

Des aiguilles pour une grossesse plus confortable

Laurie Cantini, Julia Lelièvre, Gaëlle Terrettaz, Rossalin Tzompov, Luca Zellweger

Introduction

La majorité des femmes enceintes souffrent de maux et d'inconforts au cours de leur grossesse. Ces derniers ayant un impact sur la qualité de vie (1,2), une partie de ces femmes se tournent vers l'acupuncture pour les soulager. Nous avons choisi de nous intéresser à la pratique traditionnelle chinoise consistant à stimuler certains points précis, dits "acupoints", à l'aide de fines aiguilles métalliques.

Notre revue de littérature montre que l'acupuncture diminue significativement les douleurs lombaires ainsi que les nausées et vomissements (3,5) et améliore la qualité de vie des femmes enceintes, sans effets délétères observables sur le fœtus (2,3,5). Des recherches qualitatives sur les attentes et croyances des femmes enceintes montrent leur désir d'avoir la possibilité d'accéder à l'acupuncture pendant la grossesse et la période périnatale (4).

La littérature actuelle privilégie souvent une approche quantitative, avec de nombreuses études cliniques randomisées, se concentrant principalement sur des symptômes spécifiques comme les douleurs lombaires ou les nausées, négligeant ainsi d'autres aspects. Bien que ces études fournissent des résultats cohérents, elles sont souvent limitées par un échantillon de taille réduite et un niveau de preuve insuffisant. De plus, certains articles sont datés ce qui risque de les rendre moins pertinents. La littérature qualitative, moins nombreuse, se concentre sur l'Australie et la Nouvelle-Zélande. A notre avis, elle montre des lacunes importantes notamment concernant les motivations des femmes enceintes à recourir à l'acupuncture. De ce fait, il nous semble important d'élargir la recherche pour mieux comprendre leur expérience en Suisse. Notre question de recherche est donc : Pour quelles raisons les femmes enceintes se tournent-elles vers l'acupuncture ?

Méthode

Nos objectifs sont de clarifier les motivations et attentes des femmes enceintes vis-à-vis de l'acupuncture, de décrire comment elles ont été orientées vers cette pratique, ainsi que d'examiner les facteurs influençant leur choix. Pour cela, nous avons d'abord étudié la littérature médicale et la littérature grise pour mieux contextualiser la question de recherche. Ensuite, nous avons mené des entretiens semi-structurés avec différents acteurs impliqués dans la prise en charge des femmes enceintes et/ou l'acupuncture : deux gynécologues/obstétriciennes, une acupunctrice traditionnelle, deux médecins acupuncteurs, une sage-femme, un médecin-historien, une anthropologue, deux chercheuses en sciences sociales, dont une pratique l'acupuncture et un père engagé dans l'accompagnement de la périnatalité. Pour finir, nous avons effectué une analyse thématique des entretiens.

Résultats

Selon plusieurs de nos intervenants, les femmes enceintes font recours à l'acupuncture de manière plutôt ponctuelle afin de soulager les maux somatiques liés à la grossesse tels que les douleurs lombaires, les nausées, la constipation, ou encore pour aider à l'enfant à se retourner en position céphalique ou provoquer l'accouchement. Ces interventions leur permettent aussi de réduire leur stress et d'en retirer des bénéfices globaux. En effet, l'acupuncture n'est que peu utilisée à visée préventive ou de suivi de la femme enceinte. Elles n'utilisent pas forcément d'autres médecines complémentaires. Notre revue de littérature démontre l'abondance d'articles à propos des effets de l'acupuncture sur les symptômes somatiques et psychologiques.

Seule une minorité des femmes enceintes à Lausanne ont recours à l'acupuncture. D'après nos intervenants, elles cherchent soit à éviter les médicaments, soit à compléter leur traitement traditionnel. Elles découvrent souvent cette pratique par le bouche-à-oreille, par Internet, ou par des recommandations de physiothérapeutes et sage-femmes. Les médecins, dont les gynécologues, la recommandent moins souvent. Certaines patientes découvrent aussi l'acupuncture lors d'un parcours de PMA. La première barrière à l'acupuncture est économique. En effet, les séances d'acupuncture ne sont remboursées que par les assurances complémentaires, à différents pourcentages et franchises, à moins qu'elles ne soient pratiquées par un médecin acupuncteur avec titre FMH, pris en charge par la LAMAL. La peur des aiguilles et le temps à consacrer aux séances sont également ressorties lors de nos entretiens. Les déterminants culturels et spirituels ne semblent que peu influencer le recours à

cette pratique. Cependant, le niveau d'éducation en plus d'une certaine ouverture d'esprit joue un rôle facilitateur dans le recours à l'acupuncture.

Discussion et conclusion

Malgré un intérêt croissant de la population pour l'acupuncture comme en témoigne l'abondante littérature, l'usage de l'acupuncture à Lausanne pour soulager les maux de grossesse reste assez marginal. La plus grande prévalence du recours à l'acupuncture par les femmes enceintes en Australie, malgré une politique asséculogique similaire (6,7), suggère que la marginalité de la pratique en Suisse soit due à des différences d'habitudes, d'accès à la pratique et d'un manque de communication de la part des médecins (4), tout comme nos interlocuteurs nous l'ont aussi fait remarquer. L'accès restreint est d'autre part dû à la méconnaissance de cette pratique et une formation moins mise en avant en Suisse qu'en Australie, que ce soit pour les médecins ou les sage-femmes (6). Selon plusieurs de nos experts, les sage-femmes sont les plus à même d'administrer les soins d'acupuncture aux femmes enceintes par leur position privilégiée tout au long de leur grossesse. Ainsi, leur formation d'acupuncture facilitée en Australie (6) participe certainement à la démocratisation de cette pratique dans leur pays.

L'acupuncture est perçue comme une pratique sûre par nos intervenants et la littérature actuelle le soutient (2,3).

Les facteurs socio-économiques mis en évidence comme la première barrière d'accès à l'acupuncture par nos experts n'expliquent pas à eux seuls les limites de son recours. En effet, l'acupuncture en France, bien que partiellement remboursée par l'assurance de base (8), est peu pratiquée selon l'une de nos intervenantes. Au contraire, en Australie, qui bénéficie d'une prise en charge par la complémentaire homonyme à la Suisse, la pratique est utilisée par 69% des femmes enceintes (6). Pour conclure, l'Australie est un bon exemple de pays ayant un recours élevé à l'acupuncture chez la femme enceinte. Une meilleure intégration de la pratique dans les soins et sa recommandation par le personnel médical aiderait à sa démocratisation. Des recherches plus précises et qualitatives y contribueraient également en finissant de convaincre le monde médical suisse.

Références

1. Soliday E, Betts D. Treating Pain in Pregnancy with Acupuncture: Observational Study Results from a Free Clinic in New Zealand. *J Acupunct Meridian Stud.* 2018 Feb;11(1):25-30. doi: 10.1016/j.jams.2017.11.005. Epub 2018 Feb 1. PMID: 29482798.
2. Yang J, Wang Y, Xu J, Ou Z, Yue T, Mao Z, Lin Y, Wang T, Shen Z, Dong W. Acupuncture for low back and/or pelvic pain during pregnancy: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ Open.* 2022 Nov 21;12(12):e056878. doi: 10.1136/bmjopen-2021-056878. PMID: 36410790; PMCID: PMC9723856.
3. Tan MY, Shu SH, Liu RL, Zhao Q. The efficacy and safety of complementary and alternative medicine in the treatment of nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *Front Public Health.* 2023 Mar 9;11:1108756. doi: 10.3389/fpubh.2023.1108756. PMID: 36969661; PMCID: PMC10035790.
4. Williams H, Sweet L, Graham K. Acupuncture during pregnancy and the perinatal period: Women's attitudes, beliefs and practices. *Women Birth.* 2020 May;33(3):e286-e294. doi: 10.1016/j.wombi.2019.04.010. Epub 2019 May 10. PMID: 31080098.
5. Julien Peron et Julie Beaumes. educationpositive.fr . Acupuncture et Grossesse : Allié ou Danger? 12/09/2023. <https://educationpositive.fr/acupuncture-et-grossesse-allie-ou-danger/#:~:text=L'acupuncture%20pendant%20la%20grossesse%20offre%20divers%20avant%20ages%2C%20tels%20que,am%C3%A9lioration%20de%20la%20circulation%20sanguine.> Mots clés Acupuncture ; Grossesse ; Femme enceinte ; Entretiens semi-structurés ; Motifs de consultation 25.06.2024 25.06.2024
6. Australian government, betterhealth.vic.gov.au, Traditional Chinese medicine practitioner, 26/06/2024. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/serviceprofiles/traditional-chinese-medicine-practitioner-service#>
7. Gouvernement suisse, Bag.admin.ch, Médecines complémentaires pratiquées par des médecins, 26/06/2024. <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/versicherungen/krankenversicherung/krankenversicherung-leistungen-tarife/Aerztliche-Leistungen-in-der-Krankenversicherung/Aerztliche-Komplementaermedizin.html>
8. Sandra Jacques, aidesociale.fr, Acupuncture : quel est le prix moyen d'une consultation ? Comment êtes-vous remboursés par la Sécurité Sociale et la mutuelle ? 26/06/2024. <https://www.aidesociale.fr/remboursement-acupuncture/>

Des aiguilles pour une grossesse plus confortable

LAURIE CANTINI, JULIA LELIEVRE, GAELLE TERRETTAZ, ROSSALIN TZOMPOV ET LUCA ZELLWEGER

Pour quelles raisons les femmes enceintes se tournent-elles vers l'acupuncture ?



Introduction

La majorité des femmes enceintes souffrent de maux et d'inconforts au cours de leur grossesse. Ces derniers ayant un impact sur la qualité de vie, une partie de ces femmes se tournent vers l'acupuncture pour les soulager.

Symptômes

- Douleurs
- Nausée et vomissement
- Constipation
- Insomnie
- Stress et anxiété
- Retournement de siège
- Provocation



Méthodologie

- Revue de la littérature
- 11 entretiens semi-structurés : deux obstétriciennes, une acupunctrice traditionnelle, deux médecins acupuncteurs, une sage-femme, un médecin-historien, une anthropologue, deux chercheuses en sciences sociales, dont une pratique l'acupuncture et un père engagé dans l'accompagnement de la périnatalité

Objectifs

1

Identification des motivations et attentes des femmes enceintes vis-à-vis de l'acupuncture

2

Description de leur parcours jusqu'à l'acupuncture

3

Mise en avant des facteurs modifiant l'accès à l'acupuncture dans la communauté des femmes enceintes

Résultats

Primairement pour résoudre des symptômes somatiques
Secondairement, continuent aussi pour le côté psychologique

Découverte de l'acupuncture grâce au bouche à oreille, aux recommandations professionnelles et à la recherche internet

Barrières : situation socio-économique, peur des aiguilles, manque de temps et d'informations
Facilitateurs : éducation et ouverture d'esprit

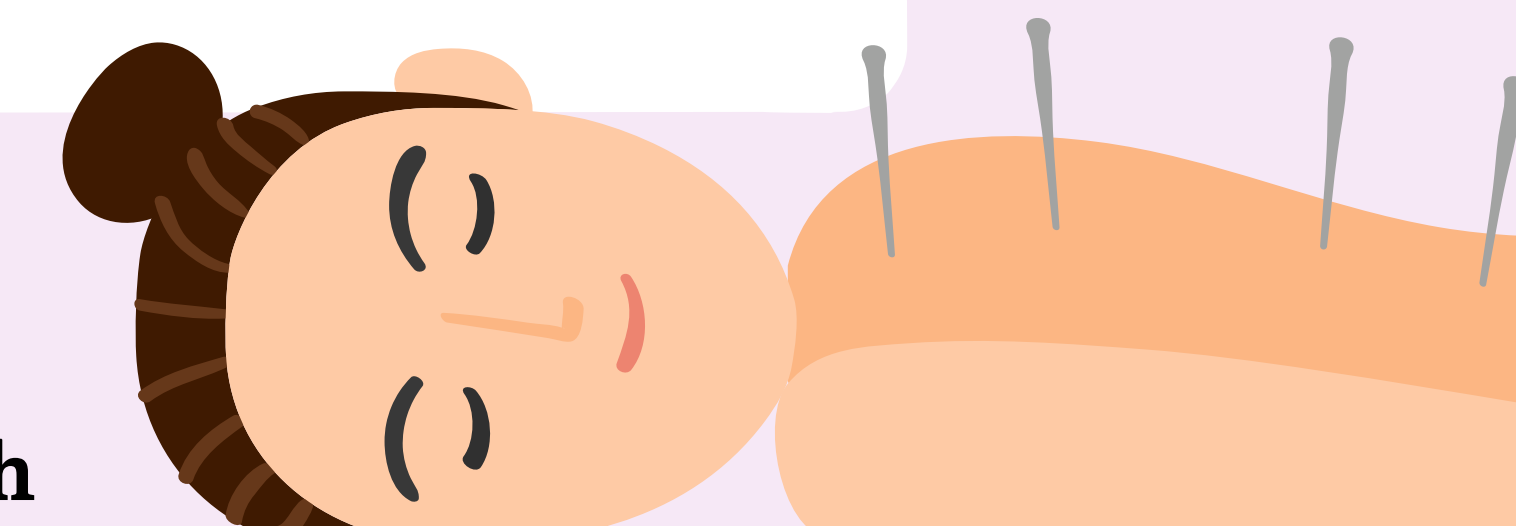
Discussion & Conclusion

Malgré un intérêt croissant pour l'acupuncture mis en évidence par l'abondance de la littérature, son usage pour les maux de grossesse à Lausanne reste marginal, contrairement à l'Australie où 69% des femmes enceintes y ont recours (1). Cette différence est due à des variations dans les habitudes, l'accès à la pratique, et la communication des médecins.

L'acupuncture est perçue comme une pratique sûre par nos interlocuteurs et la littérature actuelle le démontre (2)

Les facteurs socio-économiques, bien que souvent cités par nos interlocuteurs comme la principale barrière d'accès à l'acupuncture, n'expliquent pas à eux seuls les limites de son recours. En France, bien que partiellement remboursée par l'assurance de base, l'acupuncture est peu pratiquée (3).

Pour conclure, une meilleure intégration de l'acupuncture dans les soins médicaux et un renforcement des recherches et de la communication aideraient à sa démocratisation à Lausanne.



Remerciements: nous tenons à remercier notre tutrice Dr. Schuler Barazzoni ainsi que tous nos intervenants

Contacts: laurie.cantini@unil.ch, julia.lelievre@unil.ch, gaelle.terrettaz@unil.ch, rossalin.tzompov@unil.ch, luca.zellweger@unil.ch

Références:

1. Australian government, betterhealth.vic.gov.au, Traditional Chinese medicine practitioner, 26/06/2024. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/serviceprofiles/traditional-chinese-medicine-practitioner-service#>
2. Soliday E, Betts D. Treating Pain in Pregnancy with Acupuncture: Observational Study Results from a Free Clinic in New Zealand. J Acupunct Meridian Stud. 2018 Feb;11(1):25-30. doi: 10.1016/j.jams.2017.11.005. Epub 2018 Feb 1. PMID: 29482798.
3. Sandra Jacques, aidesociale.fr, Acupuncture : quel est le prix moyen d'une consultation ? Comment êtes-vous remboursés par la Sécurité Sociale et la mutuelle ? 26/06/2024. <https://www.aide-sociale.fr/remboursement-acupuncture/>