Université Grenoble Alpes

Centre de formation Elisabeth Breton
Prévention - Gestion du stress
Relaxologue - Réflexologue RNCP

MAI 2021

LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE DANS LE SUIVI D'UN PATIENT ATTEINT DE CANCER

STAGE D'OBSERVATION DANS LE CADRE DU DIPLOME D'UNIVERSITE THERAPIES COMPLEMENTAIRES : PLACE EN CANCEROLOGIE ET FACE AUX MALADIES CHRONIQUES

PAULINE GILLES
DOCTEUR EN PHARMACIE
pauline.gilles1@gmail.com

Table des matières

I) CONTEXTE : 2

A) ANAMNESE : 2

- *Historique :..... 2*
- *Symptômes handicapants de la maladie et évènements indésirables liés au traitement :..... 3*

II) LA REFLEXOLOGIE..... 3

A) PRISE EN CHARGE DU PATIENT PAR LA REFLEXOLOGIE : 3

B) DEFINITION ET MECANISMES D'ACTION DE LA REFLEXOLOGIE : 4

C) CONTRE-INDICATION DE LA REFLEXOLOGIE ET PRECAUTIONS DANS LE CAS DU CANCER :..... 7

D) DEROULE D'UNE SEANCE : 8

- *1ère étape – Échange avec le patient :..... 8*
- *2ème étape – Préparation du patient : 8*
- *3ème étape – Préparation des pieds :..... 8*
- *4ème étape – Relaxation des muscles superficiels :..... 8*
- *5ème étape – Travail sur les zones réflexes : 9*
- *6ème étape – Clôture de la séance :..... 9*
- *7ème étape – Retour sur la séance avec le patient :..... 10*

E) SUIVI DU PATIENT : 10

F) RETOURS DU PATIENT :..... 12

G) POINT DE VUE DE LA REFLEXOLOGUE :..... 12

III) ANALYSE EN FONCTION DE L'ENSEIGNEMENT REÇU : 13

- *Bienfaits :..... 13*
- *La théorie vs la pratique : 14*
- *Une praticienne sérieuse, impliquée et compétente :..... 14*
- *Propositions d'autres pratiques :..... 15*

IV) CONCLUSION..... 15

I) Contexte :

a) Anamnèse :

Prise en charge d'un patient de sexe masculin, âgé de 67 ans et présentant un myélome.

- Historique :

En 2013, suite à un pic monoclonal d'IgG kappa, le patient est diagnostiqué d'un myélome indolent. Une surveillance renforcée du taux d'IgG Kappa est réalisée pendant plusieurs années (le taux ne devant dépasser 20mg/L). Fin juin 2020, le taux d'IgG atteint 32mg/L, une chimiothérapie commence mi-juillet en vue d'une autogreffe de moelle osseuse. Le patient aplasique est placé en chambre stérile mi-octobre et reçoit une greffe en décembre 2020.

Il sort de l'hôpital fin décembre après transfusion de plaquettes, traitement d'une mucite et d'une infection.

Deux nouveaux cycles de 21 jours de chimiothérapie (1 prise /semaine pendant 3 semaines puis espacement d'une semaine entre les deux cycles) commencent le 18 février 2021 et se terminent le 7 avril 2021.

Traitements reçus	Évènements indésirables	Traitements pour contrer les évènements indésirables
REVLIMID (lénalidomide)	Risque accru de thrombo-embolie ; perturbation du retour veineux.	Anticoagulant dans un premier temps (nom du médicament non communiqué) puis antiagrégant (aspirine)
VELCADE (bortézomib)	Neuropathies sensitives périphériques ; répercutions neurologiques très surveillées depuis le début du traitement.	Vitamines B1, B6 2Xjour
	Impact sur la densité osseuse	ZOMETA (acide zoledronique) puis Cacit (Vitamine D3) 1Xjour
	Risques infectieux	Valaciclovir 500mg 2Xjour Amoxicilline 500mg 2Xjour Cotrimoxazole lundi, mercredi, vendredi
	Hématoxicité	Lederfoline 25mg le dimanche

- Symptômes handicapants de la maladie et évènements indésirables liés au traitement :

Dans le cas d'un excès d'IgG kappa, les reins peuvent êtres affectés. Une biopsie rénale a été réalisée afin de contrôler le bon fonctionnement et l'absence d'accumulation à ce niveau.

Le VELCADE a entraîné des répercutions neurologiques, très surveillées depuis le début du traitement. Le patient prend actuellement des Vitamines B1 et B6.

Le REVLIMID entraîne un risque accru de thrombo-embolie et thrombose veineuses. Le patient a été traité avec un anticoagulant et prend maintenant un antiagrégant (aspirine) et porte des bas de contentions. Les traitements ont aussi eu un impact sur la densité osseuse. Le patient a reçu un traitement de ZOMETA et prend actuellement de la Vitamine D3.

Des IRM et des TEP scan sont réalisés régulièrement pour surveiller la densité osseuse et l'éventuelle expansion de la moelle osseuse.

Le patient a subi une cimentoplastie de deux vertèbres (T7 et T12) pour pallier à des lacunes apparues pendant le traitement.

Les doses injectées ont été modifiées pour diminuer les effets neurologiques apparaissant (paresthésie et hypoesthésie des membres inférieurs).

Le patient est suivi en réflexologie plantaire afin de diminuer les effets neurologiques depuis le 8 février 2021.

II) La réflexologie

a) Prise en charge du patient par la réflexologie :

Les séances de réflexologies ont débuté le 8 février 2021.

En règle générale le suivi en réflexologie a lieu toutes les trois semaines. Mais si besoin la fréquence des séances peut monter à une par semaine.

La réflexologie peut intervenir à toutes les étapes du parcours de soin du patient.

Avant les traitements afin de prendre en charge le stress et les angoisses souvent présents dans cette période.

Pendant les traitements pour « apaiser » les évènements indésirables en prenant la précaution de ne pas trop stimuler des zones associées au traitement et à la maladie.

Et enfin, après le traitement afin de faciliter le retour à la vitalité et le drainage des toxines.

L'accompagnement par la réflexologie peut aussi être à vie dans l'objectif d'entretenir son capital santé.

Dans ce cas d'étude, les attentes principales du patient étaient d'obtenir un soulagement au niveau vasculaire et neurologique. Le patient a été suivi une fois par semaine par la

réflexologue depuis mi-février et j'ai eu l'opportunité d'observer une séance sur deux depuis début avril.

b) Définition et mécanismes d'action de la réflexologie [1]:

Cette partie est issue de l'ouvrage « Réflexologie pour la forme et le bien-être » Editions 2019 d'Elisabeth BRETON, et a pour objectif de poser les bases de la réflexologie pour mieux comprendre le déroulé des séances détaillées plus loin et les effets de celles-ci.

Définition :

D'après le médecin britannique Edzard Ernst, la réflexologie est une « méthode thérapeutique faisant appel à la pression manuelle appliquée sur des régions spécifiques, ou zones, des pieds (et parfois des mains ou des oreilles) réputées correspondre à des régions du corps, afin de faire disparaître le stress, ainsi que de prévenir et de traiter les troubles physiques. »

Mécanisme d'action :

Il existe plusieurs théories sur la thérapie des zones réflexes. « Il est supposé, par exemple, que les zones réflexes sont reliées aux organes par des connexions nerveuses ou des trajets énergétiques (méridiens) ou que la conduction des stimuli s'effectue par le biais de la matrice extracellulaire. »

Pour bien comprendre le mécanisme d'action de la réflexologie, il est primordial de connaître le fonctionnement du système nerveux car il y a un lien étroit entre stimulation réflexe et système nerveux.

La réflexologie est liée :

- Au stimuli nerveux : des « courants électriques » traversent le corps via le système nerveux, lui-même relié à tous les organes et tissus mous.
- Aux réflexes : des réponses physiologiques (motrices, viscérales ou glandulaires) qui succèdent à des stimuli sensitifs ou sensoriels. Un réflexe est une réponse rapide à un stimulus. Par exemple le toucher réflexe est un stimulus.

Dès que l'on pose les mains sur le corps, des milliers de récepteurs s'animent pour recueillir l'information sensorielle et en fonction des stimuli différents récepteurs sensitifs seront excités.

La peau est un organe sensoriel en lien étroit avec le système nerveux et hormonal. Le toucher réflexe peut faire secréter des endorphines au départ du cerveau, ce qui apporte un sentiment

[1] E.BRETON. Réflexologie pour la forme et le bien-être. Editions Vie. 2019

de bien-être. C'est par leur intermédiaire que le toucher, le massage, peut nous apporter un sentiment de bien-être, un effet apaisant, euphorisant ou régénérant.

La réflexologie empreinte les voies du systèmes nerveux central et périphérique, mais aussi les arcs réflexes viscéraux du système nerveux végétatif. Les réactions réflexes ont pour but de rétablir l'homéostasie. En effet, les stimulations réflexes permettent de réguler à distance certains troubles fonctionnels du corps. Leurs propriétés antalgiques permettent également de soulager certaines douleurs en activant un réflexe d'une zone du derme.

Une des activités du réflexologue est donc de détecter au plus tôt le déséquilibre neurovégétatif et les troubles fonctionnels.

Bien qu'on ne puisse encore en expliquer tous les mécanismes, on sait aujourd'hui qu'il existe d'importantes interactions entre le système immunitaire, le système nerveux et le système endocrinien.

<u>Projections du corps au niveau des pieds :</u>

Le pied est divisé en 3 parties : les orteils, la voûte plantaire et le talon.

Haut du pied (haut du corps), les orteils : en rapport avec la tête et les organes des sens.

Milieu du pied (milieu du corps), la voûte plantaire : en rapport avec le thorax, l'abdomen.

Bas du pied (bas du corps), le talon : en rapport avec le bassin, la cavité pelvienne.

Bord interne osseux du pied (l'axe du gros orteil, 1er métatarse, tarse) : en rapport avec la colonne vertébrale et les muscles du dos.

Bord externe osseux du pied (l'axe du 5ème (petit) orteil, 5ème métatarse, tarse) : en rapport avec les membres supérieurs et inférieurs.

Face dorsale du pied : en rapport avec les systèmes glandulaire et lymphatique.

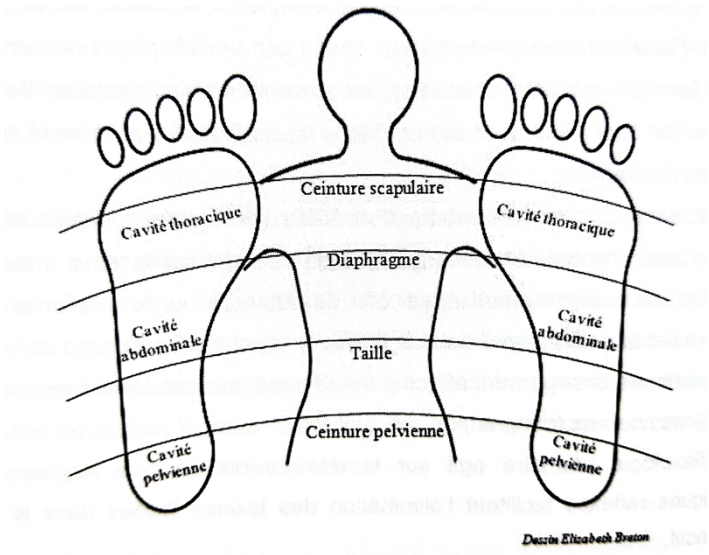

Figure 1 : Projection du corps au niveau des pieds

Source : E.BRETON. Réflexologie pour la forme et le bien-être. Editions Vie. 2019

Le pied est un centre de réflexes :

Les différentes zones réflexes permettent de déceler des modifications dans le fonctionnement de certains organes ou parties du corps et ainsi de les stimuler. Les zones réflexes sont des « ressources » permettant de restituer des informations sur un grand nombre de paramètres relatifs à notre fonctionnement, mais elles informent également sur les dysfonctionnements, tensions ou compensations sur différents terrains : physiques, physiologiques, psychologiques…

En stimulant les cellules nerveuses du pied ou de la main aussi désignées par le terme de points réflexes, les pressions effectuées sur ces zones vont permettre une meilleure transmission du flux nerveux le long des voies nerveuses dans le corps et les organes.

A chaque « point réflexe » correspond un organe, une glande endocrine, une fonction ou une partie du corps.

« *L'identification de l'emplacement des points peut varier légèrement en fonction des recherches et de la pratique clinique* ».

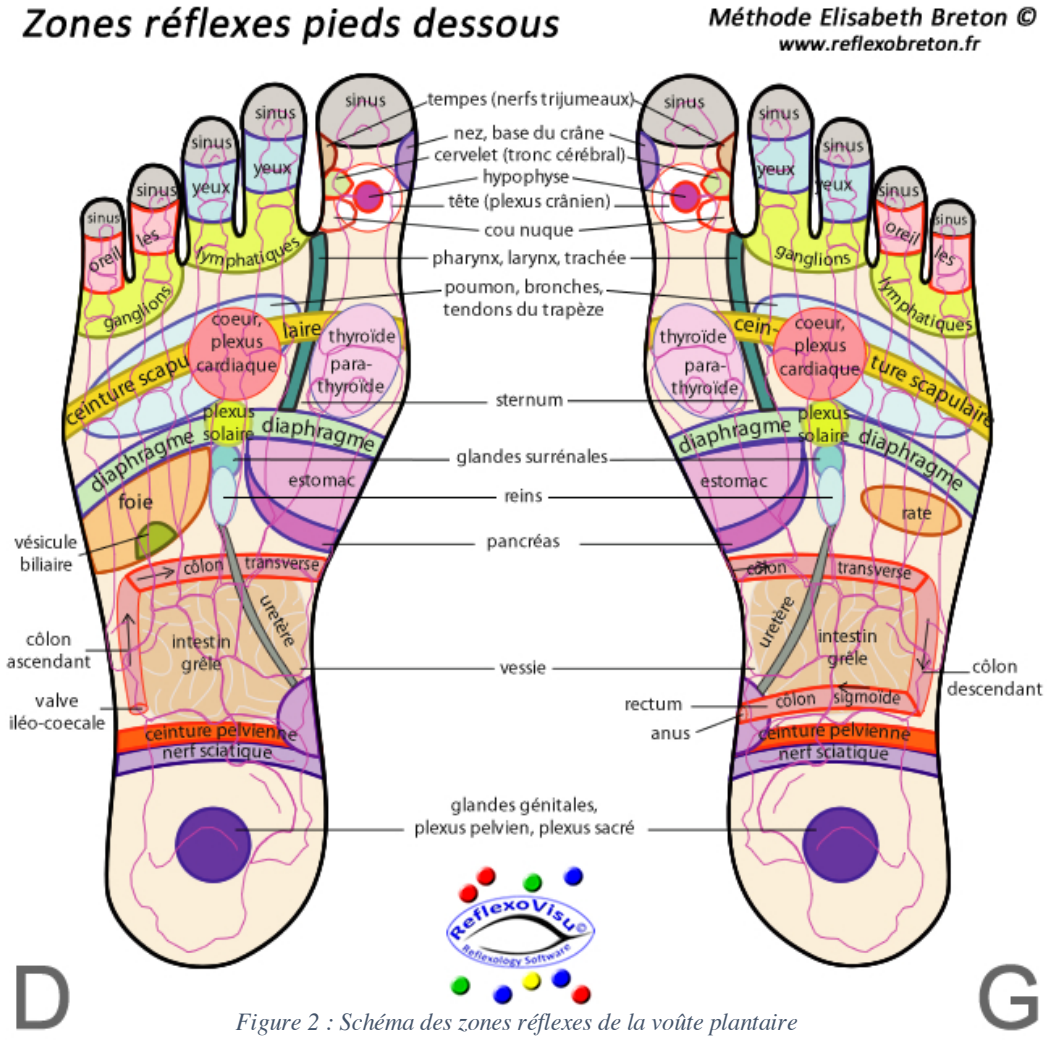

Figure 2 : Schéma des zones réflexes de la voûte plantaire

Source : E.BRETON. Réflexologie pour la forme et le bien-être. Editions Vie. 2019

c) Contre-indication de la réflexologie et précautions dans le cas du cancer [2]:

Le réflexologue ne peut pas effectuer un protocole de stimulations dans les cas suivants (liste non exhaustive) :

- Infection grave et maladie s'accompagnant d'une forte fièvre
- Processus inflammatoire touchant le système veineux et lymphatique (thrombose, phlébite).
- Mycose de grande étendue, verrues, ongles incarnés, herpès.
- Grossesse à risque ainsi que les trois premiers mois de grossesse.
- Dépression grave, troubles dépressifs sévères, troubles psychotiques.

D'après la réflexologue, dans le cas du cancer quelques précautions sont nécessaires à prendre :

- Éviter les pressions locales ou régionales sur des zones où l'on identifie un emplacement cancéreux assez superficiel c'est à dire ressenti par la main. Il existe également des emplacements qualifiés de secondaires que le praticien doit connaître avec l'aide du médecin. Ce sont également des zones où le massage est contre-indiqué.
- Éviter d'appliquer des pressions sur des nodules hypertrophiés : ils peuvent cacher des infections virale ou bactérienne.
- Éviter de masser un endroit ayant subi une opération chirurgicale ainsi que les membres inférieurs. Cela évitera la création d'un terrain favorable à la formation de caillot. Seul le médecin traitant sera en mesure de préciser à partir de quel moment un massage des membres inférieurs peut être effectué sans danger pour le malade du cancer.
- Éviter tout mouvement risquant de fracturer les os car les tumeurs malignes des os tendent à les fragiliser.
- Éviter d'utiliser les percussions ou les techniques de friction profonde utilisant uniquement le pouce ou le doigt. Au contraire, il faut utiliser toute la main et tous les doigts.
- Éviter de masser un patient en radiothérapie ou en chimiothérapie en cas d'infections virale ou bactérienne.

[2] E.BRETON. Réflexologie pour la forme et le bien-être. Editions Vie. 2019

d) Déroulé d'une séance :

Le déroulé d'une séance s'effectue étape par étape.

- 1ère étape – Échange avec le patient :

Tout d'abord, la séance débute par un échange avec le patient sur son état général. L'objectif étant de mettre à l'aise la personne mais aussi de s'informer de tout événement pouvant avoir une influence sur le soin.

- 2ème étape – Préparation du patient :

Le patient s'allonge sur le dos confortablement sur la table de massage. La réflexologue place ensuite un drap ou une couverture sur celui-ci qui permet au patient de se sentir confortable et dans sa bulle de confort. Ce confort est important pour la détente.

La réflexologue va ensuite exercer des points de pression légères au niveau du corps du patient (en partant des pieds jusqu'aux épaules, et redescendre des épaules vers les pieds) afin de permettre à celui-ci de mieux se positionner et d'ajuster sa perception du corps.

- 3ème étape – Préparation des pieds :

La réflexologue effectue tout d'abord une palpation des pieds à sec afin de réveiller la sensibilité cutanée et d'observer au toucher les premières tensions éventuelles du pied. Il s'agît d'un bilan palpable et visuel de l'état du pied en début de séance.

Elle va ensuite appliquer de l'huile « neutre », et commencer la préparation du pied afin de permettre la relaxation neuro-musculo-squelettique. Les touchers commencent par le haut (les orteils) jusqu'au bas du pied (talon).

L'intérêt de cette étape est de familiariser le pied au toucher de la réflexologue.

NB : le praticien peut remonter jusqu'au mollets afin de favoriser cette détente.

- 4ème étape – Relaxation des muscles superficiels :

Lorsque le pied est « prêt », le praticien va pouvoir travailler sur la relaxation réflexe des muscles superficiels.

Pour cela, la praticienne va effectuer **une stimulation cadencée, rythmée et répétitive, en suivant une cartographie des zones réflexes, et un protocole précis et structuré**. Elle va travailler par étape, par zone et ensuite par niveau (d'abord la superficialité

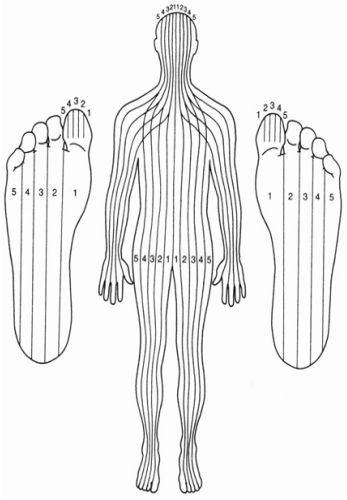

Figure 3 : Représentation de la Thérapie Zonale de Dr W.Fitzgerald

du pied puis ensuite on peut arriver aux tissus en profondeur). Par exemple, elle va pouvoir suivre la représentation de la Thérapie zonale et masser par zone de manière longitudinale (Figure 3).

NB : On alterne les pieds et on les masse en même temps pour pouvoir les comparer.

L'objectif principal de cette étape est de détendre le pied, le rendre plus souple, plus disponible afin que le travail sur les zones réflexes puisse ensuite être possible (afin d'obtenir une meilleure réponse réflexologique).

Il peut arriver, dans certains cas que la séance s'effectue principalement sur la relaxation réflexe du pied. Il faut laisser le temps au pied et à la personne de s'habituer au toucher du praticien.

- <u>5ème étape – Travail sur les zones réflexes :</u>

Une fois que les étapes précédentes sont validées, la réflexologue va pouvoir travailler sur les zones réflexes et interpréter ce que le pied lui dit.

Comme mentionné plus haut, « un réflexe réflexologique est une réponse neurophysiologique provoquée par une stimulation cadencée, rythmée et répétitive, en suivant une cartographie des zones réflexes, et un protocole précis et structuré. »

Les zones réflexes ne vont pas toutes envoyer les mêmes « signaux ». C'est avec l'expérience, la pratique que le réflexologue va accéder à la subtilité des messages des zones réflexes.

Figure 4 : Toucher réflexe utilisé dans la pratique de la réflexologie

- <u>6ème étape – Clôture de la séance :</u>

Après avoir travaillé sur les zones réflexes et lorsque le pied a atteint sa limite de réponse aux stimuli, le réflexologue va clôturer la séance en scannant le pied dans sa globalité. Et va ensuite repasser la 2ème étape (préparation du patient) comme un « rituel » indiquant la fin de la séance. Elle va de nouveau exercer des points de pression au niveau du corps du patient (en partant des pieds jusqu'aux épaules) afin de permettre à celui-ci de « retrouver » ses perceptions corporelles et va ensuite enlever le drap qui recouvrait le patient. Ce dernier va pouvoir se rassoir doucement et rester dans cette position le temps de la 7ème étape.

- 7ème étape – Retour sur la séance avec le patient :

La reflexologue va questionner le patient sur son ressenti et son état général et discuter avec lui des points majeurs qui sont ressortis lors de la séance.

e) Suivi du patient :

1ère séance : 27 mars 2021

Le patient en pleine cure de chimiothérapie, ressentait une grosse fatigue même si moins importante que les séances précédentes. Il s'est endormi lors de la séance.

Il y avait une certaine problématique au niveau des appuis mais une meilleure sensibilité sous le pied était apparue depuis quelques jours. La marche à pied pratiquée depuis quelques semaines a favorisé cette perception.

En début de séance, le patient ressentait une hypoesthésie des pieds gauche et droit. Et plus de douleurs au niveau du pied droit.

Le fascia plantaire était très congestionné du fait d'une possible accumulation des toxines dans cette zone du pied et du traitement en cours.

La réflexologue a beaucoup travaillé sur le décongestionnement des pieds afin de favoriser l'élimination des toxines et permettre un retour des sensations.

Lors du travail sur les zones réflexes des problématiques au niveau des T7 et T12 ont été mis en évidence (pour rappel, le patient a subi une cimentoplastie à ce niveau).

En fin de séance les pieds avaient retrouvé une certaine fermeté (tonus) et le patient était plus détendu.

2ème séance : 17 avril 2021

Concernant l'état général, le patient ressentait une fatigue du fait d'un manque de sommeil (réveils nocturnes depuis la dernière chimiothérapie qui s'est terminée 10 jours auparavant) mais était malgré tout moins fatigué comparé à la séance précédente. Un retour de vitalité était observé.

Au niveau des pieds, le patient ressentait un manque de sensation ainsi qu'une sensibilité superficielle du pieds droit.

Lors de la séance, les tissus étaient très engorgés. La réflexologue a effectué un gros travail sur les fascias plantaires. Suite à cela, une douleur significative au niveau du premier métatarse droit est apparue, la praticienne a donc insisté sur cette zone pour la soulager.

En fin de séance, la partie supérieure du tissu conjonctif s'est amoindri, les tissus ont été désengorgés et la sensation cutanée est revenue. Le patient ressentait cependant une

différence entre les deux pieds, le pied droit étant moins mobile. Après inspection de la praticienne, il s'agissait d'une problématique au niveau de la cheville hors de son champ de compétence.
Pour conclure cette séance, le patient a ressenti les effets bénéfiques de manière exceptionnelle, directement après la séance.

3ème séance : 1er mai 2021

En début de séance, les pieds du patient étaient très enflés et congestionnés. Selon la praticienne, ils étaient « différents » comparé aux fois précédentes. Comme s'ils étaient plus fermes, toniques ou qu'ils étaient « mis en tension ».
Suite à l'induction de la relaxation réflexe musculaire (1. Revue longitudinale du pied 2. Relaxation des fascias 3. Reprendre la perception des deux pieds) les pieds étaient positionnés comme si « le corps était en attente ». En effet le patient attendait un événement important dans sa vie personnelle. Cette attente explique la « mise en tension » des pieds observés en début de séance.
Le tissu conjonctif au niveau des coussinets d'orteils et du haut des pieds était moins épais.
Ceci est la preuve d'effet du travail de désengorgement de ces tissus effectué depuis le début de la prise en charge.
Suite à la relaxation des muscles et lors du travail sur les zones réflexes la réflexologue a beaucoup insisté sur la partie supérieure du pied. Après cela, un déblocage progressif du pied droit a été réalisé.
Une boursouflure très douloureuse au toucher pour le patient est alors apparue au niveau de la partie médiale du Substentaculum Tali. Cette zone bien gonflée est liée à l'accumulation d'acide lactique.
Cette zone réflexe représente l'appareil génital. Après questionnement du patient celui-ci présentait effectivement une problématique génitale et urinaire.
Pour conclure, la réflexologue a beaucoup insisté sur les coussinets du pied, sur les têtes métatarsiennes, et sur le Substentaculum Tali. Les coussinets étaient globalement moins épais et les sensations revenues à gauche mais moins au niveau du pied droit.

f) Retours du patient :

Depuis le début une différence est observée sur tous les plans. Le patient a retrouvé de la vitalité, est « plus présents » dans son corps et ses cheveux ont repoussé.

Après chaque séance, les pieds sont en général « moins bien » pendant plusieurs heures et les effets bénéfiques sont ensuite ressentis sur plusieurs jours.

Les séances de réflexologie plantaire sont un moment de détente mais apporte véritablement des réponses au niveau des problématiques vasculaires et neurologiques ressenties au niveau des pieds.

g) Point de vue de la réflexologue :

Une intervention sur plusieurs étapes :

L'accompagnement de ce patient s'est effectué sur plusieurs étapes, avant la chimiothérapie pour le préparer au traitement, pendant pour atténuer les événements indésirables combinés à son traitement puis après pour l'aider à retrouver plus de vitalité, évacuer la fatigue et retrouver les sensibilités nerveuses.

En fonction des étapes de la prise en charge, les symptômes sont différents, on sent qu'il y a des modifications, une modulation du corps et on va pouvoir observer sa réaction et les effets bénéfiques de la réflexologie.

Dans ce type de prise en charge, il est important de rappeler les acquis depuis la dernière séance et les évolutions depuis le début du suivi car les patients ont tendance à l'oublier.

Les points de vigilance :

Le praticien se doit de rester vigilant sur certains points. Tout d'abord, d'une séance à l'autre les problématiques du patient vont évoluer. Lors de chaque séance, le reflexologue s'occupe d'une nouvelle personne avec un nouvel état. En effet, le patient évolue constamment. L'importance est de se focaliser sur « l'ici et maintenant ». Le travail va donc se faire sur les zones sur lesquelles le pieds s'exprime à chaque séance.

De plus, l'étape préparation/relaxation est indispensable dans la réflexologie pour éviter toute mauvaise interprétation. Le travail sur les zones réflexes ne peut se faire que si le pied est bien détendu.

Enfin, certaines zones sont dites « très vasculaires » et donc le toucher sur ces zones est forcément douloureux rendant une interprétation impossible. Le réflexologue se doit de connaître ces zones.

Les prérequis :

Pour devenir un bon réflexologue des bases de **connaissances anatomiques et physiologiques sont indispensables**. En effet, sans ces bases le risque est d'effectuer des interprétations de zones réflexes alors qu'il pourrait s'agir de problématique mécanique, anatomique, fonctionnelle ou posturale.

Les zones réflexes ne vont pas toutes envoyer les mêmes signaux. Avec l'expérience et le « bon » toucher le réflexologue va réussir à accéder à cette subtilité.

Du chemin à parcourir pour la reconnaissance et l'encadrement de la profession :

La profession de réflexologie est pour le moment peu encadrée, malgré la reconnaissance récente du métier de réflexologue. Le premier titre de « Réflexologue » a été accordé au Centre de formation Elisabeth Breton en 2015, par Arrêté du 17 juillet 2015 publié au Journal Officiel du 25 juillet 2015 portant enregistrement au répertoire national des certifications professionnelles (RNCP).

Pour obtenir une reconnaissance de la profession il est indispensable de fournir un cadre et une formation qui comprend au minimum : des connaissances approfondies sur les points réflexes, sur l'anatomie, la physiologie et sur la mécanique du corps.

Sans cela, les liens et les interprétations sont difficiles à faire et peuvent devenir dangereuses.

III) Analyse en fonction de l'enseignement reçu :

- Bienfaits :

La prise en charge d'un patient atteint de cancer est toujours très délicate car il s'agît d'une pathologie lourde, avec des traitements intenses. Le patient peut vite devenir vulnérable et se sentir en détresse physique et psychologique.

Une séance de relaxation réflexe aide à trouver un moment de détente, de bien-être et améliore la qualité de vie de la personne malade en cours de traitement.

Les soins de relaxation réflexe aident à mieux vivre avec la maladie, ils contribuent à optimiser la période des traitements en aidant le corps à mieux supporter leurs effets indésirables. Les soins réflexes permettent une meilleure récupération grâce aux effets bénéfiques de la détente et de la relaxation qui participent à atténuer l'anxiété, le stress et les autres symptômes liés à la maladie et aux traitements (moins de fatigue, plus de vitalité, plus de tonus…).

- La théorie vs la pratique :

Malgré les cours détaillés proposés au sein du Diplôme Universitaire, il est parfois difficile de prendre conscience des bienfaits d'une pratique mais aussi du risque de celle-ci si utilisée par une personne mal formée ou avec de mauvaises intentions.

L'opportunité de pouvoir rencontrer des praticiens et d'observer des séances mais aussi de prendre la place du patient permet de comprendre réellement la prise en charge et d'orienter dans le futur des patients dans le besoin.

De plus, la possibilité de pouvoir comparer les différents points de vue des thérapeutes intervenants au sein du Diplôme Universitaire et ceux du stage d'observation permet de comprendre les problématiques liées à cette pratique. Notamment le manque de socle réglementaire qui entraîne l'utilisation de méthodologies différentes en fonction des praticiens.

- Une praticienne sérieuse, impliquée et compétente :

Elisabeth BRETON est une criminologue de formation universitaire, formatrice et Conférencière, intervenante en Prévention et Gestion du stress, relaxologue-Réflexologue Titre RNCP, responsable de la commission évaluation réflexologie/réflexothérapie au sein du Groupe d'Evaluation des Thérapies Complémentaires Personnalisées (GETCOP), membre du Comité scientifique de l'Association La Douleur et le Patient Douloureux et Présidente de l'Association des Réflexologues RNCP (ARRNCP)[3].

Auteur de livres aux ÉDITIONS VIE: « Réflexologie pour la forme et le bien-être » ; « Réflexologie, un vrai remède au stress » ; « Réflexologie Faciale et Crânienne ».

Le sérieux, la qualité de prise en charge, l'implication dans l'évolution du métier vers un encadrement et une formation de qualité sont des points prépondérants chez Madame BRETON.

En tant que professionnel de santé, je n'aurais aucune hésitation à orienter un patient vers des praticiens comme Madame BRETON.

[3] Site internet de l'ARRNCP dont Madame BRETON est présidente : https://www.reflexologues-rncp.com/ (consulté le 13 mai 2021)

- Propositions d'autres pratiques :

Afin de répondre à certaines problématiques notamment celles des chevilles, le patient pourrait consulter un ostéopathe.

Un accompagnement en acupuncture en complémentarité de la réflexologie et de l'ostéopathie pourrait aussi être bénéfique pour le patient.

En effet, l'acupuncture a prouvé son efficacité dans la prise en charge de la douleur, du stress, de la dépression, des nausées et vomissements et de la qualité de vie dans le cancer à travers une littérature scientifique importante. Et pourrait aider le patient dans le retour à sa vitalité.

IV) Conclusion

Pour conclure, la réflexologie est une méthode « à visée thérapeutique » faisant appel à la pression manuelle appliquée sur des régions spécifiques, ou zones, des pieds (et parfois des mains ou des oreilles) réputées correspondre à des régions du corps, afin de faire disparaître le stress, ainsi que de prévenir et de traiter les troubles fonctionnels et physiques.

Il s'agît d'une pratique qui fait appel à une méthodologie rigoureuse et qui demande d'avoir des connaissances particulières en anatomie, physiologie et mécanique du corps.

Si pratiquée par un praticien formé et compétent, la réflexologie n'est pas un simple massage et peut alors avoir un réel bénéfice dans l'accompagnement de patients atteints de cancer en complément de la médecine conventionnelle.