

La place de la médecine douce, en oncologie

... Par Dr Radja Abada, Pr Adda Bounedjar

I. Introduction

La médecine douce, ou les thérapies complémentaires, sont des pratiques auxquelles nos patients recourent, dans plus de 50% des cas et qui ont une certaine place, dans l'offre de soins ; soit, en parallèle à la thérapie conventionnelle, soit en alternative.

Il est, donc, important de faire le point sur les pratiques existantes ; celles qui sont reconnues et celles qui sont efficaces, mais à manier avec précaution.

II. Définitions

Les thérapies complémentaires regroupent des approches, des pratiques, des produits de santé et médicaux, qui ne sont pas, habituellement, considérés comme faisant partie de la médecine conventionnelle, à un endroit et à une période donnée (définition du National Center for Complementary and Alternative Médecine).

Ces thérapies peuvent être complémentaires (utilisées en compléments de la médecine conventionnelle), ou alternatives (utilisées à la place de la médecine conventionnelle).

La notion de médecine intégrative désigne le recours simultané à la médecine conventionnelle et aux thérapies complémentaires.

Médecine conventionnelle = Académique = Allopathique (en oncologie, chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie).

Médecine non conventionnelle = complémentaire = douce = naturelle = parallèle = complémentaire.

III. Epidémiologie

La prévalence de l'utilisation des thérapies complémentaires varie selon les cultures et les pays.

En France : **28%** à **60%**. En Europe : **35,9%**, en moyenne. Au Canada : **43%**.

Ces différences de pourcentage dépendent des thérapies complémentaires utilisées pour chaque étude. Les plus répandues sont :

En France : homéopathie, suppléments alimentaires, régimes diététiques, phytothérapie, acupuncture, activité physiques adaptées.

Au Canada : les approches à dimension biologique (vitamines, suppléments, plantes) sont, de loin, les plus utilisées, dans **80%** des cas et les autres approches, corporelles et spirituelles, dans **20%** des cas.

En Algérie : phytothérapie (berrostom, ktaff, graviola, etc...), rituel spirituel (roukya, eau bénite zemzem).

Les principales sources d'information : entourage, presse, internet, soignants.

Contrairement aux pays développés, nos patients ne discutent pas l'utilisation de ces approches avec un professionnel de santé. Ils se fient à leurs intuitions, pour faire le choix et souvent, ne révèlent pas l'utilisation.

IV. Classification des thérapies complémentaires

Techniques

Thérapies du corps et de la psyché (ex : méditation, sophrologie...)

Thérapies fondées sur la manipulation physique (ex : ostéopathie, chiropraxie...)

Substances

Thérapies fondées sur les produits naturels (ex : suppléments alimentaires, phytothérapie...)

Systèmes médicaux complets

Reposant sur des théories, des procédés et une littérature scientifiques propres (ex : homéopathie, acupuncture...)

V. Efficacité et bénéfice de ces thérapies

L'homéopathie repose sur le principe de similitude et dilution. Elle vise à reproduire les symptômes de maladie par des produits hautement dilués, afin de renforcer les capacités de guérison. En effet, des études préliminaires (faible niveau de preuve) ont montré que l'homéopathie permet de lutter contre la fatigue, l'anxiété ; mais, aussi, la nausée, la constipation, la perte d'appétit et les problèmes cutanés, qui peuvent survenir pendant, ou après un traitement. Si le malade doit subir une chirurgie, l'homéopathie peut, également, permettre une meilleure cicatrisation.

L'acupuncture est une thérapie non médicamenteuse ; une discipline thérapeutique issue de la tradition médicale chinoise désignant l'ensemble des techniques de stimulation de points précis du corps, par l'implantation et la manipulation d'aiguilles et/ou une stimulation thermique (moxibustion). Elle peut, aussi, être électrique, laser, ou mécanique (acupressing) visant à stimuler les défenses immunitaires et l'énergie vitale du malade. Elle est, donc, un soin de support, en onco-hématologie, luttant contre les effets secondaires des traitements et ne doit pas être considérée comme un traitement curatif du cancer.

Les principales cibles sont les effets secondaires digestifs : action prouvée sur l'incidence des nausées et vomissements, douleurs, bilans biologiques et immunité, syndrome mains-pieds, xérostomie radio-induite, asthénie, troubles du sommeil, angoisse, lassitude, bouffées de chaleur, prise de poids, œdèmes, chimio blues.

La sophrologie est une méthode psychocorporelle, qui combine des exercices de respiration et de décontraction musculaire et la visualisation mentale, qui intervient durant toutes les étapes de la maladie, pour mieux récupérer après les traitements, gérer l'anxiété et les troubles de sommeil, la douleur, positiver et visualiser des images de guérison.

VI. Les conséquences, pour les patients

Utiliser une thérapie

<p>En complément de la médecine conventionnelle</p>	<p>Sans en informer l'équipe soignante</p>	<p>Risques :</p> <p>1 - Interaction avec le traitement conventionnel (induction, ou inhibition enzymatique)</p> <p>2 - Toxicité directe de la thérapie.</p> <p>3 - Dérives sectaires aboutissant à une rupture du traitement conventionnel.</p>
<p>En remplacement de la médecine conventionnelle</p>	<p>Risques :</p> <p>1 - Risque de toxicité directe de la thérapie.</p> <p>2 - Dérives sectaires.</p> <p>3 - Retard au diagnostic et/ou de prise en charge.</p>	

1 - Naturel ne veut pas dire sans risque.

2 - une thérapie complémentaire ne peut jamais répondre à une situation d'urgence.

3 - Placébo ne veut pas dire inefficace.

4 - L'absence de preuve n'est pas la preuve de l'absence d'efficacité.

VII. Conclusion

Il est difficile d'enquêter sur chacune de ces nombreuses pratiques, très différentes les unes des autres. Il est admis que certaines médecines alternatives, ou complémentaires, peuvent apporter un bénéfice à certains patients, sur conseils de proches, de paramédicaux. Malheureusement, ce bénéfice n'est pas quantifiable et il faut bien retenir que ce n'est pas parce qu'une thérapeutique est naturelle qu'elle est, forcément, saine.

Les médecins ne doivent pas déconseiller formellement toute utilisation de traitements complémentaires, mais aider leurs patients à les utiliser d'une façon optimale. Le surcoût occasionné par l'utilisation de ces pratiques doit, également, être pris en considération, certains « thérapeutes » n'hésitant pas à profiter de la crédulité et de la fragilité inhérentes à la quête d'espoir de certains patients atteints d'une pathologie potentiellement mortelle ■

