

Médecines complémentaires invitées à faire leurs preuves

Autor(en): **Zirilli, Anne**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2012)**

Heft 34

PDF erstellt am: **17.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-831497>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Médecines complémentaires

Deux médecins tentent de faire la lumière sur ces thérapies. Les premiers résultats sont prometteurs.

L'apport d'oméga-3, l'acupuncture ou le millepertuis sont-ils des traitements efficaces? «Avant, il y avait ceux qui croyaient aux médecines complémentaires et ceux qui n'y croyaient pas. Désormais, le débat pour ou contre est dépassé», affirment les D^{rs} Bertrand Graz et Pierre-Yves Rodondi, piliers de l'Unité d'enseignement et de recherche sur les médecines complémentaires, mise sur pied par l'Etat de Vaud et la Faculté de médecine de Lausanne. Et des études scientifiques tiennent maintenant lieu de réponses dans ce domaine controversé: oui, certaines de ces approches non conventionnelles donnent des résultats probants, comme la valériane pour traiter les troubles du sommeil, par exemple.

Accepté par le peuple en 2009, le nouvel article constitutionnel qui contraint la Confédération et les cantons à «prendre en compte les médecines complémentaires» aurait donc porté ses fruits. Sur

le sol vaudois, du moins. Loin des «croyances», les D^{rs} Bertrand Graz et Pierre-Yves Rodondi, connectés à un réseau de recherche international, se fient aux études scientifiques rigoureuses pour produire leurs conclusions. Une lourde tâche, au vu des 7000 essais cliniques déjà publiés. Et la liste ne cesse de s'allonger, car l'approche scientifique bat son plein, en partie grâce aux Etats-Unis, qui se singularisent par un Centre national sur les médecines complémentaires, doté d'un budget annuel de 100 millions de dollars!

La quête de la vérité

Soucieux de ne pas s'enfermer dans une tour d'ivoire, les deux médecins vaudois ont aussi pour mission de transmettre les résultats de leurs travaux aux étudiants, en animant un «cours de sensibilisation aux médecines complémentaires», désormais obligatoire. Six heures en tout et pour

PUB

TOURISME POUR TOUS

A la découverte de paysages préservés...

Tous les goûts du voyage

Portugal - Alentejo



Randonnées guidées par Olivier Jeannier

Prix par personne en chambre double

05.05 - 12.05.12 dès CHF 1635.-

- mer, montagnes et plaines à l'infini...
- Fruits de mer, poisson, liège, huile d'olive, vin, romarin...
- Côtes aux falaises ciselées et plages au sable doré
- Groupes de min. 10, max. 16 personnes

Croatie - Golfe de Kvarner



Randonnées guidées par Olivier Jeannier

Prix par personne en chambre double

17.05 - 24.05.12 CHF 1665.-
24.05 - 31.05.12 CHF 1695.-
31.05 - 07.06.12 CHF 1695.-

- 8 jours de randonnées guidées en étoile
- Découvrez une région préservée du tourisme de masse
- Groupes de min. 10, max. 16 personnes

Canaries - Lanzarote



Randonnées guidées par Nadine Girardot

Prix par personne en chambre double

15.04 - 22.04.12 CHF 1695.-
22.04 - 29.04.12 CHF 1695.-

- Randonnées entre vignobles et cendres volcaniques
- Agréables baignades et dégustations de mets et vins locaux
- Groupes de min. 10, max. 16 personnes

Invitées à faire leurs preuves

Certaines approches pourraient venir élargir efficacement l'offre de soins traditionnelle.

En effet, tout, ce n'est pas lourd, mais cela permet d'indiquer aux futurs médecins les sources d'information fiables sur cette matière méconnue, sachant que les plus motivés d'entre eux pourront approfondir cette approche dans un cours à option. Les D^{rs} Graz et Rodondi s'attachent également à satisfaire la légitime curiosité du public en proposant un cycle de conférences à Yverdon.

Cinq traitements recommandés

Il ne faut toutefois pas s'attendre à des révélations spectaculaires. Ainsi ne peut-on pas encore se prononcer sur l'homéopathie. «C'est qu'il n'y a pas de vérité générale, souligne le D^r Graz. Les chercheurs évaluent plutôt les effets d'un traitement complémentaire sur une pathologie donnée.» Des exemples? Un certain point d'acupuncture a fait la preuve de son efficacité contre les nausées de la chimiothérapie, le biofeedback contre l'hyper-

tension, les oméga-3 contre l'hyperlipidémie, la valériane contre l'insomnie, le millepertuis contre la dépression légère et moyenne (à condition de tenir compte des contre-indications), l'hypnose dans la gestion de la douleur. Ces cinq approches sont jugées si concluantes que des autorités médicales respectées* recommandent leur introduction dans l'offre de soins conventionnelle.

Anne Zirilli

*Mayo Clinic (USA), Oxford Handbook of complementary medicine

Pour en savoir plus

Vendredi 4, 11 et 25 mai et vendredi 1^{er} juin de 8 h 45 à 10 h 15

Centre des Alizés, rue Vautier 5, Yverdon

Renseignements et inscriptions à Connaissance 3:

021 311 46 87, www.connaissance3.ch

PUB

VOTRE 2^e APPAREIL AUDITIF



PHONAK

AUDEO S SMART IX
CERAMIC

GARANTIE PRIX

Nous vous remboursons la différence
si vous trouvez meilleur marché!

SONIX
audition

LAUSANNE Petit-Chêne 38 (anc. Schmid Acoust.)
ECUBLENS CC Coop (Chez Berdoz Optic)

NEUCHÂTEL Seyon 4 (Chez Berdoz Optic)
NYON Morâche 4b (Chez Berdoz Optic)

Numéro gratuit
0800 848 848