

N°7
ÉTÉ 2010

THERMALE

La lettre d'information du Conseil National des Exploitants Thermaux

EFFICACITÉ THÉRAPEUTIQUE & ÉDUCATION DES PATIENTS

La médecine thermale plus que jamais
indispensable à notre système de santé

» page 2

Faire face efficacement aux enjeux de santé publique



Pour la quasi-totalité des patients, l'environnement médical est un espace rassurant qui souffre peu de doutes. De nombreuses études corroborent la confiance des Français dans leur médecin. Le travail mené par les équipes médicales durant une cure thermale conforte ce lien. Face à des maladies chroniques notamment, les médecins thermaux aident les curistes à mieux comprendre leur maladie et à en atténuer les symptômes les plus douloureux.

Réconcilier les curistes avec leur corps est également un élément clé de la guérison des patients en surpoids. 40 % des Français sont déjà touchés, avec des problèmes liés en santé publique, diabète, maladies hypertensives, cardiopathies ischémiques...

Depuis plusieurs années, nous constatons que la démarche globale de la médecine thermale contribue à faire régresser cette affection, par la prise en charge du syndrome métabolique d'une part, et par un accompagnement psychologique et social et des propositions nutritionnelles adaptés d'autre part. L'étude Maathermes, prochainement publiée, viendra soutenir ces résultats avec une évaluation scientifique du service médical rendu de la médecine thermale face à ce défi, pour des curistes bien dans leur corps... et dans leur assiette !

Thierry Dubois est président du Conseil National des Exploitants Thermaux depuis 2009. Il est actuellement président du directoire des thermes de Saunon.

Médecine thermale et associations de patients

» page 2

Une politique de recherche ambitieuse et exemplaire

» page 3

Une campagne de communication télévisée

» page 4



DOSSIER
SANTÉ

Accompagner les patients en soins de suite après le traitement d'un cancer : les initiatives de la médecine thermique

Les soins de suite après un cancer sont indissociables du traitement du cancer lui-même. Plusieurs stations thermales participent à des expérimentations pour améliorer la qualité de vie de patientes atteintes d'un cancer du sein soigné. L'objectif est de mettre en place une éducation thérapeutique efficace pour faciliter la réintégration sociale, l'image de soi et donner des repères santé, diététiques et d'activité physique à ces patients particuliers.

Les études menées sur l'efficacité des cures thermales (lire ci-contre) mettent en lumière l'impact de l'approche globale des soins. Les échanges et conseils des médecins et la prise en compte de la dimension psycho-sociale du patient favorisent remarquablement leur appréhension de la maladie et leur capacité à l'intégrer dans leur quotidien.

Prendre le temps d'écouter autant que de soigner

La médecine thermique se révèle donc très indiquée dans la prise en charge de patients ayant été soignés d'un cancer. Certaines stations thermales, par exemple, ont mis en place des protocoles spécifiques qui allient aide à la cicatrisation, amélioration des démangeaisons, et accompagnement psycho-social.

Ces protocoles offrent un temps intermédiaire bénéfique entre l'hôpital et le retour au domicile, avec une surveillance médicale qui garantit la reprise d'autonomie.

Les patientes déclarent très majoritairement une amélioration nette et complète de leur bien-être (94%) et de la qualité de leur vie sociale et relationnelle (76%). Sur le plan médical, le prurit (pour 83% des patientes) et le lymphodème (44%) sont singulièrement améliorés. Ces curistes suivent le protocole classique des soins thermaux, avec quelques compléments, notamment des massages sous l'eau, aux effets drainants. Une grande place est laissée à l'accompagnement psychologique.

Démontrer l'efficacité de l'accompagnement

Ces initiatives s'inscrivent dans le plan cancer (2009-2013) qui met l'accent sur l'accompagnement des patients pendant et après un cancer. Pour aller plus loin, un partenariat de recherche a été conclu entre le Centre Jean Perrin de Clermont-Ferrand et plusieurs établissements thermaux de la région. Une étude a été engagée, baptisée PACThe (programme d'accompagnement et de réhabilitation post-thérapeutique pour les femmes en rémission complète de cancer du sein en stations thermales). Les travaux sont dirigés par J.-Y. Bignon et soutenus par l'Afreth.

Sur une période de 6 mois, celle-ci consiste à comparer, un groupe témoin de 135 femmes en fin de traitement de cancer du sein avec un suivi simple et un groupe de 135 femmes en fin de traitement de cancer du sein avec des soins de suite en station thermale associés à un suivi hygiéno-diététique. L'étude, commencée en 2008, se poursuit sur 5 ans.

Les associations de patients ont leur mot à dire

Les passerelles entre la prise en charge thermique et les objectifs d'associations de patients sont nombreuses, qu'il s'agisse d'éducation en santé, d'accompagnement de malades chroniques, de prévention secondaire, de fenêtre thérapeutique, de groupement homogène de patients...

Quand 20% des Français souffrent d'une maladie chronique, l'orientation thérapeutique, éducative, préventive et accompagnatrice de la médecine thermique offre un projet global qui intéresse les associations de patients. Cela fait quelques années que la crénothérapie a complété les soins prodigués aux patients atteints de maladies chroniques par un accompagnement plus ouvert qui les aide à mieux comprendre et à accepter leur maladie. Les consultations médicales pendant lesquelles le médecin donne des conseils personnalisés, les groupes de parole entre patients atteints d'une même pathologie, les conférences ciblées et les ateliers d'éducation thérapeutique sont autant de moyens d'aider les malades à vivre leur quotidien.

QUESTIONS À...

**Christian-François Roques,
Président du Conseil scientifique de l'Association
française pour la Recherche thermale**

Quel est le lien entre l'étude sur les troubles anxieux en 2008, celle sur l'arthrose du genou en 2009, et la prochaine sur l'obésité ?

Chaque année, nous lançons de nombreuses études pour évaluer le service médical rendu (SMR) de la médecine thermale. 25 sont en cours cette année. Les plus importantes font l'objet d'une publication scientifique, après parfois 4 à 5 ans de travail.

Stop Tag a concerné 237 patients anxio-dépressifs : elle a démontré que l'amélioration est de 44% supérieure pour un patient en cure thermale comparée à celle d'un patient traité avec un médicament à base de paroxétine. Thermarthrose a prouvé l'an dernier que les soins thermaux sont deux fois plus efficaces pour la gonarthrose que tous les traitements, hors chirurgie (analgésiques, anti-inflammatoires, médicaments d'actions lentes...).

Au delà du SMR, ces études mettent-elles en lumière une singularité de la médecine thermale ?

Oui, les études montrent que la prise en charge globale des patients est très importante. La disponibilité des médecins thermaux, la place de l'éducation thérapeutique pendant la cure : il existe chez les patients un vrai besoin d'information et d'éducation en santé, voire d'orientation dans le système de soins. Face aux maladies chroniques, aux troubles de nutrition... les 3 semaines de cure thermale constituent un temps privilégié d'information, d'éducation et de prévention. La durée de la cure, la qualité environnementale des stations, l'approche spécifique de la crénothérapie et le temps disponible en dehors de toute activité professionnelle, sont les atouts qui permettent d'asseoir et de développer cette démarche.

Mais on pose aussi régulièrement la question des vertus thérapeutiques de l'eau thermale...

C'est une question pertinente, mais c'est un autre sujet. La médecine thermale ne se limite pas aux vertus des eaux, même si elle leur doit beaucoup.

Sur le plan scientifique, au delà des trois éléments de base (bicarbonates, sulfates, chlorures), en fonction de nombreux paramètres, notamment géologiques, les eaux thermales contiennent également plus ou moins de minéraux (calcium, magnésium, sodium, potassium, d'halogènes (brome, iode, fluor...)) et de métalloïdes (oligo-éléments), ainsi que des éléments radioactifs.

L'homme est lui-même composé de ces divers éléments. C'est pourquoi ils jouent un rôle capital dans le cycle des réactions biochimiques de l'organisme. Bien que mineurs en quantité, ils font la particularité de chaque eau. C'est là la différence entre une eau du robinet et une eau thermale.

Plus d'informations : www.afreth.fr

Thermarthrose en chiffres*

L'étude Thermarthrose porte sur la plus fréquente des arthroses, la gonarthrose. Rappel de quelques conclusions.

54 % des patients ont vu leur état s'améliorer 6 mois après la cure, contre 30 % des patients non-curistes. 9 mois après, ce résultat est stable.

25 % des curistes observent une diminution des douleurs après 9 mois, contre seulement 7 % des non-curistes. Le traitement thermal est deux fois plus efficace que tous les autres traitements de la gonarthrose.

Regards sur la recherche thermale

Le congrès national de la Société Internationale d'hydrologie et climatologie médicale aura lieu à Paris du 23 au 26 juin 2010. Ce 37^e congrès mondial de l'ISMH renforcera les liens scientifiques entre chercheurs en thermalisme médical et permettra aux scientifiques du monde entier d'illustrer les divers aspects de la recherche en médecine thermale. www.ismh10fr.com

Le Printemps de la phlébologie a eu lieu à Balaruc-les-Bains le 29 mars 2010. L'événement a accueilli des chirurgiens vasculaires, phlébologues, kinésithérapeutes...

Le congrès national de la fibromyalgie a eu lieu le 17 avril 2010 à Dax. Plus de 680 000 personnes sont concernées en France. Compte-rendu sur fibromyalgie2010.comm-sante.com



**Le médecin thermal,
au cœur de l'éducation
thérapeutique**

Le médecin thermal est l'interlocuteur privilégié des curistes. C'est par son intermédiaire que le patient devient acteur de sa thérapie. Portrait d'un acteur incontournable du séjour en cure.

Lors d'un premier rendez-vous, après avoir consulté le dossier du patient et échangé avec lui, le médecin thermal définit son programme de soins. Un ou deux autres rendez-vous ponctuent la cure, pendant lesquels médecin et patient font le point sur l'état physique et moral de ce dernier. Lors de ces rendez-vous, les médecins thermaux constatent très fréquemment une amélioration de l'état du patient : retour du sommeil, détente, douleurs atténuées... Cette diminution des symptômes s'accompagne d'une plus grande ouverture du patient aux conseils prodigués.

« Le patient devient beaucoup plus actif dans sa prise en charge. A la fin du séjour, nous arrivons régulièrement à définir quelques objectifs à poursuivre pendant l'année » constate Céline Tabone, gériatre, médecin thermal à Capvern.



7 personnes sur 10 consultent Internet pour obtenir des informations santé,

selon une étude du Conseil National de l'Ordre des Médecins. S'informer, comprendre, échanger : dans cette optique, le site medecinthermale.fr a fait peau neuve. Et le CNET a ouvert un groupe sur facebook pour rassembler l'ensemble de la communauté thermale, curistes, médecins, élus...

www.facebook.com/thermalisme

* Étude réalisée de 2006 à 2009 (460 patients), supervisée par le CHU de Grenoble. Les soins dispensés sont ceux habituellement proposés aux curistes : cataplasme de boues, séance de mobilisation en piscine, douche ou bain en station thermale, massage. Ses résultats sont transposables à toutes les stations qui traitent la gonarthrose. Plus d'informations : www.medecinthermale.fr

LA HONGRIE

Surnommée le pays des eaux, la Hongrie dispose d'environ 1300 sources thermales enregistrées, dont 270 sont exploitées pour des bains thermaux.

Une tradition millénaire

A l'époque romaine, la capitale de la région porte déjà le nom d'Aquincum qui signifie « eaux abondantes ». C'est dire si le thermalisme médical est une tradition ancienne en terres hongroises. A Budapest, des bains construits par les Turcs aux XVI^e et XVII^e siècles jusqu'à aujourd'hui, les établissements thermaux sont de véritables bijoux architecturaux entre arts nouveaux et influences orientales.

Un potentiel élevé

Conscient du potentiel économique de la médecine thermique (le pays se placerait au cinquième rang mondial des destinations liées au thermalisme curatif, selon la Chambre de commerce et d'industrie française en Hongrie), le gouvernement hongrois a fait du développement de ce secteur une priorité. 4,6 milliards d'euros y sont consacrés sur un programme de 2007 à 2013. Ce plan comprend notamment la rénovation de la soixantaine de bains historiques de la capitale et de la province.

L'accompagnement médical

Comme en France, les cures médicales se déroulent sur 3 semaines. Deux cures par an et par patient sont prises en charge par le système de sécurité sociale national. Grâce à la multitude de sources dans le pays, avec des composants minéraux différents, la panoplie des soins thermaux est étendue : voies respiratoires, affections du système digestif, affections cardio-vasculaires, rhumatismes, affections dermatologiques, gynécologie...

QUESTIONS À...

Didier Le Lostec,

Président de la commission communication du CNETH.

Il dirige les thermes de Brides-les-Bains:



Le CNETH a lancé au printemps une campagne de communication à la télévision. Pourquoi ?

Il y a principalement deux raisons. Tout d'abord répondre à un paradoxe : nous savons, grâce à une grande enquête réalisée par TNS Healthcare que les curistes se disent très satisfaits des cures thermales mais, dans le même temps, le thermalisme souffre d'une image parfois passéiste dans l'opinion publique. La seconde raison, c'est de mettre en avant l'efficacité des cures thermales qui est de mieux en mieux démontrée par les études engagées afin de prouver le service médical rendu. La télévision a été choisie car c'est un média puissant. Elle permet de relayer notre nouvelle signature, « La médecine thermique, efficace pour longtemps ».

Avez-vous des premiers résultats ?

Oui, après la première vague de campagne, nous avons fait réaliser une étude sur un échantillon représentatif de 983 personnes. Les résultats montrent que la campagne a un très bon impact au regard du budget dépensé. 2 Français sur 3 pensent que la médecine thermique est efficace (seulement 21% pensent qu'elle ne l'est pas) et 7 sur 10 trouvent que son remboursement par la sécurité sociale est justifié. En début de campagne, ce sont des résultats encourageants !

Le CNETH et les stations thermales partenaires de la première Journée Européenne de l'Obésité les 21 et 22 mai

aux côtés du Collectif National des Associations d'Obèses. www.cnao.fr

Le CNETH a lancé une démarche de certification Aquacert dans les stations thermales.

Ces audits visent à garantir la sécurité et l'hygiène des équipements conformément aux exigences édictées à l'issue des travaux ayant réuni la Direction Générale de la Santé, la Haute Autorité de Santé, les consommateurs, les exploitants et les experts de la profession.

500 000

curistes chaque année dans les stations thermales en France

94 %

affirment voir diminuer leurs douleurs physiques*

57 %

consomment moins de médicaments*

0,15 %

des dépenses de santé de l'assurance maladie**

plus d'infos sur :
www.medecine-thermale.fr