

## Comment se préparer à l'accouchement avec l'acupuncture ?

Je vous conseille , dans l'idéal , de commencer par une séance AVANT le 9 ème mois de grossesse , afin de travailler sur votre terrain.

Ensuite , prenez rdv vers 37 ou 38 SA , afin de commencer le travail le cas échéant de mûrissement du col , de descente du bébé , de préparation du périnée. Nous prendrons bien sur en compte tous les symptômes , physiques , psychiques et émotionnels.

Si le bébé n'est toujours pas né , nous pouvons prévoir une séance quelques jours avant le terme afin de lui « ouvrir la porte » , sachant qu'il appartient au bébé de choisir de la franchir. J'utilise volontiers l'électroacupuncture dans l'aide au déclenchement du travail , qui a montré ses preuves dans de nombreuses [études](#) :

Si vous n'avez jamais fait d'acupuncture et que vous êtes en fin de grossesse , vous pouvez néanmoins venir pour une seule séance , il y aura toujours un bénéfice !