

Sébastien Plante

physiothérapeute et ostéopathe

Pourquoi la douleur chronique et la maladie sont-elles si difficile à comprendre et à traiter?

Le phénomène de la douleur chronique représente un défi de taille pour les professionnels de la santé puisque des millions de gens en souffrent quotidiennement sans trouver de solutions à leur problème. Cela représente un fléau important puisque le nombre incommensurable de consultations répétitives pour le même problème qui persiste surcharge considérablement notre système de santé. De plus, les coûts associés pour investiguer chaque patient par différents examens médicaux sont exubérants. Comment se fait-il qu'avec toutes les connaissances que possède notre société moderne et avec tout l'outillage médical dont dispose les chercheurs pour effectuer leurs recherches, nous continuons d'accumuler des échecs thérapeutiques à chaque jour. Malgré toutes les merveilles qu'a fait la médecine nord-américaine et tout le mérite qui lui revient, il faut tout de même se pencher sur certaines lacunes si nous voulons continuer de faire évoluer notre compréhension de la douleur et permettre ainsi à des milliers de gens de retrouver une qualité de vie optimale.

Nous vivons aujourd'hui dans une ère de mensonges. Les enjeux économiques et politiques sont devenus beaucoup plus importants que la préoccupation réelle du malade. Il s'écrit aujourd'hui à peu près n'importe quoi dans les magazines, les revues et les journaux. Chacun soumet ses propres croyances avec une multitude d'opinions qui divergent sur le même sujet. Face à la complexité du corps humain et à sa constante évolution, il faut d'abord et avant tout avoir l'humilité d'admettre qu'il y a très peu d'éléments de certitude mais plutôt plusieurs arguments de probabilité qui nous amènent à diagnostiquer un problème. Il y a eu des modes de thérapie dans le passé et il y a des nouvelles tendances. Certaines théories et hypothèses que l'on croit vraies dans le moment ne le seront peut-être pas dans 50 ans. Chaque discipline et chaque école de pensée proposent donc un modèle de fonctionnement du corps humain qui diffère d'une formation à l'autre avec par contre, des grandes lignes de pensée qui s'entrecroisent. Les approches pour ensuite évaluer et traiter le corps humain sont très diversifiées, certaines écoles s'appuyant sur des faits scientifiques et d'autres sur des propos aléatoires plus difficilement mesurables. Chaque professionnel de la santé vous informe par la suite de son opinion selon la formation qu'il a reçue, selon ses croyances et son expérience clinique. Donc pour le même problème, si vous consultez cinq professionnels différents, vous risquez d'obtenir cinq diagnostics différents. Cela peut être très frustrant pour un patient qui ne s'en remet qu'à l'avis médical puisque cela soulève un problème majeur: qui croire ? C'est pour cette raison qu'il ne faut jamais considérer un diagnostic médical comme un diagnostic final mais plutôt comme un point de

départ dans la recherche de solutions. Le patient a donc un rôle actif à jouer dans sa guérison.

La médecine traditionnelle aurait tout intérêt à travailler conjointement avec les médecines parallèles ou alternatives comme cela se fait dans certains pays d'Indonésie ou orientaux. La médecine traditionnelle Nord-Américaine n'adhère seulement qu'au fait scientifique mesurable mais même la vie humaine sur terre ne peut pas encore être expliquée de façon scientifique et absolue. Donc, l'être humain est composé d'une matière apparemment vraie, mais qui peut facilement être faussée lors de test puisqu'elle est en interaction constante avec six sphères: émotionnelle, nutritionnelle, génétique, physique, environnementale et spirituelle. L'ensemble de ces six sphères doit toujours être considéré lorsqu'on aborde un individu souffrant de douleur chronique, à défaut de quoi, les risques d'échecs sont plus propices si nous n'intervenons pas dans la sphère prédominante qui a basculé chez le patient en question.

Ces six sphères sont en interrelation constante et ont une influence les unes envers les autres. Premièrement, on retrouve la sphère émotionnelle où siègent tout le stress et les réactions émotionnelles face à diverses situations passées, présentes et à venir. Cette sphère est la plus importante mais malheureusement, la plus négligée due à la mauvaise compréhension de son fonctionnement. Des recherches plus approfondies s'avèrent nécessaires pour améliorer la compréhension de la répercussion incontestable des émotions sur le corps physique et la genèse de différents malaises. Lisez le livre « La Vérité en face » pour vous aider à percevoir différemment la maladie et ouvrir vos horizons afin de mieux solutionner vos conflits. Ensuite, on retrouve la sphère circulatoire ou nutritionnelle. L'alimentation est ce qui nourrit les cellules et les débarrasse de leurs déchets afin de permettre un bon fonctionnement cellulaire qui est à la base du bon fonctionnement de l'être humain. Troisièmement, la sphère physique et posturale regroupe deux systèmes: le système neuro-musculo-squelettique (incluant les différents organes de perception) qui permet la locomotion, la motricité, l'équilibre et la coordination; de même que le système neuro-végétatif, totalement inconscient et involontaire, qui ne fonctionne que par voie réflexe et qui contrôle tout le système vasculaire, l'absorption et l'assimilation des aliments ainsi que le métabolisme cellulaire. La maîtrise de techniques manuelles de la part du professionnel pour traiter le crâne, le thorax et le bassin est essentielle pour permettre au patient souffrant de douleur chronique de retrouver une qualité de vie optimale. Quatrièmement, il y a la sphère environnementale avec l'impact considérable du climat, de la qualité de l'air et de la luminosité sur le corps physique. Cinquièmement, il existe la sphère spirituelle qui explique qu'il y a une force beaucoup plus grande que nous qui nous unie et qui nous permet de passer à travers les épreuves difficiles de la vie. Finalement, il y a la sphère la sphère génétique.

Lorsqu'un patient consulte pour un mal de dos, l'erreur commune est de ne considérer que le dos. Il ne faut jamais perdre de vue que c'est d'abord et avant

tout un patient qui vient consulter, avec ses craintes, ses peurs, ses croyances, ses valeurs, ses antécédents et son mal de dos. Négliger de considérer la globalité de cet individu en ne s'attardant qu'à son dos est une erreur capitale. Certains organismes payeurs d'indemnisation au travail refusent même que le professionnel de la santé se préoccupe ou évalue une autre région du corps que la région où sont les douleurs de consultation. Ceci démontre à quel point notre société comprend très mal le contexte global de la douleur et ne s'aide malheureusement pas, car en bout de ligne, ce sont ces mêmes patients qui trainent dans le système de santé avec des douleurs qui ne se résorbent jamais.

Comme la médecine traditionnelle se concentre et agit principalement sur la sphère génétique et physique, elle passera tous les examens approfondis pour trouver une structure mécanique en cause pouvant expliquer les symptômes du patient. Cela est tout à fait justifié et souvent nécessaire mais lorsque la cause n'est pas physique ou génétique, les résultats escomptés ne sont souvent pas satisfaisants. C'est à ce moment qu'il est de son devoir de travailler conjointement avec les médecines alternatives qui s'attardent sur les autres sphères afin de bénéficier des forces de chaque profession et donner toutes les chances au patient de guérir. C'est d'ailleurs la première réaction intuitive de plusieurs patients lorsqu'ils sont confrontés à un échec thérapeutique. Ils consultent en naturopathie, en psychothérapie, en ostéopathie, en biologie totale ... pour retrouver l'équilibre entre l'interaction de ces six sphères.

Le nombre d'échecs thérapeutiques en médecine traditionnelle explique en partie la ruée massive des gens vers les médecines parallèles. Ces patients qui cherchent désespérément une solution devraient pouvoir bénéficier de l'appui de leur médecin dans cette démarche difficile ou lieu du jugement négatif à leur égard parce qu'ils ont recours à des professions non reconnues par un Ordre professionnel. Rappelez-vous toujours qu'il **n'y a pas de médecine meilleure que d'autres. Il n'y a que la médecine dont le patient a besoin selon ses croyances et le moment où il est rendu dans sa vie.** Et pour ce faire, chaque professionnel se doit de collaborer avec ses confrères en mettant de côté tout jugement négatif basé sur des croyances différentes et une façon différente d'aborder un problème parfois complexe. Chaque profession, qu'elle soit reconnue par un Ordre professionnel ou non, possède des forces et des faiblesses. Si nous cessions de nous critiquer mutuellement et travaillions ensemble pour faire fructifier toutes ces forces, les patients et le système de santé se porteraient nettement mieux. Après tout, les professionnels de la santé recherchent tous le même but, soit celui d'aider le patient à améliorer sa qualité de vie.

Mais cette philosophie est loin d'être mise en application. Au lieu d'encourager cette complémentarité, plusieurs professions dénigrent les lacunes des autres professions dans le simple but de valoriser leur profession et acquérir plus de pouvoir économique et politique. Déterminer avec exactitude la cause d'un problème de douleur chronique ou d'une maladie est très difficile, voire

impossible. Par conséquent, déterminer quelle profession a été plus efficace qu'une autre pour la résolution du problème du patient ne devrait même pas être une préoccupation. L'important est simplement que le patient se porte mieux dû à la complémentarité des soins qu'il a reçus. Malheureusement, il existe plusieurs guerres internes entre certaines professions car chacune a des droits acquis et ne veut pas qu'une autre profession puisse pratiquer ce qui lui est réservé. Les patients souffrant de douleur ne sont même pas conscients de ces litiges mais en écopent indirectement.

Le problème est que, face à la complexité du corps humain, chaque professionnel fait face un jour ou l'autre à des échecs thérapeutiques avec les techniques qu'il utilise. Par passion et dévouement pour leur travail, certains professionnels de la santé décident alors de se spécialiser dans d'autres sphères que la sienne dans laquelle ils ont gradué afin d'aider davantage leur patient. Ce faisant, il développe une expertise complémentaire avec des outils différents et les résultats thérapeutiques deviennent souvent encore plus convaincants. Par contre, il devient difficile de se conformer aux exigences de l'Ordre car certaines techniques complémentaires, pourtant extrêmement efficaces, ne sont pas permises légalement dans le cadre de cette profession spécifique. Elles sont permises légalement, mais avec un autre Ordre professionnel qui détient les droits exclusifs pour ces techniques particulières. Donc, le professionnel, conscient des bienfaits qu'il peut apporter au patient doit se restreindre à sa pratique permise. Ce faisant, il ne peut donc pas appliquer toutes ses connaissances en pleine liberté à défaut de quoi, l'Ordre professionnel auquel il adhère, le radiera. Par exemple, vous ne pouvez pas appliquer des manipulations vertébrales, faire des techniques crâniennes, faire de la psychothérapie et conseiller le patient sur son alimentation dans la même visite car si cela venait qu'à se savoir, vous seriez retirés de l'Ordre professionnel. Pourtant, la combinaison de tous ces traitements est une recette gagnante. Et si un membre se fait radier de l'Ordre, la première pensée des gens sera de dire que c'est parce que ce professionnel était fautif. Les apparences peuvent parfois être trompeuses! Pourtant, les professionnels qui ont un niveau de connaissance supérieur sur chacune de ces sphères sont souvent les professionnels les plus compétents et les plus en demande parce que leurs résultats thérapeutiques dépassent largement ceux des autres. Mais, plusieurs professionnels de la santé se contentent de faire leur petite routine quotidienne sans se préoccuper des autres sphères pour ne pas s'attirer d'ennui. Voyez-vous comment cette attitude malsaine peut nuire au développement de plusieurs professionnels et par le fait même, limiter les résultats au patient. Mais est-ce vraiment la faute des professionnels ? La réponse est NON. Les Ordres respectifs obligent leurs membres à respecter les actes réservés à leur profession selon leur code de déontologie à défaut de quoi, ils seront radiés. De plus, un Ordre professionnel ne voudra jamais collaborer avec une profession qui n'est pas reconnue par un Ordre professionnel. Donc, voilà une autre cause qui explique que la complémentarité des soins demeurera longtemps difficilement applicable.

Pourquoi ces Ordres professionnels agissent-ils ainsi ? Le rôle d'un Ordre professionnel est d'abord et avant tout la protection du public, la défense de ses membres et de ses droits acquis. Donc, comme nous vivons dans un système de santé qui met de l'avant qu'un jour, les chercheurs trouveront un remède miracle qui guérit tous les maux, les gens deviennent dépendants face au système médical et ne se responsabilisent pas. Les gens participent régulièrement à des collectes d'argent dans différentes fondations dans l'espoir qu'un jour, la médecine trouve un remède miracle. Ce faisant, lorsque les résultats thérapeutiques ne sont pas satisfaisants, il devient très facile d'accuser la médecine ou le professionnel de la santé de la détérioration de sa condition. Cela évite de prendre le blâme et de nous responsabiliser. Mais n'oublions pas que nous sommes tous responsables de ce qui nous arrive, que nous en ayons conscience ou non. Mais comme notre société moderne tourne le dos à ces explications, les poursuites judiciaires sont monnaies courantes. Les plaintes contre les différents professionnels de la santé se comptent par milliers. Pour défendre ses membres, l'Ordre professionnel a évidemment besoin de moyens financiers importants et pour prévenir de telles dépenses, elle se doit de limiter la pratique de ses membres à ce qui est scientifiquement mesurable puisque c'est sur ces faits vérifiables que ce basera la justice. C'est donc une roue qui tourne et nous sommes tous, par notre comportement, responsable de l'état dans lequel se trouve notre système de santé.

Si la médecine informerait chaque patient, que parallèlement à la prise de médicaments, celui-ci se doit de corriger son alimentation et de solutionner ces conflits psychologiques, nous nous porterions beaucoup mieux. De plus, si chaque individu cessait de mettre le blâme sur l'autre de la condition dans laquelle il se trouve, les professionnels de la santé pourraient pratiquer leur travail avec beaucoup plus d'amour. Tout cela permettrait une meilleure collaboration et une ouverture d'esprit beaucoup plus grande pour comprendre le phénomène de la douleur. Si nous traiterions les autres comme un prolongement de nous-mêmes, il n'y aurait pas autant de propos disgracieux envers la médecine traditionnelle et alternative.

Comme nous sommes encore loin du jour où viendra une saine collaboration entre les différentes médecines pour ne former qu'une seule médecine visant qu'un seul but, soit celui de donner le maximum de chance au patient de guérir, il est de votre devoir d'approfondir vos connaissances sur ces différentes sphères, l'objectif à terme étant de devenir votre propre thérapeute et de guérir complètement de vos souffrances. Le patient a donc un rôle actif à jouer dans sa guérison et il est de son devoir de s'assurer qu'il y ait un équilibre parfait dans chacune de ces six sphères. Si vous réalisez le parcours du combattant comme plusieurs l'ont fait avant vous, vous y parviendrez. Le site internet www.sebastienplante.com renferme tous les outils nécessaires à l'accomplissement d'une telle aventure. Bonne santé.

Sébastien Plante

Physiothérapeute, ostéopathe, auteur