

Cancer : ce que je peux attendre des médecines "douces" ou des méthodes alternatives

Le site du Docteur Jean-Marc SOUQUET

Adresse du site : www.docvadis.fr/drjmsouquet



Validé par
le Comité Scientifique Oncologie

En complément de votre traitement vous souhaitez souvent faire appel aux médecines dites « douces » ou aux méthodes alternatives. Il est important d'en parler avec votre médecin traitant et votre oncologue.

Pourquoi faire appel à ces méthodes ?

Ces traitements permettent aux patients d'être davantage des « acteurs » de leur maladie, moins soumis aux injonctions du corps médical, et de participer davantage au choix du traitement. Ils ont aussi pour objectif de vous aider à lutter contre les effets secondaires des traitements des cancers, tels la fatigue, les nausées éventuelles et le mal-être psychologique. Quelles que soient vos motivations, elles sont légitimes si elles vous aident dans la lutte contre la maladie et les effets secondaires des traitements. Toutes les études récentes montrent que plus de la moitié des patients traités pour des cancers y ont recours.

Quelle est la différence entre médecine complémentaire et médecine alternative ?

Les médecines complémentaires sont des techniques participant à une meilleure prise en charge. Elles sont associées aux traitements conventionnels et ont pour objectif d'aider les patients à mieux vivre avec leur maladie et à mieux supporter leur traitement.

Les traitements alternatifs, ou « médecines parallèles », n'ont pas fait scientifiquement la preuve de leur efficacité. Ils sont souvent prescrits en marge du système médical **à la place** des traitements classiques.

Quelles sont les médecines complémentaires qui peuvent m'être proposées ?

En ce qui concerne les traitements complémentaires, il pourra vous être proposé, par exemple, de l'homéopathie, de l'acupuncture, de la relaxation, des massages, du yoga, etc.

L'objectif de toutes ces méthodes est, avant tout, d'aider le patient à mieux vivre sa maladie et son traitement sans se mettre en danger. Il est très important que vous informiez les médecins qui vous suivent de votre souhait de les utiliser pour pouvoir en discuter avec eux.

Votre médecin vous proposera peut-être également de l'hypnothérapie, pour lutter contre les vomissements dus aux traitements, contre la douleur et contre l'angoisse.

Ce que je dois savoir

Certaines méthodes peuvent être nocives lorsqu'elles sont mal utilisées. C'est notamment le cas de certains produits de phytothérapie. En effet, traitement dit « naturel » ne veut pas dire pour autant « dénué de risques ». Certains peuvent, en effet, interférer avec le traitement conventionnel (le millepertuis, ou herbe de Saint-Jean, peut, par exemple, diminuer l'efficacité de la chimiothérapie). Il en est de même avec le jus de pamplemousse qui peut modifier l'efficacité de certains traitements de chimiothérapie. Certains produits peuvent même être toxiques, notamment sur le foie. Les méthodes alternatives **ne peuvent remplacer** votre traitement anticancéreux conventionnel, qui ne doit pas être interrompu (encore moins abandonné) pour garder toutes les chances de votre côté. Si vous êtes fortement sollicité pour le faire, il faut **absolument** en parler avec vos médecins (généraliste et oncologue).

Les traitements complémentaires peuvent parfaitement être utilisés dans le cadre de la prise en charge globale de votre maladie. Beaucoup d'entre eux sont vécus comme bénéfiques. N'hésitez surtout pas à en parler avec votre médecin. Il est à votre écoute et peut aussi vous conseiller. N'oubliez pas, en revanche, qu'un produit dit naturel n'est pas forcément sans danger, et son contenu réel ne correspond pas toujours à ce qui est écrit sur l'étiquette.