



*CHERCHER POUR GUERIR
ACCOMPAGNER POUR AIDER
PREVENIR POUR PROTÉGER
MOBILISER POUR AGIR*

Médecines douces, alternatives ou parallèles

MEDECINES DOUCES, ALTERNATIVES OU PARALLELES

*Médecines douces, complémentaires,
Alternatives ou parallèles :*

*Autant d'expressions recouvrant une même réalité :
certaines de ces pratiques de soins n'ont pas encore prouvé
leur efficacité.*

*Quelles que soient ces techniques, le Conseil de l'Ordre des
médecins les a définies comme des pratiques non prouvées.
Avant d'y recourir, il convient donc de s'informer auprès de
son médecin.*

De multiples techniques

❖ Du général ...

La plupart des pratiques médicales non prouvées sont «généralistes». Elles ne sont pas spécifiques du cancer et sont destinées à diverses pathologies, voire à des personnes en bonne santé. C'est le cas des médecines dites corporelles et de certaines méthodes non classiques de soutien psychologique.

L'acupuncture et l'homéopathie appartiennent à ce groupe et bien que toutes deux soient des spécialités médicales dispensées par des médecins, aucune étude scientifique n'a permis d'en démontrer objectivement l'efficacité dans le traitement du cancer.

❖ ...au spécifique

D'autres pratiques visent précisément à «guérir» le cancer ou sont proposées comme traitement adjuvant, c'est-à-dire destiné à mieux supporter la maladie.

Mais là encore, il n'existe aucune preuve objective de leurs effets bénéfiques. Ainsi, les arguments présentés comme scientifiques par ceux qui les préconisent, ne sont pas objectifs.

Derrière la «douceur», le danger !

Une pratique non prouvée peut devenir dangereuse, surtout lorsqu'elle conduit le malade à suspendre le traitement en cours.

Certaines médecines «douces» se révèlent agressives, voire violentes ; c'est le cas de certains régimes extrêmement carencés ou encore de méthodes dites psychologiques très culpabilisantes, ou même de simples tisanes à priori inoffensives.

Enfin, certains produits peuvent également interférer avec les traitements en cours.

Utiliser un produit ou une méthode non dangereuse est une priorité.

Il existe un protocole de traitement officiel et légal, axé sur l'efficacité thérapeutique et sur la non-mise en péril du patient.

Pourquoi rechercher une médecine «douce» ?

Plusieurs faits se conjuguent pour inciter les patients ou leurs proches à cette recherche «d'autre chose», notamment si la confiance de départ dans le traitement classique s'amointrit peu à peu.

Les motifs les plus courants sont :

- **la durée parfois désespérante de la maladie**, avec une évolution souvent émaillée de rechutes ou de complications ;
- **la douleur mal traitée**, alors que des remèdes sont aujourd'hui efficaces ;
- **le caractère agressif des traitements** responsables d'effets secondaires importants ;
- **le manque d'écoute du médecin** et l'absence de soutien psychologique ;
- **ce besoin de magie**, que chacun porte en soi : besoin d'autant plus vif que la maladie fragilise l'individu.

L'équipe en charge de votre traitement en cancérologie définit pour vous un plan de traitement personnalisé et vous serez suivi toutes les semaines par un médecin cancérologue, durant toute la période du traitement.

Les deux exigences d'un traitement

Éliminer des méthodes dangereuses pour le patient, c'est-à-dire des méthodes dont les complications mettent sa vie en jeu ou sont d'importance démesurée par rapport au bénéfice attendu.

Démontrer l'efficacité thérapeutique de façon objective sur un nombre significatif de personnes (les résultats doivent pouvoir être reproduits par d'autres utilisateurs objectifs). Ces procédures demandent une longue série de tests expérimentaux et cliniques, jugés par des experts : c'est la phase de «recherche clinique».

Toutes ces recherches ont pour objectif de préciser l'efficacité des traitements mais aussi leur éventuelle toxicité. Aussi, il convient de prendre conscience des conséquences d'un refus de traitement validé scientifiquement.

Les principales méthodes

Les thérapeutiques non spécifiques

du cancer

Il s'agit dans tous les cas de méthodes non médicamenteuses. Elles sont nombreuses, mais elles ont toutes un principe commun : elles ont recours à l'âme ou font appel à certaines techniques corporelles.

o **Le recours à l'âme**

Certaines techniques reposent sur l'idée que l'âme et le corps forment un tout. En agissant sur la première, on influence le cours de la maladie physique.

o **Méthodes de relaxation ou de soutien psychologique (musicothérapie, par exemple)**

Ces pratiques peuvent aider le patient à mieux vivre sa maladie, à condition qu'elles ne gênent en rien les traitements officiels... et qu'elles ne soient pas utilisées à des fins purement mercantiles.

Le plus souvent, leur but est d'aider le patient à mieux maîtriser ses émotions, ses angoisses et ses peurs.

o **Citons entre autres techniques :**

- le «**biofeedback**» ;
- la «**méditation transcendantale**» ;
- la **méthode «holistique»** qui associe à la relaxation des conseils nutritionnels et des herbes ou des essences florales (infusion de géranium, souci, alchémille...),
- la **méthode de Simonton** qui a pour but de visualiser ses défenses immunitaires en train de gagner sur les cellules cancéreuses.

Toutes ces méthodes peuvent aider le patient dans sa quête de maîtrise d'un état de tension. Elles ne peuvent pas être considérées comme un traitement de la maladie cancéreuse.

○ **L'usage du corps**

Toutes aussi diverses, les techniques corporelles peuvent également apporter un réel soulagement. C'est le cas du yoga, de la chiropraxie, de certains massages, de thérapies manuelles, de certaines techniques de relaxation...

Avant de pratiquer l'une ou l'autre de ces méthodes, il est cependant indispensable de demander conseil à son médecin traitant, car dans certains cas - comme par exemple des patients souffrant de lésions osseuses - elles peuvent constituer un réel danger.

Une liste complète des pratiques non prouvées est impossible à dresser : il en existe des centaines et de nouvelles se créent sans cesse. En guise de repère, voici un panorama des plus courantes d'entre elles.

○ **La sophrologie**

Cette technique, la plus récente, a pour but de maîtriser l'équilibre corps-esprit. Elle est née vers 1960 d'une synthèse entre les techniques de relaxation, de méditation et de yoga. Elle est utilisée pour maîtriser les tensions et les angoisses. Sont proposées des sophronisations (concentration sur un stimulus interne, projection dans le futur...) et des «relaxations dynamiques», s'inspirant de techniques orientales (yoga...).

Par la suite les techniques se sont diversifiées avec la sophro-analyse (méthode qui explore le vécu prénatal et celui de la naissance pour analyser les croyances les plus profondes) et la médiation Trans personnelle.

○ **Les thérapies cognitives comportementales**

Elles agissent sur les comportements. Elles tentent par un apprentissage de remplacer des réactions inadaptées vis-à-vis de la maladie par un comportement modifié dans un sens favorable et adapté.

○ **Le biofeedback ou bio rétroaction**

C'est une technique de gestion du stress : il s'agit pour une personne de visualiser à l'aide d'appareils électroniques différents éléments de son corps (tension artérielle, tension musculaire, visibles sous forme de graphiques lumineux ou d'onde sonore) et d'agir sur ces tensions par une relaxation adaptée.

○ **Les massages**

Ils ont pour but de diminuer des contractures dues à une tension psychique et permettent une détente du corps et de l'esprit. Certains massages sont associés à des herbes médicinales (chaudes, aromatiques, spécifiques) ; d'autres portent sur des sites particuliers comme la plante des pieds. Dans ce dernier cas, selon une théorie non vérifiée, la plante des pieds constituerait une projection des différents organes du corps et le massage agirait alors sur des zones réflexes.

○ **Le yoga**

Cette discipline, pratiquée en Inde depuis des millénaires, unit étroitement corps et esprit. Le yoga associe des postures à un travail sur la respiration. Une séance de yoga procure une grande détente, et à la longue, plus de vigueur, une amélioration de la respiration et une meilleure résistance au stress.

LE POINT SUR L'OSTEOPATHIE

S'il est admis que certains ostéopathes puissent être non médecins, le patient atteint de cancer doit être particulièrement prudent et ne se référer qu'à des médecins confirmés.

Des méthodes à manier avec précaution.

Certaines méthodes de relaxation ou de soutien psychologique font appel à des processus d'auto-analyse susceptibles d'entraîner des effets négatifs, voire destructeurs (culpabilisation, responsabilisation d'autrui...).

Des sentiments d'autant plus douloureux qu'ils répondent à l'inévitable interrogation de toute personne confrontée à un traumatisme : «Pourquoi est-ce arrivé à moi?».

Parfois, de séduisants principes n'ont qu'un seul but : amener progressivement la personne vers une structure en relation avec une secte.

Les thérapeutiques se prétendant spécifiques du cancer

o Les régimes alimentaires

Ils sont multiples, allant des régimes sans viande, à ceux qui recommandent l'alimentation pratiquement exclusive de jus de raisin (régime de Brandt).

Un autre régime préconise une alimentation à base de mélange de jus de légumes associé à une tisane diurétique (régime de Breuss).

Celui du Dr Gerson est pauvre en sel, en graisses, en lait, en poisson, en viande, mais riche en fruits, associé à des lavements de café et des injections d'extraits de foie.

Celui du Dr Koussmine interdit les graisses solides, les œufs, le beurre au profit de graines et céréales, proche du régime macrobiotique de Kushi qui est un régime végétalien.

Certains ont même proposé le jeûne pour «affamer le cancer» et «purifier» le corps. Rendu responsable d'avoir une mauvaise hygiène de vie, le malade, invité à se «purifier», est culpabilisé.

Souvent ces régimes sont déséquilibrés et sources de carence et de dénutrition. Aucun d'entre eux n'a fait ses preuves dans le traitement du cancer.

o Le traitement psychologique du Dr Hamer

Le Dr Hamer, médecin allemand soutenu en France par l'Association Stop Au Cancer (ASAC) prône une théorie dite de la loi d'airain, qui énonce que le cancer est dû à un choc psychologique. Ce dernier «modifie le cerveau et seule une psychologie active peut inverser le processus et guérir le cancer». Cette théorie farfelue et dangereuse prône également l'interdiction des antalgiques majeurs dans les douleurs cancéreuses. Le Dr Hamer a été interdit d'exercice et condamné dans différents pays.

D'autres dérives sont possibles dans ce domaine, et le grand danger est l'infiltration de type sectaire dont il existe de multiples exemples. Des sectes se cachent souvent derrière des titres en apparence anodins.

o La phytothérapie

De nombreux médicaments dits «traditionnels» sont extraits de végétaux, comme la digitaline, diverses chimiothérapies anticancéreuses extraites de la pervenche ou d'if... Systématiquement soumis à des tests de toxicité et d'efficacité, ces médicaments ont obtenu l'autorisation de mise sur le marché (AMM).

Tel n'est pas le cas des produits proposés par les médecines «alternatives», dont la phytothérapie. Là encore, les propriétés de ces «médicaments» ne sont pas prouvées, ni même leur absence de toxicité !

Quant à l'aromathérapie, elle combine herbes et plantes ; elle est souvent proposée en complément des diverses médecines traditionnelles.

Proposés comme traitements préventifs du cancer, le thé vert et l'ail n'ont pas confirmé cette vertu.

o Vitaminothérapie, oligothérapie

Diverses méthodes préconisent l'absorption à haute dose de vitamines C ou A, ou encore de manganèse ou de sélénium, toujours sans qu'aucune étude clinique n'ait pu constater jusqu'ici le moindre bénéfice pour le patient.

Le traitement du Pr Di Bella en Italie, associe vitamine B à deux hormones : la mélatonine et la somatostatine. Une expérimentation, à laquelle participaient des oncologues internationaux, a été effectuée. Elle montre une absence totale d'efficacité.

La vitamine C à haute dose a été proposée par Pauling et prescrite par certains médecins durant un temps donné. Des essais cliniques rigoureux n'ont pas apporté de preuve d'efficacité. Si des recherches sont en cours sur le rôle préventif de certains dérivés de la vitamine A, cette dernière donnée à haute dose pour guérir le cancer est inefficace et dangereuse.

Le cartilage de requin mérite une place particulière : il s'agit d'un produit proposé depuis plusieurs années, sous prétexte que «les requins ne développeraient pas de cancer» (ce qui est faux). Or, des expérimentations récentes en laboratoire ont montré que ce produit était doué de propriétés anti-angiogéniques (réduction de la vascularisation), et pourrait donc inhiber le développement d'une tumeur maligne. Différents essais cliniques rigoureux n'ont pas montré d'efficacité avec la forme habituelle vendue aux Etats-Unis. Un dernier essai mené avec un produit purifié et contrôlé (Néovastat) n'a montré aucune activité dans le cancer du rein. Au total, aucune efficacité n'a pu être démontrée.

La méthode Carzodelan associe des enzymes (protéase, lipase, amylase) injectés par voie intramusculaire (les enzymes sont des substances qui stimulent certaines réactions chimiques).

La méthode Wobe-Mugos mélange des enzymes extraits de pancréas de bœuf, de thymus de veau, etc.

La méthode Faktor AF2 propose une formule à base d'extraits de rate et de foie embryonnaires d'agneau.

Aucune publication n'a été faite à ce jour sur des résultats contrôlés de ces méthodes sans fondement scientifique.

QUELQUES «MÉDICAMENTS» ALTERNATIFS

Extraits de gui (tel l'Exilor ou l'Isador) : en injection sous-cutanée.

Extrait de noyau d'abricot (Laetrile) : s'est avéré toxique.

Extrait de champignon (Combuca) : donné par voie orale.

Les propriétés thérapeutiques anticancéreuses dont se réclament ces médicaments n'ont aucune efficacité prouvée.

o **Autres thérapeutiques**

Les pratiques à base de produits tels que le pétrole (méthode de Ganner : une cuillère de pétrole le matin à jeun), le furfurol (résine synthétique), le germanium, sont nombreuses et extrêmement variées. Elles ne sont confirmées par aucune étude clinique.

o **Le pseudo-scientifique**

Placées dans un contexte apparemment scientifique, certaines techniques sont séduisantes. Et pourtant...

Les pratiques recourant à divers appareils électroniques ne sont soutenues par aucun argument scientifique sérieux. Le constat objectif de résultats valables et reproductifs n'a pas davantage pu être établi. En revanche, des effets nocifs à plus ou moins long terme ne sont pas à exclure.

o **Le magnétisme**

Proposée par des personnes non médecins, supposées avoir un «don», cette méthode consiste en une imposition des mains sur le corps ou à distance. Une énergie serait transmise des mains du magnétiseur à la personne malade. Le magnétiseur est parfois guidé par un pendule dont les oscillations indiqueraient la zone malade. Il n'y a aucune onde ni aucune énergie transmise. Le «don» du magnétiseur est autoproclamé et la croyance populaire y adhère comme font certaines ethnies vis-à-vis du sorcier. Le désir de guérison est tel que certains magnétiseurs possèdent une grande aura.

o **La méthode de Beljanski**

Le PB 100 (Pao Pereira) dont on ne connaît pas la composition, agirait en synergie avec la chimio et la radiothérapie et entraverait la multiplication des virus à ARN. Beljanski a toujours refusé de dévoiler la composition exacte de ses produits, et n'a pas non plus accepté d'effectuer des essais cliniques réguliers. Les experts scientifiques ont unanimement réfuté la valeur de ce produit, actuellement commercialisé aux USA comme «complément alimentaire». Aucune étude pharmacologique, toxicologique ou clinique, contrôlée, n'a pu prouver l'efficacité de la méthode de Beljanski.

Deux pratiques médicales : Homéopathie et acupuncture

Bien que ne relevant pas de la médecine traditionnelle, l'homéopathie et l'acupuncture méritent une place à part, en tant que pratiques médicales non prouvées. L'une et l'autre, en effet, sont prescrites et suivies par des médecins. Regard sur ces deux pratiques.

❖ L'homéopathie : Une méthode répandue

L'homéopathie est enseignée dans plusieurs facultés et pratiquée par quelque 6.000 médecins sur l'ensemble du territoire.

○ Le principe de la similitude

L'homéopathie est basée sur le principe dit de la similitude. Concrètement, cette thérapeutique consiste à administrer au patient, à concentration extrêmement faible, des remèdes capables de produire chez l'homme sain, à doses plus fortes, des symptômes identiques à ceux que l'on combat. Chaque substance «à profil thérapeutique» augmenterait ainsi la résistance du sujet et conduirait à la guérison.

○ Des essais non objectifs

Les tests réalisés pour démontrer l'efficacité des médicaments homéopathiques ne répondent pas aux critères indispensables permettant de prouver une action thérapeutique.

Par contre, l'homéopathie pourrait apporter une certaine amélioration de la qualité de la vie en cas de troubles difficiles à supporter tels les effets secondaires des chimiothérapies.

Beaucoup d'homéopathes prescrivent des granulés, supposés diminuer les effets secondaires des traitements. Pour l'instant, il n'y a pas de preuve d'efficacité de l'homéopathie dans cette indication.

❖ **L'acupuncture : Une tradition orientale**

L'acupuncture repose sur les principes de la médecine traditionnelle ; elle est liée à certaines conceptions cosmo-géniques, à l'harmonie entre des énergies opposées et complémentaires : le Yin et le Yang.

○ **Une pratique répandue**

Environ 5.000 médecins et 1.500 acupuncteurs non médecins pratiquent l'acupuncture, une discipline exclusivement enseignée dans des instituts privés.

○ **Une technique spécifique**

La technique acupuncturale repose sur la pose d'aiguilles métalliques en des points précis et réputés efficaces du corps humain. Elle est proposée pour des troubles très divers, notamment dans le traitement des nausées, vomissements induits par la chimiothérapie et de certaines douleurs chroniques, en tant que soin complémentaire des médicaments classiques. L'acupuncture a permis d'améliorer certaines douleurs, comme le syndrome douloureux après amputation.

Homéopathie et acupuncture

Oui, mais... sous conditions

En homéopathie comme en acupuncture, une efficacité thérapeutique réelle n'a jamais pu être démontrée par des essais expérimentaux ni cliniques valables, à l'exception de l'acupuncture pour le traitement des nausées et vomissements induits par la chimiothérapie.

Cependant, à condition d'être utilisées à titre adjuvant, c'est-à-dire avec les traitements spécifiques du cancer, ces pratiques peuvent parfois apporter un certain confort physique et moral aux patients.

CONCLUSION

Qu'attendre des pratiques médicales non prouvées ?

❖ Avant de s'engager ...

Si les pratiques «spirituelles» peuvent aider les malades à être plus solides, à mieux se connaître et, en fait, à mieux vivre leur maladie, il faut tout de même veiller aux dérives culpabilisantes pour soi ou pour autrui -ainsi qu'aux infiltrations insidieuses de certaines sectes dans ce domaine.

Avant de s'engager sur la foi de théories prometteuses, il faut rester vigilant et demander l'avis de son médecin traitant ou de son oncologue, sans crainte, ni honte.

❖ Attention à l'exploitation financière

L'un des risques principaux des méthodes décrites dans ce document, outre ceux qui ont déjà été soulignés, est de laisser le champ ouvert à des praticiens peu scrupuleux dont l'unique but est d'exploiter financièrement le désarroi et la détresse de certains patients. Aux médicaments souvent coûteux - et bien entendu non remboursés par la Sécurité Sociale - peuvent s'ajouter la vente de cassettes, l'inscription payante à des séminaires ou encore des séances de thérapie inspirées de techniques variées.

Parmi les pratiques non prouvées, certaines peuvent apporter un certain réconfort au patient. Il est cependant absolument indispensable de continuer les traitements spécifiques du cancer et de ses symptômes, prescrits par le médecin traitant ou le oncologue.

❖ Derrière la croyance, le doute

La popularité des méthodes alternatives révèle sans doute la détresse et le besoin profond du malade d'être écouté et considéré. Dans son combat contre la maladie, celui-ci aspire à être davantage sujet que simple objet. Une dimension essentielle qui doit être prise en compte par la médecine éprouvée, objectivement démontrée...

Attention aux informations fallacieuses (livres concernant des témoignages discutables, sites internet promoteurs de différents produits)

Pour plus d'informations, le lecteur pourra consulter les sites suivants :

En français

www.allerg.qc.ca/quackwatchfrançais.html
www.centre-paul-strauss.fr
(Cliquer ensuite sur la rubrique traitement)

En anglais

www.nci.nih.gov/cancertopics
Site du National Cancer Institute (Etats-Unis)

www.cancer.org/docroot/ETO
Site de l'American Cancer Society

www.quackwatch.org

Brochure rédigée par :
le Pr Simon SCHRAUB et Madame le Dr Françoise MAY-LEVIN
(Ligue nationale contre le cancer) - Mai 2010
Relecture et mise en forme - Novembre 2016
Dr Henri BASTIEN (Comité de Côte d'Or de la Ligue contre le cancer)

NOTES

LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Créée en 1918, la Ligue nationale contre le cancer est une association loi 1901, à but non lucratif, reconnue d'utilité publique. Elle fédère 103 Comités départementaux qui, ensemble, luttent dans trois domaines complémentaires : la recherche, l'information, la prévention, la promotion des dépistages et les actions pour les malades et leurs proches.

RECHERCHE

La Ligue est le premier financeur privé et indépendant de la recherche en cancérologie en France. Sous le contrôle d'un conseil scientifique national et de conseils scientifiques régionaux ou inter régionaux, elle finance des travaux de recherches fondamentale, clinique, épidémiologique et de sciences humaines et psychosociales. Elle soutient des jeunes chercheurs par des allocations d'étude, assure le financement de programmes de recherche d'équipes labellisées pour l'excellence de leurs travaux et initie des programmes de recherche innovants comme « la Carte d'Identité des Tumeurs ».

INFORMATION, PRÉVENTION ET PROMOTION DES DÉPISTAGES

Pour sensibiliser chacun au danger de certains comportements (tabac, alcool, exposition au soleil, etc.), pour alerter sur les facteurs de risque et en organiser la protection, pour communiquer sur les avantages des dépistages de certains cancers, la Ligue met en œuvre des moyens de communication (dépliants, brochures, affiches) disponibles au Siège de la Ligue ou auprès de ses Comités départementaux. En partenariat avec l'Institut national du cancer, elle relaie sur le terrain, les messages de dépistage des cancers.

ACTIONS POUR LES MALADES ET LEURS PROCHES

Les Comités départementaux de la Ligue apportent leurs soutiens matériel et financier, moral et psychologique aux malades, anciens malades et à leurs proches. Pour l'amélioration de leur qualité de vie, ils proposent ces accompagnements et des activités de soutien diverses au sein d'Espaces Ligue, lieux d'information installés dans les unités de soins ou dans leur Comité. La Ligue soutient aussi les patients dans les difficultés rencontrées pour défendre leurs droits, retrouver un emploi, bénéficier d'un prêt bancaire...

(Ecoute Ligue : 0 800 940 939 - Appel gratuit)

LA LIGUE AU CŒUR DE LA SOCIÉTÉ

La Ligue affiche un site internet (www.ligue-cancer.net) et édite une revue trimestrielle « Vivre » informant sur ses actions et celles de ses Comités départementaux ainsi que sur les dernières avancées thérapeutiques contre le cancer. Elle met à la disposition de tous, un comité éthique, consultatif, indépendant et permanent pouvant être saisi par toute personne physique ou morale sur diverses questions relevant de l'éthique et du cancer. La Ligue veut faire du cancer un enjeu de société rassemblant le plus de forces possibles des milieux sociaux, culturels et économiques.





Ligue nationale contre le Cancer

14 rue Corvisart
75013 PARIS

Tél : 01 53 55 24 00

www.ligue-cancer.net

Ligue contre le Cancer Comité de Côte d'Or

29 C Rue de Talant
CS 40750

21007 DIJON Cedex

Tel : 03 80 50 80 00

cd21@ligue-cancer.net

www.ligue-cancer21.net