

**L'INTÉGRATION DE LA MASSOTHÉRAPIE
EN COMPLÉMENTARITÉ DES SOINS
MÉDICAUX**

Les avantages de favoriser l'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux

L'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux est de plus en plus reconnue et acceptée dans de nombreux contextes médicaux. On parle alors du concept de *Santé intégrative*. La massothérapie peut apporter divers avantages pour la santé physique et mentale, ce qui en fait une option attrayante en complément des traitements médicaux traditionnels pour les patients.

Voici quelques façons dont la massothérapie peut compléter les soins médicaux :

Gestion de la douleur

La massothérapie peut aider à soulager la douleur chronique, notamment celle associée à des conditions telles que l'arthrite, les maux de dos et les migraines, le cancer.



Réduction du stress et de l'anxiété

Les séances de massage peuvent favoriser la relaxation et réduire les niveaux de stress et d'anxiété, ce qui peut avoir un impact positif sur la santé mentale et émotionnelle.

Amélioration de la circulation sanguine

Le massage stimule la circulation sanguine, ce qui peut favoriser une meilleure oxygénation des tissus et accélérer le processus de guérison. Il s'avère très efficace en période post-opératoire pour éviter ou lutter contre les œdèmes et adhérences.

Renforcement du système immunitaire

Des études ont montré que la massothérapie peut stimuler le système immunitaire en augmentant le nombre de globules blancs, aidant ainsi le corps à lutter contre les infections et les maladies.

Amélioration du sommeil

Le massage relaxant peut favoriser un sommeil de meilleure qualité, ce qui est essentiel pour la récupération et la régénération du corps.

Réduction des tensions musculaires

La massothérapie peut aider à relâcher les tensions musculaires et à améliorer la flexibilité, ce qui peut être bénéfique pour les personnes souffrant de troubles musculosquelettiques.

Soutien émotionnel

En plus des bienfaits physiques, le contact humain et le soutien émotionnel offerts par le massothérapeute peuvent être précieux pour les patients confrontés à des défis de santé.

Dans un contexte de soins médicaux



Il est important que la massothérapie soit intégrée de manière appropriée dans les soins médicaux, en collaboration avec d'autres professionnels de la santé.

Les patients devraient également informer leur équipe médicale de tout traitement complémentaire qu'ils envisagent, y compris la massothérapie, afin d'assurer

une approche de soins globale et coordonnée.

L'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux peut apporter plusieurs avantages au système de santé dans son ensemble :

Réduction des coûts de santé

En intégrant la massothérapie comme option de traitement complémentaire, les patients peuvent bénéficier de thérapies non invasives et à moindre coût pour gérer certaines conditions de santé. Cela peut potentiellement réduire la dépendance aux médicaments coûteux ou aux procédures médicales invasives.

Amélioration de l'efficacité des traitements

La massothérapie peut compléter d'autres traitements médicaux en améliorant leur efficacité. Par exemple, en réduisant la douleur et en favorisant la relaxation, elle peut permettre aux patients de mieux tolérer les traitements médicaux ou de récupérer plus rapidement après une intervention chirurgicale.

Prévention des maladies

En favorisant la relaxation, en réduisant le stress et en renforçant le système immunitaire, la massothérapie peut contribuer à la prévention des maladies. Des

patients en meilleure santé signifient moins de consultations médicales pour des affections évitables.

Satisfaction des patients

Offrir des options de traitement complémentaires telles que la massothérapie peut améliorer la satisfaction des patients en leur donnant plus de choix et en reconnaissant l'importance de leur bien-être global.

Réduction de la charge de travail pour le personnel médical

En offrant des soins de massothérapie, le système de santé peut réduire la charge de travail pour certains professionnels de la santé en déléguant une partie des soins aux massothérapeutes qualifiés. Cela peut permettre aux médecins et aux infirmières de se concentrer sur des tâches qui exigent leurs compétences spécifiques.



Promotion d'une approche holistique de la santé

L'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux encourage une approche holistique de la santé, qui reconnaît l'importance de prendre en compte l'ensemble du bien-être physique, mental et émotionnel d'un individu.

Les avantages de la santé intégrative sur diverses clientèles

L'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux peut bénéficier à diverses clientèles, mais certains groupes spécifiques peuvent en tirer particulièrement profit :

Patients souffrant de douleurs chroniques

La massothérapie peut offrir un soulagement significatif aux personnes souffrant de douleurs chroniques, telles que celles causées par l'arthrite, les maux de dos, les migraines et les douleurs musculaires.

Individus vivant avec des troubles musculosquelettiques

Les patients atteints de troubles musculosquelettiques, tels que l'arthrite rhumatoïde, la fibromyalgie et les blessures sportives, peuvent bénéficier de la

massothérapie pour soulager la douleur, améliorer la flexibilité et favoriser la récupération.

Personnes confrontées à des troubles de l'anxiété et du stress

La massothérapie est efficace pour réduire les niveaux de stress et d'anxiété, ce qui en fait une option précieuse pour les personnes vivant avec des troubles anxieux, des troubles de l'humeur ou simplement celles qui cherchent à gérer le stress de la vie quotidienne.

Patients en rééducation ou en convalescence

Les patients en rééducation après une blessure ou une chirurgie, ainsi que ceux en convalescence après une maladie grave, peuvent bénéficier de la massothérapie pour accélérer la récupération, réduire la douleur et améliorer la mobilité.



Personnes âgées

La massothérapie peut être particulièrement bénéfique pour les personnes âgées en les aidant à maintenir leur mobilité, à réduire la douleur liée à l'arthrite et aux troubles musculosquelettiques, et à favoriser une meilleure qualité de sommeil.

Patients atteints de maladies chroniques

Les personnes vivant avec des maladies chroniques telles que le diabète, les maladies cardiovasculaires ou la sclérose en plaques peuvent bénéficier de la massothérapie pour gérer les symptômes associés à leur condition et améliorer leur qualité de vie.

Soins palliatifs et patients en fin de vie

La massothérapie peut offrir un confort physique et émotionnel aux patients en soins palliatifs ou en fin de vie, en aidant à soulager la douleur, à apaiser l'anxiété et à favoriser la détente.

En conclusion

En résumé, un large éventail de personnes peut bénéficier de l'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux, en particulier celles souffrant de douleur chronique, de troubles musculosquelettiques, de troubles de l'anxiété et du stress, ainsi que les patients en rééducation, les personnes âgées et celles vivant avec des maladies chroniques.

Ensemble, ces avantages peuvent contribuer à améliorer l'efficacité et la durabilité du système de santé en répondant de manière plus complète aux besoins des patients et en favorisant des approches de traitement plus diversifiées et inclusives.

L'intégration de la massothérapie dans les soins médicaux est de plus en plus reconnue pour ses nombreux bienfaits sur la santé physique et mentale.

Références

Voici quelques références et informations sur ce sujet.

Études générales

Ces études fournissent une base solide pour l'intégration de la massothérapie en complémentarité des soins médicaux, montrant ses effets positifs sur la santé physique et mentale.

Réduction du stress et de l'anxiété

Diego, M. A., Field, T., Hernandez-Reif, M., Shaw, K., Friedman, L., & Ironson, G. (2001). HIV adolescents show improved immune function following massage therapy. *International Journal of Neuroscience*, 106(1-2), 35-45.

Rapaport, M. H., Schettler, P., & Bresee, C. (2012). A preliminary study of the effects of repeated massage on hypothalamic-pituitary-adrenal and immune function in healthy individuals: a study of mechanisms of action and dosage. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 18(8), 789-797.

Gestion de la douleur

Cherkin, D. C., Sherman, K. J., Kahn, J., Wellman, R., Cook, A. J., Johnson, E., ... & Deyo, R. A. (2011). A comparison of the effects of 2 types of massage and usual care on chronic low back pain: a randomized, controlled trial. *Annals of Internal Medicine*, 155(1), 1-9.

Sherman, K. J., Cook, A. J., Wellman, R. D., Hawkes, R. J., Kahn, J. R., Deyo, R. A., & Cherkin, D. C. (2014). Five-week outcomes from a dosing trial of therapeutic massage for chronic neck pain. *Annals of Family Medicine*, 12(2), 112-120.

Amélioration de la circulation sanguine et lymphatique :

Rapaport, M. H., Schettler, P., Larson, E. R., Edwards, S. A., Dunlop, B. W., Rakofsky, J. J., & Kinkead, B. (2010). Acute Swedish massage monotherapy successfully remediates symptoms of generalized anxiety disorder: A proof-of-concept, randomized controlled study. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 71(1), 109-113.

Mori, H., Ohsawa, H., Tanaka, T. H., & Taniwaki, E. (2004). Leukocytes, cortisol, and lymphocyte subset responses to manual-lymphatic drainage therapy in healthy subjects. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 10(4), 583-585.

Amélioration du sommeil

Field, T., Diego, M., & Hernandez-Reif, M. (2006). Massage therapy research. *Developmental Review*, 26(1), 75-89.

Field, T., Hernandez-Reif, M., Diego, M., Schanberg, S., & Kuhn, C. (2005). Cortisol decreases and serotonin and dopamine increase following massage therapy. *International Journal of Neuroscience*, 115(10), 1397-1413.

Études touchant les patients atteints de cancer

La massothérapie est de plus en plus utilisée comme un complément aux traitements traditionnels pour les patients atteints de cancer.

Ces études mettent en évidence les avantages potentiels de la massothérapie dans la gestion des symptômes associés au cancer, ainsi que dans l'amélioration de la qualité de vie des patients.

Voici quelques références qui étudient les effets du massage chez les patients atteints de cancer :

Réduction de l'anxiété et du stress

Listing, M., Reißhauer, A., Krohn, M., Voigt, B., Tjahjono, G., Becker, J., ... & Klapp, B. F. (2009). Massage therapy reduces physical discomfort and improves mood disturbances in women with breast cancer. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 18(12), 1290-1299.

Cassileth, B. R., Vickers, A. J., & Magill, L. A. (2004). Music therapy for mood disturbance during hospitalization for autologous stem cell transplantation: a randomized controlled trial. *Cancer*, 101(5), 1138-1148.

Amélioration de la qualité de vie

Kutner, J. S., Smith, M. C., Corbin, L., Hemphill, L., Benton, K., Mellis, B. K., ... & Beaty, B. (2008). Massage therapy versus simple touch to improve pain and mood in patients with advanced cancer: a randomized trial. *Annals of Internal Medicine*, 149(6), 369-379.

Jane, S. W., Chen, S. L., Wilkie, D. J., Lin, Y. C., Foreman, S. W., Beaton, R. D., & Fan, J. Y. (2010). Effects of massage on pain, mood status, relaxation, and sleep in Taiwanese patients with metastatic bone pain: a randomized clinical trial. *Pain*, 151(1), 155-161.

Gestion des symptômes

Billhult, A., Bergbom, I., & Stener-Victorin, E. (2007). Massage relieves nausea in women with breast cancer who are undergoing chemotherapy. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 13(1), 53-57.

Listing, M., Krohn, M., Liezmann, C., Kim, I., Reißhauer, A., Peters, E., ... & Klapp, B. F. (2010). The efficacy of classical massage on stress perception and cortisol following primary treatment of breast cancer. *Archives of Women's Mental Health*, 13(2), 165-173.