

Médecines complémentaires, en savoir plus

Par Katia de La Baume, Infirmière Bachelor, responsable communication Fédération suisse des patients Fribourg/Suisse occidentale

Qu'appelle-t-on médecine complémentaire ? N'existe-t-il « une seule médecine » ? Comment faire son choix sur le marché de la santé, en-dehors des sentiers battus ? Bertrand Graz* tente de répondre à toutes ces questions dans son livre *Les médecines complémentaires. Dépasser les clivages*.

Un livre* conçu pour «dépasser les clivages» entre médecine officielle et celles qui n'existaient pas officiellement jusqu'en 2009 où, suite à une initiative constitutionnelle, le peuple suisse a décidé à une large majorité qu'il fallait «prendre en compte les médecines complémentaires». Les tensions entre médecines reconnues et dissidentes existent, certes, mais des petits pas se font de part et d'autre pour apprendre à mieux se connaître.

Dans ce livre, on commence par apprendre que le terme de « médecine complémentaire » peut être remplacé par « médecine parallèle », « médecine naturelle » et même par le terme de « médecine intégrative », dernier concept à la mode qui rassemble la médecine conventionnelle avec certaines médecines complémentaires. Des spécialistes décrivent l'origine des médecines dissidentes, leurs évolutions et relations au cours de l'histoire à la médecine officielle, leurs applications, leur quête vers une légitimité, des éléments de preuve de leur efficacité et les classent par type (avec remède, traditionnel millénaire, type « mind-body »). C'est ainsi que les soins, principes d'applications, principes scientifiques, sont décrits pour des médecines telles que: l'ostéopathie, l'acupuncture, l'Âyurveda, l'homéopathie, l'hypnose, la naturothérapie, la phytothérapie mais aussi pour des approches non conventionnelles pratiquées par des infirmières et parfois utilisées en milieu hospitalier actuellement comme la pharmacopée du Mali, le sucre sublingual, la méthode des mères kangourous, des techniques de relaxation.

Concernant la prise en charge des soins de médecine complémentaire, il faut distinguer les « cinq médecines complémentaires de base » des autres, à savoir: La médecine anthroposophique, l'homéopathie, la thérapie neurale, la phytothérapie et la médecine traditionnelle chinoise. Suite à la votation de 2009, ces médecines sont remboursées à certaines conditions pendant une période d'évaluation depuis le 1^{er} janvier 2011 jusqu'à fin 2017. Pendant cette période « l'efficacité, l'adéquation et l'économicité » de ces disciplines sont testées. Concrètement cela signifie que le remboursement des soins dépend du thérapeute et des contrats d'assurance (avec ou sans assurance complémentaire - LCA) conclus par le patient. Par exemple, l'assurance de base peut couvrir (dans les limites de la quote-part et de la franchise) certains soins comme l'acupuncture pour autant qu'ils soient pratiqués par un médecin officiel reconnu en Suisse. La solution la plus efficace pour chacun consiste à questionner son assurance pour savoir si les soins de tel thérapeute sont remboursés et dans quelles limites.

Bertrand Graz, 2012. *Les médecines complémentaires. Dépasser les clivages*. Presses polytechniques et universitaires romandes, Coll. Le savoir suisse.

En conclusion, il s'agit d'un livre qui se concentre sur «la santé des patients» où les avantages des uns et autres sont présentés sans tomber dans des clivages « pour » ou « contre » : une lecture que nous pourrions recommander pour permettre à chacun de s'approprier ce qui lui correspond le mieux au moment opportun.