

THERMES

&VOUS

LE MAGAZINE DE LA
MÉDECINE THERMALE
ÉDITION 2014

DERNIÈRE MINUTE

TOUT SAVOIR SUR LA
NOUVELLE TARIFICATION

AVANCEMENT DE LA RECHERCHE

10 ANS DE RECHERCHE
THERMALE

TENDANCE

RENFORCER L'EFFICACITÉ
DE SA CURE PAR
L'ÉDUCATION À LA SANTÉ

**CURE THERMALE
PARLEZ-EN
À VOTRE MÉDECIN !**

ÉDITO



Cette année, le nombre de curistes dans les établissements thermaux a connu une nouvelle hausse. L'effort engagé par la profession pour offrir une meilleure qualité d'accueil et de soins est récompensé. Ce succès n'est pas sans lien avec les travaux scientifiques entrepris qui démontrent, année après année, le service médical rendu de la crénothérapie. Les cures thermales sont désormais reconnues pour leur efficacité face aux maladies chroniques, en accompagnement d'un traitement classique ou même en prévention de complications. Cette confiance accrue est surtout en phase avec une attente de plus en plus forte pour partager et vivre une médecine plus respectueuse des patients, plus attentive à la relation que ceux-ci peuvent entretenir avec leur médecin traitant, et plus responsable en matière de gestion des moyens, au bénéfice de la santé publique. Nous espérons que vous aurez plaisir à découvrir ce nouveau numéro de notre magazine. Je vous souhaite une très bonne santé, en espérant vous retrouver toujours plus nombreux parmi les amis de la médecine thermale sur notre groupe facebook : www.facebook.com/medecinthermale



THIERRY DUBOIS
est président du
Conseil National
des Exploitants
Thermaux
depuis 2009

Thierry Dubois



Directeur de la publication : Thierry Dubois
Rédacteur en chef : Didier Le Lostec
Rédacteur en chef délégué : Claude-Eugène Bouvier
Crédits photos : ©G.Piel, ©E.Perdu, ©Parties Prenantes
Conception rédaction : Parties Prenantes

3.
COURRIER DES LECTEURS

4.

DOSSIER THÉMATIQUE

La cure thermale :
parlez-en à votre médecin !

8.

**AVANCEMENT
DE LA RECHERCHE**

10 ans de recherche
thermale.

12.

TENDANCE

Renforcer l'efficacité
de sa cure par
l'éducation à la santé.

14.

**LE CNETH RÉPOND
À VOS QUESTIONS**

Focus sur la réforme
tarifaire.

EMMANUELLE

« Je vous écris car j'ai eu l'occasion de voir à la télévision un Consomag consacré la cure thermale pour les enfants. Ma fille est asthmatique et je pense qu'une cure pourrait la soulager. Quels conseils pouvez-vous me donner ? »

Emmanuelle, qu'il s'agisse de problèmes ORL ou dermatologiques, les stations thermales spécialisées accueillent les enfants et parfois des nourrissons dès 3 mois. Pour bien choisir sa cure vous pouvez vous connecter au site www.medicinethermale.fr : un ancien numéro de Thermes & Vous y est consacré et le site indique les stations qui accueillent les enfants. Et comme le mentionne le numéro de Consomag, n'oubliez pas que vous pouvez accompagner votre fille !



MICHEL

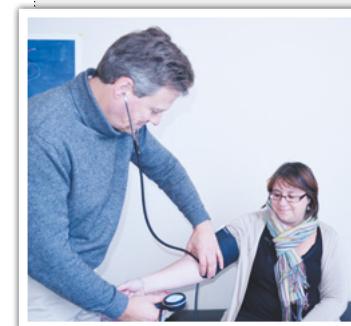
« Ma cure m'a été prescrite par mon médecin traitant. Pourquoi, en arrivant en cure, ai-je dû rencontrer un autre médecin ? »

Michel, votre cure thermale débute obligatoirement par une consultation avec un médecin thermal. Ce temps est très important car il lui permet de définir avec vous un programme adapté à votre pathologie et à vos besoins. La surveillance médicale par le médecin thermal comprend en général 3 consultations, davantage si l'état du curiste le nécessite.

DOMINIQUE

« Ma femme est actuellement en rémission d'un cancer du sein. Ça a été très difficile et aujourd'hui nous tentons de reprendre une vie normale. J'ai lu dans la presse qu'une cure thermale pouvait l'aider. Pouvez-vous me le confirmer ? »

Dominique, effectivement certaines stations accueillent des femmes en rémission complète pour les accompagner dans cette nouvelle étape de leur vie. Certaines d'entre elles ont mis en œuvre un programme issu de l'étude PACThe, qui est présentée dans ce magazine. Attention, ces cures spécifiques ne sont pas proposées en permanence dans certaines stations.



• DOSSIER THÉMATIQUE



LA CURE THERMALE PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN

En France, 15 millions de personnes souffrent d'une maladie chronique. La cure thermale est efficace pour la prise en charge de nombreuses pathologies. Elle soulage les douleurs, diminue la consommation de médicaments et améliore le confort de vie des patients. Toutefois, les médecins n'ont pas tous le réflexe de la proposer à leurs patients.

LA CURE THERMALE EFFICACE

Avec plus de 530 000 cures thermales effectuées chaque année, la médecine thermale confirme son efficacité. D'ailleurs 97% des curistes disent ressentir des effets durables*, c'est-à-dire jusqu'à six mois au moins après la fin de la cure, et 71 % des curistes réguliers déclarent que le principal bénéfice d'une cure est de voir diminuer leurs douleurs physiques.

SON EFFICACITÉ EST RECONNUE PAR LE CORPS MÉDICAL

87%** des médecins généralistes reconnaissent des effets curatifs à la médecine thermale. Ces effets reposent sur l'alliance de trois composantes thérapeutiques : des eaux thermales aux vertus ciblées, des techniques de soins particulières et un environnement spécifique.

Plusieurs études ont été menées depuis une dizaine d'années par l'AFRETh (lire p.8 l'avancement de la recherche). Elles ont donné lieu à des publications dans de grandes revues internationales. Quatre études clés sont particulièrement emblématiques des bénéfices de la médecine thermale. Grâce à elles nous avons appris que :

- La perte de poids est plus importante chez les patients pris en charge en station thermale que lorsqu'ils sont suivis par leur médecin traitant ;
- La cure thermale est plus efficace qu'un simple traitement médicamenteux afin de soulager les douleurs des personnes atteintes d'arthrose du genou ;
- L'efficacité du thermalisme dans la prise en charge du trouble anxieux généralisé est démontrée en comparaison à celle d'un traitement de référence : la Paroxétine DEROXAT®;

- Le bien-être des femmes dans les suites immédiates d'un cancer du sein mis en rémission a été amélioré grâce à un séjour thermal adapté.

LA MÉDECINE THERMALE EST PARTICULIÈREMENT EFFICACE POUR LES PATHOLOGIES CHRONIQUES

Les maladies chroniques sont installées dans la durée. Elles représentent les 2/3 des dépenses de santé remboursées chaque année et pas moins de 90% de la croissance de ces dépenses. La progression de certaines de ces pathologies est freinée voire endiguée par des séjours réguliers en station thermale. La répétition des cures permet, sinon une rémission, du moins un soulagement durable et une amélioration conséquente de la qualité de vie.

La médecine thermale est également indiquée dans le cas de polyopathologies chroniques et ce, sans crainte d'effets secondaires indésirables contrairement à la plupart des traitements médicamenteux.

LA CURE THERMALE DOIT FAIRE L'OBJET D'UNE PRESCRIPTION

Il ne faut pas oublier que la cure thermale est un acte médical. Elle est, en tant que tel, prescrite par un médecin, généraliste ou spécialiste. Le choix de l'établissement thermal dépend de la pathologie à prendre en charge. Vous pouvez consulter la liste des établissements classés par indication thérapeutique et par localisation géographique sur le site www.medecinthermale.fr. Notez que votre médecin n'est pas contraint de choisir la station la plus proche de votre domicile.

** Etude TNS Sofres menée auprès de 112419 curistes de mai à octobre 2006*

***Etude menée auprès d'un échantillon représentatif de 500 médecins généralistes par Harris Interactive en 2013*

• DOSSIER THÉMATIQUE

ELLE EST PRISE EN CHARGE PAR LA SÉCURITÉ SOCIALE

Pour que la cure soit prise en charge, l'établissement doit être agréé et conventionné par l'Assurance Maladie ; le curiste doit quant à lui :

- Posséder une prescription émanant de son médecin traitant ou d'un spécialiste ;
- Soumettre la demande de prise en charge des soins à la Sécurité Sociale ;
- Prendre contact avec l'établissement thermal, une fois la demande de prise en charge acceptée
- Déterminer avec l'établissement les dates de son séjour et fixer un rendez-vous avec le médecin thermal ;
- Choisir son lieu de résidence pendant la cure et son moyen de transport, frais qui seront à la charge du curiste et ne feront pas l'objet d'un remboursement, sauf en cas de ressources limitées.

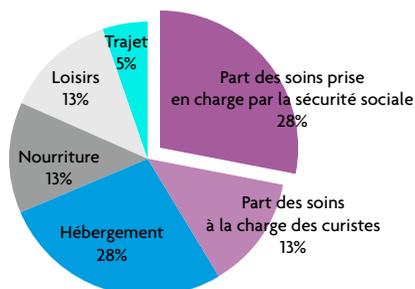
Les soins sont pris en charge à hauteur de 65 %.

La plupart des complémentaires santé prennent en charge le reste à charge ou ticket modérateur de 35%.

Restent donc à la charge du curiste : les frais d'hébergement, de transports, de restauration et les activités annexes qu'il souhaite effectuer. Le coût net moyen d'une cure est de 1 100 euros à la charge du curiste.

DÉPENSES MOYENNES LIÉES À UNE CURE THERMALE

Source : Cneth



LA CURE THERMALE EST UN SOIN MÉDICAL

La cure thermale dure 18 jours au cours desquels le curiste consulte un médecin thermal 3 fois au minimum. Le curiste est dans tous les cas accompagné au quotidien par un personnel médical et paramédical spécialisé.

Selon les pathologies, 4 à 6 soins sont administrés quotidiennement aux curistes.

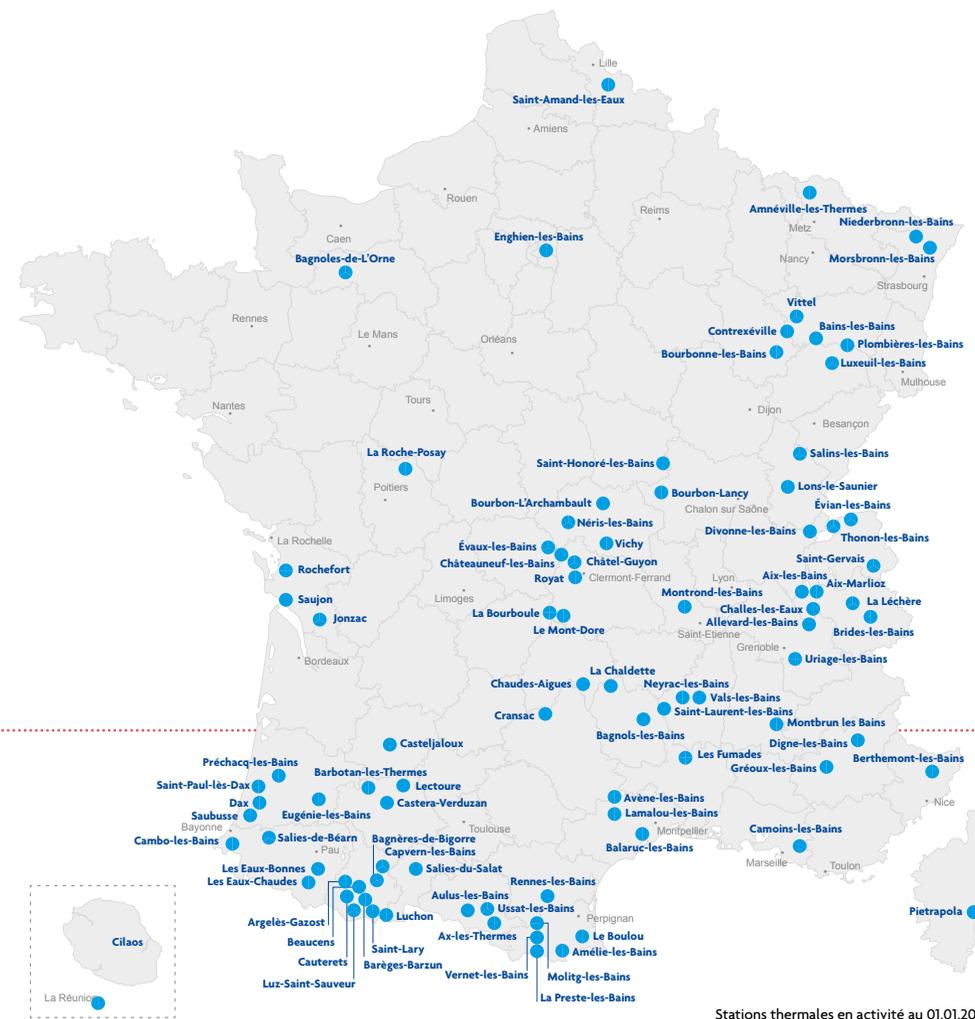
En plus des soins, les établissements proposent des séances d'éducation à la santé ou d'éducation thérapeutique pour permettre aux personnes atteintes de maladies chroniques de devenir plus autonomes face à leur maladie.

BIEN COMPRENDRE LE THERMALISME EN FRANCE

700 sources thermales dont les vertus sont reconnues par l'Académie de Médecine sont répertoriées en France.

- Chaque eau thermale doit faire l'objet d'un avis de l'Académie de Médecine et d'une autorisation préfectorale avant son exploitation.
- Les eaux thermales sont des eaux minérales naturelles particulières qui se distinguent par leur pureté bactériologique, la stabilité de leur minéralité et leur intérêt pour la santé.
- Ainsi, chacune est destinée à traiter un spectre réduit d'indications thérapeutiques en fonction de ses caractéristiques physico-chimiques.

La France compte 105 établissements thermaux qui emploient un personnel médical et paramédical spécialisé et appliquent des normes d'hygiène strictes et contraignantes.



La médecine thermale permet la prise en charge de pathologies relevant de 12 grands domaines thérapeutiques :

- La rhumatologie,
- Les affections des voies respiratoires,
- Les maladies cardio-vasculaires,
- La phlébologie,
- Les affections psychosomatiques,
- Les affections urinaires et les maladies métaboliques,
- La gynécologie,
- Les affections digestives,
- Les troubles du développement chez l'enfant,
- La dermatologie,
- Les affections de la muqueuse bucco-linguale,
- La neurologie.

Vous avez des questions sur le déroulement de votre cure thermale ? Vous souhaitez partager votre expérience de curiste ou simplement être au courant des actualités du CNETH et de la recherche thermale ? Devenez fan de La Médecine Thermale sur facebook et rejoignez la communauté !

• AVANCEMENT DE LA RECHERCHE

L'AFRETH FÊTE 10 ANS DE RECHERCHE THERMALE



L'AFRETH (ASSOCIATION FRANÇAISE POUR LA RECHERCHE THERMALE) A VU LE JOUR EN 2004. ELLE A POUR BUT DE PROMOUVOIR LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE APPLIQUÉE À L'ACTIVITÉ DES ÉTABLISSEMENTS THERMAUX.

ELLE OFFRE, ENTRE AUTRES, LES MOYENS DE MENER À BIEN L'ÉVALUATION DU SERVICE RENDU PAR LA MÉDECINE THERMALE.

L'AFRETH EST PRÉSIDIÉE PAR LE DOCTEUR RENÉE-CLAIRE MANCRET (CONSEILLÈRE MUNICIPALE D'URIAGE ET SECRÉTAIRE GÉNÉRALE ADJOINTE DE L'ACADÉMIE DE PHARMACIE). LE CONSEIL SCIENTIFIQUE DE L'ASSOCIATION EST PRÉSIDÉ PAR LE PROFESSEUR CHRISTIAN ROQUES DE L'UNIVERSITÉ DE TOULOUSE. LES DIFFÉRENTES FACETTES DE L'ACTIVITÉ THERMALE FRANÇAISE SONT REPRÉSENTÉES AU SEIN DE L'AFRETH, NOTAMMENT AU TRAVERS DE SES TROIS MEMBRES FONDATEURS QUE SONT L'ASSOCIATION NATIONALE DES MAIRES DE COMMUNES THERMALES (ANMCT), LA FÉDÉRATION THERMALE ET CLIMATIQUE FRANÇAISE (FTCF) ET LE CONSEIL NATIONAL DES EXPLOITANTS THERMAUX (CNETH).

2014 SERA PLACÉE SOUS LE SIGNE DE LA MÉDECINE THERMALE !

En effet, l'AFRETH fête ses 10 ans: 10 ans de recherches et de publications qui ont largement contribué à faire de la médecine thermale une discipline reconnue. Retour sur les grandes heures de l'association en quelques chiffres ...

L'AFRETH c'est :

- près d'un million d'euros investis chaque année dans un programme de recherche avalisé par un conseil scientifique indépendant, soit près de 10 millions d'euros depuis sa création,
- à ce jour, plus de 111 projets reçus et 81 propositions jugées éligibles,
- 32 études admises au financement par le Conseil d'Administration,

• AVANCEMENT DE LA RECHERCHE



Mais c'est aussi :

- 10 études effectuées portant sur le service médical des nouveaux formats de cure,
- plusieurs études en cours concernant l'Education Thérapeutique du Patient,
- des études dédiées aux produits thermaux et notamment à la sécurité des boues thermales.

6 études d'ores et déjà publiées et reprises dans des parutions scientifiques internationales de renom (Annals of Rheumatic Diseases, European Journal of Cancer, Complementary Therapies in Medicine ...). Retrouvez le détail de ces études, les protocoles appliqués et leurs résultats sur le site www.medicinethermale.fr

On citera notamment :

- une étude démontrant la supériorité du traitement thermal pour améliorer les symptômes du trouble d'anxiété généralisée (STOP-TAG). La qualité de vie observée chez les curistes suite au séjour en station thermale s'avère significativement supérieure à celle des sujets du groupe

- une étude s'intéressant au sevrage des benzodiazépines (SPECTh) a capitalisé sur les effets anxiolytiques de la cure thermale, démontrés par l'étude STOP-TAG. Le taux de satisfaction des curistes est de 88%, et les résultats après 6 mois démontrent un véritable intérêt du traitement thermal dans le sevrage des benzodiazépines par rapport au suivi habituellement proposé par la médecine générale,
- une étude prouvant que les soins hydrothermaux, associés à une éducation du curiste et des activités physiques adaptées, permettaient dans plus de la moitié des cas de diminuer le poids total du patient en

- surpoids ou obèse de 5% (MAÛTHERMES). Une diminution du poids total de cet ordre permet de réduire les risques d'accident cardio-vasculaire et a un impact significatif sur l'espérance de vie des curistes,
- une étude portant sur les bénéfices d'un programme d'accompagnement et de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission d'un cancer du sein (PACTHE). Les résultats sont sans appel : la qualité de vie à un an est nettement meilleure pour le groupe de curistes que pour le groupe témoin. D'autres critères comme la qualité de sommeil, le contrôle du poids ou les symptômes dépressifs ont également été mesurés et prouvent l'efficacité de la médecine thermale.

ACTU

Le Pr Roques nous parle de la recherche thermale :

« A l'heure actuelle, les interventions thérapeutiques se doivent d'apporter la preuve de leur Service médical rendu (SMR). A ce titre, l'essai clinique avec tirage au sort et comparateur reste l'outil de référence pour l'évaluation du SMR. Il est impératif que l'essai soit rigoureusement conduit pour être concluant, même si les conditions sont difficiles à remplir lorsqu'il s'agit d'une intervention thérapeutique complexe comme peut l'être une cure thermale. L'AFRETh a permis la réalisation de plusieurs essais bien conduits, notamment en rhumatologie. L'impact de la cure thermale sur la douleur, les capacités fonctionnelles et la qualité de vie des curistes a pu ainsi être démontré formellement, et sur la durée. »

• TENDANCE

Les soins en cure thermale n'occupent pas toute la journée ... et c'est aussi une bonne nouvelle pour votre santé !

EDUCATION À LA SANTÉ :

RENFORCER L'EFFICACITÉ DE SA CURE

Une cure, c'est avant tout des soins à base d'eau ou de boue thermale mais c'est également une rupture par rapport au quotidien, une bonne hygiène de vie, beaucoup de repos et du temps libre ! Ce temps fait partie intégrante du programme de soins et est nécessaire pour une efficacité maximale de la cure.

Beaucoup d'établissements thermaux organisent, en plus des soins, des interventions, des débats d'experts ou encore des stages accessibles aux curistes sur leur temps libre. Il est très important que le curiste souffrant de maladie chronique s'inscrive dans cette démarche.



LA PRÉVENTION AU COEUR DE LA DÉMARCHÉ

Ces efforts font partie de la démarche globale de prévention en santé, une mission essentielle que s'est assignée la médecine thermale, du fait de son expérience solide dans la prise en charge globale des patients. Cette démarche est particulièrement importante en ces temps d'optimisation des dépenses de santé. En effet, un patient qui a bénéficié de l'éducation thérapeutique, grâce à l'acquisition de compétences d'auto-soins et de réflexes

quotidiens est un patient plus autonome et donc moins coûteux pour la collectivité.

L'éducation thérapeutique est désormais saluée par le corps médical qui reconnaît qu'il est indispensable d'associer le patient à toutes les étapes du parcours de santé, du choix du traitement initial à l'adaptation de ce traitement en cas d'évolution.

UN VRAI CONFORT DE VIE

L'éducation thérapeutique du patient n'est bien sûr pas une démarche curative mais

lui permet de gagner en confort, en autonomie et en sérénité face à l'évolution de la maladie.

Dans le cadre particulier d'une cure, c'est également un moment d'échanges privilégiés entre curistes, l'occasion de comparer sa vision de la maladie à celle des autres et de partager ses astuces pour mieux gérer la pathologie au quotidien.

Et au-delà de ces instants de partage, cette démarche profite à l'entourage et la famille du curiste qui bénéficient également de l'amélioration de la qualité de vie de leur proche.

• LE CNETH RÉPOND À VOS QUESTIONS

Dès 2014, un nouveau mécanisme tarifaire sera mis en place pour les cures thermales. La négociation avec le ministère de la Santé et l'Assurance maladie a permis d'aboutir à une solution équilibrée qui préserve les intérêts des curistes. La cure continuera à être prise en charge par la Sécurité Sociale, sur la base du « tarif forfaitaire de responsabilité » qui n'évoluera plus jusqu'à fin 2017. Le prix de la cure est plafonné,

orientation par orientation, à un « prix limite de facturation », dont le montant sera revalorisé annuellement dans le cadre des accords conventionnels liant les établissements thermaux et l'Assurance maladie. L'introduction de ce mécanisme a permis le maintien du taux de remboursement des cures thermales, dans le contexte budgétaire contraint de l'Assurance maladie.

PETIT TOUR D'HORIZON DE CE QUI VA CHANGER À TRAVERS VOS QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES :

ISABELLE

« Pourquoi cette réforme tarifaire ? »

Le déficit structurel de l'Assurance maladie (évalué à 6,2 milliards d'euros en 2014) contraint chacun des acteurs de santé à des efforts. La médecine thermique y participe par le gel de ses tarifs forfaitaires de responsabilité sur lesquels repose le remboursement de l'Assurance maladie. Néanmoins, les charges d'exploitation continuant à augmenter (SMIC et énergie entres autres), il fallait permettre aux établissements d'équilibrer leurs comptes, par le biais de prix limites de facturation.

SARAH

« Ce complément à la charge du curiste est-il fixe ou risque-t-il d'augmenter d'année en année ? »

Désormais, le prix limite de facturation sera réévalué chaque année. L'évolution est fixée par un cadre réglementaire très strict qui garantit l'absence de dérive tarifaire. L'indice d'augmentation sera calculé sur la base des facteurs de progression des coûts de fonctionnement des établissements thermaux, et prendra notamment en compte l'évolution du SMIC ou celle du coût de l'énergie. C'est une condition indispensable pour permettre aux établissements thermaux d'offrir aux curistes des soins de qualité, du personnel qualifié en nombre suffisant et un matériel de pointe. C'est avant tout la protection du curiste qui a été au coeur des préoccupations pendant toute la durée des négociations entre partenaires...

ÉMILIE

« Est-ce que ma mutuelle va prendre en charge la différence entre tarif forfaitaire de responsabilité et prix limite de facturation ? »

Tout dépend de votre complémentaire santé et du type de votre contrat. N'hésitez pas à prendre contact avec la vôtre pour en savoir plus. Dans l'hypothèse pessimiste où votre complémentaire ne couvrirait pas ce reste à charge, sachez qu'il devrait représenter en moyenne de l'ordre de 1 euro par jour de soins. Notez par ailleurs que les personnes les plus vulnérables financièrement (bénéficiaires de la CMU-C ou de l'ACS) ne seront pas concernées par le prix limite de facturation : seul le tarif forfaitaire de responsabilité leur sera facturé.

PATRICK

« Le prix d'une cure va-t-il être différent d'une station à l'autre ? D'une spécialité à l'autre ? »

Le tarif forfaitaire de responsabilité, ainsi que le prix limite facturation, sont fixés par orientation thérapeutique. Ils sont donc les mêmes d'une station à l'autre, si la même orientation est traitée. La station thermale peut toutefois choisir d'appliquer son tarif, dans la limite du prix limite de facturation. Renseignez-vous auprès de la station thermale de votre choix avant votre séjour pour en savoir plus.

DIDIER

« Est-ce que ça va changer quelque chose pour mes démarches par rapport aux autres années ? »

Non, les démarches restent les mêmes. Les cures thermales demeurent des actes médicaux et doivent, en tant que telles, être prescrites par un médecin. La réforme tarifaire ne modifie rien dans le processus de prescription.

REJOIGNEZ

Les amis de la médecine thermique sur :
[facebook.com/medecinthermale](https://www.facebook.com/medecinthermale)

CONTACT

Posez vos questions en nous écrivant à :
CNETH, 1 rue de Cels, 75014 Paris
ou par email à cneth@medecinthermale.fr
Retrouvez plus d'information sur le site
www.medecinthermale.fr

« J'apprends
à mieux vivre
ma maladie. »

