

Approches non médicamenteuses en ETP:

Parlons en ensemble

Magalie Baudrant,

Pharmacien Hospitalier, membre de l'UTEP, CHU Grenoble

Caroline Maindet,

Praticien Hospitalier, Médecin Douleur, membre de l'UTEP, CHU Grenoble

LOGO de UTEP



Déroulement de l'atelier



1- S'accorder ... De quoi parle t'on ?

2- Pourquoi aborder cette thématique aujourd'hui dans la
cadre de l'ETP ?

3- Quels sont nos craintes éventuelles et nos leviers ?

4- Retours et partages d'expériences

De quoi parle t'on ?

Pouvez-vous chacun nous citer une
approche non médicamenteuse ?

... Les approches non médicamenteuses???

- Approches, pratiques, techniques, médecines, interventions ...
- Médicamenteuses et non médicamenteuses
- Conventionnelles et non conventionnelles
- Allopathique et traditionnelle
- Médecines complémentaires et alternatives

- Médecine « douce » versus médecine « dure » !
- Médecine « naturelle » versus « chimique »

Médecines Traditionnelle et Complémentaire Définitions de l'OMS

Encadré 1 : Définitions de la MT/MC

Médecine traditionnelle (MT) :

La médecine traditionnelle est très ancienne. C'est la somme de toutes les connaissances, compétences et pratiques reposant sur les théories, croyances et expériences propres à différentes cultures, qu'elles soient explicables ou non, et qui sont utilisées dans la préservation de la santé, ainsi que dans la prévention, le diagnostic, l'amélioration ou le traitement de maladies physiques ou mentales.

[\(http://www.who.int/medicines/areas/traditional/definitions/en/\)](http://www.who.int/medicines/areas/traditional/definitions/en/).

Médecine complémentaire (MC) :

Les termes « médecine complémentaire » ou « médecine alternative » font référence à un vaste ensemble de pratiques de santé qui ne font pas partie de la tradition ni de la médecine conventionnelle du pays et ne sont pas pleinement intégrées à son système de santé prédominant. Dans certains pays, ils sont utilisés de manière interchangeable avec le terme « médecine traditionnelle ».

[\(http://www.who.int/medicines/areas/traditional/definitions/en/\)](http://www.who.int/medicines/areas/traditional/definitions/en/).

Médecine traditionnelle et complémentaire (MT/MC) :

La MT/MC fusionne les termes de MT et de MC, englobant les produits, pratiques et praticiens de chaque.



Stratégies **Complémentaires** aux traitements conventionnels

« Les médecines occidentale et chinoise sont compatibles, les associer permettra de faire de grands progrès sur le plan médical » J. Trautmann

Médecines Alternatives et Complémentaires (MAC ou CAM, Complementary and Alternative Medicine) selon l'Ordre des Médecins

4 catégories de MAC

Les médecines alternatives et complémentaires font appel à des techniques et pratiques aussi nombreuses que diversifiées. L'OMS, l'Inserm ainsi que le National Center for Complementary and Integrative Health distinguent ainsi :



Les thérapies biologiques, c'est-à-dire utilisant des produits naturels issus de plantes, de minéraux ou d'animaux (phytothérapie, aromathérapie...).



Les thérapies manuelles, axées sur la manipulation (ostéopathie, chiropraxie...).



Les approches corps-esprit (hypnose médicale, méditation, sophrologie...).



Les systèmes complets reposant sur des fondements théoriques et pratiques propres (acupuncture, homéopathie...).

Catégories d'Interventions non médicamenteuses (INM) selon Haute Autorité de Santé (HAS)

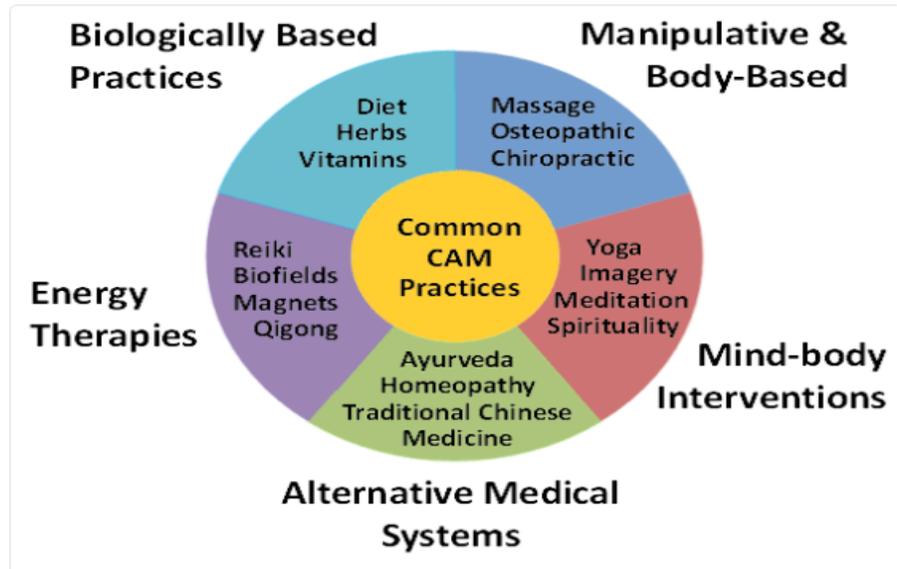
Plusieurs catégories d'INM selon la HAS

Les INM appartiennent à trois catégories selon la [Haute Autorité de Santé française](#) (HAS, 2011), les « *thérapeutiques physiques* », les « *règles hygiéno-diététiques* » et les « *traitements psychologiques* ». La [plateforme universitaire CEPS](#) de Montpellier travaillant spécifiquement sur le sujet a identifié 5 catégories et 19 sous-catégories d'INM comme le montre la figure suivante.

 Interventions psychologiques santé	 Interventions physiques santé	 Interventions nutritionnelles santé	 Interventions numériques santé	 Autres interventions NM santé
Art Thérapie Education pour la santé Psychothérapie Zoothérapie	Activité physique Hortithérapie Physiothérapie Thérapie manuelle Thermalisme	Complément alimentaire Thérapie nutritionnelle	Objet connecté Thérapie par le jeu vidéo Thérapie par la réalité virtuelle	Objet ergonomique Phytothérapie Thérapie cosmétique Thérapie par les ondes Lithothérapie

Classification en 5 catégories selon *Twitter* !

classification of complementary and
alternative medicine
on.fb.me/1da8r4f
#EnergyTherapies #Mind-body



- Thérapies **biologiques** naturelles (plantes, vitamines, diététique)
- Thérapies **physiques manuelles** (ostéopathie, chiropractie...)
- Approches **psychocorporelles** (Hypnose, Méditation pleine conscience)
- Thérapies **énergétiques** (toucher thérapeutique, Qi Gong...)
- Autres pratiques et approches de la santé (**Médecines traditionnelles** chinoise, ayurvédique, homéopathie, naturopathie...)

**VASTE CHOIX !
NOMBREUSES POSSIBILITES !**

Classifications selon le mode d'administration

➤ **Auto-administration**

- Plantes
- Compléments alimentaires
- Méditation

➤ **Administration par un tiers praticien**

- Acupuncture
- Massage
- Réflexologie
- Ostéopathie

➤ **Auto-administration avec supervision périodique**

- Yoga
- Biofeedback
- Tai chi

Pourquoi aborder cette thématique
aujourd'hui dans le cadre de l'ETP ?

Médecines Complémentaires = pratique d'Automédication

- Exemple en **Cancérologie**
- Utilisation = **35.9%** (en Europe) (de **7%** à **64%**)
- Homéopathie (60%), phytothérapie (37,5%), injections d'extraits de gui (40 %), régimes diététiques particuliers, suppléments alimentaires, vitamines, minéraux (44%), thés, infusions, thérapies spirituelles, acupuncture, techniques de relaxation...
- Contre effets gênants des anticancéreux / effets gênants en général (85 %), renforcer les défenses de l'organisme (78,5 %), traiter la maladie (27,5 %)
- **30 % des malades n'informent pas leur oncologue**
- Utilisation sur recommandations des amis et/ou famille et médias

Au moins 50% des patients ont eu recours une fois dans leur vie

Questionnement d'une grande **majorité des patients souffrant d'une maladie chronique**

Démarche constructive, positive de vouloir agir pour prendre en charge sa santé, prendre soin de soi !

Médecines Complémentaires = Patient au centre de sa prise en charge

- Repositionne le patient comme acteur
- Ecoute
- Partage
- Bienveillance
- Environnement apaisant
- Alliance thérapeutique
- Confiance mutuelle
- **Décision partagée**
- **Engagement des 2 acteurs**
- Accompagnement
- Bout de chemin ...

Relation de soin !

**AU CŒUR DE LA
POSTURE EDUCATIVE !!**

**+ ATTENTES DES
PATIENTS**

Chaque acteur
retrouve un Sens ...

Avez-vous envisagé un
accompagnement éducatif
sur cette thématique ?

Quels ont été vos craintes, les freins et
les leviers ?

Retours et partages d'expériences

KIT-KAD: un exemple de séance éducative

- Multiples facettes de la douleur chronique
- Sollicitations et utilisation ++++ des « Complementary and Alternative Medicine » (MCA)
- Réel besoin exprimé par les patients souffrant de douleur chronique
- Difficultés des professionnels de santé pour répondre aux demandes de leurs patients

- Double objectif :

1- « **Objectif patient** » :

proposer un espace d'échanges autour des approches non médicamenteuses

+ apporter des données validées par un groupe d'experts de la santé pour sécuriser leur utilisation

2- « **Objectif soignant** » :

fournir un outil d'aide aux professionnels de santé permettant l'ouverture d'un espace de parole avec leurs patients

+ échanger et se positionner sur les approches non médicamenteuses dans la douleur chronique pour répondre aux questions des patients



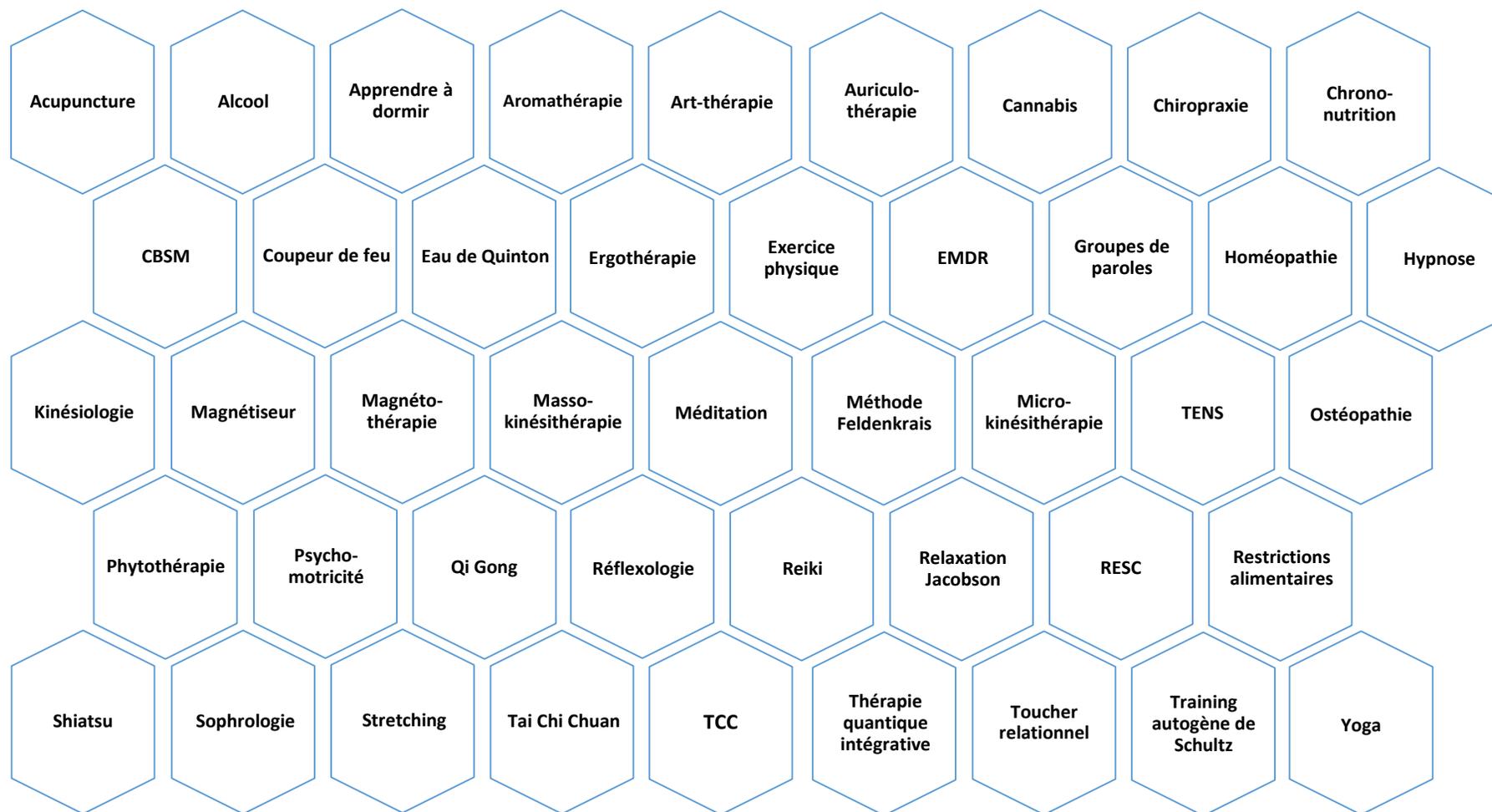
Thématique des médecines complémentaires intégrée au sein d'autres séances éducatives

- Atelier 1
 - « Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »
- Atelier 2
 - « je connais mieux mes médicaments, je comprends mieux mon ordonnance et j'adapte mon traitement pour contrôler ma douleur »
- Atelier 3
 - « Que pensez-vous des approches non médicamenteuses pour gérer ma douleur ? »
- Atelier 4
 - « Comment moduler ma douleur et mes activités? »

Equipe Kit-KAD

Dr Julie AMIEL : Pharmacien d'officine
Dr Magalie BAUDRANT : Pharmacien hospitalier- UTEP CHU Grenoble
Laurence BENITEZ : Patiente ressource
Cécile BOSCAPOMI : Ergothérapeute - Centre Hospitalier Rhumatologique d'URIAGE
Dr Anne FAVRE-JUVIN : Médecin -CHU Grenoble
Aurélié GAUCHET : Maître de conférences en psychologie de la santé, Université Grenoble-Alpes.
Dominique GILET : Infirmière ressource douleur - CH Voiron
Dr Sylvie GROSCLAUDE : Médecin - Centre Hospitalier Rhumatologique d' URIAGE
Sophie HERITIER : Psychologue - CH Voiron
Dr Caroline MAINDET DOMINICI : Médecin - CHU Grenoble
Jean Pierre PETROD : Patient ressource
Catherine RIGOLET : Masseur-kinésithérapeute - Centre Hospitalier Rhumatologique d' URIAGE
Véronique VION-GENOVESE : Masseur-kinésithérapeute - UTEP CHU Grenoble

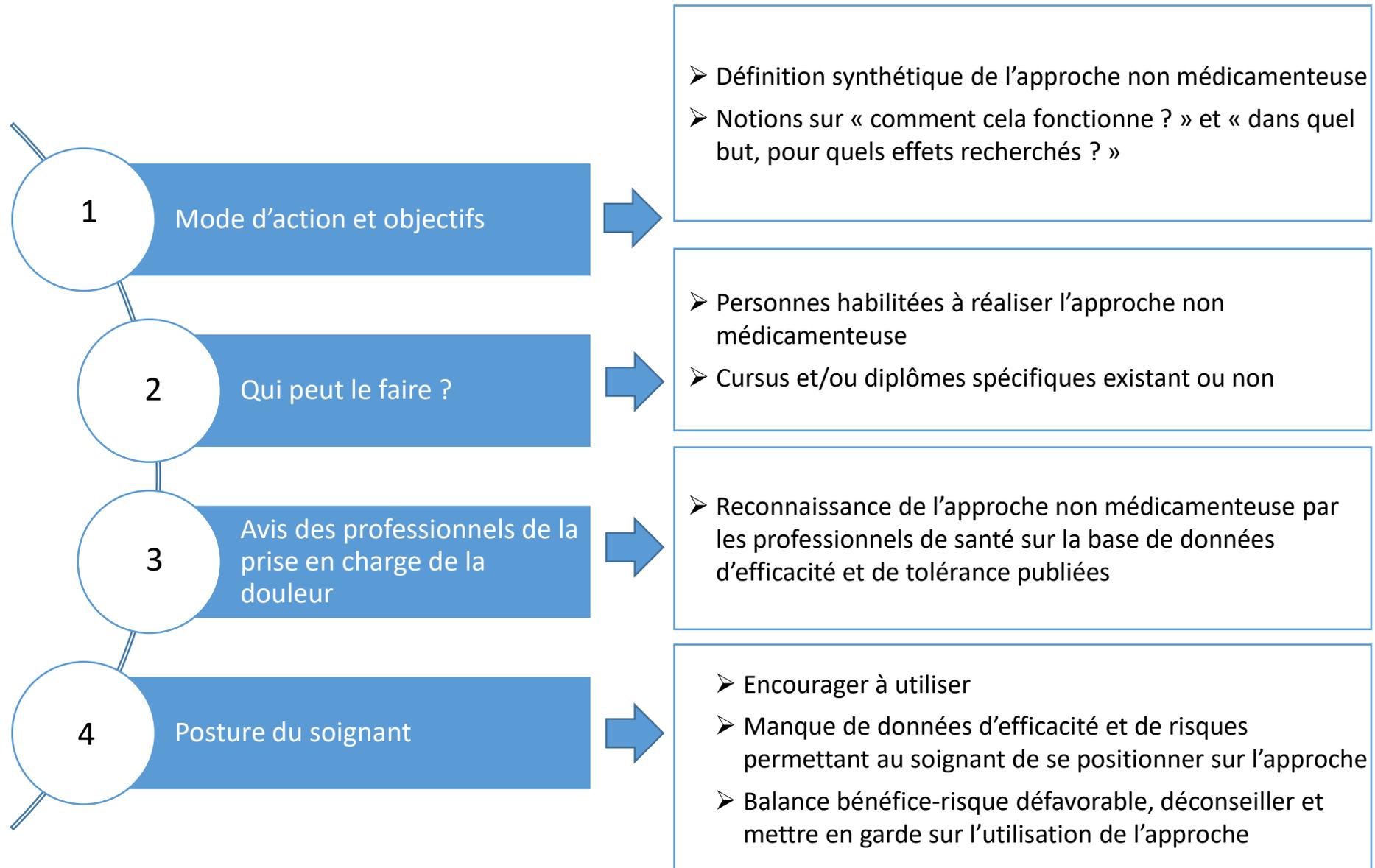
44 approches répertoriées



→ Synthèse des données de la littérature (efficacité et tolérance) disponibles dans la douleur chronique



Création des outils pédagogiques - Contenu



ACUPUNCTURE



« Mode d'action » et objectif :

L'acupuncture s'appuie sur les grands principes de la médecine chinoise : yin et yang, en utilisant les méridiens énergétiques en stimulant certains endroits du corps bien précis pour provoquer l'action souhaitée sur l'organisme et rétablir l'équilibre énergétique du corps.

L'acupuncture travaille sur l'ensemble du corps en appliquant de très fines aiguilles, stériles à usage unique, sous la peau pendant au moins 20 minutes. Plusieurs séances sont souvent nécessaires d'autant plus si la pathologie est installée depuis longtemps.

Qui peut le faire ?

En France, l'acupuncture est réglementée, elle ne peut être pratiquée que par des professions médicales ayant obtenu le diplôme qualifiant.

Les professions médicales pouvant pratiquer l'acupuncture sont les médecins, les chirurgiens-dentistes pour les actes en lien avec la chirurgie dentaire et les sages-femmes pour les actes en lien avec l'obstétrique.

Toute autre personne pratiquant l'acupuncture peut être condamnée pour exercice illégal de la médecine.

Avis des professionnels de la prise en charge de la douleur :

Technique reconnue comme étant efficace dans la prise en charge de la douleur et de ses symptômes associés (stress, anxiété, trouble du sommeil, fatigue...).

Posture du soignant :

Encourager à utiliser uniquement avec un médecin, un chirurgien-dentiste, une sage-femme.

THÉRAPIES COGNITIVES ET COMPORTEMENTALES (TCC)



« Mode d'action » et objectif :

Les Thérapies Cognitives et Comportementales sont des techniques de psychothérapie « brève » (nombre de séances limité).

L'objectif est de comprendre sa façon de fonctionner habituellement et d'apprendre à s'adapter différemment pour modifier son comportement vis-à-vis de la situation douloureuse sans en rechercher l'origine.

Qui peut le faire ?

Un professionnel de santé ou de la psyché formé à la pratique.

Avis des professionnels de la prise en charge de la douleur :

Technique reconnue comme étant efficace dans la prise en charge de la douleur et de ses symptômes associés (stress, anxiété, trouble du sommeil, fatigue...).

Posture du soignant :

Encourager à utiliser.

COUPEUR DE FEU



« Mode d'action » et objectif :

Cette technique s'appuie sur la transmission d'énergie d'une personne à une autre quelle que soit la distance les séparant pour rétablir l'équilibre énergétique du corps.

Le coupeur de feu travaille uniquement sur la douleur liée à une brûlure.

Qui peut le faire ?

Toute personne peut prétendre être coupeur de feu, « avoir le don ».

Avis des professionnels de la prise en charge de la douleur :

Technique NON reconnue dans la prise en charge de la douleur.

Posture du soignant :

Aucune donnée d'efficacité et de risques concernant cette technique permettant au soignant de se positionner sur cette technique.

Le coupeur de feu n'établit pas de diagnostic médical, ne fait aucune prescription médicamenteuse, ne donne aucun conseil en homéopathie et phytothérapie et ne demande jamais de suspendre un traitement médical.

KINÉSIOLOGIE



« Mode d'action » et objectif :

Le principe fondateur de la kinésiologie est que chacun porte en lui les traces de sa propre histoire. Cette technique s'appuie sur des tests musculaires afin de localiser le stress dans le corps, de corriger les déséquilibres dus à ce stress et de vérifier si les corrections ont bien fonctionné.

Qui peut le faire ?

Toute personne formée à la pratique, de préférence un professionnel de santé.

Avis des professionnels de la prise en charge de la douleur :

Technique NON reconnue comme étant efficace dans la prise en charge de la douleur et de ses symptômes associés (stress, anxiété, trouble du sommeil, fatigue...).

Posture du soignant :

Manque de données d'efficacité et de risques concernant cette technique permettant au soignant de se positionner sur cette technique.

La personne formée à la pratique n'établit pas de diagnostic médical, ne fait aucune prescription médicamenteuse, ne donne aucun conseil en homéopathie et phytothérapie et ne demande jamais de suspendre un traitement médical.

Intérêts de cette proposition éducative

Pas de séance éducative dédiée à la thématique des approches non médicamenteuses
Patients et professionnels de santé très demandeurs
Patients : « Séance éducative innovante, décalée, permettant un espace d'échanges »
Professionnels de santé : « Prise de position et arguments »

Liste non exhaustive
Nécessité de mise à jour et de suivre les « nouveautés » !

Patients =
échanges, confrontation des connaissances,
croyances
+ apprentissage dans un cadre sécurisé

Professionnels de santé =
mieux armés pour aborder la thématique des
approches non médicamenteuses

Crainces des professionnels de santé , Risques pour les patients ?

➤ Toxicité des produits, iatrogénie des actes ...

➤ Formations des « thérapeutes » ??

4 000 « psychothérapeutes » autoproclamés sans formation et inscrits sur aucun registre

➤ Dérives sectaires dans le domaine de la santé

= ~ 40 % des signalements de Miviludes (*Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires*)

Arrêté du 3 février 2009 : Création du Groupe d'appui technique sur les Pratiques Non Conventionnelles A Visée Thérapeutique

- lutte contre les pratiques dangereuses
- repérage des pratiques prometteuses
- information en direction du public

<http://www.inserm.fr/thematiques/sante-publique/rapports-publies>

RAPPORTS : acupuncture, ostéopathie, chiropractie, hypnose etc...

Messages à retenir pour les patients

- Quel sens je donne à cette médecine, thérapeutique ?
- Quel(s) effet(s) recherchés pour soi ?
- Je m'informe sur la formation du professionnel qui réalise la technique, son lieu d'exercice
- Je suis vigilant(e) sur l'environnement (sectes, arnaques...)

Pour les patients comme pour les professionnels:

Ce n'est pas une question d'y croire ou non ...

Mais envisager une **pratique et/ou une utilisation sécurisée**
pour tester

Messages à retenir pour les patients

- Perception des patients plutôt « d'être sans risque et efficace »

⇒ Garder même regard critique que médecine conventionnelle, « médicaments »

- **6 points de vigilance pour les produits qq soit la voie d'utilisation (*phytothérapie, Huiles essentielles, produits cosmétiques, alimentaires, diététiques, sportifs...*) :**

1- Quelles **parties de la plante** utilisées, modalités de prise, d'administration ?

(infusion, décoction, forme sèche, dilution...) « **recette de cuisine** »

2- **Toxicité**, effets non désirés, gênants ?

3- Données d'**efficacité** (vigilance à la qualité méthodologique, rigueur scientifique de l'étude) ?

4- **Interactions médicamenteuses** possibles ?

5- **Origine et circuit de distribution** ?

6- **Vigilance** vis-à-vis du « **porte-monnaie** » !

Commandes sur internet à risque +++

= Mise en sécurité ⇒ Choix personnel éclairé !

Effet placebo
existe !

Enfin ne pas oublier **d'évaluer l'effet sur soi** en gardant regard critique !

Messages à retenir pour nous, les professionnels de santé ...

- Difficultés des patients à évoquer cette thématique avec les soignants
 - ⇒ **Laisser nos représentations au placard !**
 - ⇒ **Montrer sa capacité à entendre ...**
- Essayer de **suivre la « Mode »** mais à la vitesse des réseaux sociaux !!
- **S'intéresser, s'informer, se former, faire une analyse scientifique des données** pour répondre aux patients
- **Développer la recherche académique dans ce domaine,**
créer des bases de données, innover sur le plan méthodologique ...
- **Innover et proposer des outils d'aide à la décision, éducatif**