

Centre de médecine intégrative et complémentaire  
(CEMIC) & Centre d'antalgie. Service d'anesthésiologie



# Médecine intégrative dans la gestion de la douleur

Prof. Chantal Berna Renella MD PhD

Jeudis d'Unisanté  
5.19.2023

canton de  
vaud

**LN** LEMANIC  
NEURO  
SCIENCE



Le Sense – Centre d'Innovation et de Recherche  
Lausanne & Sion, Suisse  
www.the-sense.ch  
f in

*Unil*  
UNIL | Université de Lausanne  
FBM



# Plan



**Définitions**

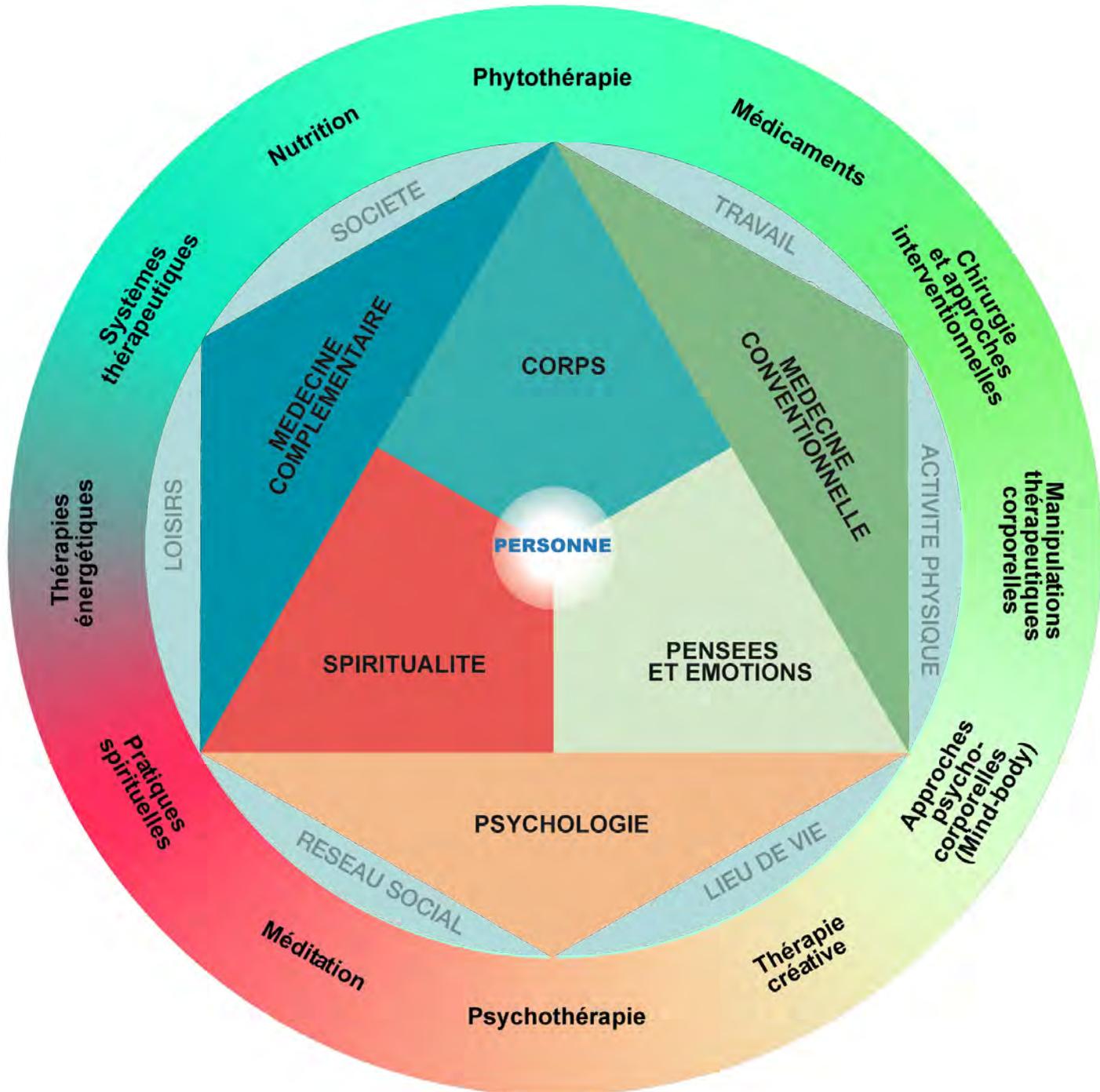


**Médecine intégrative en antalgie: rationnelle & options**

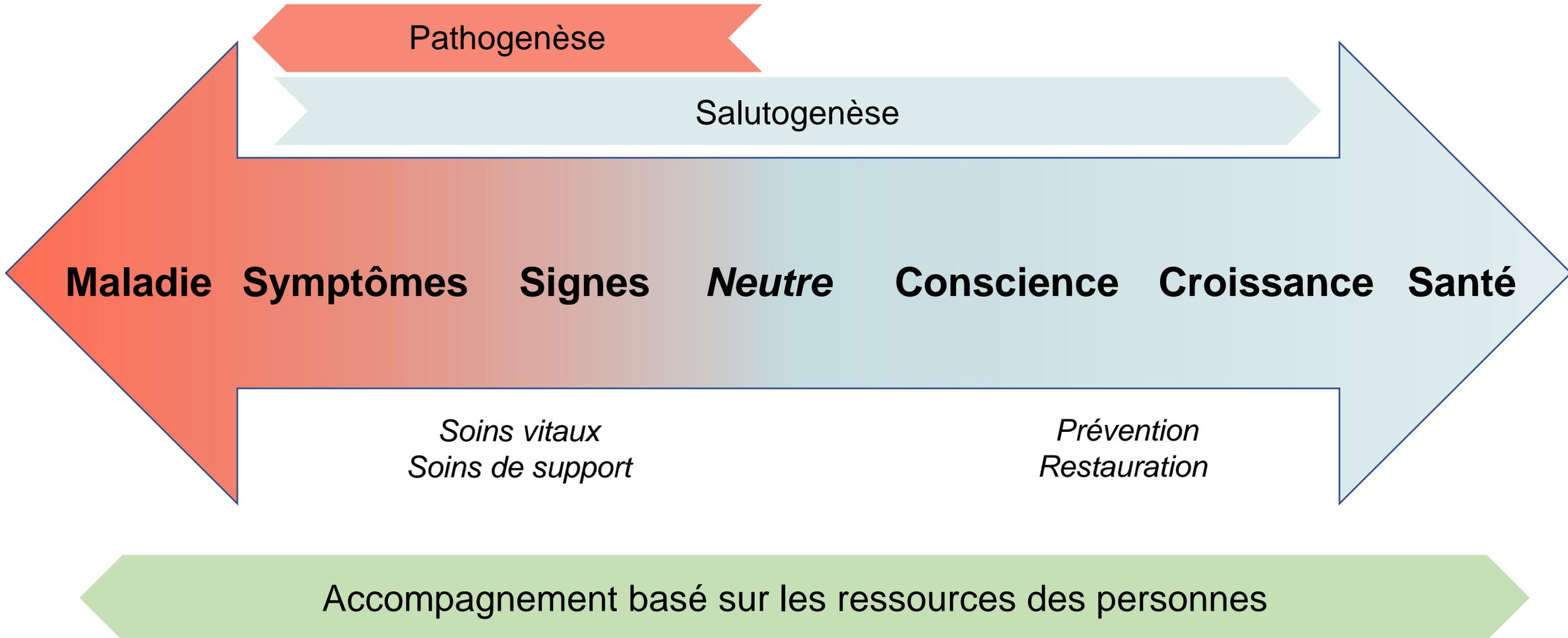


**Vignettes cliniques du CEMIC / les vôtres!**

# Médecine Intégrative : principes



# Médecine intégrative: un domaine d'accompagnement transversal



# Médecine complémentaire



Définition de l'Organisation Mondiale de la Santé 2014

Fait référence à un vaste ensemble de pratiques de santé qui :

- ne font pas partie de la **médecine conventionnelle** = d'école
- ne sont pas intégrées à son système de santé dominant

Thérapies à base  
de substances  
naturelles

Phytothérapie  
Aromathérapie  
Homéopathie

Substance bioactive plus ou moins  
diluée; ingérée, appliquée ou inhalée

Thérapies  
énergétiques

Reiki  
Magnétisme  
Chamanisme

Travail avec des champs  
énergétiques ou électromagnétiques

Thérapies  
manipulatives  
« Body-Based »

Massage  
Réflexologie  
Ostéopathie

Relaxation, Résolutions de dysfonctions  
Libération d'habitudes posturales

Thérapies psycho-  
corporelles  
« Mind-Body »

Hypnose  
Méditation  
Art thérapie

Capacité de l'esprit et cerveau à influencer  
fonctionnement ou perceptions du corps

Systemes  
thérapeutiques  
entiers

Médecine traditionnelle chinoise  
Médecine ayurvédique  
Médecine anthroposophique

Multiples

# Utilisation des médecines complémentaires en Suisse

**Vote 17.5.2009** : inscription des MC dans la constitution Suisse

***Remboursement Conditionnel par la LaMal***

**si dispensé par un médecin avec AFC :**

Médecine anthroposophique

Homéopathie

Phytothérapie

Médecine traditionnelle chinoise (y.c. acupuncture)

**Pour nos 8 Mio habitants:**

Approx. 1'000 médecins avec AFC MC

> 30'000 thérapeutes certifiés en MC (assurance complémentaire/paiement par patient)

**Utilisation de MC  $\geq$  1x/ 12 mois par population générale (2017):**

CH = 29%

Romandie = 36%

# Utilisation des MC aux USA pour gestion de douleur

Pain management technique	Adults		Estimated population, millions	
	No. in sample	% (95% CI)		
<b>Opioid pain management</b>				
Acute pain indication only	413	5.8 (5.2-6.5)	2.9	<i>4.4% only used opioids</i>
Chronic pain indication	1133	15.2 (14.2-16.3)	7.6	<i>10.7% used opioids &amp; nonopioid</i>
<b>Nonopioid pain management</b>				
Physical, occupational, or rehabilitative therapy for pain	1466	18.8 (17.8-19.9)	9.4	<i>Used by 18.8%</i>
Talk therapies, such as cognitive behavioral therapy	268	3.8 (3.3-4.4)	1.9	<i>Used by 3.8%</i>
<b>Complementary therapies <i>Used by 35.4%</i></b>				
Spinal manipulation or other forms of chiropractic care	861	11.6 (10.7-12.6)	5.8	
Yoga or Tai Chi	632	8.5 (7.8-9.4)	4.3	
Massage for pain	1244	17.6 (16.5-18.7)	8.8	
Meditation, guided imagery, or other relaxation techniques	1167	15.6 (14.6-16.7)	7.8	
<b>Other therapies</b>				
A chronic pain self-management program or workshop	374	5.1 (4.5-5.8)	2.6	
Chronic pain peer support group	119	1.8 (1.5-2.3)	0.9	
Any other approaches	2874	39.1 (37.3-40.9)	19.6	

Adults using Complementary and Psychological interventions:  
more likely to be **younger, female, have higher educational attainment**

REVIEW ARTICLE

Dan L. Longo, M.D., *Editor*

## Opioid Abuse in Chronic Pain — Misconceptions and Mitigation Strategies

Nora D. Volkow, M.D., and A. Thomas McLellan, Ph.D.

**Table 5. Alternative Treatments for Chronic Pain.<sup>42</sup>**

### Nonpharmacologic

Cognitive-behavioral therapy<sup>109</sup>

Exercise therapy<sup>110,113</sup>

Complementary medicine<sup>114</sup> (e.g., yoga, meditation, acupuncture)

### Nonopioid analgesics

Acetaminophen

Nonselective nonsteroidal antiinflammatory drugs; recommended as first-line pharmacotherapy for osteoarthritis<sup>115</sup> and low back pain<sup>116</sup> in multiple guidelines

Cyclooxygenase-2 inhibitors

Anticonvulsants (gabapentin or pregabalin) †

Antidepressants (tricyclics and serotonin and norepinephrine reuptake inhibitors) †

### Interventional and neural-stimulation therapies

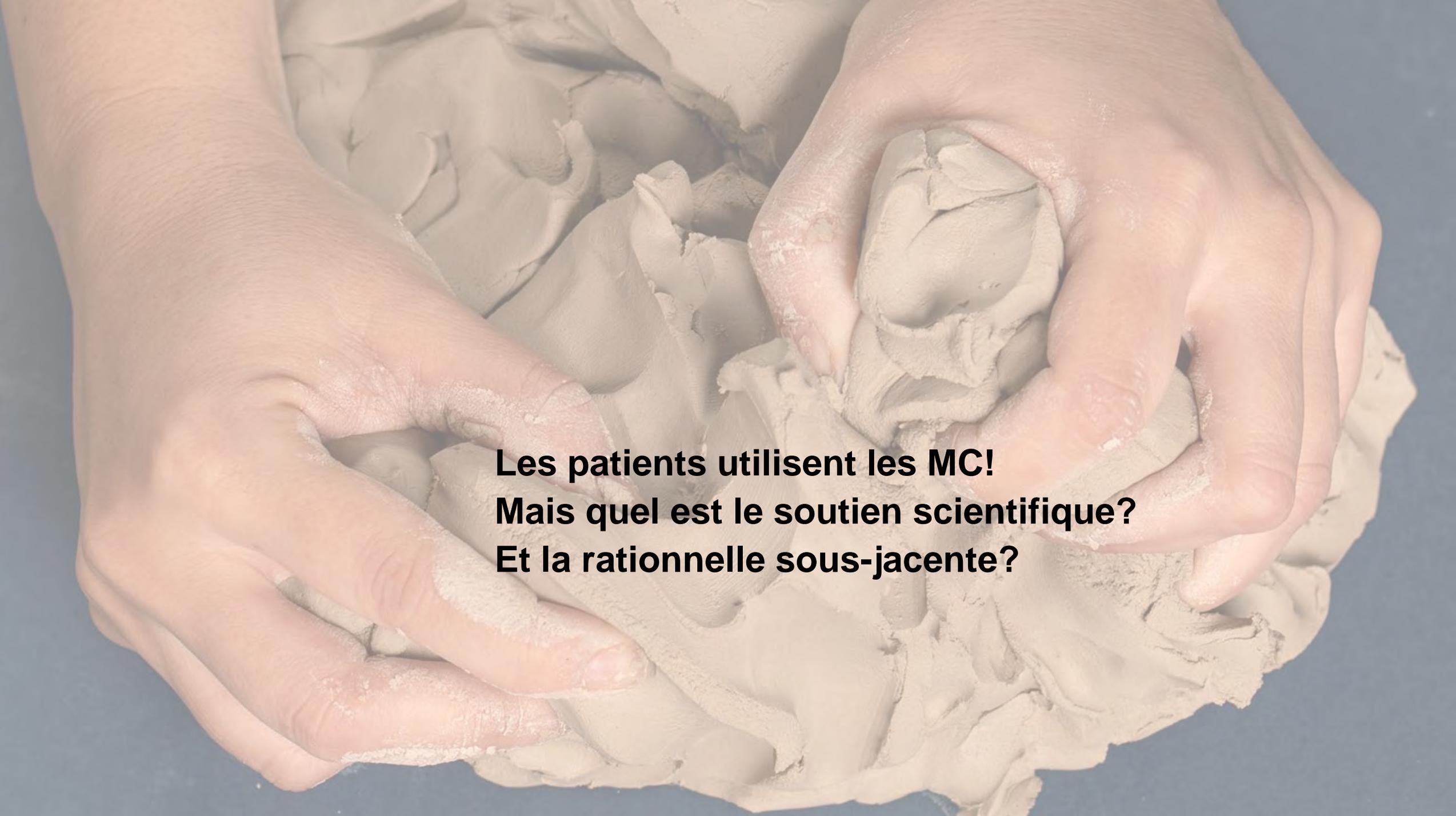
Epidural injection; may provide short-term improvement for certain pain-associated conditions (e.g., lumbar radiculopathy)<sup>1</sup>

Brain, spinal cord, and nerve stimulation, including transcranial magnetic stimulation, transcranial direct current stimulation, electrical deep-brain stimulation, and stimulation devices for peripheral nerves or tissues<sup>117-120</sup>

### Biofeedback

Electromyography to help patients learn to control muscle tension and electroencephalography to help patients learn to influence brain electrical signals in order to modulate pain; may be beneficial in treatment of headaches, some forms of chronic back pain, and other pain disorders<sup>121</sup>

Neurofeedback with the use of functional magnetic resonance imaging as a supplemental approach for chronic pain management<sup>122</sup>

A close-up photograph of two hands, one on the left and one on the right, actively molding a piece of light-colored clay. The hands are positioned to shape the clay into a form, with fingers and thumbs pressing and pulling the material. The background is a solid, muted blue color. The lighting is soft, highlighting the texture of the skin and the malleability of the clay.

**Les patients utilisent les MC!  
Mais quel est le soutien scientifique?  
Et la rationnelle sous-jacente?**

# Mythes sur la recherche en MC

L'efficacité des MC est impossible à démontrer

Efficacité vs. mécanisme

Les médecines complémentaires sont juste des placebos

Effets spécifiques vs. contextuels

Cela demanderait une méthodologie complexe, encore à développer

La littérature est composée de petites études dans des journaux mineurs

# Acupuncture in patients with osteoarthritis of the knee: a randomised trial

Dr C Witt, MD   • B Brinkhaus, MD • S Jena, MSc • K Linde, MD • A Streng, PhD • S Wagenpfeil, PhD • et al.

BMJ

## RESEARCH

Cite this as: *BMJ* 2008;337:a884  
doi:10.1136/bmj.a884

### Randomised controlled trial of Alexander technique lessons, exercise, and massage (ATEAM) for chronic and recurrent back pain

Paul Little, professor of primary care research,<sup>1</sup> George Lewith, reader,<sup>1</sup> Fran Webley, overall trial coordinator and trial manager for Southampton site,<sup>1</sup> Maggie Evans, trial manager for Bristol site,<sup>4</sup> Angela Beattie, trial manager for Bristol site,<sup>4</sup> Karen Middleton, trial data manager,<sup>1</sup> Jane Barnett, research nurse,<sup>1</sup> Kathleen Ballard, teacher of the Alexander technique,<sup>5</sup> Frances Oxford, teacher of the Alexander technique,<sup>5</sup> Peter Smith, professor of statistics,<sup>3</sup> Lucy Yardley, professor of health psychology,<sup>2</sup> Sandra Hollinghurst, health economist,<sup>4</sup> Debbie Sharp, professor of primary care<sup>4</sup>

## RESEARCH

*BMJ* 2018;360 doi:https://doi.org/10.1136/bmj.k851

### Effect of tai chi versus aerobic exercise for fibromyalgia: comparative effectiveness randomized controlled trial

Chenchen Wang,<sup>1</sup> Christopher H Schmid,<sup>2</sup> Roger A Fielding,<sup>3</sup> William F Harvey,<sup>1</sup> Kieran F Reid,<sup>3</sup> Lori Lyn Price,<sup>4</sup> Jeffrey B Driban,<sup>1</sup> Robert Kalish,<sup>5</sup> Ramel Rones,<sup>6</sup> Timothy McAlindon<sup>1</sup>

# Recommandations internationales

Types de douleur chronique (selon l'ICD-11)	Thérapies à base de substances naturelles	Thérapies manipulatives	Thérapies «Mind-Body»	Thérapies énergétiques
<b>Musculosquelettique</b>				
Arthrose	Capsaïcine, boswellia <sup>20</sup>	Balnéothérapie, ostéopathie, massage <sup>7</sup>	Tai-chi <sup>2,9</sup>	Thérapies électromagnétiques (TENS), <sup>7</sup> acupuncture <sup>2,7,9,21</sup>
Arthrite rhumatoïde	Diète méditerranéenne, <sup>21</sup> huile de bourrache, <sup>21</sup> huile de poisson, <sup>20</sup> curcuma <sup>22</sup>	-	MBSR, yoga <sup>21</sup>	-
Lombalgie aiguë	-	Médecine manuelle, ostéopathie <sup>6,9</sup>	Relaxation progressive selon Jacobson, <sup>9</sup> MBSR <sup>6</sup>	Acupuncture <sup>6,9</sup>
Lombalgie chronique	Capsaïcine, griffe du diable, saule blanc <sup>10</sup>	Médecine manuelle, ostéopathie, <sup>6,9</sup> technique Alexander <sup>21</sup>	Thérapie cognitivo-comportementale, MBSR <sup>6</sup> , tai-chi, qi gong, yoga <sup>2,6,9</sup>	Acupuncture <sup>6,9</sup>
<b>Tête et visage</b>				
Migraine	Magnésium, coenzyme Q10, riboflavine <sup>23</sup>	-	Méditation <sup>24</sup>	Acupuncture <sup>25</sup> , Cefaly, TMS <sup>23</sup>
Céphalées de tension	Huile essentielle de menthe poivrée <sup>23</sup>	Massage <sup>24</sup>	Yoga, biofeedback <sup>24</sup> , relaxation <sup>23</sup>	Acupuncture <sup>26</sup>
<b>Viscérale</b>				
IBS	Diète FODMAP, <sup>27</sup> curcuma, iberogast, huile essentielle de menthe poivrée, Padma Lax <sup>28</sup>	-	Hypnose <sup>27-29</sup>	Acupuncture, moxibustion <sup>29</sup>

# Indications X traitement

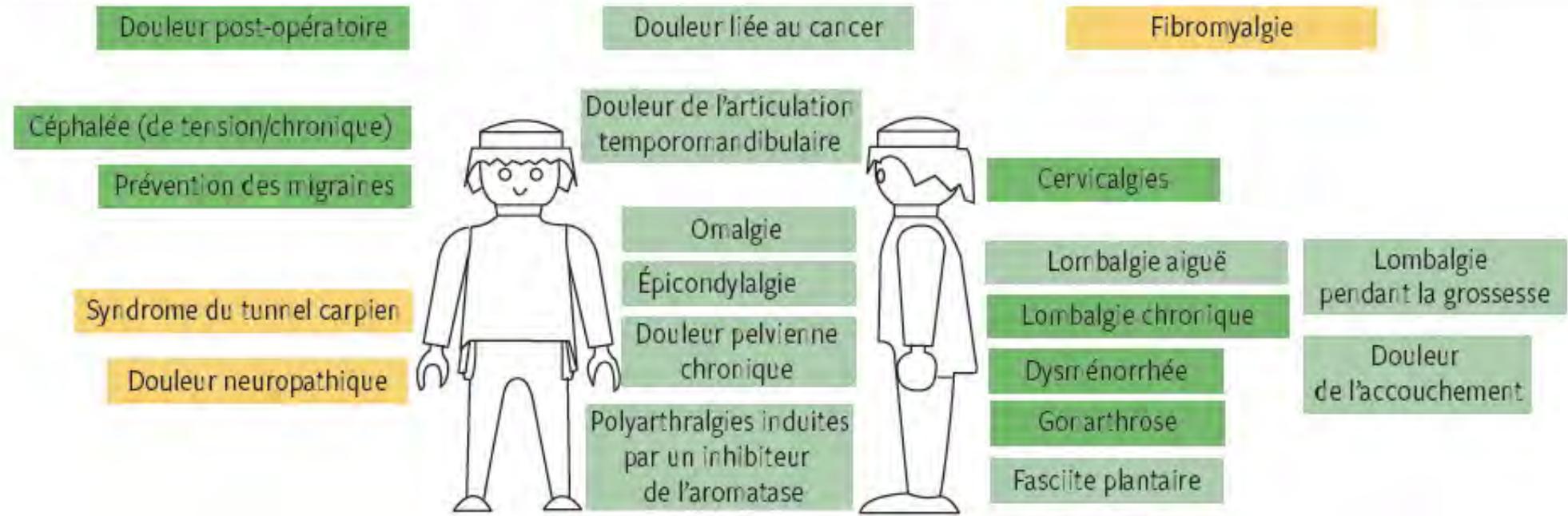
**FIG 2**

## Indications antalgiques pour l'acupuncture

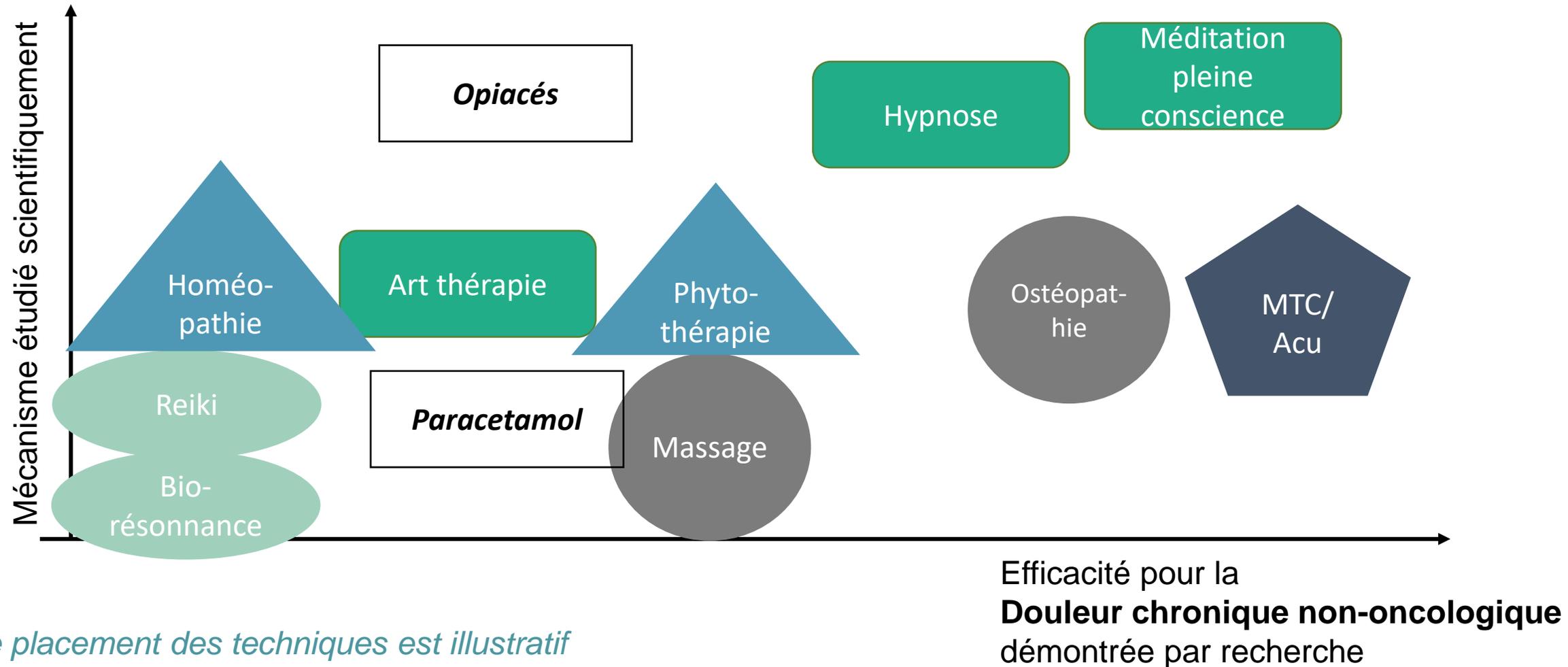
La figure indique aussi le degré d'évidence selon la littérature.

Par souci de clarté, nous n'avons pas inclus les indications pour lesquelles l'acupuncture n'a pas d'intérêt.

Vert foncé: bonne évidence; vert clair: évidence modérée; jaune: évidence insuffisante.



# Des multiples médecines complémentaires



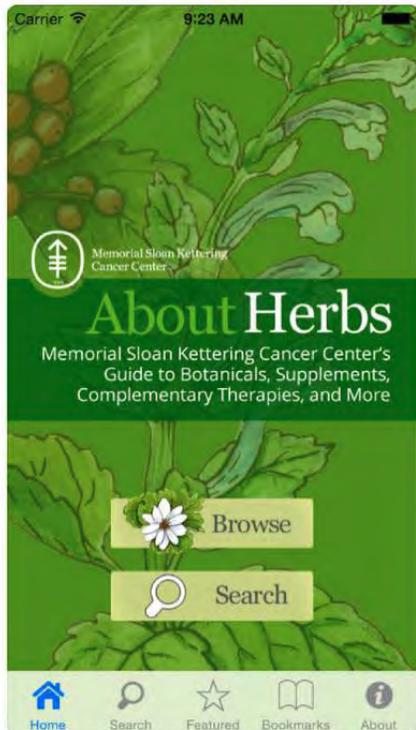
# Sources utiles



<https://nccih.nih.gov/health/>



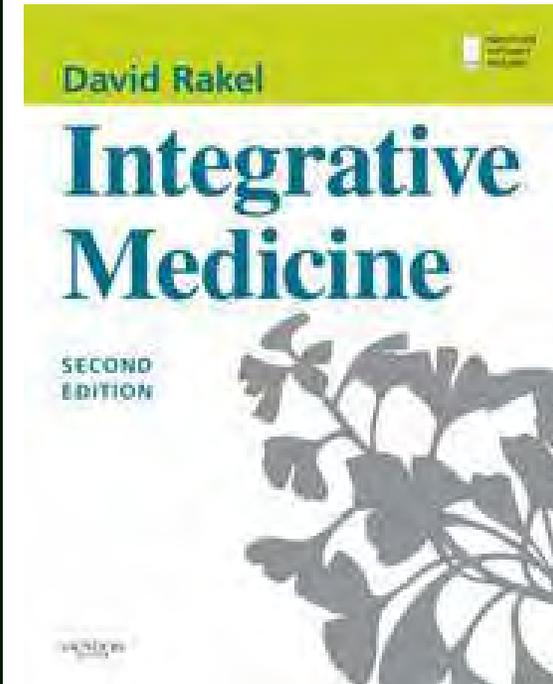
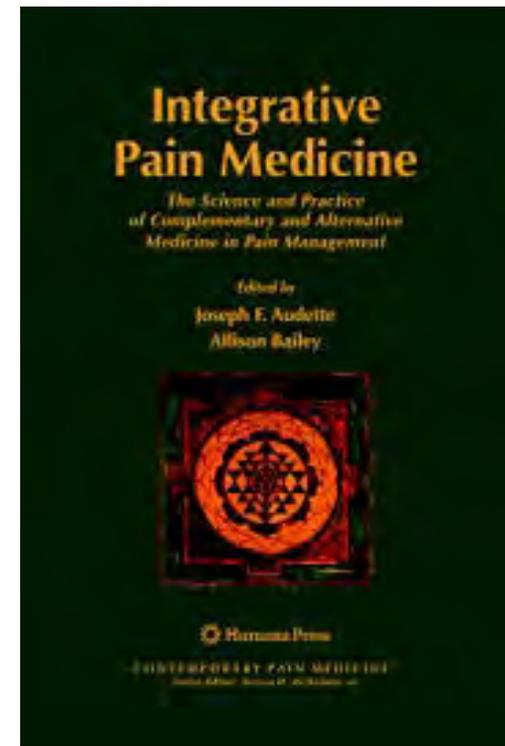
<https://cam.cochrane.org/>



## NATURAL MEDICINES

The most authoritative resource available on dietary supplements, natural medicines, and complementary alternative and integrative therapies.

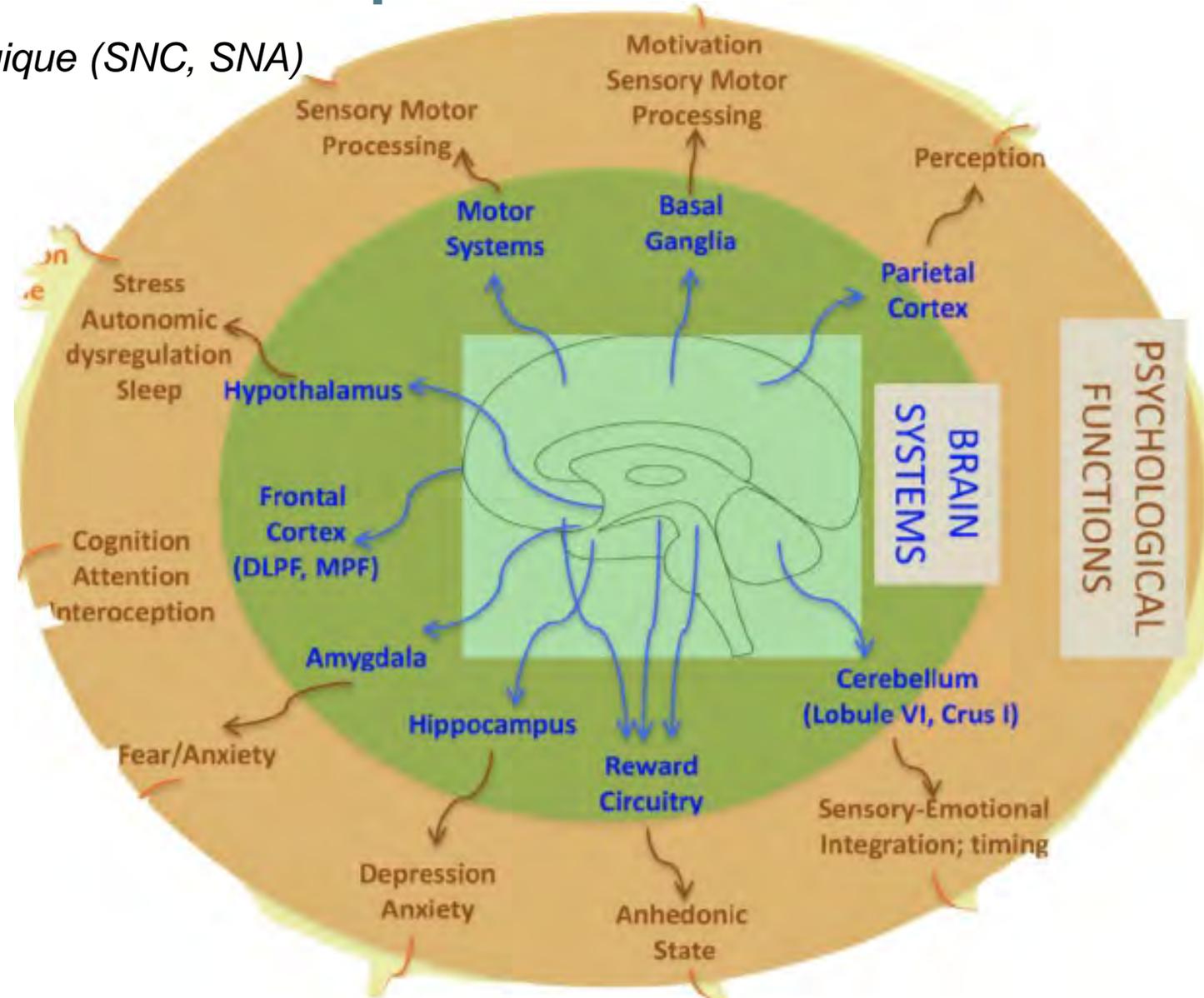
<https://naturalmedicines.therapeuticresearch.com>



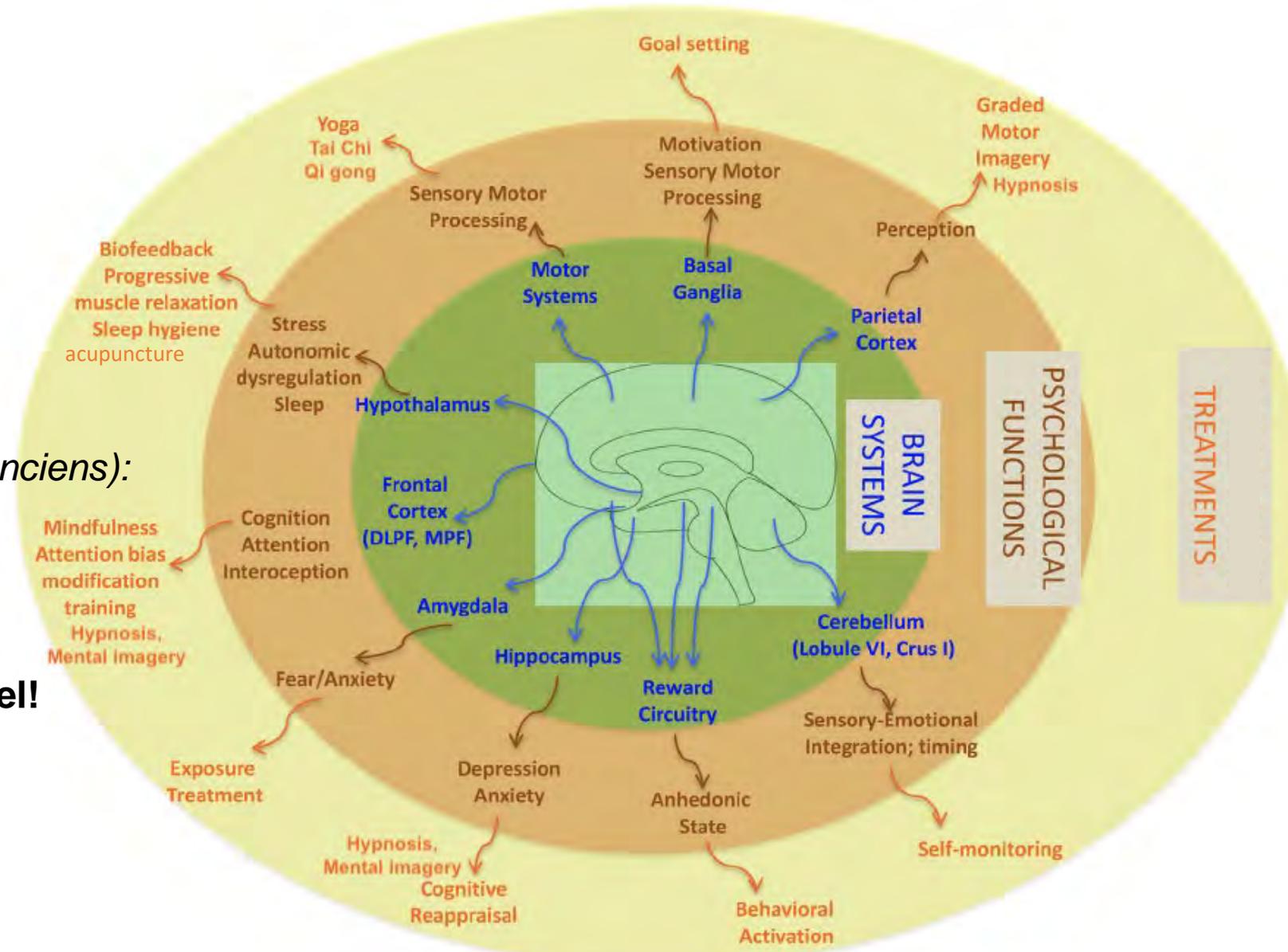
# Justification mécanistique de MC

*La douleur chronique, une maladie neuropathologique (SNC, SNA)*

- Une expérience globale (humeur, anxiété, hédonisme, mémoire, comportement)
- Nombreuses composantes contribuant au cercle vicieux (catastrophisme, évitement, persévérance, hypervigilance, focalisation, réponse anormale au stress...)
- La plupart de ces éléments répondent peu aux médicaments antalgiques



# Justification mécanistique de MC



→ **Demande réhabilitation**

*(nouveaux apprentissages & extinction d'anciens):*

- des attentes
- du focus attentionnel
- des interprétations données

**Soit un ré-entraînement du vécu corporel!**

*Avec un focus sur l'exposition en sécurité*

*(vs. évitement / exposition forcée)*

*Et de la psycho-éducation*

# A spectrum of **body** and mind-body techniques



# Caveats



**CALIDA**  
CARE YOU NEED, FOR THE LIFE YOU DESERVE

**YOGA**  
**A PANACEA ?!?**  
**FOR MENTAL**  
**HEALTH**  
**PROBLEMS**

calidarehab.com  
+91 845 294 0789

««««

- Risques réels de techniques méditatives/utilisation d'états de transe
- Choix des thérapeutes (formation, supervision, réseau, confiance)
- Accompagnement des patients (demander retours d'expériences!)
- Créez votre réseau

# Se former & Orienter les patients

<https://www.chuv.ch/fr/cemic/formation>

	<b>TABLEAU 4</b>	<b>Recommander des collègues ou des thérapeutes</b>
--	------------------	---

**Médecins**

- Les thérapies suivantes, prodiguées par un détenteur d'un titre ISFM et d'une attestation de formation complémentaire spécifique sont remboursées par l'assurance de base.
- Les thérapies marquées par un \* figurent dans le chapitre Tarmed «Médecines complémentaires».

Acupuncture,* médecine traditionnelle chinoise*	<a href="http://www.agmar.ch">www.agmar.ch</a> ; <a href="https://akupunktur-tcm.ch/en-generale/asa/?L=1">https://akupunktur-tcm.ch/en-generale/asa/?L=1</a>
Médecine anthroposophique*	<a href="http://www.vaoas.ch/">www.vaoas.ch/</a>
Homéopathie uniciste*	<a href="http://www.ssmh.ch/fr">www.ssmh.ch/fr</a>
Phytothérapie*	<a href="http://www.smgp.ch/">www.smgp.ch/</a>
Thérapie neurale	<a href="http://www.santh.ch/">www.santh.ch/</a>
Médecine manuelle	<a href="http://www.samm.ch/fr/">www.samm.ch/fr/</a>
Hypnose médicale	<a href="http://www.irhys.ch/contacter-un-praticien/">www.irhys.ch/contacter-un-praticien/</a> ; <a href="http://www.smsh.ch/fr/therapeutenliste/">www.smsh.ch/fr/therapeutenliste/</a>

**Thérapeutes non médecins**

- Des registres de thérapeutes ont été créés par des associations professionnelles. En Suisse romande, les registres du RME (Registre des médecines empiriques) et celui de l'ASCA (Fondation suisse pour les médecines complémentaires) octroient leur label de qualité aux thérapeutes œuvrant dans le domaine des médecines complémentaires. La plupart des assureurs se basent sur le label RME ou ASCA pour rembourser des prestations sur une base d'assurance complémentaire
- Depuis 2011, il existe un examen professionnel supérieur (niveau tertiaire) en art-thérapie, en naturopathie et plus globalement pour les thérapies complémentaires, ainsi qu'un brevet fédéral de masseur médical

<p><b>Registres</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RME: <a href="http://www.meindex.ch/">www.meindex.ch/</a></li> <li>• ASCA: <a href="http://www.asca.ch/Partners.aspx">www.asca.ch/Partners.aspx</a></li> </ul>	<p><b>Associations professionnelles de soignants avec diplôme fédéral:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Naturopathe avec diplôme fédéral: <a href="http://www.oda-am.ch/fr/home/">www.oda-am.ch/fr/home/</a></li> <li>• Thérapies complémentaires avec diplôme fédéral: <a href="http://www.oda-kt.ch/fr/">www.oda-kt.ch/fr/</a></li> <li>• Masseur médical avec diplôme fédéral: <a href="http://www.vdms.ch/?lang=fr">www.vdms.ch/?lang=fr</a></li> <li>• Art-thérapeute avec diplôme fédéral: <a href="http://www.artecura.ch/01_index.php">www.artecura.ch/01_index.php</a></li> </ul>
---	--



**Antalgie intégrative au CHUV**

# CEMIC

Créé en 2015, Activité Clinique depuis 2017

Equipe interprofessionnelle (10 EPT, N=20): médecins, infirmières, chercheuses

## Missions

### Pratique MI /MC



- Consultations MI : orientation & conseil
- MCs offre ambul & hospitalière (>3'000 consultations/an)



### Fédération & régulation



- MC au CHUV
- Soutien nouveaux projets intégratifs



### Enseignement



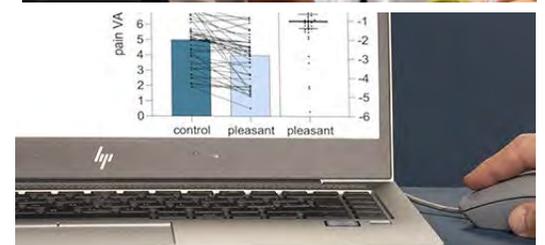
- Fondements de MI/MC pré/postgrade
- Skills de base en MC pour personnel hospitalier



### Recherche



- Implémentation de MC en hôpital académique
- Neurosciences de MC en antalgie



# Offre d'antalgie intégrative au CEMIC & Centre antalgie



## Ambulatoire

- Evaluation intégrative
- Acupuncture
- Hypnose
- Groupes: méditation pleine conscience
- Fascia-thérapie/ trigger points
- Education TENS

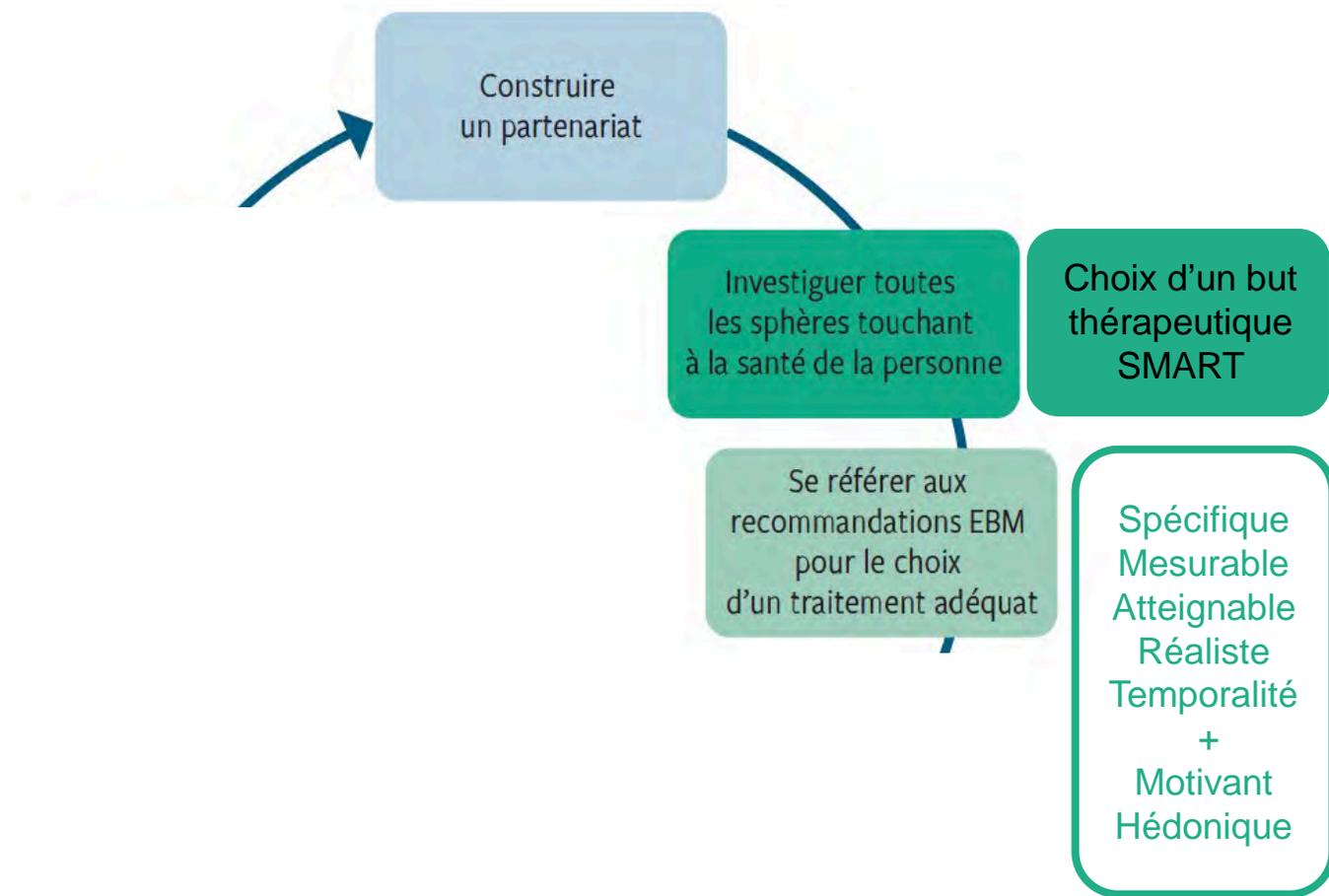


## Hospitalier

- Hypnose/accompagnement avec techniques hypnotiques
- Massage
- Art thérapie
- acupuncture (certains services)



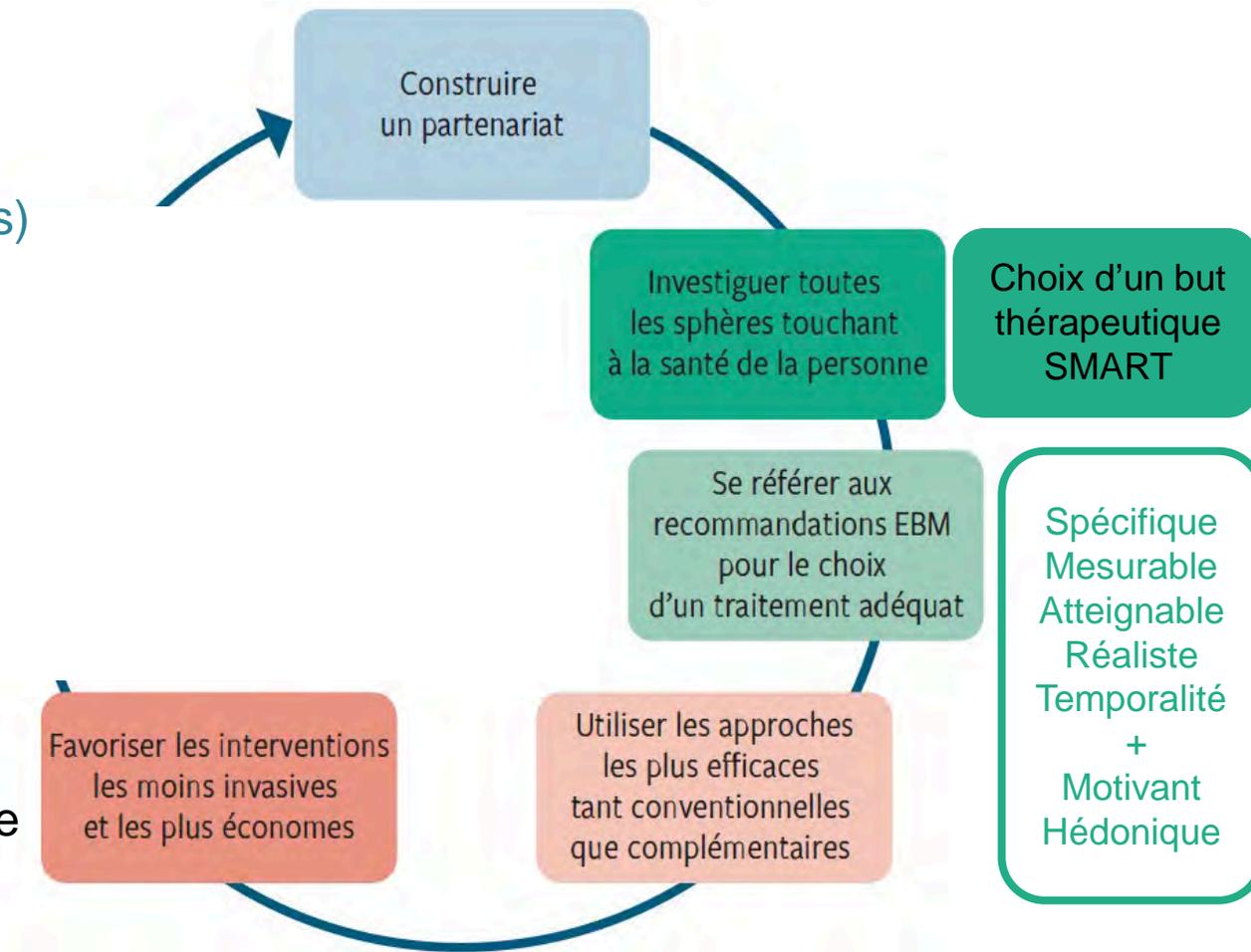
# Consultation intégrative



# Consultation intégrative

## Soutenir les facteurs de Salutogenèse:

- **Sens de cohérence**
    - Sens donné aux événements vécus
    - Sentiment de capacité à gérer (ressources suffisantes)
    - Sens plus large à la vie/ aspect existentiel
  - **Auto-soins et - compassion**
  - **Elicitation d'une réponse de relaxation**
  - **Espace-temps pour apprentissage/changement**
  - **Psychoéducation**
- 
- Thérapies offertes au centre
  - Orientation vers réseau ambulatoire
  - Dialogue interprofessionnel



## Synthèse:

1. Les médicaments ont **leurs limites** en antalgie chronique
2. **L'expérience de douleur chronique est globale** (bio-psycho-sociale & spirituelle) et doit être adressée à ces différents niveaux
3. Certaines MC **adressent des mécanismes pathologiques** spécifiques à la douleur chronique
4. **L'efficacité** de certaines MC est **soutenue par la recherche** scientifique
5. Les **patients utilisent** des MC et souhaitent être accompagnés dans leurs choix

# SWISS PAIN SOCIETY ANNUAL CONGRESS 2023: INTEGRATIVE PAIN MANAGEMENT

**FRIDAY, 10 NOVEMBER 2023**  
CHUV, LAUSANNE



IASP 2023  
**GLOBAL YEAR**  
Integrative Pain Care



# Merci!



Marc Suter  
Antje Horsch  
Micah Murray  
Olivier Hugli  
Francesca Siclari  
Bogdan Draganski  
CoLaus Team  
Martin Hübner /ERAS



Irving Kirsch  
Ted Kaptchuk  
Vitaly Napadow

*u<sup>b</sup>*

UNIVERSITÄT  
BERN  
Konrad Streitberger  
Michael Harnik

UNIVERSITÉ DE FRIBOURG  
UNIVERSITÄT FREIBURG

Chantal Martin Sölch

UiO : University of Oslo

Siri Leknes



Eric Garland



Roland von Känel

Fondation Joseph et Lina Spicher

FONDATION  
DU  
DENANTOU



FONDATION LEBHERZ - CORNELIUS CELSUS

Fondation Grand d'Hauteville



Foundation for the Science  
of the Therapeutic Encounter

[Chantal.berna-renella@chuv.ch](mailto:Chantal.berna-renella@chuv.ch) / [cemic.imce@chuv.ch](mailto:cemic.imce@chuv.ch)

