

THERMES

& VOUS

LE MAGAZINE DE LA
MÉDECINE THERMALE
ÉDITION 2016

ÉTUDE

**THERMES ET VEINES :
SOULAGER LES PERSONNES ATTEINTES
D'INSUFFISANCE VEINEUSE CHRONIQUE SÉVÈRE**

ET TOUJOURS

LES RÉPONSES À VOS QUESTIONS

DOSSIER

SANTÉ PUBLIQUE : CAP SUR LA PRÉVENTION !



ÉDITO



L'année 2016 s'annonce à nouveau chargée pour le thermalisme ! De nouvelles études sont en préparation, d'autres sont en cours de publication. Elles ont en commun de viser à évaluer l'intérêt de la médecine thermique dans le traitement de pathologies diverses, et pour lesquelles le traitement thermal n'est pas spontanément associé. C'est le cas de maladies encore méconnues, comme la fibromyalgie, qui touche pourtant de nombreux Français, et surtout de nombreuses Françaises. Les douleurs associées sont très handicapantes, et le diagnostic parfois long et compliqué. Les curistes qui arrivent en station après une errance thérapeutique usante sont soulagés de trouver dans les soins une solution douce et adaptée à leur situation. L'encadrement professionnel et les ateliers proposés en parallèle achèvent de convaincre des patients parfois déçus par les traitements médicamenteux lourds et peu efficaces. Bien sûr, la cure n'intervient qu'en complément de ces traitements traditionnellement prescrits, mais elle est une parenthèse nécessaire à bien des personnes en souffrance, qui en ressortent soulagées, gagnent en mobilité et en confort, consomment moins de médicaments, parviennent à suivre plus sérieusement leur traitement et ont une meilleure hygiène de vie globale. L'étude Thermalgi, et l'étude PIETT, en cours de déroulement, nous en apprendront bientôt plus et nous permettra, nous l'espérons, d'avoir des données chiffrées permettant de quantifier l'amélioration de l'état général des fibromyalgiques après la cure, et de ne plus seulement nous appuyer sur leurs déclarations et les témoignages de leurs médecins à leur retour.

A bientôt donc pour de nouvelles études, et en attendant, nous vous invitons à découvrir dans ce numéro les grandes conclusions de l'étude Thermes et Veines, qui s'est concentrée sur les bénéfices du traitement thermal dans le cas d'une insuffisance veineuse chronique sévère.



Thierry Dubois



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

Directeur de la publication : Thierry Dubois
 Rédacteur en chef : Didier Le Lostec
 Rédacteur en chef délégué : Claude-Eugène Bouvier
 Crédits photos : @Parties Prenantes, @Piel Pendu
 Conception rédaction : Parties Prenantes

3.
COURRIER DES LECTEURS

4.
DOSSIER THÉMATIQUE
 Cap sur la prévention !

8.
AVANCEMENT DE LA RECHERCHE
 Thermes et Veines, enfin une solution naturelle pour soulager l'insuffisance veineuse

12.
ON EN PARLE
 Les cures à double orientation

14.
LE CNETH RÉPOND À VOS QUESTIONS

C'EST VOUS QUI LE DITES !

Vous êtes de plus en plus nombreux à nous écrire sur la page facebook officielle de la médecine thermique. Merci pour votre soutien et vos témoignages, vous êtes les meilleurs ambassadeurs du thermalisme.

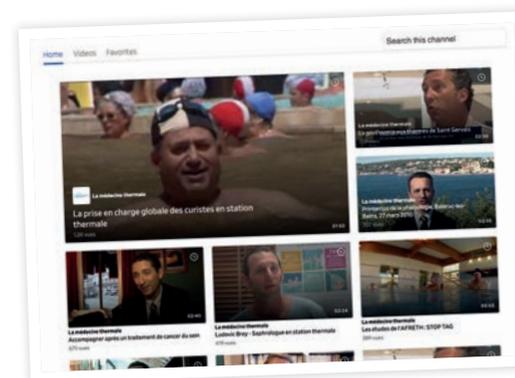
+ de 3 000 fans
 merci d'être toujours plus nombreux à nous suivre !

Maryvonne « La cure thermique m'a débarrassée d'un eczéma traité sans succès pendant 6 ans par des corticoïdes et des antihistaminiques. Enfin un vrai soulagement après toutes ces années ! J'ai pu réduire la prise de médicaments, et le bien-être est durable. »

Michelle « Après 8 années de cure en rhumatologie, je peux affirmer voir la différence : plus de genouillères ni de minerve, j'ai retrouvé une bien meilleure mobilité. Et quand une année je n'ai pas pu me rendre en station, j'ai malheureusement senti les douleurs revenir. Maintenant je fais le maximum pour effectuer un séjour thermal par an, comme recommandé par mon médecin traitant. »

Geneviève « Fini les anti-douleurs en prise quotidienne ! Les soins ont vraiment permis de réduire les douleurs liées à l'arthrose. Je souffre encore, mais je sais mieux gérer les passages difficiles grâce aux conseils reçus par les professionnels et les médecins qui nous entourent durant le séjour. »

Roger « Je redoutais la durée de la cure thermique : 18 jours de soins, dans une ville inconnue ! Heureusement, les équipes sont très professionnelles et m'ont bien orienté dès mon arrivée. J'ai trouvé des activités en plein air pour occuper mes après-midi, et rencontré un groupe de curiste très sympa dans un des ateliers organisés en complément des soins. On s'est même donné rendez-vous l'année prochaine. »



Connaissez-vous la chaîne Dailymotion de la médecine thermique ?



Pour découvrir toutes nos vidéos, flashez ce code !

• DOSSIER THÉMATIQUE

CAP SUR LA PRÉVENTION



La prévention revient très souvent comme une solution pour l'amélioration de la santé publique. Les Français vivent de plus en plus longtemps et de nouveaux défis doivent être relevés car les dépenses explosent. Il se trouve que la prévention santé est une des missions essentielles de la médecine thermique : depuis toujours, les experts du thermalisme défendent avec conviction la place de la prévention dans le parcours de sortie du patient.

LA CURE THERMALE : UN MOMENT IDÉAL POUR UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE DU PATIENT

La cure conventionnée, c'est bien sûr 18 jours de soins à base d'eau et de boue thermique, mais c'est aussi une rupture avec le quotidien et une occasion unique de prendre soin de sa santé. La plupart des stations thermales sont situées dans un environnement calme et propice aux activités en extérieur. Les soins ne se déroulant que sur une demi-journée, ils laissent aux curistes l'occasion de pratiquer des activités physiques douces, de faire

des balades en groupe, et plus simplement d'échanger avec d'autres personnes souffrant des mêmes maux. Les médecins et agents thermaux accompagnent les curistes à chaque étape du séjour : ils sont également là pour apporter des conseils personnalisés, adaptés à chacun, et les aiguiller pour un retour en douceur à domicile. Rares sont les occasions de prendre soin de soi en profondeur. En cure thermique, cette immersion dans un environnement entièrement tourné vers la santé et le bien-être s'avère souvent particulièrement utile.

L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

L'Éducation Thérapeutique du Patient ou ETP est la pierre angulaire de la prévention en santé.

La cure, véritable parenthèse de 21 jours, est le moment idéal pour mettre en place ce type d'action préventive, parfois difficile à concilier avec le quotidien des patients.

Lors de leur séjour, les curistes peuvent ainsi participer à plusieurs types d'activités destinées à compléter leurs savoirs en santé : stages, ateliers, tables rondes, conférences ... de nombreux outils sont proposés pour que le patient, de retour chez lui, gère mieux sa maladie au quotidien, et prenne, tout naturellement, mieux soin de santé.

La loi « Hôpital, patients, santé et territoires », promulguée en 2009, et les textes réglementaires qui ont suivi, soutiennent la mise en œuvre de programmes d'éducation thérapeutique autorisés par les Agences régionales de santé, sur la base d'un cahier des charges national. Plusieurs programmes d'éducation thérapeutique ont ainsi été élaborés dans le cadre d'une coopération CNETH-AFRETH et Association Française pour le Développement de l'Éducation Thérapeutique (AFDET). Chaque programme a été conçu par un groupe de travail associant des professionnels de santé, des responsables d'établissement thermaux et des représentants d'associations de patients. Une quinzaine de stations thermales participent à la mise en place de programmes agréés par les ARS dans des domaines variés : asthme, insuffisance veineuse chronique sévère, fibromyalgie, syndrome métabolique, psoriasis et eczéma, polyarthrite rhumatoïde.

D'autres sont en cours de demande d'agrément dans les domaines suivants : sevrage des benzodiazépines, réhabilitation post-cancer du sein, arthrose.

N'hésitez pas à en parler à votre médecin et à la station dans laquelle vous avez prévu d'effectuer votre cure pour savoir quels programmes sont proposés.

• DOSSIER THÉMATIQUE

SURPOIDS, DIABÈTE, MALADIES CHRONIQUES

C'est notamment le cas pour des patients souffrant de surpoids ou d'obésité.

En France, les chiffres de l'obésité et du surpoids ne cessent de croître depuis 12 ans, avec une augmentation annuelle moyenne de 6%. Aujourd'hui, 1 Français sur 3 est en surpoids et l'obésité concerne 15% de la population française. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, de nombreux cas de diabète, de maladies cardio-vasculaires, et le déclenchement de certains cancers sont liés à la surcharge pondérale.

En cure pour perdre du poids, les bénéfices se situent donc à plusieurs niveaux : les curistes perdent efficacement et durablement du poids et ils apprennent les réflexes d'hygiène de vie leur permettant de mener une vie plus équilibrée, même une fois loin du contrôle du personnel thermal, mais ils prennent également globalement soin de leur santé en ménageant leur organisme et prévenant l'apparition possible de maladies associées.

La prévention est également cruciale pour les patients atteints de diabète : une mauvaise hygiène de vie ou un manque de surveillance peuvent mener à des complications redoutables. La cure permet de conserver plus longtemps un capital pancréatique satisfaisant. Les études ont également prouvé que les curistes respectaient plus facilement leur traitement. C'est également le cas chez les patients atteints de maladies chroniques (gonarthrose, lombalgie,

polyarthrite rhumatoïde, fibromyalgie). Le séjour thermal, en plus de soulager, permet aux malades chroniques de conserver les attributs d'une vie quotidienne plus autonome et mobile : diminution de la douleur (dans sa durée et dans son intensité), baisse de la consommation médicamenteuse mais aussi amélioration de la qualité de vie et des capacités à effectuer soi-même des tâches quotidiennes.

ENFANTS : UN INVESTISSEMENT POUR LE FUTUR

Les enfants sont encore davantage concernés par la prévention que les adultes : touchés en pleine croissance par la maladie, les aider à y faire face est d'autant plus importants que la prise en charge de la pathologie conditionnera en grande partie leur vie d'adulte.

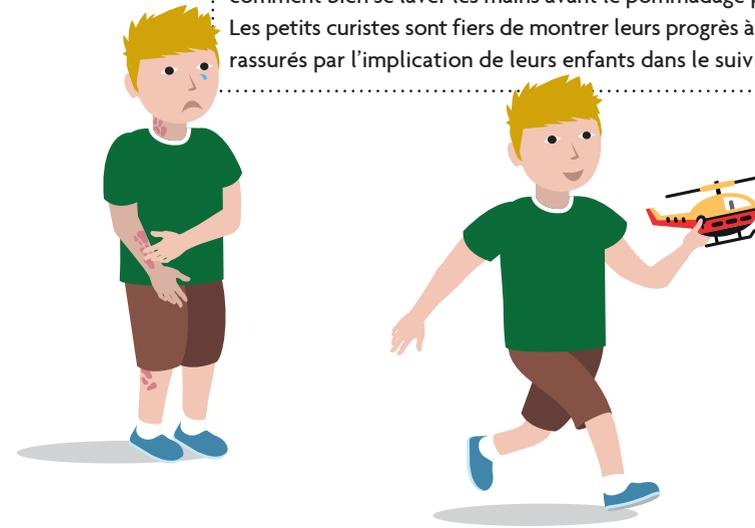
Un enfant asthmatique qui ne peut pratiquer certains sports avec ses amis, manque régulièrement les cours et souffre du stress lié aux crises potentielles, gardera les traces de cette expérience. Il en va de même pour un enfant présentant un eczéma sévère, qui devra gérer, en plus des souffrances liées aux démangeaisons, le regard des autres enfants et leurs remarques parfois cruelles.

En apprivoisant la maladie, en apprenant à mener une vie normale, en suivant des ateliers avec d'autres enfants, ces enfants apprendront l'autonomie et retrouveront confiance en eux. En plus d'être soulagés et de consommer moins de médicaments, ces bénéfices leur seront utiles toute leur vie.



LES ATELIERS DE POMMADAGE

Le but de cet atelier est d'apprendre aux enfants atteints d'eczéma à bien appliquer les crèmes prescrites par leur médecin, tous les jours et de manière autonome. Les enfants viennent à l'atelier avec leur propre crème, et apprennent de manière ludique à s'hydrater efficacement. On leur apprend pourquoi il est important de ne pas se gratter, quel est le meilleur moment pour appliquer sa crème, ou encore comment bien se laver les mains avant le pommadage pour éviter les infections. Les petits curistes sont fiers de montrer leurs progrès à leurs parents, ces derniers étant rassurés par l'implication de leurs enfants dans le suivi de leur traitement.



SURCONSOMMATION DE MÉDICAMENTS ET DÉPENDANCE

Des études scientifiques l'ont démontré : les cures thermales permettent de soulager durablement et de consommer moins de médicaments. C'est loin d'être anodin, à l'heure où de plus en plus de Français souffrent d'addiction médicamenteuse. Le thermalisme peut prévenir cet état de fait et peut également traiter l'addiction une fois installée.

Une des études a ainsi prouvé que les cures thermales permettent de diminuer considérablement voire de supprimer la prise de benzodiazépine (anxiolytiques) pour les patients atteints d'affections psychosomatiques. Ce sevrage, naturel et efficace, est particulièrement intéressant : la prise de benzodiazépine prolongée chez les sujets âgés augmente de 60% le risque de démence.

AUTONOMIE : LE DÉFI DU BIEN VIEILLIR

La cure thermique se révèle un levier d'action privilégié pour les plus fragiles et la prévention de la dépendance. Certaines stations thermales développent des accueils spécifiques pour les malades atteints d'Alzheimer ou de Parkinson et un accompagnement adapté aux aidants de ces patients ou des stages de préparation et d'adaptation à la retraite.

Dans une société vieillissante, où chacun aspire à rester actif et autonome le plus longtemps possible, la cure s'impose comme une solution évidente. Elle répond même à l'exigence de la modération des dépenses de santé : des résultats obtenus sur un panel de patient ont prouvé que les personnes effectuant des cures effectuaient moins d'actes de santé (consultation médicale, kinésithérapie par exemple) à leur retour.

Étude Parkinson : Brefel-Courbon C, Desboeuf K, Thalamas C, Galitzky M, Senard JM, Rascol O, Montastruc JL. Clinical and economic analysis of spa therapy in Parkinson's disease. Mov Disord. 2003 May;18(5):578-84

• AVANCEMENT DE LA RECHERCHE

THERMES ET VEINES :

LA CURE THERMALE POUR SOULAGER LES PERSONNES ATTEINTES D'INSUFFISANCE VEINEUSE SÉVÈRE

Près de la moitié des Français sont touchés par des problèmes veineux : jambes lourdes, fourmillements, crampes, varices ... nombreux sont les désagréments associés, à des degrés plus ou moins importants.

Parmi les personnes concernées par un mauvais retour veineux, 3 millions souffrent de maladie veineuse chronique (MVC), une pathologie sévère qui concerne les hommes comme les femmes. La MVC peut survenir dans les suites d'une thrombose veineuse aiguë ou phlébite (formation d'un caillot de sang dans les membres inférieurs), ou bien spontanément, sans cause déterminée.

Elle occasionne des douleurs et de la gêne fonctionnelle : la mobilité des patients est touchée, ce qui retentit très négativement sur leur qualité de vie.

La peau peut également être lésée et, si elles ne sont pas prises en charge, ces lésions peuvent aboutir à des ulcères cutanés. 600 000 personnes, en France, sont porteuses d'ulcères.

Cette maladie est d'autant plus gênante que peu de ressources thérapeutiques - médicamenteuses ou chirurgicales - existent, en dehors du port régulier de moyens de contention élastique.



LE PROTOCOLE DE L'ÉTUDE

425 patients atteints de formes sévères d'insuffisance veineuse chronique ont été enrôlés.

Ils ont été séparés en deux groupes :

- **Le groupe « cure »** a bénéficié de soins thermaux pendant dix huit jours consécutifs
- **Le groupe « témoin »** a bénéficié des soins courants délivrés en médecine générale.

L'évaluation a été effectuée en aveugle : le médecin évaluateur ignorait si le patient avait ou non effectué une cure, afin d'être totalement impartial.

LES GRANDS RÉSULTATS

L'étude a montré que la cure thermale améliorait de manière significative la qualité de vie et les symptômes douloureux.

Les bénéfices du traitement thermal se font sentir jusqu'à un an après administration des soins.

• AVANCEMENT DE LA RECHERCHE



LES SOINS PROPOSÉS AUX PERSONNES SOUFFRANT D'INSUFFISANCE VEINEUSE

Treize stations thermales françaises prennent en charge les patients atteints de troubles veineux.

Les soins prodigués pour des affections phlébologiques ont tous pour point commun l'utilisation d'eau « fraîche » : l'eau utilisée est à 34° ou 35°.

- **Le bain en baignoire profonde** est au centre du protocole : la pression de l'eau sur l'organisme oblige le sang à reprendre un parcours normal.

- **L'aérobain** associe l'action de bulles d'air à celle de l'eau : les bulles exercent un massage qui agit sur la fibre musculaire et renforcent les parois de la veine en douceur.

- **Le massage sous affusion**, ainsi que les différents jets et douches, viennent en complément faciliter le drainage et tonifier les tissus.

Les curistes ne présentant pas de lésion cutanée effectuent des passages **en couloir de marche** : cette activité d'une vingtaine de minutes est très bénéfique pour le retour veineux. Le curiste est actif et tonifie ainsi l'intégralité de son organisme en musclant ses mollets, qui sont au cœur du retour veineux. De la même manière, la gymnastique en piscine permet une rééducation douce et adaptée aux possibilités de chacun.

Les curistes souffrant d'ulcères se voient prescrire à la place des applications de compresse d'eau thermale : elles ont pour but d'apaiser, décaper et reposer les membres inférieurs, tout en ayant une action anti-inflammatoire grâce aux propriétés uniques de l'eau thermale.

LE COÛT FINANCIER DE LA MALADIE VEINEUSE :



Un véritable enjeu de santé publique

- deux milliards d'euros par an (environ 700€ par patient)
- de nombreuses hospitalisations (1 800 000 journées par an) qui coûtent 800 Millions d'euros
- et jusqu'à 10 000€ par an et par patient pour les personnes porteuses d'ulcère

LE COMPLÉMENT INDISPENSABLE : L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

Finalement, les soins sont associés à des ateliers permettant au curiste souffrant d'insuffisance veineuse chronique de ménager son capital santé. Cette éducation sanitaire fait pleinement partie du protocole thérapeutique et permet la prévention de la dégradation du système veineux, par la promotion d'une activité physique adaptée, de conseils d'hygiène de vie et d'un mode d'emploi de la contention, permettant de reproduire chez soi les gestes des professionnels. Ce volet pédagogique a prouvé qu'au terme de leur séjour, les curistes avaient une meilleure compréhension de la maladie veineuse, et respectaient mieux les traitements qui leurs étaient prescrits.

PHLÉBOLOGIE ET THERMALISME

Les maladies de l'appareil circulatoire représentent environ 5% des cures prescrites.

Outre la MVC, les curistes se rendent en station pour permettre la diminution de lymphoedèmes, traiter des troubles cutanés liés à une mauvaise circulation (tel que l'eczéma variqueux), permettre la cicatrisation d'ulcères ou le traitement de troubles hémorroïdaires.



POUR EN SAVOIR PLUS

Pour en savoir plus sur Thermes et veines :
découvrez l'entretien vidéo du Pr Carpentier, investigateur principal de l'étude.
www.dailymotion.com/video/xlyryed_les-etudes-de-l-afreth-therm-veines



LA PAROLE EST À VOUS !

MARIE, 60 ANS

« Avec l'apparition des varices, il m'était difficile de me déplacer. Grâce à la cure, mes jambes sont moins lourdes, ça change vraiment le quotidien. »

JEAN, 67 ANS

« J'ai longtemps travaillé dans la restauration et je peux vous dire que mon corps est bien usé. Le traitement reçu en cure thermale a en partie soulagé mes douleurs de jambes et diminué leur gonflement, pour moi ça a été une renaissance. »

● ON EN PARLE

LA CURE À DOUBLE ORIENTATION

Si la plupart des curistes se rendent en station pour traiter une pathologie, de nombreuses stations proposent des cures conventionnées à double orientation, permettant de traiter deux affections de manière simultanée.

LA DOUBLE ORIENTATION : POUR QUOI FAIRE ?

La cure, c'est une parenthèse de 18 jours de soins consécutifs, et c'est un moment avant tout dédié à la santé et au bien-être. Certains curistes en profitent pour reprendre une activité physique, pour suivre des ateliers ou encore pour apprendre à mieux se nourrir avec les conseils de diététiciens.

D'autres choisissent de profiter de cette rupture dans leur quotidien pour traiter plusieurs affections en parallèle.

Le nombre de séances de soins augmentant, le rythme de la cure sera de fait plus intense. Cet aspect n'est pas anodin puisque certains curistes ressentent une fatigue extrême en suivant le protocole de soins normalement prévu pour une seule pathologie. Si c'est votre première cure, commencez par traiter une pathologie et voyez l'année suivante si vous vous sentez prêt pour une activité plus soutenue.

EST-CE QUE C'EST POUR MOI ?

Les combinaisons possibles pour une cure à double orientation sont nombreuses.

Il existe douze grandes familles d'indications thérapeutiques pouvant être prises en charge par les stations : la rhumatologie, les voies respiratoires, les maladies cardio-artérielles, la phlébologie, la neurologie, les affections psychosomatiques, les affections urinaires, la gynécologie, les affections digestives et les maladies métaboliques, les troubles du développement chez l'enfant, la dermatologie ou encore les affections de la muqueuse bucco-linguale.

Vous pouvez donc être concerné par une cure à double orientation dans de nombreux cas.

On peut citer par exemple un enfant souffrant d'eczéma et d'allergies respiratoires : l'orientation principale sera déterminée par la pathologie qui le gêne le plus au quotidien.

Un autre exemple très répandu est celui des cures en rhumatologie et maladies métaboliques : de nombreuses personnes souffrant de surpoids ou d'obésité viennent suivre une cure pour perdre du poids mais se font également soigner pour des rhumatismes. L'arthrose du genou (gonarthrose) est en effet d'autant plus sévère et douloureuse en cas de surpoids : les articulations souffrant évidemment de la surcharge pondérale et se dégradant plus rapidement.

EN PRATIQUE :

Prescrire une cure en double orientation est très simple pour votre médecin !

Il lui suffit de renseigner la partie dédiée sur le formulaire Cerfa n°1139*01, qui prévoit ce cas de figure.

Ensuite, il ne vous reste plus qu'à trouver une station qui prend en charge les deux orientations demandées.

Une fois sur place, vous suivrez l'intégralité des séances de soins prévues pour votre indication principale, auxquels s'ajouteront la moitié des soins prévus pour l'orientation secondaire.

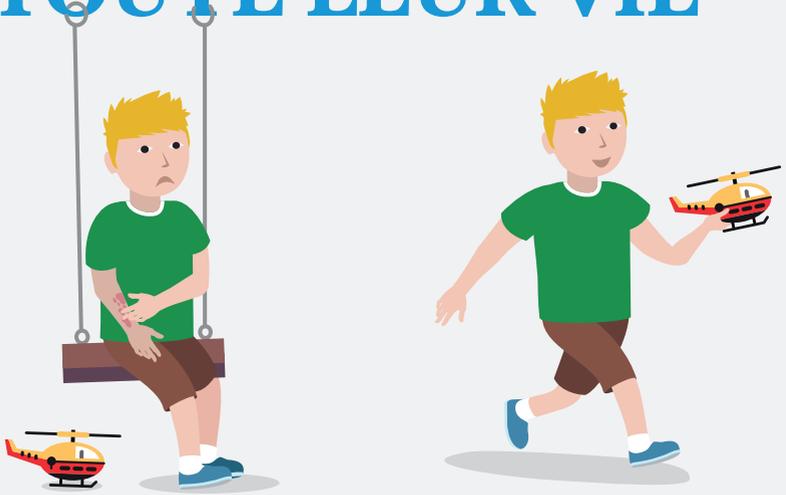
Le tarif sera alors celui de l'orientation principale + la moitié du tarif de l'orientation secondaire.

Il est à noter qu'un curiste qui souhaiterait effectuer dans la même année deux cures (chacune d'elle traitant une pathologie en particulier) se verra systématiquement refuser la seconde cure s'il existe une station thermale qui propose le traitement simultané de ces deux pathologies en double orientation.

Retrouvez la liste des stations thermales ainsi que les différentes pathologies qui y sont traitées sur www.medicinethermale.fr (picto France avec des points ? comme carte de France des stations ?)



LEUR BIEN-ÊTRE D'AUJOURD'HUI LES ACCOMPAGNERA TOUTE LEUR VIE



La médecine thermique, efficace pour longtemps et dès le plus jeune âge, prend en charge la santé de votre enfant, naturellement. En l'aidant à apprivoiser sa maladie, en lui apprenant l'autonomie et l'importance du respect du traitement prescrit, en lui permettant de partager des moments conviviaux avec des enfants souffrant des mêmes maux que lui, la médecine thermique donne à votre enfant tous les atouts pour se lancer dans la vie avec un bon capital santé.

N'hésitez pas à en parler avec son pédiatre ou votre médecin traitant.

• LE CNETH RÉPOND À VOS QUESTIONS

ANNA

« J'ai du mal à choisir une destination : comment être sûr que les soins sont tous de même qualité d'une station à l'autre ? »

Sachez que les stations thermales françaises proposant des cures conventionnées (et donc en partie remboursées par la Sécurité sociale) offrent toutes les garanties de soins de qualité et partagent une même exigence à l'égard de leurs curistes. Le personnel, la qualité de l'eau, la durée des soins ... tout est fait pour que les bénéfices retirés de la cure soient les mêmes pour tous les patients. Les protocoles sont médicaux, et sont donc soumis à un cahier des charges bien plus contraignant que celui imposé aux établissements dédiés au bien-être. Pour chaque groupe de pathologies, il existe une grille normalisée des soins susceptibles d'être délivrés au curiste. La gamme des soins effectivement administrés par un établissement constitue son traitement type. Dans les faits, les traitements types sont assez similaires d'un établissement thermal à l'autre, à quelques variantes près. Le choix de la station doit donc avant tout être guidé par la pathologie qui est à l'origine de la prescription de la cure. La location géographique peut également jouer un rôle, si le climat entre en ligne de compte dans votre maladie (rhumatologie, voies respiratoires).

Parlez de ce choix avec votre médecin qui pourra vous conseiller au moment de la prescription.

ADRIEN

« Quelle est la meilleure saison pour effectuer une cure thermique ? »

Il faut avant tout vérifier les dates d'ouverture de la station dans laquelle vous souhaitez effectuer votre cure : les dates des saisons varient d'un établissement à l'autre. Une fois ce critère vérifié, voyez quelles sont vos possibilités (en fonction de vos congés par exemple). Si vous êtes disponible, essayez d'éviter les périodes d'affluence : votre séjour sera plus calme et les hébergements plus disponibles et moins chers.

Pour savoir quelles sont les périodes d'affluence, contactez directement la station qui vous renseignera.



SOPHIE

« Mon médecin m'a conseillé la cure pour ma fille asthmatique de 6 ans. Mais je ne peux pas l'accompagner pendant 3 semaines à cause de mon travail. Comment faire ? »

Certains parents parviennent à organiser une prise en charge alternée : par exemple, la mère se libère une semaine pour accompagner l'enfant, le père prend ensuite le relais. Les grands parents peuvent également jouer le rôle d'accompagnateur, et effectuer ou non une cure en parallèle. Si aucune de ces solutions n'est envisageable, il existe des maisons d'enfants spécialisées. Des moniteurs diplômés encadrent les enfants et s'assurent de l'observance du traitement thermal. Dans les maisons ouvertes à l'année, les enfants peuvent être scolarisés sur place. Ces centres d'accueil, reconnus par le Ministère de la Santé, peuvent accueillir les enfants de 3 à 17 ans. **Pour plus d'informations, contactez l'office du tourisme de la station thermique envisagée.**

REJOIGNEZ-NOUS

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

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

Avec
cette médecine
je me **sens mieux**,
et ça dure.



Nous sommes 15 millions de personnes en France à être atteints d'une maladie chronique.
La cure est efficace pour diminuer durablement les douleurs et consommer moins de médicaments.

www.medecinethermale.fr



www.facebook.com/medecinethermale