

Thérapies Complémentaires



Considérations à Envisager Avant D'entreprendre
une Thérapie Complémentaire

La thérapie complémentaire, parfois appelée médecine douce ou médecine parallèle, s'entend d'un large éventail de méthodes et approches de guérison naturelle et spirituelle qui diffèrent de la médecine occidentale traditionnelle (ou médecine pharmacologique). Dans de nombreuses cultures différentes, on fait appel à un grand nombre de ces méthodes de guérison depuis des siècles.

Depuis le début de l'épidémie du sida, les personnes aux prises avec le VIH ont recours à une grande variété de thérapies complémentaires pour différents motifs, notamment pour promouvoir un bon état général de santé, pour soulager certains symptômes et comme cure de certains maux. Parmi ces thérapies, mentionnons la médecine chinoise traditionnelle, l'acupuncture, l'ayurvédisme, l'aromathérapie, l'homéopathie, le massage, la méditation, la naturopathie, le reiki, la réflexologie, le yoga et bien d'autres encore.

Comment la « médecine occidentale » diffère-t-elle de la « thérapie complémentaire »?

- La médecine occidentale tend à se concentrer sur les facteurs externes qui sont responsables des symptômes de la maladie, tandis que la thérapie complémentaire est axée sur l'équilibre des énergies internes de l'organisme.



Canadian AIDS Treatment
Information Exchange
Réseau canadien
d'info-traitements sida

www.catie.ca



www.apaa.ca

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un professionnel ou une professionnelle de santé qualifié(e) qui a une expérience des maladies liées au VIH et des traitements en question.

Considérations à Envisager Avant D'entreprendre une Thérapie Complémentaire

- La médecine occidentale se concentre sur le traitement des maladies, tandis que la thérapie complémentaire cherche à rétablir l'équilibre dans le bien-être physique, mental, social et spirituel de l'individu.
- Dans le contexte de la médecine occidentale, les médicaments et les autres formes de traitement sont l'objet d'essais cliniques avant que leur utilisation ne puisse être approuvée. Un grand nombre des pratiques en thérapie complémentaire ne sont pas évaluées en clinique mais ont été apprises de l'expérience pratique au fil des siècles.

Que devrais-je envisager avant de recourir à des thérapies complémentaires?

- **Sachez-en plus sur la thérapie envisagée avant de commencer:**

Renseignez-vous sur la forme de thérapie complémentaire qui vous intéresse avant d'y avoir recours. Vous pouvez obtenir de l'information auprès de l'Association des thérapeutes professionnels de la thérapie envisagée, auprès d'organismes sida ou des médias. Plus important encore, parlez à d'autres personnes vivant avec le VIH/sida qui ont eu recours à la thérapie que vous envisagez, renseignez-vous sur les avantages et les inconvénients, sur les risques et les bienfaits, ainsi que sur les coûts et les résultats.

- **Recherchez un thérapeute en thérapie complémentaire qui soit bien informé et sensible à votre situation:**

Déterminez si le type de thérapie qui vous intéresse est réglementé par un organisme professionnel ou gouvernemental. Vérifiez si le thérapeute envisagé a la formation requise et les qualifications nécessaires pour exercer son art.

Si la thérapie envisagée ne fait l'objet d'aucune réglementation, il est d'autant plus important de vous renseigner auprès d'autres personnes quant à leur expérience avec cette thérapie et quant aux résultats procurés. Dressez une liste des questions que vous avez au sujet de la thérapie envisagée, des risques qu'elle comporte et



Considérations à Envisager Avant D'entreprendre une Thérapie Complémentaire

des bienfaits obtenus, de la durée du traitement, de ses coûts et des résultats escomptés, et demandez au thérapeute de vous donner ces explications dès la première séance de thérapie.

Tout comme en médecine occidentale où l'on retrouve de nombreux médecins qui n'ont aucune expérience du traitement des maladies liées au VIH, un grand nombre de thérapeutes des thérapies complémentaires manque d'expertise dans le traitement des états et des effets secondaires reliés au VIH. Recherchez un thérapeute qui a acquis une formation spéciale ou de l'expérience en thérapie auprès de personnes vivant avec le VIH/sida.

🕒 **Assurez-vous de bien en comprendre les coûts et soyez vigilants:**

Puisque bien des formes de thérapies complémentaires ne sont couvertes ni par le régime d'assurance-maladie de votre province ou territoire, ni par les polices d'assureurs privés, il est important que le thérapeute envisagé vous donne un estimé sans équivoque des coûts que comportent les traitements.

Il est possible que votre organisme sida local ait une liste de thérapeutes qui offrent leurs services à tarif réduit ou bénévolement aux personnes vivant avec le VIH/sida. Renseignez-vous auprès de votre organisme sida local pour savoir si de tels services sont offerts.

🕒 **Assurez-vous d'avoir mentionné tous les traitements que vous suivez aux membres de votre équipe soignante:**

Les thérapies complémentaires et les traitements de la médecine occidentale ne se substituent nécessairement les uns par les autres. En fait, ils s'appuient ou ils se complètent les uns et les autres.

Il est important que votre équipe soignante de la médecine occidentale et vos thérapeutes spécialistes en thérapies complémentaires soient informés de tous les



Considérations à Envisager Avant D'entreprendre une Thérapie Complémentaire

types de traitements auxquels vous avez recours, de sorte que ces derniers puissent avoir un tableau complet de votre programme de traitements pour qu'ils puissent optimiser les bienfaits des traitements qu'ils vous procurent et, le cas échéant, veiller à en prévenir les effets secondaires indésirables et les interactions entre les divers traitements.

Déni de responsabilité : Le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE) et Africains en partenariat contre le sida (APAA) fournissent, de bonne foi, des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH/sida qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE et APAA ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne recommandons ni appuyons aucun traitement en particulier et nous encourageons nos clients à consulter autant de ressources que possible. Nous encourageons vivement nos clients à consulter un professionnel ou une professionnelle de santé qualifiée avant de prendre toute décision d'ordre médical ou d'utiliser un traitement, quel qu'il soit.

Nous ne pouvons garantir l'exactitude ou l'intégralité des renseignements publiés ou diffusés par CATIE ou APAA, ni de ceux auxquels CATIE ou APAA permet l'accès. Toute personne mettant en application ces renseignements le fait à ses propres risques. Ni CATIE, ni APAA, ni Santé Canada — ni leurs personnels, directeurs, agents ou bénévoles — n'assume aucune responsabilité des dommages susceptibles de résulter de l'usage de ces renseignements. Les opinions exprimées dans le présent document ou dans tout document publié ou diffusé par CATIE ou APAA, ou auquel CATIE ou APAA permet l'accès, sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue officiels de Santé Canada

Droit d'auteur: Cette information a été rendue possible grâce à une collaboration entre - Africains en partenariat contre le sida (APAA), Asian Community AIDS Services (ACAS) et le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE). Le texte original a été développé par ACAS en 2001. Le texte a été traduit en 2004 par APAA en swahili et haoussa.

Cette information est aussi disponible en chinois, en tagalog et en vietnamien

ACAS
Asian Community AIDS Services
www.acas.org

Financé par le Programme des soins Santé Canada dans le cadre de la Stratégie canadienne sur le VIH/sida



Financé grâce à une subvention éducative sans restrictions de



partenaire
in partnership with

