



Thermalisme et SEP

Il est nécessaire de faire le point. Beaucoup de patients nous posent des questions à ce sujet.

Y A-T-IL DES LIEUX DE CURE THERMALE SPÉCIFIQUES DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES ?

C'est-à-dire existe-t-il un rapport direct entre une cure thermale particulière, par son eau et son climat, et la cause et le développement de cette affection ? En d'autres termes, cette eau et ce climat ont-ils un effet bénéfique sur la survenue et l'évolution de la sclérose en plaques ?

La réponse à cette question est NON. Rien n'a été établi dans ce domaine et prouvé scientifiquement. Il n'est pas utile d'envisager une cure thermale pour éviter ou guérir une affection neurologique comme la sclérose en plaques.

■ Et pourtant, des évaluations et des études sur les effets thérapeutiques du thermalisme ont été mises en place dans toutes les régions thermales. Avec les règles actuelles de méthodologie, ces études ont porté sur l'épidémiologie des eaux, leurs effets sur la microcirculation, leur répercussion sur le drainage lymphatique, leurs effets dans les hépatites chroniques, ou chez les arthrosiques (ceci est donné à titre d'exemple).

Il serait trop long de citer les indications thérapeutiques connues et appréciées du public depuis de longues années : maladies respiratoires, affections hépatiques, intestinales, gynécologiques, cutanées, urinaires, artérielles et veineuses. Cette liste n'est pas exhaustive et il n'entre pas dans notre propos de les développer ici. Il faut citer à part les affections rhumatoïdiques, les séquelles de traumatismes dont les indi-

cations représentent plus de la moitié des curistes. Ces derniers centres de cure acceptent également souvent les affections neurologiques chroniques, dont la sclérose en plaques pour partie. Nous précisons plus loin leur intérêt. N'oublions pas les affections psychosomatiques.

Après ces précisions, y a-t-il des indications intéressantes et bénéfiques pour les sclérosés en plaques ? La réponse est OUI. Mais il s'agit essentiellement de sujets au stade progressif de la maladie, c'est-à-dire au stade de la maladie où il existe un handicap permanent sensitif ou moteur, ou lié aux troubles de l'équilibre. Selon monsieur Philippe Langenieux-Villard⁽¹⁾, « la médecine thermale s'adresse à des malades chroniques qu'aucun traitement n'a guéris ». Le thermalisme correspond à ce qui est dans l'air du temps, lutte contre le stress, redécou-

verte du corps et de soi-même et de l'environnement naturel. L'eau protégée aux qualités garanties correspond aux inquiétudes écologiques de notre société.

EN NEUROLOGIE, ET AU COURS DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES, QUELLES SONT LES INDICATIONS ?

- **Les douleurs, d'origine neurologique**, quelles qu'elles soient, névrites, paresthésies, séquelles de zona, douleurs profondes peuvent être améliorées en plusieurs années.

- **Les handicaps moteurs**, paralysie d'un ou plusieurs membres, raideurs et contractures, rétractions tendineuses. La cure s'associe à des massages et à des mobilisations sous l'eau.

- **Les handicaps sensitifs**, atteinte de la sensibilité partielle ou d'un hémicorps, anesthésie, peuvent aussi en bénéficier.

- **Les autres handicaps**, vertiges, troubles de l'équilibre représentent une indication plus variable selon qu'ils sont seuls ou associés à d'autres troubles.

- **Le retentissement du déficit moteur et de la spasticité** sur la colonne vertébrale et les articulations est très fréquent et aggrave les troubles liés à l'arthrose et aux atteintes articulaires. Une cure peut être utile pour résoudre ce type de

problèmes : plusieurs lieux de cure, destinés aux affections rhumatologiques, acceptent des affections neurologiques dont la SEP.

- **Les problèmes psychosomatiques**, liés à l'évolution d'une sclérose en plaques, entrent dans ces indications : asthénie, anxiété, troubles du sommeil peuvent trouver une amélioration certaine.

- En dehors de ces indications fréquentes, on peut citer **les troubles psychiques plus définis**, telle la dépression nerveuse, par exemple, que cet état soit lié à la personnalité du malade et à sa réaction devant la maladie et tout ce qu'elle comporte, ou aux lésions de la maladie elle-même.

- Naturellement, tout patient porteur d'une SEP peut avoir d'autres maladies, et nécessiter une cure pour cela. L'état neurologique influe sur l'indication et doit être examiné par un neurologue qualifié avant que la décision définitive ne soit prise.

LES CONTRE- INDICATIONS DÉCOULENT DE L'ÉTAT NEUROLOGIQUE, PSYCHIQUE, ET DE L'ÉTAT GÉNÉRAL.

- **L'autonomie motrice et psychique** est nécessaire, ainsi que l'absence d'une évolution évidente ou d'une poussée. L'état grabataire est toujours refusé.

- **La stabilité de l'état** et la possibilité de supporter la vie en collectivité sont requises.

- **L'absence de complications infectieuses** ou autres est nécessaire.

- **L'absence de problèmes organiques** non liée au système nerveux, cardiaques, pulmonaires, hépatiques ou maladies générales est également nécessaire. Ceci tombe sous la loi du bon sens.

QUELLES SONT LES TECHNIQUES HABITUELLEMENT UTILISÉES ?

Les cures comprennent le plus souvent des bains bouillonnants ou non, des massages et de la mobilisation sous l'eau, des boues thermales pour application locale.

- **Les bains** sont utilisés comme sédatifs et analgésiques, afin d'imprégner le corps du principe actif de l'eau thermale. Leur température peut être modifiée.

- **Les douches** sont variables quant à leur température, leur pression, leur durée, elles activent la circulation locale et peuvent diminuer la douleur. Elles peuvent être faites sous l'eau ou hors de l'eau.

- **La mobilisation et la rééducation sous l'eau** peuvent aider la récupération et la conservation de la sou-

plesse articulaire. L'allègement du poids du corps permet de réaliser les mouvements impossibles autrement. Le réchauffement des masses musculaires permet la réduction des contractures, la douleur est diminuée et les œdèmes se résorbent.

- **Les boues thermales** conservent la chaleur et entraînent des effets thérapeutiques selon les cas.

D'une façon générale, la cure de boisson se fait peu, dans les indications liées aux scléroses en plaques, ainsi que les inhalations ou lavages internes.

Seul le médecin de cure décidera de la technique à employer. Des consultations périodiques et des heures de détente alterneront avec les moments de cure et de soins.

QUELS SONT LES PROBLÈMES ADMINISTRATIFS PRINCIPAUX DANS LA PRÉPARATION D'UNE CURE POUR UN PATIENT ATTEINT DE SCLÉROSE EN PLAQUES ?

- **Le médecin habituel ou le neurologue** doit remplir en temps utile une demande de prise en charge, préciser et connaître l'orientation thérapeutique de la station de cure et préciser le diagnostic et l'évolution de l'affection au médecin de la caisse.

- **Le médecin de la caisse** donne ou non son accord.

- **Le lieu de cure** doit être recherché à l'avance par le médecin prescripteur, et aussi pour les dates et les possibilités d'accueil.

- **Les frais du traitement thermal** sont variables : il y a souvent un traitement type, forfaitaire, et aussi des soins supplémentaires. Ils sont remboursés partiellement ou à 100 %, selon que l'assuré bénéficie ou non de l'exonération du ticket modérateur.

- **Les honoraires médicaux** rémunèrent l'ensemble des actes effectués pendant la cure. Leur remboursement dépend aussi du statut de l'assuré, et du médecin, vis-à-vis de la sécurité sociale. Il peut y avoir des actes complémentaires.

- **Les frais de voyage** peuvent être remboursés en fonction du plafond de ressources.

- **L'hébergement** est, en général, à la charge du patient.

Parfois la cure nécessite une hospitalisation. Toutes ces mesures sont prévues et sont données sur demande par les centres de cure. Il est recommandé aux patients et à leur famille de s'en informer à l'avance.

A titre d'exemple, citons quelques lieux de cure, propices à une affection telle que la sclérose en plaques,

avec ou sans les modifications articulaires, musculaires, tendineuses, douloureuses ou psychologiques dont il a été question : **La Malou-les-Bains**, **Bagnères-de-Bigorre** et **Neris-les-Bains** disposent de plusieurs centres.

Il y en a beaucoup d'autres, en particulier les centres destinés aux affections rhumatologiques.

EN CONCLUSION

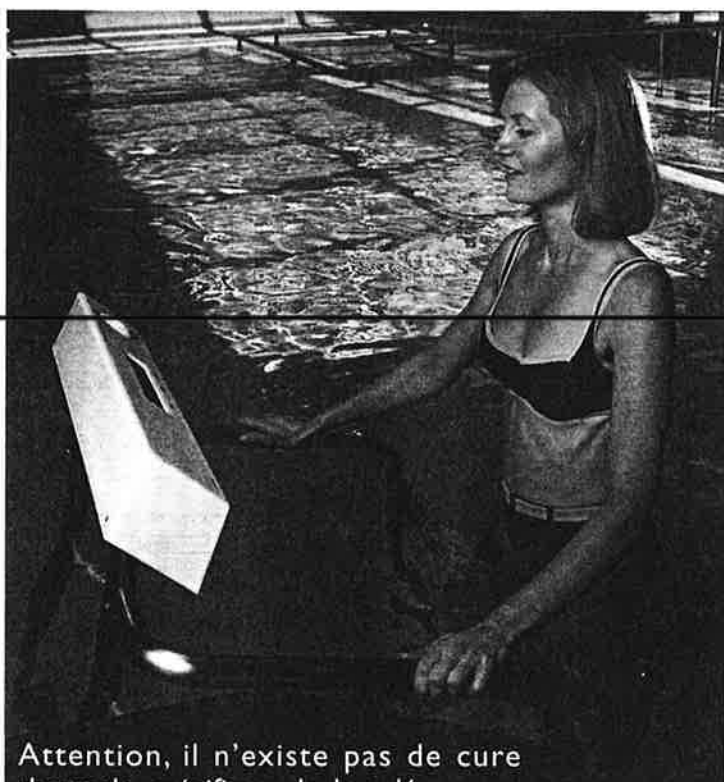
Si les eaux thermales n'ont pas d'effets spécifiques connus sur la sclérose en plaques, elles peuvent avoir une action sur le retentissement de la maladie physique ou psychologique. Elles nous paraissent s'adresser surtout aux formes progressives avec une invalidité modérée.

Elles peuvent être la source d'un bien-être général et d'une amélioration de la qualité de vie.

*Docteur Hélène de SAXCÉ
Membre du Comité médical et scientifique*

(1) Président du groupe parlementaire sur le thermalisme à l'Assemblée nationale.

Thermalisme : mise au point



Attention, il n'existe pas de cure thermale spécifique de la sclérose en plaques.

Un journal a extrait quelques phrases de notre fiche bleue « Le point sur... » parue en 1996 sur ce sujet. J'ai répondu à la plupart d'entre vous qui ont du recevoir la fiche en question.

Je tiens à repréciser quelques points importants :

- Il n'existe pas, au jour d'aujourd'hui, de cure thermale spécifique de la sclérose en plaques. Cela n'a pas d'effet sur son évolution, ni sa guérison et rien n'a été établi scientifiquement dans ce domaine.

- Selon l'état du patient et le stade évolutif de sa maladie, certaines cures thermales peuvent aider quelques-uns d'entre vous ; ceci par le bien-être qu'ils en tirent, la détente, l'amélioration fonctionnelle ressentie, un meilleur état psychologique, les rencontres éventuelles. De plus, l'eau est protégée, ce qui est rassurant.

- Il n'est pas possible de citer des noms de « lieux de cure » qui sont susceptibles d'accepter les sclérosés en plaques. Rappelons celles qui s'adressent

spécialement aux affections rhumatologiques (pas toutes), aux affections psychiatriques ou psychosomatiques, aux handicaps moteurs, de quelque cause qu'ils soient, sont parmi celles qui peuvent aider nos

patients. Ces derniers doivent leur écrire.

- La plupart des contre-indications viennent de l'état général du sujet et de l'état d'évolution de la maladie.

- Seul, le médecin traitant ou le neurologue seront habilités à faire la prescription.

Docteur Hélène de Saxcé,
Membre du
Comité Médical et
Scientifique

De très nombreux correspondants nous ont écrit pour demander des précisions sur les cures au cours de la SEP.

- Certaines cures trop spécialisées (ORL, poumons, voies digestives, même certaines pour les rhumatismes) sont assez « dures » à supporter et peuvent « fatiguer » le sujet et produire un effet nocif sur son état.

Nous ne pouvons nous-mêmes vous indiquer des centres de cures thermales qui pourraient vous accueillir. Pour obtenir tous les renseignements, il faut vous adresser à votre médecin traitant ou à votre neurologue. ■