

Médecines alternatives

Introduction

Les médecines alternatives connaissent un succès grandissant. En effet, de plus en plus des patients, se tournent vers ce genre de traitements, souvent déçu de la médecine traditionnelle. Par conséquent, « on observe une tendance à la recherche d'une médecine plus humaine qui prendrait en charge l'être humain en tant que tel et pas seulement sa pathologie ».¹ Selon une étude du CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisation de Consommateurs), en 2009, 33,7% des adultes déclarent avoir déjà consulté un thérapeute en médecine complémentaire une fois dans leur vie. 14,9% des adultes interrogés déclarent avoir consulté un thérapeute en médecine complémentaire au cours des douze derniers mois. Et ces chiffres augmentent de plus en plus.

Pour cette raison, l'ASPH s'intéresse au sujet. Nous souhaitons soulever plusieurs points concernant les médecines alternatives. Tout d'abord, nous allons faire la distinction entre les médecines alternatives et conventionnelles ; ensuite nous allons aborder la question de l'efficacité des médecines alternatives. La troisième partie s'intéressera à la loi Colla qui régit ces pratiques. Nous allons terminer notre analyse par faire le lien entre les médecines alternatives et les personnes handicapées, avant de conclure.

Par ailleurs, nous avons étudié le lien entre les médicaments et les personnes handicapées dans une autre analyse de 2014.

Médecines alternatives versus médecine conventionnelle

Dans le monde médical cohabitent plusieurs types de pratiques : d'une part la médecine moderne (ou encore médecine traditionnelle ou conventionnelle) et , d'autre part, les médecines alternatives (ou médecines douces ou parallèles).²

¹UNION EUROPÉENNE, Commission de l'environnement, de la santé publique et de la protection des consommateurs, Rapport sur le statut des médecines conventionnelles, p. 9

² CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisation de Consommateurs, Les médecines alternatives, p.2

Plusieurs définitions de la médecine douce existent. Dans le cadre de notre analyse nous reprenons la suivante : « Les médecines douces (également appelées médecines alternatives ou parallèles) sont celles qui n'utilisent pas des médicaments et des molécules chimiques pour soigner les patients. Il existe un très grand nombre de médecines douces qui s'appuient chacune sur une philosophie particulière. Les médecines manuelles telles que l'ostéopathie, la chiropraxie ou l'étiopathie sont des médecines douces qui abordent le corps dans sa globalité. La médecine traditionnelle chinoise avec l'acupuncture et le shiatsu se base sur les cinq éléments pour traiter ses patients. L'hypnose, la kinésiologie sont encore d'autres médecines douces avec leurs propres conceptions de la maladie et des soins ».³

D'une manière générale, ces pratiques sont qualifiées de « complémentaires » lorsqu'elles sont utilisées conjointement avec des traitements conventionnels ; et d' « alternatives » lorsqu'elles le sont à la place d'un traitement conventionnel. ⁴ De ce point de vue, les médecines douces s'opposent à la médecine classique ou conventionnelle car elles ne sont pas fondées sur l'expérimentation scientifique.⁵ En effet, la plus grande critique adressée aux médecines douces est leur caractère non-scientifique. En d'autres termes, les médecines alternatives ne doivent pas démontrer leur efficacité.

La liste des médecines alternatives est extrêmement longue, il nous est impossible de les citer toutes. Malgré cela, « la grande majorité de ces approches partagent plusieurs principes communs. Leur vision de l'être humain repose sur des concepts voisins : union du corps et du psychisme, énergie, équilibre...les médecines alternatives ont une approche holistique, la personne est perçue comme un tout. Elles cherchent à soigner la personne dans son ensemble (signes physiques, qualité du sommeil, émotions, vie sociale,...). »⁶

Effacité des médecines alternatives

Selon l'étude du CRIOC, l'effet placebo est très souvent repris comme effet principal des médecines alternatives. « La réponse placebo est la réduction

3 Définition de la médecine douce, disponible en ligne <http://static.ccm2.net/sante-medicine.commentcamarche.net/faq/pdf/medecines-douces-definition-27949-n7pywr.pdf> , consulté le 12 décembre 2014 à 09h00

4 CENTRE FEDERAL D'EXPERTISE DES SOINS DE SANTE, Etat de lieux de l'homéopathie en Belgique, p.2

5 Ibidem

6 CRIOC, op.cit., p. 2

de l'un des symptômes à la suite de la perception par le sujet des facteurs liés à l'intervention thérapeutique ». ⁷

Pour le CRIOC , il y a plusieurs éléments qui rentrent en jeu dans le fonctionnement de l'effet placebo :

- **Le rituel thérapeutique** : plus le patient appréciera le rituel proposé, plus il y aura de chance d'avoir un bon effet placebo.
- **Les conditions environnementales** : croyances du patient et de son entourage, l'attention de l'équipe soignante... Plus les conditions sont favorables au consommateur, meilleur sera l'effet placebo.
- **La relation patient/thérapeute** : plus le patient aura confiance en son thérapeute, meilleur sera l'effet placebo.

« L'effet placebo déclenche à l'intérieur du cerveau, la sécrétion d'endorphine, qui soulage la douleur et divers autres symptômes. L'effet placebo est donc la conséquence biochimique d'une suggestion symbolique ». ⁸

Loi Colla, mutualités et médecines alternatives

La loi Colla est adoptée au niveau européen en 1999 (elle a été publiée dans le Moniteur belge le 24 juin 1999)⁹. L'objectif de cette loi est de garantir pour chaque patient des soins de qualité. ¹⁰ Par ailleurs, cette loi impose un double enregistrement. « *Non seulement les pratiques non conventionnelles doivent être enregistrées (ce qui n'est possible que si elles remplissent certaines conditions), mais chaque praticien de celles-ci doit également être enregistré (ce pour quoi il doit aussi remplir certaines conditions)* ». ¹¹

Cette loi reconnaît également quatre pratiques médicales non conventionnelles : ¹²

- **Acupuncture** – méthode diagnostique et thérapeutique traditionnelle chinoise consistant à stimuler certains points connus du corps à l'aide d'aiguilles dans le but d'obtenir une action, le plus souvent à distance, sur certains organes précis.
- **Chiropraxie** – méthode mise au point par David Palmer à la fin du XIXe siècle et considérant le fonctionnement de la colonne vertébrale

7 Ibid. p.8

8 Ibidem

9 Ibidem

10 CENTRE FEDERAL D'EXPERTISE DES SOINS DE SANTE, op.cit, p.11

11 Ibidem

12 Pour citer les 4 pratiques et les définir, nous nous avons basé sur le rapport du CRIOC

comme étant en relation avec certaines pathologies ; technique basée sur la manipulation de la colonne vertébrale à l'aide des mains.

- **Ostéopathie** – méthode thérapeutique fondée aux USA et faisant appel à des pratiques manuelles agissant sur toutes les grandes fonctions du corps
- **Homéopathie**- méthode diagnostique et thérapeutique, consistant à donner au malade à des doses extrêmement diluées, la substance qui, expérimentée sur l'homme sain, a produit les symptômes observés sur le malade.

Néanmoins, la loi Colla n'a toujours pas pris pleinement effet, la pratique d'une médecine non conventionnelle par un non-médecin équivaut à un exercice illégal de la médecine.¹³ Une autre conséquence de l'omission de la mise en exécution pleine de la loi Colla, est que toute autre loi qui peut avoir une influence sur la relation médecin-patient ne peut être en application.¹⁴ « Ainsi, par exemple, les dispositions de la loi du 22 août sur les droits des patients (publiée au Moniteur Belge le 26 septembre 2002) et de la loi du 31 mars 2010 relative à l'indemnisation des dommages résultant de soins de santé (publiée au Moniteur Belge le 2 avril 2010) ne pourront être appliquées aux praticiens d'une pratique non conventionnelle que lorsque la loi Colla sera pleinement exécutée ».¹⁵

Au vu du succès des médecines alternatives, la plupart des mutualités remboursent partiellement certaines pratiques. En tous cas les médecines alternatives les plus courantes comme l'ostéopathie, l'acupuncture, la chiropraxie et homéopathie le sont (10eur/ séance max 6 séances par an, toutes disciplines confondues). La mutualité Neutre de la Santé va plus loin et rembourse aussi partiellement la phytothérapie et l'hippothérapie.

Les médecines alternatives et les personnes handicapées

Les personnes handicapées vivant dans des institutions sont souvent surmédicalisées. Face à ce constat, de plus en plus d'institutions proposent aux résidents des séances d'aromathérapie, des massages, de la relaxation. Ces pratiques sont bien des médecines alternatives mais elles ne visent pas une guérison complète de la personne. Leur objectif est surtout d'apporter du réconfort et du bien-être.

13 CENTRE FEDERAL D'EXPERTISE DES SOINS DE SANTE, op.cit, p.12

14 Ibidem

15 Ibidem

Il est aussi important que ces pratiques restent encadrées et complémentaires. Et il faut qu'elles restent comme telles. Il ne faut surtout pas arrêter un traitement médicamenteux ou autre, sans l'avis d'un médecin.

Par ailleurs, il semble qu'une pratique soit particulièrement bénéfique à certaines personnes handicapées. Il s'agit de l'hippothérapie. L'hippothérapie se présente quant à elle comme une approche thérapeutique pour la personne éprouvant des difficultés telles qu'un handicap physique ou mental, mobilité réduite, invalidité, mais aussi des personnes souffrant de dépression, troubles de la personnalité, enfants hyperactifs, autistes etc...¹⁶

« Il s'agit d'une technique utilisant le pas du cheval comme outil. Le cavalier n'exerce aucune action sur le cheval. Il ne lui demande rien. Il « subit » les mouvements provoqués par le déplacement de l'animal. Il s'agit d'une **rééducation** d'ordre essentiellement physique ». ¹⁷

L'hippothérapie est un complément possible au schéma d'une rééducation ou d'une étape permettant une évolution parfois plus rapide que celle obtenue par d'autres techniques de rééducation mais elle doit rester une pratique complémentaire. ¹⁸

Conclusion

Pour répondre à la surconsommation des médicaments et les non-réponses de la médecine conventionnelle, de plus en plus de gens se tournent vers d'autres pratiques communément appelées des médecines alternatives. Sous cette dénomination, nous trouvons une multitude de croyances et de pratiques. De plus, certaines d'entre elles peuvent être extrêmement dangereuses.

A ce sujet, le CRIOC formule quelques recommandations lorsque l'on décide de faire l'appel à de telles pratiques, surtout pour les personnes vulnérables, comme les personnes handicapées. Tout d'abord, il est clairement déconseillé d'arrêter le suivi de la médecine moderne. Cependant, si le besoin d'un mieux-être se fait ressentir et que les médecines alternatives peuvent y aider, il est conseillé de les utiliser en parallèle de la médecine moderne.

¹⁶ <http://www.pony-paradise.be/Hippotherapie.htm> , consulté le 12 décembre 2014, à 10h13

¹⁷ Ibidem

¹⁸ Ibidem

Deuxièmement, pour le choix d'un nouveau thérapeute, il faut s'informer sur sa formation (diplôme légal, de quel institut, est-il membre d'une association, laquelle...).

Troisièmement, il est aussi utile de se renseigner sur le champ d'application des thérapies, les méthodes utilisées et les résultats escomptés, afin de choisir celle qui convient le mieux.

Enfin, Il faut aussi demander à l'avance toutes les modalités du processus thérapeutique, et notamment les aspects financiers, ainsi que le nombre de consultations nécessaires, le recours ou non à des médicaments ou autres produits, les techniques utilisées et les conditions d'utilisation, les modifications éventuelles du style de vie (régime, travail, etc).

Mais toutes les pratiques de la médecine douce ne sont pas condamnables. En effet, certaines d'entre elles sont bénéfiques et nous procurent du bien-être. Nos corps et nos esprits, souvent confrontés à un rythme de vie infernal, trouvent un peu de répit grâce à des pratiques non-conventionnelles.

C'est aussi pour cette raison que l'ASPH ne rejette pas le recours aux médecines alternatives. Cependant, nous appelons à la prudence. Nous souhaitons également que plus d'enquêtes et d'études soient faites dans le domaine. De cette manière, nous pourrons écarter les pratiques dangereuses de celles qui sont réellement bénéfiques pour les personnes handicapées.

Bibliographie :

CENTRE FEDERAL D'EXPERTISE DES SOINS DE SANTE, *Etat de lieux de l'homoéopathie en Belgique*, 2011, 16p.

CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisation de Consommateurs, *Les médecines alternatives*, Bruxelles, 2012, 14p.

UNION EUROPEENNE, Commission de l'environnement, de la santé publique et de la protection des consommateurs, *Rapport sur le statut des médecines conventionnelles*, Bruxelles, 1997, 23p.

<http://www.pony-paradise.be/Hippotherapie.htm> , consulté le 12 décembre 2014, à 10h13

<http://static.ccm2.net/sante-medecine.commentcamarche.net/faq/pdf/medecines-douces-definition-27949-n7pywr.pdf> , consulté le 12 décembre 2014 à 09h00

Date : le 12 décembre 2014.

Chargée de l'analyse : Dima TONCHEVA - Chargée de projets

Responsable de l'ASPH : Catherine LEMIERE - Secrétaire générale ASPH