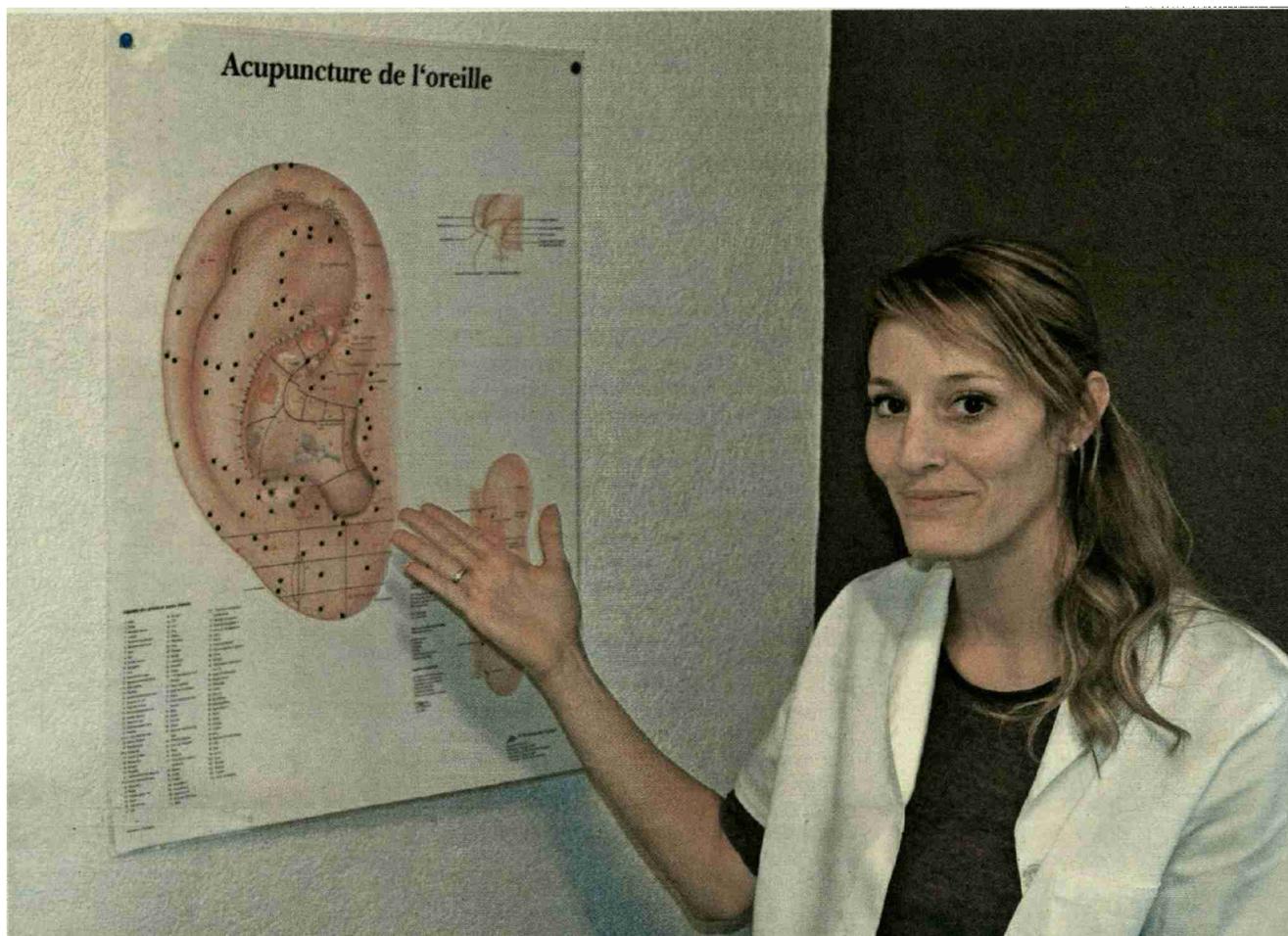




La Gazette de la Région
2740 Moutier
032/ 493 66 20
www.la-gazette.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse journ./hebd.
Tirage: 28'831
Parution: 46x/année

N° de thème: 729.006
N° d'abonnement: 729006
Page: 7
Surface: 225'348 mm²



L'acupuncture, qui postule l'existence d'un certain nombre de points répartis sur l'ensemble du corps, consiste à les stimuler à l'aide d'une aiguille ou d'une pulsion laser afin de restaurer les équilibres malmenés. Ici, le schéma de l'acupuncture auriculaire.

L'acupuncture laser à la rescousse des accros de la nicotine

Santé | Écraser sa 109 500^e cigarette dans le cendrier, jurer à qui veut l'entendre que, cette-fois-ci, c'est bel et bien la dernière et... tenir sa promesse sans éprouver la moindre souffrance! Tel est le rêve caressé par plus d'un fumeur.



La Gazette de la Région
2740 Moutier
032/ 493 66 20
www.la-gazette.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse journ./hebd.
Tirage: 28'831
Parution: 46x/année

N° de thème: 729.006
N° d'abonnement: 729006
Page: 7
Surface: 225'348 mm²

■ François Christe

Le rêve, seulement, car dans la réalité, renoncer à la clope est une autre paire de manche. Or, l'acupuncture laser fait désormais un tabac, si l'on peut dire, auprès des fumeurs en quête de désaccoutumance. *La Gazette de la région* a voulu en savoir davantage et a ainsi franchi la porte du cabinet de Sandrine Gross, jeune thérapeute franc-montagnarde qui a recours à ce procédé... Un cendrier! Si l'est un endroit au monde où la présence de cet objet est incongrue, c'est bien devant le cabinet de Sandrine Gross, aménagé au rez-de chaussée du domicile familial, sis dans un paisible quartier résidentiel des Breuleux. «J'ai voulu donner à mes patients l'occasion d'en griller une dernière avant d'amorcer le traitement. Après, il y a de très fortes chances qu'ils n'éprouvent plus jamais l'envie d'en allumer une seule», déclare la jeune femme, chiffres à l'appui. Plus jamais, vraiment? Il n'y a guère que le condamné à mort à qui ses juges font faveur d'une ultime bouffée aspirée au pied de l'échafaud qui peut se prévaloir de telles certitudes. Les autres, en revanche, ceux qui sont assurés de vivre et multiplient les tentatives désespérées pour bannir la cigarette de leur quotidien savent trop combien l'usage de l'adverbe définitivement est hasardeux, en ce domaine sensible.>> Renoncer une fois pour toute à la cigarette, bien peu y parviennent, et plus rares encore sont ceux qui atteignent le but à la faveur de la seule volonté.

L'acupuncture, la thérapie qui fait un tabac

Aussi, les méthodes censées favoriser la désaccoutumance au tabac se comptent par centaines, les sites internet en regorgent, parmi lesquelles une foule de recettes dites miracles et infaillibles. Si elles ne le sont évidemment pas toutes, il y en a pourtant de sérieuses et d'éprouvées. Parmi celles-là, l'acupuncture laser garantit de beaux succès, de multiples témoignages sont là pour en attester. Cette thérapie, car c'en est une, est à ce point réputée qu'il a quelques années encore, bien des Jurassiens n'hésitaient

pas à se déplacer jusqu'à Paris pour y recourir. Désormais, grâce au centre Tabac Stop Center des Breuleux, animé par Sandrine, il n'est plus nécessaire de parcourir une telle distance.

La nicotine, perverse et subtile à la fois

Mais avant d'évoquer la méthode proposée par la jeune thérapeute franc-montagnarde, il convient de s'attarder un peu sur les mécanismes de l'addiction au tabac, responsable des souffrances induites par sa privation, que celle-ci soit volontaire ou non. Le biologiste et académicien français Jean Rosant (1894-1977) détient sans doute la clé du problème, lui qui affirmait, dans un tout autre contexte, que la quête perpétuelle du plaisir assure la survie de l'espèce. Or, la nicotine, substance active contenue dans le tabac, en procure justement, mais de façon très sournoise et particulièrement subtile! Comment? En stimulant artificiellement l'hypothalamus, la glande cérébrale qui sécrète la dopamine, une hormone à l'origine des sensations agréables qu'il nous est donné d'éprouver en différentes circonstances.

À la manière d'une drogue

Le grand fumeur, appelons ainsi celui dont la nicotine est parvenue à piéger l'organisme, éprouvera cette sensation de plaisir avec une intensité d'autant plus accrue que sa consommation de cigarettes sera espacée. Mais alors, afin d'exploiter au mieux les propriétés euphorisantes de la nicotine, pourquoi ne pas laisser s'écouler un maximum de temps entre deux cigarettes? La santé du fumeur s'en porterait d'autant mieux. À dire vrai, ce n'est pas si simple, car la nicotine, qui agit à la manière d'une drogue, est particulièrement perverse, en ce sens qu'elle engendre le besoin d'en consommer régulièrement et en quantité toujours plus importante. On parle alors d'accoutumance. Et selon certaines sources, l'action addictive de la nicotine se trouverait encore renforcées par d'autres substances chimiques mélangées au tabac, ce que les fabricants de cigarettes démentent formelle-



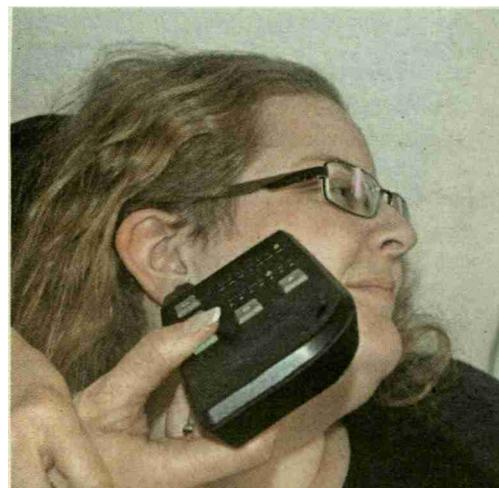
La Gazette de la Région
2740 Moutier
032/ 493 66 20
www.la-gazette.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse journ./hebd.
Tirage: 28'831
Parution: 46x/année

N° de thème: 729.006
N° d'abonnement: 729006
Page: 7
Surface: 225'348 mm²



Le traitement proposé par le concept Tabac Stop Center est absolument indolore, sans danger et sans effets secondaires rétroactifs.



Le traitement proposé par le concept Tabac Stop Center est absolument indolore, sans danger et sans effets secondaires rétroactifs.



La Gazette de la Région
2740 Moutier
032/ 493 66 20
www.la-gazette.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse journ./hebd.
Tirage: 28'831
Parution: 46x/année

N° de thème: 729.006
N° d'abonnement: 729006
Page: 7
Surface: 225'348 mm²

ment. Quoi qu'il en soit, toute l'affaire est de se débarrasser de l'accoutumance. Et c'est à ce stade que l'acupuncture laser intervient.

L'acupuncture laser, la technologie de pointe au service d'une tradition millénaire

L'acupuncture, dont les applications sont multiples, consiste à stimuler certaines zones spécifiques de l'épiderme connues des seuls acuponcteurs, appelées tout simplement «points d'acupuncture». Traditionnellement, la technique de stimulation en usage est l'aiguille, mais les ressources du laser la vouent à un abandon progressif. Cette discipline millénaire, que la science dite «officielle» commence timidement à prendre au sérieux après lui avoir témoigné méfiance et mépris durant des siècles, est l'une des cinq branches de la médecine traditionnelle chinoise. Elle postule l'existence d'un réseau de méridiens qui parcourt l'organisme et à travers lesquels circuleraient des énergies. Bien davantage que la thérapie elle-même, c'est précisément la réalité de ce réseau et de ces énergies qui suscite encore la controverse. Les piqûres ou les pulsions laser, effectuées en des endroits bien précis du corps, ont pour effet de stimuler des points invisibles dont chacun correspond à une fonction physiologique, organique ou psychique. Cette stimulation permettrait ainsi de restaurer les équilibres malmenés par les agres-

sions extérieures et qui sont indispensables au bon fonctionnement des organes concernés. Ainsi, lorsqu'il s'agit de guérir un patient de son addiction à la nicotine, ce sont donc les points du réseau correspondant à l'hypothalamus et à ses fonctions qui devront être stimulés de cette manière.

Chaque fumeur est un cas unique

Dans un premier temps, selon le protocole élaboré par le concept Tabac Stop Center, la thérapeute s'entretient avec le patient et le soumet à un questionnaire auquel il est indispensable de répondre avec franchise. Sandrine ne stigmatise jamais les accros du tabac et s'abstient de tout jugement à leur endroit; elle ne blâme ni les fumeurs excessifs, ni les récidivistes, ni ceux qui lui avouent n'avoir pas encore les dispositions d'esprit pour renoncer à la cigarette. «Chaque cas est unique, le rapport au tabac est très complexe, il varie d'un patient à l'autre. Il y a ceux que la cigarette dégoûte, mais qui ne savent pas s'en passer. Et il y a ceux qui entretiennent avec le tabac un lieu affectif plus profond. Avant d'intervenir, je dois tenir compte de toutes ces nuances», expose-t-elle. On dit volontiers que cesser de fumer est une affaire de volonté. L'acuponctrice confirme: «Il faut de la volonté, naturellement. Le cas d'un patient qui dit vouloir cesser de fumer, mais qui inconsciemment ne le veut pas vraiment, sera plus compliqué à traiter. >>