



## Consensus Scientifique sur Evaluation de l'efficacité et de la sécurité de l'acupuncture

**Source :**  
INSERM (2014)

**Résumé & Détails:**  
GreenFacts

**Contexte** - L'acupuncture est utilisée de plus en plus comme complément à des traitements conventionnels, et l'INSERM (France) a effectué une synthèse de la littérature médicale pour évaluer l'efficacité et la sécurité.

1. Quel est le contexte de ce rapport ?.....2
2. Qu'est-ce que l'acupuncture ?.....2
3. Quels sont les domaines où, selon ce rapport, l'acupuncture semble agir ?.....2
4. Y-a-t-il des effets indésirables liés à la pratique de l'acupuncture ?.....3
5. Quelles sont les conclusions de ce rapport et que faut-il en retenir ?.....3

Ceci est un résumé fidèle du rapport produit en 2014 par L'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM) :  
*"Review of the scientific literature conducted by INSERM - Unit 669 - 2014"*

Le Dossier complet est disponible sur : <https://www.greenfacts.org/fr/acupuncture/>

**i** Ce document PDF contient le Niveau 1 d'un Dossier GreenFacts. Les Dossiers GreenFacts sont publiés en plusieurs langues sous forme de questions-réponses et présentés selon la structure originale et conviviale de GreenFacts à trois niveaux de détail croissant :

- Chaque question trouve une réponse courte au Niveau 1.
- Ces réponses sont développées en plus amples détails au Niveau 2.
- Le Niveau 3 n'est autre que le document source, le rapport de consensus scientifique reconnu internationalement et fidèlement résumé dans le Niveau 2 et plus encore dans le Niveau 1.

Tous les Dossiers de GreenFacts en français sont disponibles sur : <http://www.greenfacts.org/fr/>

## 1. Quel est le contexte de ce rapport ?

L'évaluation des thérapies dites « non conventionnelles » est en général rendue difficile voire impossible du fait d'un manque de données. Si ce n'est pas le cas pour l'acupuncture pour laquelle plusieurs milliers de publications et d'analyses sur le sujet sont disponibles, les résultats sont cependant loin d'être uniformes.

Dans le contexte où l'acupuncture est utilisée de plus en plus comme complément à des traitements conventionnels, l'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM, France) a effectué une synthèse de la littérature médicale scientifique nationale et internationale (de l'ordre de 250 publications citées) qui a ensuite été analysé et critiqué par des experts spécialisés dans l'évaluation thérapeutique.

## 2. Qu'est-ce que l'acupuncture ?

L'acupuncture est une discipline issue de la tradition médicale chinoise consistant en une stimulation de points spécifiques sur le corps au moyen, entre autres, d'aiguilles, de courants électriques ou de lumière.

L'acupuncture est une approche thérapeutique largement pratiquée. En France, il existe aujourd'hui des formations reconnues pour les professions médicales. Cet enseignement est dispensé dans les facultés de médecine sous forme d'un diplôme Interuniversitaire.

Les motifs de consultation chez un acupuncteur sont le plus souvent les syndromes douloureux dont les douleurs ostéo-articulaires et les céphalées, puis le stress, la fatigue et les troubles de sommeil.

Même si plusieurs mécanismes neurobiologiques ont été avancés pour expliquer comment l'acupuncture pourrait entraîner des effets cliniques d'analgésie ou favoriser l'action des antidouleurs conventionnels, les mécanismes d'action ne sont pas réellement connus.

Les effets non spécifiques sont souvent envisagés comme consécutifs à des processus psychobiologiques déclenchés par le contexte thérapeutique global, le lien thérapeute-patient, les attentes et croyances du patient, etc..., tout un ensemble de facteurs qui font partie de «l'effet placebo ».

## 3. Quels sont les domaines où, selon ce rapport, l'acupuncture semble agir ?

Les données disponibles suggèrent que l'acupuncture peut être efficace pour le traitement de certaines douleurs telles que les céphalées, migraines, ou les douleurs liées à l'arthrose même si les auteurs postulent que les avantages mesurés sont partiellement attribuables à l'attente ou à des effets placebo.

De façon moins probante, il semble aussi que l'acupuncture puisse soulager les maux de dos, les douleurs durant l'accouchement ou les douleurs menstruelles.

Certaines formes d'acupuncture sembleraient aussi être bénéfiques pour les patients souffrant de nausées et vomissements après une chimiothérapie ou une intervention chirurgicale avec des effets secondaires minimales. Pour la grande majorité des autres affections et conditions revendiquées par l'acupuncture, telles que le sevrage tabagique ou l'épilepsie, les données ne permettent pas de déterminer s'il y a réellement un effet du traitement.

#### **4. Y-a-t-il des effets indésirables liés à la pratique de l'acupuncture ?**

Les effets indésirables rapportés sont principalement une douleur locale à l'insertion de l'aiguille ou lors de la stimulation (des contusions cutanées sévères ont été rapportées aux points d'acupuncture chez un patient sous anticoagulant), des saignements ou des hématomes aux points de stimulation, des céphalées (le plus souvent légères, pouvant parfois être modérées), une sensation de fatigue, des nausées et une syncope au moment du traitement par électro-acupuncture.

D'autres problèmes résulteraient essentiellement soit d'un problème d'hygiène — des mains du praticien et/ou par l'emploi d'aiguilles non stériles — soit d'un non-respect des angles et des profondeurs de poncture codifiés depuis plus de deux millénaires.

#### **5. Quelles sont les conclusions de ce rapport et que faut-il en retenir ?**

Globalement le rapport souligne que les bénéfices suggérés dans les analyses des études disponibles doivent être interprétés avec prudence. Les conclusions d'évaluations des études disponibles divergent en grande partie à cause de la grande hétérogénéité des travaux publiés, des lacunes méthodologiques des essais et de leur protocole mais aussi à cause d'interprétations nettement différentes et du risque d'interprétations biaisées des résultats. Il est donc difficile de les inclure dans une analyse comparative qui permettrait de tirer des conclusions très solides.

Il est donc impossible d'être certain de l'efficacité globale de cette thérapeutique et de d'affirmer que l'acupuncture, quelle que soit l'indication, est plus efficace qu'un traitement placebo.

En résumé:

- Pour nombre de douleurs chroniques et pour traiter des nausées et vomissements, on peut considérer que l'acupuncture a une efficacité supérieure à une absence de soin.
- En ce qui concerne les nombreuses autres indications, il est difficile de conclure.