

Septembre 14th 2015

Les huiles essentielles réaniment l'hôpital

Mieux vivre votre vie

Les huiles essentielles réaniment l'hôpital

Discrètement mais sûrement, l'aromathérapie s'installe dans un nombre croissant de services hospitaliers français. De la simple diffusion relaxante à de vraies réponses thérapeutiques, son usage se professionnalise et transforme cet univers médical, pour le plus grand bien des patients, des familles et des soignants.

14/09/2015 à 05:00 , actualisé le 14/09/2015 à 00:46

Vu 1702 fois



L'importance des odeurs dans la maladie d'Alzheimer est de plus en plus mise en évidence, car la mémoire olfactive est la plus résistante. Photo Shutterstock

Il y a quelques années encore, les rares infirmières ou médecins hospitaliers utilisant l'aromathérapie préféraient rester discrets, tant la pratique semblait mal perçue en France.

Mais, petit à petit, sous la pression du grand public, avec l'appui des premières études scientifiques et grâce aux expériences probantes d'autres pays européens, les hôpitaux français s'ouvrent, et de plus en plus de services officialisent l'utilisation de fragrances entre leurs murs blancs.

Soulager les maux de la vieillesse

Les services de gériatrie et de soins palliatifs ont été les premiers à s'intéresser à l'aromathérapie.

« Les personnes âgées sont souvent polymédicamentées, donc plus sensibles aux effets secondaires des traitements, ce qui nous incite à intégrer d'autres types de prises en charge », témoigne Géraldine Gommez, gériatre au centre hospitalier de Valenciennes, l'un des plus avancés en France en la matière.

Avant l'introduction des huiles essentielles en 2008, les cliniciens du pôle gériatrie pratiquaient déjà la relation d'aide, l'empathie ou les touchers détente.

L'aromathérapie a naturellement enrichi leur palette de soins. Des protocoles rigoureux ont été établis (prescription médicale, traçabilité, évaluation...), et les soignants se sont formés à cette méthode, qu'ils intègrent désormais au quotidien.

Ainsi, une association d'huiles essentielles de gaulthérie couchée et de katafray diluées dans une huile végétale apporte une réponse rapide aux douleurs articulaires, permettant de limiter le recours à des antalgiques puissants.

Le mélange dilué lavande fine et tea-trea est, quant à lui, souvent efficace contre des mycoses cutanées très invalidantes chez ces populations, tandis que l'hélichryse italienne peut être utile en cas d'hématomes, et le géranium rosat contre les escarres.

Pour calmer l'anxiété, l'angoisse et l'agitation fréquentes de ces patients, des hôpitaux, comme celui de Valenciennes ou comme Pasteur à Colmar, ont recours aux huiles essentielles de lavande, d'orange douce et de camomille noble via des inhalations (mouchoir à respirer ou stick inhalateur personnel) et des onctions sur le dos, la voûte plantaire, le sternum ou l'intérieur des poignets.

La mélisse, elle, est utilisée de façon privilégiée pour aider au lâcher-prise. « Au-delà de leurs vertus thérapeutiques, les huiles essentielles transforment la relation, analyse Géraldine Gommez.

En fin de vie, ce type de prise en charge améliore de façon considérable l'accompagnement du patient et de ses proches.

Les soignants sont remis au cœur de leur métier le – “prendre soin” – et en ressortent grandis et enrichis dans leur pratique. »

Adoucir les traitements du cancer

« Pour adoucir les maux du quotidien et atténuer les effets secondaires de traitements parfois insupportables, les services d'oncologie sont très ouverts aux soins alternatifs », explique le Pr Annelise Lobstein, qui travaille au laboratoire d'innovation thérapeutique de Strasbourg et est responsable scientifique du premier diplôme universitaire (DU) d'aromathérapie clinique en France.

Afin de soulager les effets consécutifs aux chimiothérapies, on propose aux patients de respirer de l'huile essentielle de menthe poivrée ou de citron contre les nausées, en prévention ou dès qu'ils en ressentent le besoin ; et en réponse au syndrome main-pied (réaction inflammatoire de la peau très invalidante), un composé d'huiles essentielles de bois de rose, de lavande aspic et de ciste.

Celui-ci, développé par une équipe luxembourgeoise, sera bientôt introduit à l'hôpital Pasteur de Colmar, qui vient également de mettre en place un protocole prometteur pour réduire les démangeaisons intenses provoquées par certaines chimiothérapies sous-cutanées.

Enfin, après chaque radiothérapie, l'application sur la zone exposée d'huile essentielle de niaouli mélangée à du gel d'aloès permet de réduire les rougeurs et les inflammations locales.

Stimuler ou calmer l'esprit

D'autres établissements commencent à s'intéresser aux vertus de l'aromathérapie en psychiatrie, et plus particulièrement pour accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

« Déjà une dizaine de publications scientifiques montrent l'apport des huiles essentielles pour cette pathologie, détaille Annelise Lobstein. À tel point que l'Assistance publique - hôpitaux de Paris (AP-HP) souhaite valider l'intérêt de l'aromathérapie auprès de patients.

Une première étude à grande échelle a débuté sur trois centres hospitaliers, en vue de mesurer l'impact de diffusions aromatiques sur les troubles du comportement et du sommeil de ces personnes. »

Dans le Sud, une autre expérimentation se met en place au sein du Centre mémoire de ressources et de recherche (CMRR) du CHU de Nice. Ce projet vise à améliorer le comportement, la motricité et la cognition de patients déjà atteints de la maladie d'Alzheimer ou présentant un risque de la développer.

Grâce à des capteurs vidéo, les perturbations comportementales sont repérées (agitations, troubles du sommeil, orientation, mémoire...) et des solutions non médicamenteuses leur sont proposées : serious games (1), interventions musicales ou diffusion automatique d'huiles essentielles personnalisées et adaptées (lavande pour apaiser, agrumes pour stimuler, par exemple).

« L'importance des odeurs dans la maladie d'Alzheimer est de plus en plus mise en évidence, car la mémoire olfactive est la plus résistante », commente le Pr Philippe Robert, directeur du CMRR.

Au vu de ces premières expériences fort convaincantes et des vingt à trente ans de pratique de l'aromathérapie à l'hôpital dans les pays les plus avancés (lire encadré ci-contre), le vaste potentiel thérapeutique des huiles essentielles, bien plus qu'une mode, s'avère réellement prometteur.

Si leur introduction à l'hôpital a longtemps paru anecdotique – en France, du moins –, leur déploiement pourrait bien, mine de rien, apporter ce supplément d'âme pour soigner les bleus du corps, comme ceux de l'esprit.

1. Jeux vidéo à visée éducative, informative, stimulatrice...

Cette enquête a été réalisée grâce à l'aimable participation de Robert Anton, professeur honoraire de pharmacognosie à l'université Louis-Pasteur de Strasbourg ; de Sophie Gattefossé-Moyrand, présidente de la fondation Gattefossé ; de Françoise Couic-Marinier, pharmacienne et formatrice en aromathérapie dans des hôpitaux et universités ; de Claire Gonnin, pharmacienne ; d'Auriane Gros, chercheuse.

Sophie BARTCZA.