

Tableau simplifié des fonctions du Poumon (1/3)

Fonctions principales	Conséquences physiologiques	Conséquences pathologiques
Le Poumon régit la production d'énergie utilisable	A partir de l'énergie des aliments qui monte depuis l'abdomen sous forme de fumée blanche au niveau du Poumon, ce dernier y mélange l'énergie de l'air (ce qui pourrait correspondre à l'O ₂) pour fabriquer l'énergie utilisable par l'organisme (Qi en chinois).	Manque d'énergie générale : - Pas envie de parler, voix faible et sans force, - Fatigue et faiblesse des membres.
Le Poumon distribue l'énergie utilisable vers le bas du corps	- L'énergie fabriquée par la Rate et transformée par le Poumon circule harmonieusement dans l'organisme. - Pas de fatigue. Le Poumon régule aussi les échanges de qi entre le corps et l'environnement.	Difficultés à « embrayer » au lever, inspiration courte avec expiration normale, ce qui (correspond à certains cas d'asthme), toux, sensation d'inconfort dans la poitrine avec anxiété, halètement.
Le Poumon assure la diffusion, l'élimination des impuretés et la descente	1) Le Poumon assure la diffusion. Il diffuse les essences subtiles et les liquides extraits des aliments. Il inspire l'air pur et rejette l'énergie trouble. 2) Le Poumon régit l'élimination des impuretés et la descente. Grâce au mouvement de la respiration, il diffuse les essences subtiles et les liquides extraits des aliments, élimine les impuretés et maintient la voie respiratoire propre et dégagée.	1) Dysfonctionnement de la respiration : Respiration courte, difficile 2) Toux productive avec mucosités.
Le Poumon contrôle les méridiens et les vaisseaux sanguins	Comme il gouverne le qi, le Poumon contrôle tous les méridiens. Il aide le Cœur dans sa fonction circulatoire relative au liquide sanguin (donc : les vaisseaux sanguins), en lui fournissant le qi nécessaire Ce qui rend compte de la relation existant entre l'énergie du Poumon et le sang du Cœur, les deux fonctions se trouvant dans la partie haute de l'organisme (Foyer supérieur).	Troubles de la circulation sanguine dus à un manque d'énergie pour faire circuler le sang. Perturbation de la relation existant au niveau de l'énergie et du sang entre le Cœur et le Poumon.

Tableau simplifié des fonctions du Poumon (2/3)

<i>Fonctions principales</i>	<i>Conséquences physiologiques</i>	<i>Conséquences pathologiques</i>
Le Poumon gouverne la circulation de l'eau	Le Poumon est la source supérieure de l'eau. Par son action descendante, il aide à l'élimination de l'humidité en surplus (par les urines, les selles et la transpiration). Il participe au métabolisme des liquides en les transformant en liquides organiques, en particulier pour assurer une bonne dilatation des bronchioles. Il évite que les liquides s'accumulent et stagnent dans le corps.	Troubles du métabolisme des liquides : Accumulation de productions muqueuses et fluides au niveau du Poumon, œdèmes de type eau au niveau de la face, amplitude respiratoire diminuée.
Le Poumon diffuse le qi et les liquides organiques en surface	Le Poumon diffuse l'énergie dans l'espace compris entre la peau et les muscles. Le Poumon diffuse les liquides organiques dans l'espace compris entre la peau et les muscles (où il produit la transpiration).	Peau molle, flasque, sans énergie. Transpiration très abondante au moindre mouvement. Absence de transpiration.
Le Poumon est responsable de l'énergie de défense	Une partie de l'énergie du Poumon circule en permanence entre la peau et les muscles pour défendre l'organisme contre les perversités externes (vent, froid, chaleur, humidité...), entre autre en régissant l'ouverture et la fermeture des pores de la peau.	La personne contracte facilement : rhume, laryngite, grippe, etc.
Le Poumon contrôle la peau et les poils	Lorsque l'énergie du Poumon est harmonieuse, la peau est souple, les pores de la peau ne s'ouvrent que pour régulariser la température de l'organisme, les poils sont soyeux. On retrouve dans cette rubrique 2 autres signes distinctifs du Poumon : régularisation de l'eau (par la transpiration) et régularisation de l'énergie de défense (par l'ouverture ou la fermeture adéquates des pores de la peau). Les cheveux sont brillants.	Si l'énergie du Poumon n'est pas assez forte : - Les pores de la peau s'ouvrent, entraînant : transpiration spontanée ou au moindre effort, etc. - La peau n'est pas bien nourrie : elle devient sèche et sans éclat, - Les poils sont durs au toucher. Les cheveux sont cassants et secs.

Tableau simplifié des fonctions du Poumon (3/3)

Fonctions principales	Conséquences physiologiques	Conséquences pathologiques
Le Poumon s'ouvre au nez et contrôle les sécrétions nasales	<p>L'énergie du Poumon circule librement : La respiration est régulière, les orifices du nez sont dégagés et l'odorat est fin.</p> <p>Le nez est correctement humidifié et correctement lubrifié par les sécrétions nasales.</p>	<p>L'énergie du Poumon n'est pas fluide : Les décretsions nasales s'accumulent et provoquent un écoulement nasal ou un nez bouché. L'odorat est lui aussi modifié.</p>
Le Poumon régit la voix	<p>Le Poumon est la porte de la voix : C'est grâce à lui que la voix est claire et puissante.</p>	<p>La voix est affectée : Il y a soit enrrouement, soit aphonie, soit voix faible ou éraillée.</p>
Le Poumon abrite l'« âme corporelle »	<p>Apparaissant dès la conception, elle est la partie la plus physique et la plus matérielle de l'âme dont le rôle est d'« animer » le corps (anima = âme).</p>	<p>L'« âme corporelle » meurt avec le corps.</p>

Autres informations sur la fonction Poumon

<p>Élément, saison, couleur, entrailles, saveur, émotion, odeur correspondant au Poumon</p>	<p>1) Élément : Métal Allusion au poids du métal qui fait donc « descendre ».</p> <p>2) Saison : Automne (marqué par la sécheresse) C'est à cette période de l'année que les maladies du Poumon sont les plus courantes.</p> <p>3) Couleur : Blanc</p> <p>4) Entrailles : Gros intestin</p> <p>5) Saveur : Piquante (ou épicée). Cette saveur nourrit le Poumon</p> <p>6) Émotion : Tristesse, chagrin Émotions qui font « descendre » en épuisant l'énergie du Poumon</p> <p>7) Odeur : pourri (identique à un crachat purulent lors d'une infection pulmonaire)</p>
Aliments tonifiant le Poumon	<ul style="list-style-type: none"> - Pêches - Ail, Gingembre, Poireau, Radis, Oignon - Poivre, Menthe, Thé au jasmin.

Tableau des principales maladies liées à la fonction Poumon

Syndrome	Causes	Symptômes
Poumon atteint par le Vent – Froid	<ul style="list-style-type: none"> - Vent – Froid (externes) - Manque d'hygiène de vie : Ne pas se couvrir convenablement, écarts excessifs de température entre les différents lieux de vie, fatigue excessive, sommeil insuffisant, perturbations émotionnelles, etc. - Déficience chronique de l'énergie de défense 	<p>Crainte du froid, petite fièvre, éternuement, enrrouement, mal de tête, douleurs articulaires, pas de transpiration, obstruction et écoulements du nez, démangeaisons de la gorge, toux avec crachats blancs et fluides, pas de soif.</p>
Poumon atteint par le Vent – Chaleur	<ul style="list-style-type: none"> - Temps venteux ou tiède lors d'une saison froide (le froid, après 48 à 72 heures, se transforme en chaleur), temps chaud et sec. - Manque d'hygiène de vie : Ne pas se couvrir convenablement, écarts excessifs de température entre les différents lieux de vie, fatigue excessive, sommeil insuffisant, perturbations émotionnelles,... - Diminution de l'énergie défensive 	<p>Fièvre élevée, petite crainte du vent, transpiration, mal de tête avec sensation de distension du thorax, toux productrice de crachats jaunes et visqueux, sècheresse et douleur de la gorge, nez obstrué avec écoulements jaunes et épais, difficultés à respirer dans les cas graves.</p>
Poumon atteint par la sécheresse	<ul style="list-style-type: none"> - Sècheresse externe durant les saisons sèches ou l'automne - Atteinte de Vent – Chaleur externe qui se transforme en sécheresse 	<p>Sècheresse de la bouche, de la gorge et des narines, toux sèche sans crachat, gorge douloureuse, lèvres sèches, soif, douleurs au thorax lors de la toux, fièvre, mal de tête.</p>
Déficience de l'énergie du Poumon	<ul style="list-style-type: none"> - Faible constitution physique congénitale - Surmenage chronique - Toux chronique 	<p>Toux, fatigue, lassitude mentale, voix faible, difficultés à respirer, surtout à l'effort, mucosités claires et fluides, frilosité, attrape facilement un rhume ou une grippe, transpiration sans effort, pas envie de parler par manque de souffle, teint pâle ou blanc.</p>
Déficience du YIN du Poumon Déficit en liquides du Poumon qui n'est pas hydraté ni nourri normalement	<ul style="list-style-type: none"> - Maladies chroniques épuisant le corps - Surmenage - Toux chronique - Maladies fébriles de longue durée 	<p>Toux sèche avec peu de crachats, parfois mêlés de sang, fièvre durant l'après-midi, transpiration nocturne, aphonie, pommettes rouges, sècheresse de la bouche et de la gorge, amaigrissement.</p>