

Soins palliatifs

Interventions et thérapeutiques non médicamenteuses

En France, plus de 80% personnes malades ont recours à des thérapies complémentaires au cours de leur vie. **Ces méthodes ont des effets bénéfiques sur la douleur physique, sur le bien-être moral et sur la qualité de vie. Il est important que le patient informe les professionnels de santé des techniques auxquelles il a recours.**

Définitions: :

- **Intervention non médicamenteuse** (CUMIC, 2017) :

“ Intervention psychologique, corporelle, nutritionnelle, numérique ou ergonomique sur une personne visant à prévenir, soigner ou guérir. Elle se matérialise sous la forme d’un protocole. “

- **Thérapeutique non médicamenteuse:**

Le cadre est le même que celui des interventions non médicamenteuses, avec une visée thérapeutique.

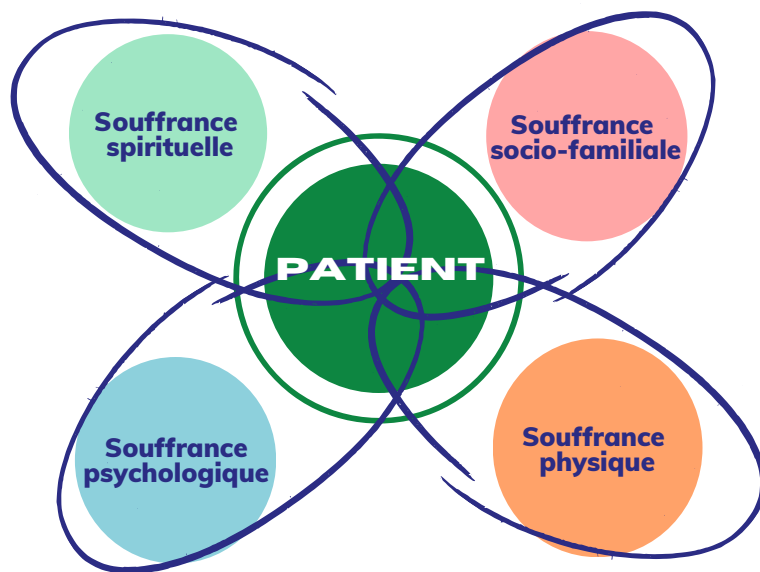
- **Médecine intégrative** (Déf. Centre de médecine intégrative CHUV) :

La médecine intégrative est une approche interdisciplinaire et fondée sur des données probantes de la santé et du bien-être, qui associe connaissances, compétences et pratiques biomédicales et médicales traditionnelles et/ou complémentaires.

- **Médecine complémentaire** (Déf. Centre de médecine intégrative CHUV) :

Elle désigne des pratiques de soins complémentaires qui ne font pas partie de la médecine conventionnelle d'un pays. La médecine complémentaire fondée sur des données probantes a le potentiel de soutenir la médecine conventionnelle et de répondre de manière plus globale aux besoins de santé et de bien-être des personnes.

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



“ **TOTAL PAIN** ”
d’après Cicely Sanders

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 maladie grave et évolutive.

- 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.

Classification des Interventions Non Médicamenteuses (INM) :



Psychologiques

- Art thérapies
- Programmes d'éducation santé
- Psychothérapies
- Pratiques psycho-corporelles ◆
- Thérapies assistées par l'animal ◆

- ◆ Méditation
- ◆ Hypnose
- ◆ Yoga
- ◆ Médiation animale



Physiques

- Programmes d'activité physique ◆
- Hortithérapies
- Physiothérapies
- Thérapies manuelles ◆
- Techniques de puncture ◆
- Programmes balnéologiques

- ◆ Activité physique adaptée
- ◆ Massage: toucher-massage, réflexologie, Shiatsu
- ◆ Ostéopathie, Chiropraxie
- ◆ Acupuncture



Nutritionnelles

- Compléments alimentaires
- Programmes nutritionnels



Numériques

- m-santé
- Thérapies par le jeu vidéo
- Thérapies par la réalité virtuelle



Elémentaires ◆

- Préparations minérales
- Préparations mycologiques
- Préparations botaniques ◆
- Méthodes électro-magnétiques ◆
- Cosméceutiques

- ◆ Phytothérapie
- ◆ Aromathérapie
- ◆ TENS (neuro-stimulation transcutanée)
- ◆ Homéopathie

Caractéristiques des INM:

- **Mécanismes expliqués rationnellement.**
- Souvent **en complément** des médicaments et des dispositifs de santé.
- **Bénéfices** sur la santé **démontrés par des études** interventionnelles rigoureuses et convergentes.
- **Risques pour la santé identifiés:** effets secondaires, interactions à risque, contexte inapproprié.

Certaines de ces techniques sont remboursées par la Sécurité Sociale sur prescription médicale : massage-kinésithérapie, neurostimulation, acupuncture médicale, psychothérapie dans le cadre du dispositif " mon soutien psy ".

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

Contact utiles

COMPAS 02.40.16.59.90

www.compas-soinspalliatifs.org

Références bibliographiques

- Introduction sur les thérapies complémentaires p.348 et Approches complémentaires p.365 à 386 - Manuel de soins palliatifs - 5ème édition- Dunod 2021
- HAS - 2011 Rapport d'orientation sur le développement de la prescription de thérapeutiques non médicamenteuses validées Classification approches non médicamenteuses. P. Bruckenthal « Pain management Nursing »2010
- Classification INM CEPS 2020 Version 3
- www.cumic.fr