

SOINS PALLIATIFS & APPROCHES ANTALGIQUES NON MÉDICAMENTEUSES

En France, de plus en plus de personnes malades ont recours à des thérapies et des pratiques complémentaires. Ces méthodes ont des effets bénéfiques sur la douleur physique, sur le bien-être moral et sur la qualité de vie.

Indications et conditions d'utilisation

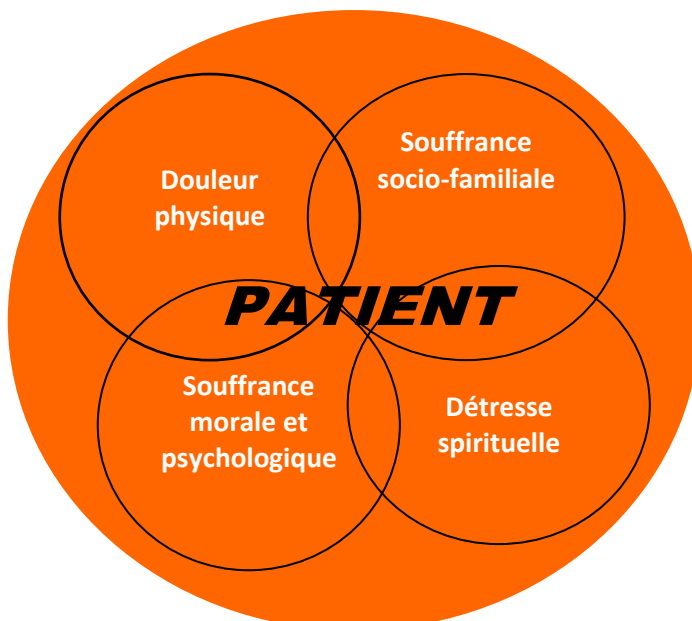
Ces pratiques non médicamenteuses ont souvent une approche **pluridisciplinaire**, proposées par des **professionnels qualifiés**, issus de formations universitaires diplômantes ou dans le cadre de la formation continue. L'accord du médecin référent est recommandé.

Si les médicaments antalgiques restent la clé de voûte du traitement de la douleur, ces approches non médicamenteuses peuvent être utiles pour prendre en charge des symptômes d'inconfort afin de mieux soulager les personnes atteintes de maladies graves et évolutives.

Ces pratiques ont toutes la même finalité : renforcer le contrôle endogène de la douleur

- En permettant parfois de diminuer les doses d'antalgiques et/ou leurs effets secondaires.
- En améliorant la qualité de vie, en retrouvant des sensations agréables, en valorisant la personne.

Les approches antalgiques non médicamenteuses s'intègrent dans le concept de **souffrance globale** « Total Pain » dont la douleur constitue un des éléments primordiaux.







« TOTAL PAIN »
Cicely Saunders

Approches antalgiques non médicamenteuses (liste non exhaustive)

Classification des Interventions Non Médicamenteuses (INM)

Psychologiques	Physiques	Nutritionnelles	Numériques	Élémentaires
Art Thérapies	Programmes d'activité physique	Compléments alimentaires	m-Santé	Préparations minérales
Programmes d'éducation santé	Hortithérapies 	Programmes nutritionnels	Thérapies par le jeu vidéo	Préparations mycologiques
Psychothérapies	Physiothérapies		Thérapies par la réalité virtuelle	Préparations botaniques
Pratiques psychocorporelles 	Thérapies manuelles 			Méthodes électromagnétiques 
Thérapies assistées par l'animal	Programmes balnéologiques			Cosmécéutiques

Version 3.0, Plateforme CEPS, Universités Montpellier, France, 2020

-  Hypnose, relaxation, yoga, sophrologie, ...
-  Ostéopathie, acupuncture, réflexothérapie, toucher massage, shiatsu, ...
-  Jardinage thérapeutique,
-  TENS ...

Certaines de ces techniques sont remboursées par la Sécurité Sociale sur prescription médicale : massage-kinésithérapie, neurostimulation, acupuncture médicale, thérapie cognitivo-comportementale.

Pour les autres, la facturation est libre et non remboursée par la Sécurité Sociale mais par certaines mutuelles.

Contacts utiles	Références bibliographiques
<p>COMPAS 02.40.16.59.90</p> <p>www.compas-soinspalliatifs.org</p>	<p>Introduction sur les thérapies complémentaires p.348 et Approches complémentaires p.365 à 386 - Manuel de soins palliatifs - 5^{ème} édition- Dunod 2021</p> <p>HAS - 2011 Rapport d'orientation sur le développement de la prescription de thérapies non médicamenteuses validées Classification approches non médicamenteuses. P. Bruckenthal « Pain management Nursing »2010</p> <p>Classification INM CEPS 2020 Version 3</p>