



*Présente:*

羌活 QIANG HUO

独活 DU HUO

秦艽 QIN JIAO



*Newsletter 20*  
Décembre 2019

**PRODUCTION**  
**POSOLOGIE**  
**CLASSIFICATION**  
**NATURE ET SAVEUR**  
**ACTIONS / FONCTIONS**  
**CONTRE-INDICATIONS**  
**INDICATIONS & USAGES**

[www.planetaverd.net](http://www.planetaverd.net)  
[planetaverd@planetaverd.ad](mailto:planetaverd@planetaverd.ad)

## QIANG HUO\_ TU16

### RHIZOMA NOTOPTERYGI

Rhizome de *Notopterygium*

Rhizoma Seu Radix Notopterygii, fait partie de la famille des ombellifères.

**QIANG HUO** est cité pour la première fois dans le « Yao Xing Lun » (Traité sur la nature des plantes médicinales – dynastie Tang , VII siècle).

## PRODUCTION



**QIANG HUO** est cultivé dans les provinces du SI CHUAN, GAN SU, YUN NAN.

Il est récolté au printemps et en automne.

On utilise les rhizomes et/ou racines, séchés au soleil, coupés en tranches.

## POSOLOGIE

La fourchette usuelle est de 3 à 10g.

Cependant, on limitera le dosage pour traiter le froid, alors qu'il sera plus élevé pour traiter le syndrome Bi.

C'est un excellent produit pour faire baisser la fièvre.

## CLASSIFICATION

Ses méridiens destinataires sont le Poumon la Vessie, le Foie et les Reins

Il se dirige aussi vers la couche du sang

**QIANG HUO**, piquant tiède, est rangé parmi les substances qui libèrent le Biao mais il peut aussi intégrer la classe des produits qui expulsent le vent humidité.

## NATURE ET SAVEUR

**QIANG HUO** est de saveur piquante et amère et de nature tiède.



## ACTIONS / FONCTIONS

### SELON LA MÉDECINE CHINOISE

Guide au méridien de la Vessie, au Du Mai, à l'occiput, la nuque, l'épaule, le dos.

Permet de guider GAO BEN, BAI ZHI vers ces mêmes méridiens.

- Libère le BIAO et disperse le froid.
- Expulse le vent et libère le Biao.
- Expulse le vent et vainc l'humidité. Il importe de noter que sa capacité dépasse celle de **FANG FENG**. C'est un remède majeur.

- Atteint directement l'obstruction, et arrête les douleurs. Comme **CHUAN XIONG** il traite les céphalées du Tai yang et du Shaoyin.

Comme **QIANG HUO** est un médicament du vent, il atteint le vertex. Aussi c'est le plus puissant pour traiter le syndrome Bi du Vent de la partie supérieure du corps.

- Arrête les spasmes

Comme il intervient sur le vent, le froid et l'humidité, il est remarquable pour les syndromes de Vent, froid, humidité avec tête lourde, douleur articulaire, pesanteur du corps, tuméfaction.

Le « Tang Ye Ben Cao » de Wang Hao-gu (circa 1300) dit « Il n'y a pas plus efficace que lui pour traiter le vent et l'humidité dans le méridien Tai Yang du pied (Vessie), soigner les maux de tête et les douleurs articulaires des membres, et les douleurs de l'ensemble du corps »

De nombreux autres ouvrages encore traitent de **QIANG HUO** d'où il ressort qu'il peut à la fois disperser tous les vents de la surface, mais aussi réguler les douleurs des cent articulations et du corps entier.

Note :

On peut l'utiliser pour les syndromes d'obstruction Bi

- De type vent humidité, avec: DU HUO, WEI LING XIAN, QIAN NIAN JIAN, WU JIA PI, MU GUA.
- De type vent humidité chaleur: XI XIAN CAO, LUO SHI TENG, SI GUA LOU
- De la partie supérieure du corps : JIANG HUANG, SANG ZHI



- De la partie inférieur du corps : **DU HUO**, **MU GUA**, **CAN SHA**
- Bi Récent marqué par la chaleur : **SANG ZHI**, **SI GUA LOU**, **LUO SHI TENG**
- Bi Chronique et chez les personnes âgées: **QIAN NAN JIAN**, **WU JIA PI**, **DU HUO**

## CONTRE-INDICATIONS

- Syndromes de déficience d'énergie et de sang,
- Douleurs articulaires par déficience de sang,
- Atteintes externes avec gorge sèche,
- Céphalées par déficience de YIN,
- Atteinte externe avec déficience de YIN,
- Transpiration abondante par déficience du BIAO (superficie.)

## INDICATIONS ET USAGES

### 1 - SYNDROME BIAO

Syndrome Biao par vent froid

+ **FANG FENG**, **BAI ZHI**, **XI XIN**, **CHUAN XIONG** dans **Jiu Wei Qiang Huo Tang**.

Syndrome Biao par vent chaleur

+ **BAN LAN GEN**

### 2 - SYNDROME BI

Syndrome d'obstruction Bi par vent froid humidité avec douleur des membres, muscles, articulations (surtout moitié supérieure du corps), crainte du froid et contractures des muscles, des lombes, du dos

+ **DU HUO**, **FANG FENG**, **MAN JING ZI** dans **Qiang Huo Sheng Shi Tang**.

+ **FANG FENG**, **JIANG HUANG**, **DU HUO** dans **Juan Bi Tang**

+ **WU JIA PI** (Bi chronique avec douleurs articulaires par vent humidité et vide des Reins).

Céphalée par vent froid, céphalées rebelles et récidivantes, céphalée occipitale

+ **CHUAN XIONG**, **XI XIN**

### 3 - TÉTANOS

+ **FANG FENG**, **BAI FU ZI**

## ASSOCIATIONS MAJEURES

### BAN LAN GEN

S'associent pour libérer la surface, clarifier la chaleur qu'elle soit externe ou interne, et neutraliser la toxicité de la gorge.

### BAN LAN GEN- RT22

*RADIX ISATIDIS*

*Pinellia*



### CHAI HU

**QIANG HUO** assèche et fait monter en dispersant alors que **CHAI HU** régule le Qi, et fait monter le Qi de la rate. Ainsi ils font monter le Yang et éliminent l'humidité, avec tête et corps lourds, fatigue dans **Bu Pi Wei Xie Yin Huo Sheng Yang Tang**.

### CHAI HU- RT44

*RADIX BUPLEURI*

*Racine de Bupleure*



### CHUAN XIONG

**QIANG HUO** arrête la douleur en dispersant le Qi pervers et **CHUAN XIONG** arrête la douleur en activant le sang et chassant le vent. Ensemble ils chassent le vent humidité et arrêtent la douleur dans **Jiu Wei Qiang Huo Tang**.

### CHUAN XIONG- TU15

*RADIX LIGUSTICI*

*Racine de Chuanxiong*



### WU JIA PI

**QIANG HUO** chasse le vent froid humidité du haut du corps alors que **WU JIA PI** élimine l'humidité du bas du corps et tonifie le Foie et les Reins.

Ensemble, ils chassent le Vent-Humidité, renforcent tendons et os.

### WU JIA PI - BK16

*CORTEX ACANTHOPANACIS*

*RADICIS*

*Écorce de racine d'Acanthopanax*



### FANG FENG

Ils chassent le vent, vainquent l'humidité, arrêtent la douleur et traitent les céphalées, les douleurs du corps, des articulations par vent froid humidité

### FANG FEN - RT42

*RADIX LEDEBOURIELLAE*

*Racine de Ledebouriella*



### DU HUO

**QIANG HUO** (traite le haut) + **DU HUO** (traite le bas) Ils dispersent le vent froid humidité, traite les Bi de l'ensemble du corps.

Les grands remèdes à utiliser lors des syndromes de vent sont **DU HUO** et **QIANG HUO**, même s'il conviendra d'être prudent en cas de déficience de sang

### DU HUO - RT47

*RADIX LEDEBOURIELLAE*

*Racine de Ledebouriella*



## DU HUO\_ RT47

### RADIX ANGELICA PUBESCENTIS

#### Racine d'Angélique pubescente

DU HUO, Radix Angelicae Pubescentis. Famille botanique des Ombellifères.

Le Shen Nong Ben Cao Jing dit « L'angélique pubescente, de saveur amère et de nature neutre, traite ce qui a subi les attaques du froid et du vent, les blessures par objet métallique, soulage les douleurs, les élancements (mal qui provient d'un désordre sévère du souffle), les convulsions épileptiques et les douleurs périnéales des femmes. Avec un traitement prolongé, elle allège le corps et augmente la résistance au vieillissement. Elle pousse dans les vallées »



## PRODUCTION



Elle est cultivée dans les provinces du HU BEI, SI CHUAN (la meilleure qualité), ZHE JIANG, AN HUI.

On récolte **DU HUO** au début du printemps et à la fin de l'automne.

On utilise les racines, débarrassées des éléments fibreux et du sable, partiellement séchées au feu ou au soleil, empilées durant quelque temps afin de les ramollir, séchées entièrement au feu ou au soleil, coupées en morceaux.

## POSOLOGIE

La fourchette usuelle est de 3 à 10g.

## CLASSIFICATION

Ses méridiens destinataires sont le Foie, les Reins, la Vessie, le Poumon.

## NATURE ET SAVEUR

Il est de saveur piquante et amère, de nature tiède ou légèrement tiède.

## ACTIONS / FONCTIONS

### SELON LA MÉDECINE CHINOISE

DU HUO guide aux Reins et aux jambes (traite les jambes lourdes):

- Expulse le vent et chasse l'humidité, arrête la douleur
- Disperse le froid et libère le BIAO

## CONTRE-INDICATIONS

- Déficience de YIN ou de sang avec chaleur.

## INDICATIONS ET USAGES

### 1 - SYNDROME BI

Syndrome d'obstruction BI par vent froid humidité avec douleur dans les tendons, les muscles et les articulations, notamment dans la partie inférieure du corps, douleur aux lombes, aux genoux et aux jambes, difficulté de flexion et d'extension, douleur et flaccidité des genoux et des pieds avec marche impossible ou difficile, lourdeur des lombes, genoux et pieds:

- + SANG JI SHENG, QIN JIAO, NIU XI
- + SANG JI SHENG, QIN JIAO, **FANG FENG**
- + SANG JI SHENG, **DU ZHONG, GAN DI HUANG**
- + SANG JI SHENG, QIN JIAO, NIU XI, **FANG FENG, DU ZHONG, GAN DI HUANG, FU LING, XI XIN, ROU GUI (XIN), CHUAN XIONG, REN SHEN, GAN CAO, DANG GUI, BAI SHAO YAO** dans **Du Huo Ji Sheng Tang**.

### 2 - ATTAQUE DE VENT FROID

Vent froid et présence d'humidité interne abondante avec céphalée, douleur de courbature des articulations du corps, forte douleur des membres, légère crainte du vent et du froid

- + **QIANG HUO, FANG FENG, CHUAN XIONG**
- + **QIANG HUO, FANG FENG, CHUAN XIONG, ZHI GAN CAO, BAI ZHI, SHENG JIANG**
- + **QIANG HUO, FANG FENG, CHUAN XIONG, ZHI GAN CAO, GAO BEN, MAN JING ZI** dans **Qiang Huo Sheng Shi Tang**.

### 3 - PRURIT CUTANÉ PAR HUMIDITÉ

#### 4 –DENTALGIE

Dentalgie par montée du vent feu ou du feu de l'Estomac (externe)

• Dentalgie par vent feu :

+ SHI GAO, SHENG MA

+ SHI GAO, SHENG MA, CHUAN XIONG

• Dentalgie avec feu par déficience de YIN

+ DANG GUI, SHU DI HUANG, NIU XI, GOU QI ZI

+ SHENG DI HUANG, NIU XI, GOU QI ZI

• Dentalgie par attaque externe de vent humidité

+ FANG FENG, BAI ZHI.

### ASSOCIATIONS MAJEURES

#### QIANG HUO

QIANG (traite le haut) + DU HUO (traite le bas).

Ils dispersent le vent froid humidité, traite les syndrome d'obstruction Bi de l'ensemble du corps.

#### QIANG HUO - TU16

RHIZOMA NOTOPTERYGI

Rhizome de *Notopterygium*



#### *Note comparative*

*DU HUO, expulse le vent et élimine l'humidité plus fortement que QIANG HUO*

*A contrario, QIANG HUO arrête plus efficacement la douleur*

*Alors que QIANG HUO disperse le froid et libère le Biao dans le haut du corps, DU HUO cible le bas du corps*

*QIANG HUO est supérieur pour le vent froid humidité superficiel, c'est à dire la partie supérieure et les zones superficielles des muscles*

*DU HUO est supérieur pour le vent froid humidité en profondeur, c'est à dire la partie inférieure et les zones profondes des muscles.*



## QIN JIAO\_ RT52

### RADIX GENTIANAE MACROPHYLLAE

Racine de Gentiane

QIN JIAO, Radix Gentianae Macrophyllae. Famille botanique des gentianacées.

Le « Shen Nong Ben Cao Jing » dit « La gentiane, de saveur amère et de nature neutre, traite les influx pathogènes dus au froid et à la chaleur, les rhumatismes sensibles au froid, à l'humidité et au vent, les douleurs articulaires des quatre extrémités, favorise l'élimination des liquides et facilite la diurèse. Elle pousse dans les vallons rocheux de montagne. »

## PRODUCTION



Il y a des productions distinctes selon les variétés. QIN JIAO est cultivée dans les provinces du GAN SU, HE NAN, SHAN XI, HE BEI, NEI MENG GU. XIAO QIN JIAO est produit dans les provinces du SHAN XI, HE BEI, NEI MENG GU, SHAN XI, HEILONG JIANG, LIAO NING.

QIN JIAO se récolte au printemps et en automne. On utilise les racines, débarrassées des éléments fibreux et de la terre, nettoyées, séchées au soleil jusqu'à perte de 70% de leur poids, mises à fermenter en les empilant jusqu'à apparition en surface d'une couleur gris jaune ou rouge jaune, coupées en rondelles, séchées au soleil.

## POSOLOGIE

La fourchette usuelle est de 3 à 10g.

## CLASSIFICATION

Ses méridiens destinataires sont l'Estomac, Foie, Vésicule Biliaire. Appartient à la classe des produits qui éliminent l'humidité, expulsent le vent humidité

## NATURE ET SAVEUR

Elle est de saveur amère et piquante, et de nature neutre, voire légèrement froide.



## ACTIONS / FONCTIONS

### SELON LA MÉDECINE CHINOISE

Elle guide aux membres supérieurs, aux extrémités, à la colonne vertébrale et aux lombes.

- 1- Expulse le vent et chasse l'humidité, arrête la douleur relâcher les tendons (c'est un produit du vent, des membres supérieur)
- 2- Clarifie la chaleur déficience
- 3- Favorise l'élimination de l'humidité et réduit « le jaune»

Elle Humecte les intestins et mobilise les selles. QIN JIAO est utilisée aussi bien pour les syndromes d'obstruction Bi par vent/froid humidité ou vent/chaleur humidité.

C'est un des rares produits qui n'assèche pas tout en agissant sur l'humidité :

- Donc utile pour les femmes ménopausées avec chaleur déficience qui viennent consulter pour un syndrome Bi ( d'obstruction.)
- Souvent reprise dans les formules qui traitent le Bi pour compenser l'effet desséchant d' autres herbes comme **QIANG HUO** et **DU HUO** dans **Juan Bi Tang**.

### SELON LA MÉDECINE OCCIDENTALE

- Diminution de la perméabilité capillaire,
- action antiallergique,
- action hypotensive.
- anti-rhumatismale
- antibactérienne
- sédative
- analgésique
- anti-inflammatoire.

## CONTRE-INDICATIONS

- Constitution de déficience,
- déficience de Rate avec diarrhée, selles molles.
- douleur chronique et amaigrissement,
- polyurie.

## INDICATONS ET USAGES

### 1 - SYNDROME BI

· BI avec douleur par vent/humidité de l'ensemble du corps, spasmes des membres, contractures et spasmes des articulations, particulièrement des extrémités, difficulté de mobilisation des tendons et des os, ou douleur de courbatures des membres par vent pervers:

+ **DU HUO**, **FANG FENG**, **CHUAN XIONG**, **FANG JI**, **HAI TONG PI**

+ **DU HUO**, **FANG FENG**, **QIANG HUO**, **SANG ZHI**

· BI à prédominance chaleur avec fièvre, rougeur, chaleur, douleur et gonflement des articulations:

+ **MU FANG JI**, **JIN YIN TENG** (**REN DONG TENG**), **ZHI MU**

· BI à prédominance froid: + **QIANG HUO**, **DU HUO**, **GUI ZHI**, **FU ZI**

### 2 - FIÈVRE

· Fièvre en marée l'après-midi et sensation de chaleur venant des os par déficience de Yin, maladies consomptives par déficience de Yin:

+ **DI GU PI**, **BIE JIA**, **ZHI MU**

+ **QING HAO**, **DI GU PI**, **BIE JIA**

+ **QING HAO**, **DI GU PI**, **BIE JIA**, **ZHI MU**, **CHAI HU**, **DANG GUI**, **WU MEI** dans **Qin Jiao Bie Jia San**.

· Malnutrition infantile avec fièvre en marées par déficience de Yin: + **ZHI MU**, **DI GU PI**

3 - Jaunisse par humidité chaleur

+ **YIN CHEN HAO**, **ZHI ZI**

+ **YIN CHEN HAO**, **FU LING**, **ZE XIE**

## ASSOCIATIONS MAJEURES

### HAI TONG PI

Associés ils désobstruent et activent la circulation dans les méridiens de l'ensemble du corps, dispersent le vent humidité et arrêtent la douleur

Ils traitent donc les obstructions Bi de l'ensemble du corps par chaleur ou vent humidité chaleur comme par exemple lombalgie, myalgie, douleurs des jambes, douleurs articulaires, contracture par vent humidité ou vent humidité chaleur. Il est intéressant d'y adjoindre **JIU ZHI SANG ZHI**, **REN DONG TENG** et **HONG TENG**.

HAI TONG PI - BK09

*CORTEX ERYTHRINAE*

Écorce de la racine de l'érythrine



### SANG JI SHENG

On retrouve cette association sans Du Huo Ji Sheng Tang, qui lutte contre la douleur des lombes et des genoux, des tendons, des os, par déficience des reins ou par vent/froid humidité.

SANG JI SHENG- ST02

*RAMULUS LORANTHI*

Tige de Mûrier de Gui



### TIAN MA

On vise le vent et l'obstruction bi avec cette association. Ils désobstruent les liaisons et arrêtent la douleur grâce aux fonction de **QIN JIAO** qui chasse le vent, vainc l'humidité, détend les tendons, harmonise le sang, désobstrue les liaisons, arrête la douleur, et de **TIAN MA** donc l'action sur le vent interne est clairement en sa faveur.

Association reconnues pour traiter les douleurs articulaires par vent/froid humidité par exemple dans **Qin Jiao Tian Ma tang**.

TIAN MA - TU53

*RHIZOMA GASTRODIAE*

Rhizome de Gastrodia



### YIN CHEN HAO

Les deux plantes agissent sur l'humidité et font « reculer le jaune ». On les utilise ensemble pour traiter l'ictère et l'oligurie par humidité chaleur du Foie et de la Vésicule Biliaire.

YIN CHEN HAO - GR41

*HERBA ARTEMISIAE CAPILLARIS*

Tige d'armoise



## PAO ZHI - MODE DE PRÉPARATION



### JIU ZHI QIN JIAO

*PRÉPARÉE À L'ALCOOL*

Permet de mieux disperser le vent humidité, de désobstruer les liaisons et traiter les obstructions Bi.

Sources:

---

LÜ MEN 鹿門 - Ecole de Médecine Chinoise - Aix en Provence - <http://lecolelumen.fr>

Ch.ANDREAU - Cours magistraux sur l'étude des plantes

Ph.SIONNEAU - Pao Zhi, prescrire les substances médicinales chinoises préparées - Vitalis Spain - 2012 [k924](#)

Ph.SIONNEAU - Phytothérapie chinoise, les combinaisons efficaces - Guy Trédaniel éditeur- 2006 [k700](#)

P.STERCKX & Chen Jun - Herbes communes - Presse universitaire Guang Ming - 2009 [k144](#)

Institut CHU ZHEN - Commentaires des études complètes et essentielles de la Matière Médica - 1999 [k92](#)

La Pharmacopée Chinoise - Les herbes médicinales usuelles - [K714](#)

---

Auteur: Frédéric Contou-Carrère

Conseil rédactionnel: Bernard Thomassin

Design éditorial: byIndigo®

Planeta Verd

[www.planetaverd.net](http://www.planetaverd.net)

[planetaverd@planetaverd.ad](mailto:planetaverd@planetaverd.ad)

---