

Enfin. La médecine complémentaire s'affirme en Suisse: à partir du mois de mai, les prestations médicales des cinq disciplines thérapeutiques les plus populaires dans notre pays seront remboursées par l'assurance obligatoire – sans limitation.

Jürg Lendenmann

Un bon complément

La médecine complémentaire

Si les accomplissements de la médecine académique, et notamment de la chirurgie et de la médecine d'urgence, sont nombreux, elle ne peut cependant pas couvrir l'ensemble des méthodes pour être et rester en bonne santé. Des thérapies – complémentaires – existent pour combler ces lacunes. La plupart d'entre elles sont issues d'une tradition millénaire. «La médecine académique traite uniquement la maladie sur le plan structurel. De nombreuses méthodes de médecine complémentaire au contraire agissent sur le plan énergétique ou même sur le plan informel», expliquait le Dr. méd. Jürg Hess, médecin généraliste et de médecine complémentaire

et professeur de biocybernétique et de thérapie du chaos, lors d'une discussion sur les possibilités de traitement du cancer. Ces deux branches de la médecine sont de plus en plus associées dans le cadre d'un traitement. Mot d'ordre: médecine intégrative. Une méthode qui inclut également, entre autres, l'influence que peuvent avoir les attentes du patient sur la réussite du traitement.

Il n'est pas toujours évident de comprendre le fonctionnement des médecines complémentaires, surtout lorsqu'elles proviennent d'une autre culture. Ci-dessous, nous vous présentons un bref aperçu des cinq traitements rem-

boursés par l'assurance obligatoire. Nous nous pencherons sur d'autres méthodes dans un prochain numéro.

Acupuncture

L'acupuncture et la moxibustion, une technique proche (réchauffement de points d'acupuncture), furent les deux premiers procédés thérapeutiques de la médecine traditionnelle chinoise (MTC) introduits en Europe. En raison de son histoire, l'acupuncture est aujourd'hui la méthode de MTC la plus souvent employée en Europe et en Amérique du Nord. Sur les points d'acupuncture, situés sur des canaux énergétiques (méridiens), il est

Les cinq branches de la médecine complémentaire

Depuis 2012, cinq branches différentes de la médecine complémentaire sont remboursées par l'assurance obligatoire: l'acupuncture sans limitation et, jusqu'à maintenant, la médecine anthroposophique, la médecine traditionnelle chinoise, l'homéopathie et la phytothérapie avec des limitations. Si les modifications des ordonnances correspondantes entrent comme prévu en vigueur au 1er mai 2017, tous les patients, quel que soit leur statut et leur situation financière, auront accès aux prestations de la médecine complémentaire. Néanmoins, les montants légaux ne seront versés par les caisses d'assurance maladie que si les médecins traitants disposent d'une attestation de formation complémentaire de la FMH. Toutefois, les assurances complémentaires assurent également les prestations d'autres branches de la médecine complémentaire, de la prévention et de la promotion de la santé. Vous trouverez davantage d'informations sur les différentes méthodes de médecine complémentaire et sur les thérapeutes reconnus par les caisses d'assurance maladie sur les sites www.emr.ch (> EMR Public) et www.asca.ch



L'acupuncture: souvent utile contre les douleurs.



Médecine anthroposophique



Homéopathie



Phytothérapie

possible d'influencer de manière ciblée le Qi – l'énergie vitale. Les blocages peuvent ainsi être dissous. Là où le Qi s'accumule, il sera dévié, et là où il manque, il sera rempli. L'acupuncture est surtout utilisée, avec succès, dans le traitement des douleurs. Une nouvelle variante développée en Europe est l'auriculopuncture.

Médecine anthroposophique

Le médecin Ita Wegmann (1876–1943) fut la première à appliquer en médecine les théories de Rudolf Steiner (1861–1925), créateur de l'anthroposophie. La médecine anthroposophique comporte entre autres des éléments de la médecine de Paracelse et de Galen, de la MTC ainsi que certaines parties de l'homéopathie, qu'elle a développée. Pour soigner les maladies, outre les méthodes de médecine académique éprouvées, on utilise des remèdes minéraux, végétaux ou animaux ainsi que des méthodes artistiques et des thérapies verbales et corporelles. Cette médecine agit sur les trois éléments constitutifs d'une personne: le corps étherique (activité vitale), le corps astral (activité psychique) et le «Je» (activité spirituelle). Avec le quatrième élément, le corps physique, elles représentent l'ensemble de l'être humain.

Homéopathie

L'homéopathie a été créée par le médecin allemand Christian Friedrich Samuel Hahnemann (1755–1843). Trois piliers

caractérisent sa méthode: 1. Le test des médicaments sur des personnes saines (conceptions médicamenteuses), 2. La règle de la similitude «Similia similibus curentur» (le semblable doit être soigné par quelque chose de semblable) et 3. La règle du dosage – la potentialisation/dynamisation de la substance active par une dilution répétée dans l'eau/l'alcool ou par frottement avec du sucre lactique. Aujourd'hui, les médicaments homéopathiques sont disponibles à différents niveaux de potentialisation (comme D, C, M, LM ou Q) et en médicaments uniques ou complexes.

Phytothérapie

L'objectif de la phytothérapie, médecine végétale occidentale, est de prévenir et de soigner les troubles et maladies à l'aide de plantes, d'extraits de plantes et de leurs préparations. Les remèdes (phytomédicaments) sont multicomposants et agissent comme un ensemble. Les substances créant ensemble des synergies, leur réunion est bien plus efficace que la simple somme de chaque composant.

Thérapie médicamenteuse chinoise traditionnelle

Le principal pilier de la MTC est la thérapie médicamenteuse à base de plantes, de minéraux et autres remèdes. Un médicament peut contenir jusqu'à 15 substances. La plupart des formules ont plus

de 2000 ans. La thérapie aux herbes est souvent associée à l'acupuncture. Comme en acupuncture, les médicaments sont utilisés pour harmoniser l'énergie mais aussi pour réchauffer ou refroidir. Autrefois, les mélanges d'herbes étaient cuits à la maison par le patient, qui en buvait ensuite la décoction. Aujourd'hui, des granules, gouttes et comprimés sont également disponibles. En Suisse, les mélanges sur ordonnance peuvent être achetés dans des pharmacies spécialisées comme la St. Peter Apotheke à Zurich, la Dr. Noyer Apotheke à Berne et la pharmacie de Bad Ragaz, ainsi qu'au près de certains importateurs.



Thérapie chinoise traditionnelle