

# Conseils

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(1999)**

Heft 54

PDF erstellt am: **08.08.2024**

## **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.

# Aromathérapie: le bien-être par les essences

**L'aromathérapie est une ancienne méthode connue déjà par diverses anciennes civilisations. Les huiles essentielles peuvent potentialiser le bien-être d'une personne. De nombreux parkinsoniens tirent profit de cette méthode en Angleterre. L'article suivant a été publié dans «The Parkinson», le magazine de l'Association anglaise de la maladie de Parkinson.**

• par Barbara Cormie, Londres\*

L'aromathérapie est une ancienne méthode, pratiquée par de nombreuses grandes civilisations. Elle utilise des huiles essentielles qui agissent de façon bénéfique sur l'esprit et sur le corps. L'aromathérapie est devenue toujours plus populaire ces dernières années et les spécialistes de la santé la perçoivent comme une précieuse thérapie de soutien.

## Série: thérapies complémentaires – partie 1

**De nombreux patients ont toujours plus souvent recours aux thérapies complémentaires pour trouver un soulagement à leurs problèmes de santé. Nous profitons de cette occasion pour commencer une série d'articles concernant les thérapies complémentaires. L'aromathérapie et la médecine chinoise traditionnelle marquent le début de cette nouvelle série.**

Les parkinsoniens semblent pouvoir bénéficier de certains avantages qu'offre l'aromathérapie: relaxation musculaire, plus de facilité à aller à selle et diminution du stress. Une autre influence positive a également été observée lors d'angoisse, de manque d'énergie, douleurs, rigidité, troubles du sommeil, cauchemars, états dépressifs, troubles circulatoires, asthénie et tremblements. Une enquête relative aux médecines complémentaires dans la maladie de Parkinson a mis en évidence que 41% des patients ayant essayé l'aromathérapie en avaient fortement profité; 15% n'en ont tiré aucun avantage. Ceux qui en

ont profité ont déclaré que le traitement les avait relaxés et avait diminué leur stress, certains ont noté un soulagement de leurs douleurs.

L'aromathérapie est principalement utilisée de deux façons. Dans la première, les huiles essentielles sont simplement inhalées: on ajoute quelques gouttes d'huile à l'eau du bain ou dans un petit diffuseur en céramique contenant de l'eau et chauffé par une petite bougie, etc. On pense que les arômes naturels influencent positivement les parties du cerveau responsables des réactions émotionnelles. Les patients décrivent ces inhalations comme fortifiantes, apaisantes, vivifiantes ou calmant les douleurs.

## Le massage

La deuxième façon d'utiliser l'aromathérapie est la plus indiquée chez les parkinsoniens: c'est le massage et plus spécifiquement le massage de tout le corps. Cette méthode permet aux huiles essentielles d'agir de deux manières: elles sont inhalées et elles pénètrent dans le corps par la peau. L'effet bénéfique du massage traditionnel ne doit en outre pas être oublié. Comment fonctionne l'aromathérapie? Une thérapeute, Jennifer Gascoigne, en parle ainsi: «Les résultats sont une combinaison entre les avantages du massage, les propriétés des huiles essentielles, les bienfaits de la relaxation et du toucher, l'occasion de parler avec quelqu'un de son propre état général et d'un sentiment de profonde détente». Une autre thérapeute, Jane Rochfort, décrit comment ses patients sont tranquillement allongés pendant le massage. «Ils sentent un bien-être dans les muscles et un sentiment de re-

laxation générale ce qui – selon le patient – peut durer un jour ou plus longtemps. Il semble que le massage étire les muscles, ce qui va améliorer la mobilité». Jennifer évoque ce qu'elle a appris d'une physiothérapeute de l'hôpital local: cette dernière remarque lorsqu'un de ses patients parkinsoniens vient d'aller à une séance de massage parce qu'elle peut mieux travailler avec lui, sans devoir d'abord lui relaxer et lui étirer les muscles.

Anne Limb, parkinsonienne, a ressenti une forte amélioration au niveau de son tonus musculaire grâce aux massages réguliers aux huiles essentielles. Elle se fait masser toutes les cinq à six semaines et déclare: «Encore quelques séances et je me sentirai forte. La thérapie maintient mes muscles en bon état. Mon Parkinson m'empêche de faire des exercices, c'est pour cela que je considère les massages aux huiles essentielles comme des exercices passifs. Je les trouve également très relaxants».

## L'esprit et le corps

Les massages à base d'huiles essentielles semblent apporter un double effet bénéfique puisqu'ils soulagent non seulement les symptômes comme les crampes musculaires, les tremblements, la rigidité mais qu'ils atténuent aussi les états dépressifs et le stress.

Les huiles essentielles sont des substances chimiques parfumées, extraites de plantes aromatiques. Chaque huile essentielle possède des caractéristiques propres et des propriétés curatives pour certains états p.ex. stimuler le système circulatoire, effet calmant, etc.

Les massages à base d'huiles essentielles peuvent être effectués par un partenaire, un ami ou naturellement par un(e) thérapeute dans son cabinet ou à domicile. Se faire traiter régulièrement est généralement plus bénéfique. Vous devriez d'abord vous laisser conseiller par un thérapeute professionnel si vous deviez décider de vous faire masser avec des huiles essentielles par un partenaire ou un ami. Il vous conseillera surtout sur le genre d'huile à utiliser.

Les huiles essentielles sont très efficaces et ne devraient jamais être appliquées directement sur la peau. Elles doivent toujours être diluées dans une petite bouteille avec une huile végétale de bonne qualité (huile de support) – il ne faut utiliser que quelques gouttes d'huiles essentielles. Lors de l'achat, veillez à ne choisir que des huiles essentielles pures, non diluées préalablement. Cherchez un détaillant fiable qui vend surtout des huiles essentielles à des fins thérapeutiques.

Il est très difficile d'évaluer l'efficacité de cette thérapie. Jennifer Gascoigne: «Certains de mes patients me disent p.ex.: Je peux tenir ma tête plus droite, je tombe moins souvent, mon visage est plus expressif'etc.» L'aromathérapeute Shirley Price a réalisé une expérience pour prouver à un ami parkinsonien que l'aromathérapie était à même d'améliorer sa qualité de vie. «Ma conviction était partagée par certains de nos thérapeutes qui travaillaient avec des parkinsoniens.

Ces derniers ont présenté des améliorations de la mobilité et une diminution des effets secondaires telles l'insomnie et la constipation». Les résultats de l'enquête ont mis en évidence une amélioration d'un certain nombre de symptômes, y compris les douleurs, la rigidité et les cauchemars. Cette thérapie ne profitera pas à tout le monde, mais la diversité de l'aromathérapie calmera le corps et apaisera l'esprit de certains. Ne pas oublier: elle peut aussi être d'une grande aide pour les personnes qui s'occupent de malades.

\*Traduction angl./allemand.: Marie-Thérèse Kaufmann

## L'aromathérapie en Suisse

L'aromathérapie n'est pas admise par les caisses-maladie en Suisse. Les prix pour une séance d'une heure varient entre Fr. 60.- et Fr. 120.-. Il n'existe pas de données exactes concernant le nombre et la spécialisation des personnes qui proposent des massages à base d'huiles essentielles.

Observez ce qui suit:

- les huiles essentielles devraient chaque fois être mélangées fraîchement avant le début du massage.
- soyez attentifs à la qualité des produits: les huiles essentielles doivent être pures et pas synthétiques.
- les huiles essentielles sont très efficaces et doivent être utilisées avec prudence: elles ne devraient jamais être appliquées non diluées sur la peau et ne doivent en aucun cas être ingérées. Quelques huiles n'osent pas être utilisées par des personnes souffrant de certaines maladies, comme l'épilepsie par exemple.
- il est recommandé d'informer le médecin si on fait un massage à base d'huiles essentielles.

Il y a une association pour l'aromatologie et l'osmologie en Suisse. Elle compte environ 300 membres. Vous y obtiendrez plus d'informations sur ce sujet:

VEROMA Suisse  
Martin Henglein  
Via Leoncavallo 26  
6614 Brissago

# Médecine chinoise traditionnelle (MCT)

**La thérapeute chinoise Liu Aihua explique dans l'article suivant comment la maladie de Parkinson est comprise par la médecine chinoise traditionnelle. L'auteur est thérapeute chinoise au centre pour la médecine chinoise traditionnelle de Bad Ragaz. Comme les déclarations de l'article sont en contradiction avec les principes de la médecine d'école, nous publions la prise de position du professeur Hans-Peter Ludin, président du comité consultatif de l'ASmP.**

• par Liu Aihua\*

Selon des sources chinoises, la morbidité (nombre de personnes qui contracte la maladie de Parkinson, réd.) due à la maladie de Parkinson s'élèverait à 101/100 000 personnes en 1982 en République populaire de Chine. L'étiologie clinique (étude des causes des maladies, réd.) n'était pas encore clairement établie à cette époque. La maladie de Parkinson a été classée en trois catégories: type tremblements (tremblements des membres); type rigidité (tonus musculaire élevé); type mixte (les deux formes de troubles). Dans la

médecine chinoise, la santé signifie le maintien de l'harmonie intérieure. L'harmonie et l'équilibre dépendent du flux libre de l'énergie vitale Qi. Qi est la racine de toutes les énergies, il circule le long des méridiens et relie tous les organes internes entre eux. Cette harmonie intérieure est atteinte lorsque les proportions respectives du Yin et du Yang sont relativement équilibrées. La maladie surviendra si le Yin et le Yang sont en déséquilibre. La médecine chinoise traditionnelle voit un lien étroit entre la maladie de Parkinson, le foie, les reins et la rate.

On subdivise la maladie également en trois catégories:

Les deux premiers types sont des maladies dues au vide. Le troisième type est une maladie due à la plénitude.

### Type 1 «Vide de Qi et de Xue»

Cause: la fonction de la Rate et du Rein est affaiblie, il n'y a donc pas assez de Qi et de Xue (=Sang) qui sont «produits», ce qui provoque une insuffisance. Symptômes: tremblements des membres, mouvements ralentis, apathie, teint pâle, conversation rare. La langue est rouge clair. Le pouls est profond et mince. Principes de traitement: favoriser la fonction de la Rate et de l'Estomac; tonifier le Qi et le Xue; rétablir la libre circulation du Qi sur les méridiens. Méthodes de traitement: acupuncture, moxibustion (stimuler les points d'acupuncture par la chaleur) et phytothérapie chinoise.

### Type 2 «Vide du Yin du Foie et du Yin du Rein»

Cause: le Foie a la fonction de stocker le Xue et le Rein de stocker le Jing (sperme et essence de vie). Lorsque ces deux réserves sont épuisées, les tendons et les méridiens ne peuvent plus être nourris; cela provoque le Vent Vide Interne (Xü Feng).

Symptômes: tremblements et rigidité des membres et du tronc, mouvements ralentis. Faiblesse dans le dos et les genoux, chaleur et nervosité internes. La langue est rouge, sans dépôt. Le pouls est tendu en corde et mince ou rapide. Principes de traitement: nourrir et favoriser le Foie et le Rein. Méthodes de traitement: acupuncture, moxibustion et phytothérapie chinoise.

### Type 3 «Agitation du Vent avec Flegme-Chaleur»

Cause: défaut constitutionnel dû à un «Vide de Qi de la Rate». La transformation de la Rate est entravée, ce qui provoque une accumulation d'Humidité et de Flegme qui vont se transformer en Chaleur. Ce Flegme-Chaleur cause le Vent Interne. Symptômes: tremblement des membres, obésité, appauvrissement de la mimique, peu de mouvements, oppression dans la poitrine, bouche sèche. La langue est rouge avec un dépôt jaune. Le pouls est filant et rapide. Principes de traitement: favoriser la Rate, disperser le Flegme, expulser la Chaleur et le Vent. Méthodes de traitement: acupuncture et phytothérapie chinoise.

Une étude a été réalisée de 1988 à 1998 à la suite de cette classification par la MCT. Plus de 500 patients ont été observés cliniquement et ensuite traités. Une efficacité a pu être prouvée dans 79,6% des cas. Notre étude nous a appris les choses suivantes: la maladie de Parkinson a pu être soignée par la MCT: la détérioration progressive a pu être ralentie et la symptomatologie parkinsonienne atténuée. Les effets secondaires causés par les médicaments occidentaux ont pu être diminués. L'efficacité est toutefois très individuelle. Le traitement s'est poursuivi sur une période assez longue (environ 30 séances) et il comprenait au minimum trois séances par semaine.

### Exemple d'un cas typique

Patient «Huang», de sexe masculin, 58 ans, avec incapacité de travail. La maladie a débuté en 1983 par un tremblement de la main droite avec détérioration progressive de toutes les fonctions des extrémités. A cette époque, il prenait divers médicaments occidentaux. Il est venu se faire traiter par la MCT en 1988. Les symptômes principaux étaient, à l'époque: tremblements des membres, tonus musculaire élevé, troubles de la marche et difficulté à écrire. Il souffrait aussi de palpitations, de transpiration excessive, de diarrhée et de

fatigue. Le patient ne pouvait plus sortir de chez lui. Signes cliniques: le visage était livide, il semblait apathique, l'élocution était hachée. La langue était claire avec un fin dépôt blanc. Le pouls était tendu en corde et mince. Il présentait un «Vide de Qi et de Xue» (selon la médecine d'école, type tremblements). Le patient pouvait monter et descendre un escalier tout seul et marcher sur une distance de 500 mètres après avoir suivi 30 séances d'acupuncture et de phytothérapie chinoise. Les symptômes mentionnés plus haut étaient aussi moins marqués. Il a pu reprendre son travail comme maître d'école après 2 ans de traitement.

\*l'auteur est professeur pour MCT à l'université de Beijing

### Vademecum 1999

Adresses des Administrations et offices fédéraux, Organisations intercantionales, associations, institutions, Assistance médico-sociale et entreprises de conseil de la santé publique en Suisse. Editeur: Dokuzentrum Gesundheitswesen, Mühlemattstr. 42, 5000 Aarau, Tel. 062/824 71 61, Fax 062/824 71 65, <http://www.dzgesund-heit.ch>

## Médecine complémentaire et syndrome parkinsonien

• par le professeur Hans-Peter Ludin\*

Il n'est pas très facile pour les médecins d'école de prendre position quant aux médecines complémentaires. Le langage et les façons de penser sont si différents qu'il devient très difficile de se comprendre. La différence majeure tient dans le fait que la médecine d'école essaie de prouver ses affirmations concernant la cause des maladies et le bien-fondé des traitements par des données scientifiquement prouvées. On ne peut actuellement plus renoncer aux études contrôlées, surtout lors de l'appréciation de mesures thérapeutiques. On peut ainsi garantir que les succès thérapeutiques sont scientifiquement fondés. Une nouvelle méthode thérapeutique est reconnue efficace ou meilleure lorsqu'elle est nettement supérieure à un traitement par placebo ou à un autre traitement déjà approuvé. Il n'y a malheureusement que peu de données scientifiques qui puissent appuyer la médecine complémentaire. Une efficacité est ainsi encore toujours possible, mais elle n'est pas prouvée aux yeux de la médecine d'école.

A la suite du présent article sur la médecine chinoise traditionnelle, il convient d'expliquer ces affirmations quelques peu théoriques: il y est dit qu'il existe un lien étroit entre la maladie de Parkinson, le foie, les reins et la rate. Je suis étonné que le cerveau ne soit pas mentionné une seule fois. Il est établi depuis des décennies – pour la médecine d'école occidentale – que la lésion provoquant les symptômes de la maladie de Parkinson se situe dans le cerveau. Ce fait est appuyé par d'innombrables preuves qui ont été fournies par des analyses microscopiques, biochimiques, métaboliques et par d'autres examens. Nous n'avons, par contre, pas d'indice quant à une participation causale du foie, des reins et de la rate. Je me pose la question, également après avoir lu la description du cas à la fin de l'article, si la médecine chinoise et la médecine d'école occidentale pensent à la même maladie lorsqu'elles parlent de la maladie de Parkinson.

Je peux m'imaginer que de nombreux patients s'intéressent plus à l'efficacité du traitement qu'à l'exactitude des fondements théoriques. Mais l'étude citée, à laquelle ont participé plus de 500 patients, m'apporte plus de questions que de réponses. Il ne s'agit manifestement pas d'une étude contrôlée. La déclaration, selon laquelle le traitement serait efficace dans 79,6% des cas n'est également pas d'une grande aide. On ne mentionne pas à quoi correspond ce pourcentage.

\*l'auteur est président du comité consultatif de l'ASmP.