

Fiche info

Cancer et médecines non conventionnelles

Les traitements conventionnels du cancer sont principalement fondés sur la chirurgie, la chimiothérapie et la radiothérapie. Bien que de plus en plus efficaces et spécifiques, ils ont tous des effets secondaires. Aussi, les patients, en concertation avec leur équipe médicale, peuvent avoir recours à des thérapies non conventionnelles pour les soulager.

Entre 30 à 60 % des personnes atteintes d'un cancer font appel à des médecines non conventionnelles et seulement 46 % d'entre elles en parlent à leur médecin. Ceci peut avoir de graves conséquences, notamment quand la personne décide d'interrompre son traitement médical. Pourtant, l'accès à des soins complémentaires est de plus en plus facilité dans les centres hospitaliers et encouragé par les médecins. L'objectif est de soulager physiquement et psychologiquement. Néanmoins, le traitement miracle n'existe pas et certaines personnes malveillantes profitent de la vulnérabilité des malades. Aussi, bien que le choix de recourir à des soins de médecines non conventionnelles soit libre, il est primordial de toujours en informer l'équipe soignante et surtout de ne jamais interrompre le traitement standard.

■ **Traitements classiques et médecines non conventionnelles**

- Les **traitements classiques** contre le cancer regroupent différentes thérapies dont l'efficacité a été validée scientifiquement et cliniquement, c'est-à-dire qu'ils apportent une amélioration réelle du pronostic vital. Ils sont prescrits et administrés par des professionnels de santé (oncologues, radiologues...etc).

Ces traitements sont directement actifs contre les cellules cancéreuses et, peuvent avoir des effets secondaires qui impactent la qualité de vie.

- Les **médecines non conventionnelles** n'ont pas fait preuve de leur efficacité sur la guérison. On distingue :

- Les **médecines complémentaires** accompagnent le traitement standard. Le but est généralement d'apporter un bien-être au patient, un soulagement face à la douleur, ou encore un réconfort psychologique.



- Les **médecines alternatives** qui sont présentées comme traitement thérapeutique contre la maladie, parfois même en remplacement des traitements classiques. Ces formes de « thérapies » sont très dangereuses et peuvent être assimilées à du charlatanisme.

La frontière entre ces deux types de pratique est parfois floue. De plus, certains de ces traitements non conventionnels peuvent avoir des effets secondaires, voire même interagir avec les traitements classiques. Il est donc fondamental de toujours discuter avec l'équipe soignante avant d'initier un traitement complémentaire.

■ **Comment avoir recours aux médecines complémentaires ?**

Quand les traitements anticancéreux classiques affectent la qualité de vie, comme une fatigue, des nausées, une baisse de moral, les médecines complémentaires peuvent améliorer le bien-être global :

- En soulageant les symptômes du cancer et les effets secondaires des traitements ;
- En permettant d'être plus actif dans le choix des thérapies suivies ;
- En aidant à faire face au stress engendré par la maladie ;
- En renforçant la confiance en soi et le contrôle de son corps...

Les médecines complémentaires offrent une grande diversité de soins. Même si certains de ces traitements sont directement proposés et accessibles dans les centres hospitaliers, il est possible que le médecin n'aborde pas le sujet.

Aussi, avant d'initier un traitement complémentaire, il est primordial de définir exactement ses attentes, de rechercher des informations précises et sérieuses et d'en discuter avec son médecin.

Des informations peuvent être directement disponibles dans les centres antidouleur des hôpitaux.

■ **Quelles médecines complémentaires choisir ?**

Il est important de rappeler que ces traitements ne soignent pas le cancer. À ce jour, aucune étude scientifique n'a démontré l'efficacité de ces traitements contre le cancer. Néanmoins, certaines données mettent en avant des bénéfices quand ces traitements sont suivis conjointement aux traitements classiques.

• **Le yoga**

Le yoga est une discipline fondée sur le travail de postures, de respirations et de méditation. Cette pratique apporte un réel bien-être physique et psychique, notamment un bon dynamisme, une meilleure résistance face à la fatigue, de la souplesse physique ainsi qu'une meilleure tension artérielle. Récemment, il a été démontré que le yoga permettait d'améliorer la qualité de vie de patientes atteintes de cancer du sein, en agissant sur les hormones dites de stress.

• **L'acupuncture**

L'acupuncture fait partie de la médecine traditionnelle chinoise et consiste en l'application d'aiguilles très fines à des points précis du corps. Des études ont démontré que l'acupuncture permettait de soulager

les nausées et vomissements causés par la chimiothérapie. D'autres données préliminaires mettraient en évidence une possible action sur la diminution de la douleur liée notamment à la chirurgie ainsi que sur le renforcement du système immunitaire.

• **L'auriculothérapie ou acupuncture auriculaire**

L'auriculothérapie est une pratique française reconnue, proche de l'acupuncture. De fines aiguilles stériles, à usage unique, sont insérées en des points précis de l'oreille, et laissées en place jusqu'à ce qu'elles tombent spontanément. L'auriculothérapie est indiquée pour diminuer les effets secondaires de la chimiothérapie et de la radiothérapie (sécheresse buccale), ainsi que les symptômes liés au stress (insomnie, migraine, dépression, troubles digestifs...etc).

• **L'ostéopathie**

L'ostéopathie est une médecine manuelle et globale, reconnue en France depuis 2002. Elle consiste en une manipulation du corps à des endroits précis. Elle permet de soulager certaines douleurs mécaniques ainsi que les effets secondaires de la chimiothérapie et de la radiothérapie.

• **Le massage thérapeutique**

Ce traitement consiste en un massage des muscles et des tissus mous du corps. Il permet de soulager des douleurs musculaires ou des raideurs ainsi que l'anxiété ou le stress. Améliorant la circulation sanguine, il procure une sensation de bien-être. Il existe différents types de massages thérapeutiques tels que la réflexologie ou le massage lymphatique.

• **La méditation**

Cette pratique permet de détendre le corps en apaisant l'esprit. Elle consiste en une focalisation de l'attention sur un point précis afin de vider l'esprit des pensées anxiogènes. Elle peut prendre différentes formes selon qu'elle soit pratiquée en mouvement, en position assise ou couchée. On peut citer le tai-chi, le qi gong ou encore l'aïkido. La méditation permet de réduire les douleurs chroniques, le stress ou les troubles du sommeil.

• **L'homéopathie**

Parce que l'homéopathie n'occasionne pas d'effets secondaires, de nombreuses personnes sont attirées vers ce type de thérapie. Elle pourrait diminuer les effets secondaires des traitements ainsi que traiter les états anxieux.

Cette liste de traitements complémentaires est non-exhaustive, mais regroupe les soins les plus couramment proposés qui apportent un bénéfice sur la qualité de vie. Il est important de choisir le type de soin complémentaire qui correspond aux attentes thérapeutiques. De plus, au cours de la maladie, les besoins peuvent changer, les traitements complémentaires aussi.

Les questions de... ?

Claire D., 53 ans
« Je suis un traitement complémentaire depuis plusieurs semaines et je ne ressens aucun bénéfice thérapeutique. Dois-je l'interrompre ? »

Si un traitement complémentaire n'apporte pas de résultats, c'est qu'il n'est pas adapté à votre situation, que vos attentes sont irréalistes ou qu'elles ont évolué. Il convient d'en discuter avec votre médecin, ainsi que votre thérapeute pour décider de la suite à donner ou non à ce traitement. Une autre voie thérapeutique complémentaire peut alors vous être proposée.

Norbert M., 47 ans
« On me propose un traitement alternatif novateur qui guérisse mon cancer, que dois-je faire ? »

Les seuls traitements reconnus curatifs contre le cancer sont ceux qui vous sont administrés par le corps médical. Toute personne ou association qui vous proposerait un traitement alternatif « miracle » doit être reçu avec beaucoup de méfiance. Vous pouvez en discuter avec votre médecin, mais il ne faut, en aucun cas, arrêter votre traitement médical.

En savoir +

■ **La Ligue contre le cancer / Institut National du Cancer :**

Médecines complémentaires et cancer – Mars 2012

<http://www.e-cancer.fr/cancerinfo/se-faire-soigner/traitements/medecines-complementaires>

■ **Cancer Info Service : 0 810 810 821**

<http://www.e-cancer.fr/cancerinfo>

■ **La Ligue contre le cancer / Institut National du Cancer :** Cancers, attention aux traitements miracles

<http://www.e-cancer.fr/cancerinfo/se-faire-soigner/traitements/traitements-miracles>

■ **Comité de Paris de la Ligue contre le cancer :**

Le retour à domicile après un cancer : le recours aux soins complémentaires – Mars 2013

<http://www.retouradomicile.fr/le-recours-aux-medecines-complementaires>