



## Réflexions sur une expérience en naturopathie

Esan Odell Simon MD MBA

J'ai obtenu un diplôme de premier cycle en biologie de la Harvard University à Cambridge, au Massachusetts, j'ai fait mes études de médecine à l'Emory University à Atlanta, en Géorgie, et j'ai complété ma troisième année de résidence en médecine familiale à la Clinique Mayo à Scottsdale, en Arizona. Ma formation et mes expériences en médecine ont donc été en fonction d'une approche conventionnelle occidentale. Étant donné le nombre grandissant de patients que je rencontre qui ont recours à la médecine alternative, et mon manque de connaissances et de compréhension de ces approches, j'ai décidé de suivre un stage d'un mois au Southwest College of Naturopathic Medicine à Phoenix, en Arizona. Cette expérience m'a donné la possibilité d'aborder un certain nombre de thérapies parallèles comme l'hydrothérapie, l'acupuncture, la médecine chinoise traditionnelle, l'homéopathie, la médecine de l'esprit et du corps, la naturopathie environnementale, la psychiatrie, et ainsi de suite.


En se fondant sur la conviction que le corps humain a la capacité innée de se guérir lui-même, les naturopathes suivent un programme d'études de deuxième cycle d'une durée de 4 ans, qui insiste sur les façons dont l'alimentation, l'activité physique et les interventions reliées aux modes de vie sains, en combinaison avec des thérapies naturelles, peuvent restaurer et optimiser la santé. Certains des principaux principes de la naturopathie préconisent de permettre à la nature de guérir, d'identifier et de traiter la cause de la maladie, de ne pas faire de mal au corps, d'éduquer les patients, de traiter la personne dans son ensemble et de prévenir la maladie<sup>1</sup>.

Même s'il y a des différences dans les philosophies et les mesures thérapeutiques entre la médecine conventionnelle et la naturopathie, il existe aussi des ressemblances. D'un point de vue conventionnel, certaines approches en naturopathie sont souvent - et à juste titre - considérées avec scepticisme; néanmoins, j'ai été étonné de voir les améliorations cliniques chez les patients que j'ai traités durant mon mois de stage. Qu'il s'agisse de douleurs chroniques dues à une fibromyalgie guérie selon une approche naturopathique (p. ex. fluconazole chaque jour pour l'éradication d'une prolifération de candidose, suppléments nutritifs par intraveineuse et 5-hydroxytryptophane) ou d'une amélioration clinique spectaculaire du stress et de la douleur à la suite d'un traitement d'acupuncture, je suis revenu en comprenant mieux comment certaines de ces approches sont bénéfiques aux patients.

De plus en plus de patients recherchent à la fois des approches conventionnelles et parallèles pour leurs soins et, que nous acceptions ou non ces méthodes en tant que médecins conventionnels, nous serions sans doute capables de donner de meilleurs soins à la population

que nous desservons si nous apprenions au moins certains des rudiments de ces traitements alternatifs. Pour ce faire, cependant, il faut comprendre qu'il y a toutes sortes de formation, en naturopathie et en thérapeutique. Par exemple, en comparaison d'un cursus de 4 ans en établissement d'enseignement, qui comporte des cours en sciences fondamentales et des stages cliniques avant d'être admissible aux examens pour l'obtention d'un permis d'exercice en médecine naturopathique, la formation de nombreux naturopathes se fait en ligne ou par correspondance, par l'intermédiaire d'organisations qui ne sont pas reconnues ou agréées par le Council on Naturopathic Medical Education<sup>2</sup>. À l'heure actuelle, seulement 15 États, 5 provinces canadiennes, le district de Columbia, et les territoires américains de Puerto Rico et des îles Vierges ont des lois qui réglementent la naturopathie<sup>3</sup>; les autres États et provinces peuvent permettre la pratique de la naturopathie par des personnes qui n'ont reçu qu'une formation en ligne.

Cette expérience m'a mieux fait comprendre comment la médecine complémentaire et alternative peut être intégrée à la pratique conventionnelle, quand c'est cliniquement approprié. Même si je n'adopte pas les principes et les pratiques observés durant ce stage, quand je reconnais un problème qui pourrait bénéficier de certaines de ces thérapies alternatives, je questionne les patients à propos de leur intérêt pour ces approches et je fais une demande de consultation auprès de spécialistes de la médecine parallèle, le cas échéant. Un homme de 52 ans s'est présenté à ma clinique avec des antécédents de douleurs considérables, de faiblesse, de picotements et d'engourdissement au bras gauche, chez qui les narcotiques et le méthylprednisolone reçus à l'urgence n'avaient pas fait effet. Soupçonnant une radiculopathie cervicale compressive, j'ai prescrit une étude d'imagerie cervicale par résonance magnétique, mais les résultats n'étaient pas concluants. Le suivi a permis de constater que les symptômes du patient étaient dus à une douleur myofasciale régionale avec douleur intense déclenchée au milieu de l'omoplate gauche. Après seulement 1 séance d'acupuncture, le patient a vu une excellente amélioration de ses symptômes.

Les patients vont continuer à rechercher des approches thérapeutiques alternatives dans leurs soins et, comme l'illustre ce cas, une connaissance de base des options disponibles nous munit bien pour orienter adéquatement les patients vers des options de traitement sécuritaires et efficaces qui concordent avec leurs besoins. 

Dr Simon est directeur du Samuel J. Call Health Center à Cape May, au New Jersey.

### Intérêts concurrents

Aucun déclaré

### Références

Voir les références à la page 962.

This article is also in English on page 962.