

POUR UN COMPLÉMENT D'INFORMATIONS,  
NOUS VOUS INVITONS ÉGALEMENT À  
CONSULTER :

[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)

[www.acteurdemasante.lu](http://www.acteurdemasante.lu)

[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)

## Contacts

### Acupuncture

#### Martine Dupont

Prise de rendez-vous : [www.doctena.lu](http://www.doctena.lu)  
Tél.: 671 88 68 08  
[info@md-acupuncture.lu](mailto:info@md-acupuncture.lu)  
[www.md-acupuncture.lu](http://www.md-acupuncture.lu)

### Besoins nutritionnels de la femme

#### Dr Nadia Terki

Médecine nutritionnelle, préventive et thérapeutique  
Tél.: 621 32 77 93  
[nadiaterki@hotmail.com](mailto:nadiaterki@hotmail.com)

### Consultation diététique

#### Alexandra Schmit

Diététicienne, Master en Nutrition  
Tél.: 621 63 60 15  
[schmita.dietetique@gmail.com](mailto:schmita.dietetique@gmail.com)

### Thérapie conjugale et familiale - Sexothérapie

#### Fabienne Juncker-Quainon

Conseillère Conjugale et Familiale, Sexothérapeute  
Tél.: 621 45 33 21  
[ccf.junckerquainon@gmail.com](mailto:ccf.junckerquainon@gmail.com)  
[www.conseilconjugaletfamilial.lu](http://www.conseilconjugaletfamilial.lu)  
[www.sexualite-epanouie.lu](http://www.sexualite-epanouie.lu)

### Hypnose Ericksonienne et Périnatale

#### Concepcion Karthaeuser-Exposito

Infirmière diplômée d'état  
Master en sophrologie Caycédiennne, diplômée en  
Hypnose Ericksonienne et Hypnose Périnatale  
Tél.: 621 37 37 35  
[ckarthaeuser@hotmail.com](mailto:ckarthaeuser@hotmail.com)  
[www.sophrologie-sante.lu](http://www.sophrologie-sante.lu)

### Hypnose Seikoya

#### Ludivine Vetier

Infirmière diplômée d'état, Praticienne en Hypnose  
Ericksonienne  
Maître REIKI, Maître enseignant en Thérapies Brèves  
Tél.: (+33) 9 52 86 80 33  
[www.seikoya.com](http://www.seikoya.com)

### Naturopathie

#### Corinne Pinchi

Infirmière diplômée d'état, Naturopathe  
Tél.: (+33) 6 12 17 38 60  
[dolcevitasante@naturopathie-thionville.fr](mailto:dolcevitasante@naturopathie-thionville.fr)  
[www.naturopathe-thionville.fr](http://www.naturopathe-thionville.fr)

### Premiers secours émotionnels

#### Viviane Kieffer-Schmit

Infirmière diplômée d'état, Conseillère de premiers  
secours émotionnels  
Tél.: 691 72 06 03  
[info@babymassage.lu](mailto:info@babymassage.lu)  
[www.babymassage.lu](http://www.babymassage.lu)

### Sexothérapie

#### Laura Hendriks

Sexologue clinicienne (UCL)  
Tél.: 691 99 41 99  
[laura.hendriks@sexpert.lu](mailto:laura.hendriks@sexpert.lu)

### Sophrologie

#### Concepcion Karthaeuser-Exposito

Infirmière diplômée d'état  
Master en Sophrologie Caycédiennne, diplômée en  
Hypnose Ericksonienne et Hypnose Périnatale  
Tél.: 621 37 37 35  
[ckarthaeuser@hotmail.com](mailto:ckarthaeuser@hotmail.com)  
[www.sophrologie-sante.lu](http://www.sophrologie-sante.lu)

### Yoga prénatal

#### Tiphaine Dourster

Sage-femme  
Tél.: (+33) 6 86 52 71 83  
[t.dourster@hotmail.fr](mailto:t.dourster@hotmail.fr)

#### Julie Péchard

Sage-femme  
Tél.: (+33) 6 59 83 24 06  
[julie.pechard@hotmail.com](mailto:julie.pechard@hotmail.com)

**Nos thérapies  
complémentaires**

[www.hopitauxschuman.lu](http://www.hopitauxschuman.lu)



## Une offre de soins en thérapies complémentaires

Le Pôle Femme, Mère, Enfant des Hôpitaux Robert Schuman accorde aux thérapies complémentaires une place concrète dans son offre de soins. En effet, certaines méthodes adjuvantes à la médecine conventionnelle sont proposées dans les domaines de la femme, du couple et du nouveau-né. Ces activités sont assurées dans le cadre d'un partenariat par un ensemble de professionnels libéraux, diplômés et qualifiés en thérapies complémentaires.

## Quelles thérapies complémentaires ?

### L'acupuncture

L'acupuncture est une pratique thérapeutique ancestrale qui repose sur l'idée d'un flux d'énergie.

Dans la vie des femmes, les indications sont nombreuses: arrêt du tabac, troubles du poids, douleurs menstruelles, migraines, amélioration de la fertilité, accompagnement des procréations médicalement assistées. L'acupuncture soulage naturellement les troubles de la grossesse (nausées, hypersalivation, douleurs lombaires...) et prépare à l'accouchement.

L'acupuncture aide aussi la jeune maman dans le cadre de l'allaitement, la dépression du post-partum, la perte de poids.

Les bébés peuvent également profiter des bienfaits de l'acupuncture japonaise, sans aiguille, par un doux travail énergétique. Les séances sont très courtes (maximum 5 minutes) et améliorent régurgitations, coliques, pleurs...

## Les besoins nutritionnels de la femme et consultation diététique

Ils changent en fonction des différentes étapes de sa vie. Comment adopter la meilleure alimentation pour une santé optimale du pré-conceptionnel à la grossesse, puis durant la période d'allaitement ?

N'oublions pas les besoins lors de la pré-ménopause à un âge très avancé pour vieillir en bonne santé.

Comment rétablir l'équilibre de son poids et le stabiliser suite à toutes ces périodes de fluctuations hormonales? Surpoids, diabète, cancer, ostéoporose : quelle alimentation adopter ?

## Thérapie conjugale et familiale - Sexothérapie

Thérapie de couple autour des thématiques suivantes: conflits, mécontentement, éloignement, adultère, violence conjugale et séparation. Ruptures à répétition.

Egalement: désir d'enfant, place de l'enfant, place des parents, interruption volontaire de grossesse. Deuil d'un enfant.

Accompagnement individuel et de couple visant à surmonter une difficulté sexuelle et/ou à redéfinir et mieux épanouir la sexualité du quotidien.

## L'hypnose thérapeutique et périnatale

L'objectif de cette discipline est d'amener l'Inconscient et le Conscient à travailler ensemble afin de permettre de régler des difficultés variées aussi bien physiques qu'émotionnelles de la personne.

Dans l'hypnose Ericksonienne, le praticien est à l'écoute, il adapte son style d'élocution et d'approche à la personne qu'il reçoit. Il permet à la personne d'accéder à ses propres ressources pour implémenter les changements souhaités. Les applications sont nombreuses sur le plan physique, comportemental et du développement personnel, notamment dans le domaine de la périnatalité.

## L'hypnose Seikoya

Seikoya est une méthode élaborée subtilement dans l'excellence et l'innovation pour envelopper la vie. Elle orchestre minutieusement les thérapies brèves et accompagne conception, grossesse, santé et performances.

L'objectif de la méthode est triple :

- faire de la naissance d'un enfant un moment unique, particulier et merveilleux;
- transmettre des clés pour reprendre le contrôle sur sa vie et accéder à son équilibre;
- faire de chaque individu une personne reconnue par sa perspicacité face aux difficultés ainsi que la maîtrise de ses talents.

## La naturopathie

La naturopathie regroupe différentes méthodes thérapeutiques non conventionnelles en mesure de favoriser un retour à l'équilibre du fonctionnement de l'organisme: hygiène alimentaire, gestion du stress, exercices respiratoires, phytothérapie, aromathérapie, micronutrition, hydrothérapie interne et externe, réflexologie, etc.

Elle s'applique dans tous les milieux à titre individuel ou en collectivité. Ces méthodes peuvent être utilisées en secteurs médicalisés tels que la maternité et la cancérologie.

## Les premiers secours émotionnels - Emotionelle Erste Hilfe

Cette approche fait appel à la psychothérapie corporelle moderne centrée sur l'élaboration du lien entre les parents et les nouveau-nés ou jeunes enfants.

Elle y trouve un intérêt dans les troubles émotionnels par exemple des expériences difficiles autour de la grossesse, des bébés pleurants, inconsolables, qui dorment insuffisamment...

## La sophrologie

C'est une méthode de relaxation physique et mentale qui renforce la présence du corps et permet de prendre conscience de soi et de ses émotions au moment où elles se présentent. Elle permet de surmonter et/ou de transformer nos émotions telles que l'anxiété, la peur, la tristesse, en pensées positives.

Cette pratique psychocorporelle s'appuie sur des exercices à la fois statiques et dynamiques tels que la respiration, la visualisation, des activations corporelles par le mouvement, le toucher associées à des exercices respiratoires.

La sophrologie a de nombreuses indications. En obstétrique, elle aide les futures mamans à vivre les différentes étapes de sa grossesse ainsi que l'accouchement avec plus de sérénité et de confiance.

## Le yoga prénatal

Le yoga est une discipline qui considère l'individu dans sa globalité et qui touche aussi bien le corps que l'esprit.

Le yoga prénatal repose sur la maîtrise du souffle (le Prana) ainsi que sur un enchaînement de postures (Assanas) adaptées aux femmes enceintes afin de faciliter le déroulement de la grossesse et de l'accouchement.

Sa pratique a une action bénéfique sur les inconforts de la grossesse comme les douleurs dorsales, les lombalgies, les douleurs de type sciatique.

Le yoga prénatal est complémentaire à la préparation classique à la naissance et permet d'améliorer la mobilité du bassin, la tonicité musculaire et l'élasticité du périnée.

Il apporte une détente physique et mentale à la future maman profitables à son bébé.