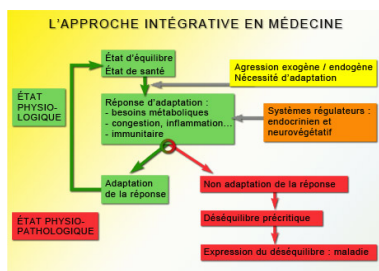


<https://www.ameSSI.org/Qu-est-ce-que-la-Medecine-Integrative>



Qu'est ce que la Médecine Intégrative !

- SANTE-MEDECINES-BIEN-ETRE



Date de mise en ligne : samedi 7 avril 2012

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

Rendue populaire par des médecins comme Andrew Weil, Deepak Chopra, Larry Dossey et Bernie Siegel, la médecine intégrative aspire à coaliser le meilleur des médecines conventionnelle, douce et complémentaire afin de stimuler plus efficacement et soutenir la guérison du corps.

Le terme médecine intégrative est utilisé pour désigner le recours simultané à la médecine conventionnelle et aux médecines alternatives (non conventionnelles) dans le suivi d'un patient.

La médecine intégrative réunit plusieurs approches médicales complémentaires dans une situation clinique donnée. Elle doit combiner diverses pratiques thérapeutiques avec les aspirations du patient, en accord avec l'équipe médicale, et les praticiens paramédicaux.

Sommaire

- [La médecine intégrative, ce qu'il faut comprendre](#)
- [Rendue populaire par des médecins comme Andrew Weil, Deepak Chopra, Larry Dossey et Bernie Siegel, la médecine intégrative aspire à coaliser le meilleur des médecines conventionnelle, douce et complémentaire afin de stimuler plus efficacement et soutenir la guérison du corps.](#)
- [La médecine intégrative nous invite à regarder en dehors du cadre que nous nous imposons et à commencer à comprendre qu'il n'y a pas véritablement de distinction entre conventionnelle et douce, sauf dans notre esprit. Guérir, c'est guérir](#)

La médecine intégrative, ce qu'il faut comprendre

Rendue populaire par des médecins comme Andrew Weil, Deepak Chopra, Larry Dossey et Bernie Siegel, la médecine intégrative aspire à coaliser le meilleur des médecines conventionnelle, douce et complémentaire afin de stimuler plus efficacement et soutenir la guérison du corps.

Le terme [médecine intégrative](http://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9decine_int%C3%A9grative) [http://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9decine_int%C3%A9grative] est utilisé pour désigner le recours simultané à la médecine conventionnelle et aux médecines alternatives (non conventionnelles) dans le suivi d'un patient.

La [médecine intégrative](http://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9decine_int%C3%A9grative) [http://fr.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9decine_int%C3%A9grative] réunit plusieurs approches médicales complémentaires dans une situation clinique donnée. Elle doit combiner diverses pratiques thérapeutiques avec les aspirations du patient, en accord avec l'équipe médicale, et les praticiens paramédicaux.

N'importe quel médecin qui exerce selon le modèle médical actuel doit convenir qu'il présente certains défis et des lacunes. Par exemple, pour être honnêtes entre nous, nous ne favorisons pas toujours la guérison en nous-mêmes, ni en nos patients. Durant la formation médicale, nous sommes conditionnés par inadvertance à prendre de mauvaises habitudes alimentaires, nous nous privons de sommeil, nous tolérons un stress excessif, plutôt que de faire le juste équilibre entre le repos, une alimentation saine et l'activité physique que nous recommandons à nos patients.

Dans la pratique clinique contemporaine, il est difficile de trouver le temps de faire de l'exercice, de réduire le stress, de bien s'alimenter et de se divertir, quand nous sommes aux prises avec les exigences de cliniques débordées, les horaires de garde et les inquiétudes financières. Nous nous débattons pour fournir de bons soins médicaux dans un modèle de soins de santé de plus en plus stressé.

Par contre, à la conférence, de telles pratiques équilibrées étaient préconisées comme le fondement de la guérison pour nous-mêmes et nos patients. J'ai assisté à des séances sur la nutrition, la médecine de l'esprit et du corps, la réforme de la formation médicale et la relation guérisseur-patient. Les conversations portaient sur la guérison, le maintien de la santé pour nous-mêmes et nos patients et les orientations vers lesquelles nous aimerions voir évoluer le système de santé.

-* Le serment d'Hippocrate nous enjoint de respecter le pouvoir de guérison de la nature et, avant tout, de ne pas causer de tort. Pourtant, bon nombre de nos pratiques médicales modernes tentent de contrôler la nature et de la manipuler. Combien de tort causons-nous vraiment parfois dans nos tentatives de guérir ?

On estime que les produits pharmaceutiques causent 10 000 décès chaque année aux États-Unis dans des cas où ils étaient utilisés à bon escient, selon les indications et la posologie. Ce chiffre n'inclut pas les accidents, les surdoses ou les erreurs dans leur administration, ni tient-il compte de la morbidité et de la mortalité de certains médicaments, dont nous sommes témoins dans notre pratique au quotidien, qui ne sont pas représentées dans les études sur la population.

Le facteur qui distingue les pratiques conventionnelles et celles de la médecine douce et complémentaire se situe probablement dans l'efficacité. Il est évident que les ouvrages fondés sur les données scientifiques donnent la prépondérance aux produits pharmaceutiques. Pourtant, environ 60% de l'exercice clinique de première ligne au Canada n'est pas considéré véritablement fondé sur les données scientifiques et quelque 40% de tous les ouvrages médicaux sont si influencés par des intérêts concurrentiels que les résultats sont pratiquement sans intérêt. J'ai personnellement fait des synthèses critiques sur les herbes médicinales, l'acupuncture, l'homéopathie et d'autres pratiques de médecine douce et j'ai trouvé des études bien conçues démontrant des avantages substantiels par rapport à des placebos pour divers problèmes de santé. Pourtant, je n'en ai jamais entendu parler durant ma propre formation médicale, et très peu dans les revues médicales que j'ai lues.

Cette argumentation ne renie nullement la médecine allopathique dans son ensemble, ni le rôle que jouent les produits pharmaceutiques dans notre but commun d'aider nos patients à préserver leur santé. Nous, les médecins, avons certainement vécu de nombreuses expériences où ces médicaments sauvaient des vies et amélioraient l'état de santé. Mais, en évoluant dans ce paradigme de la santé et de la guérison, nous devons toutefois nous demander périodiquement si c'est là le mieux que nous puissions faire.

De nombreuses pratiques en médecine conventionnelle sont sûres et efficaces. Il est permis de croire que bon nombre d'entre elles, même si elles sont efficaces à court terme, peuvent aussi avoir des conséquences indésirables sérieuses.

La médecine intégrative nous invite à regarder en dehors du cadre que nous nous imposons et à commencer à comprendre qu'il n'y a pas véritablement de distinction entre conventionnelle et douce, sauf dans notre esprit. Guérir, c'est guérir

Notre intérêt premier ne devrait-il pas être d'aider nos patients à guérir en toute sécurité et efficacement ? Si là est notre objectif, nous nous rendons rapidement compte que toutes les pratiques de guérison, orthodoxes ou de médecine douce, peuvent être complémentaires, si elles sont utilisées de manière appropriée et judicieuse. C'est là le but de la médecine intégrative. Pour atteindre ce but, il nous faut entamer un dialogue avec d'autres praticiens de la guérison et avec nos patients, le public et les gouvernements. Nous devons nous renseigner sur les autres pratiques, leurs avantages possibles et leurs limitations, avec un esprit ouvert et un sain scepticisme. Nous devons aussi encourager la réalisation de recherches appropriées dans ce domaine pour évaluer scientifiquement leur utilisation éventuelle dans un modèle de soins plus holistique.

Ce mouvement prend de l'ampleur au Canada. L'Association of Complementary and Integrative Physicians of British Columbia et d'autres organisations provinciales semblables, ainsi que la Canadian Complementary Medical Association, offrent un forum fondé sur la formation et l'action à l'intention des docteurs en médecine intéressés à en apprendre davantage sur d'autres modes de guérison, à les pratiquer et à les promouvoir. Le Canadian Interdisciplinary Network for Complementary and Alternative Medicine Research est un réseau interdisciplinaire de recherche en collaboration, créé pour favoriser l'excellence en recherche en médecine douce et complémentaire. Le projet concernant la médecine douce et complémentaire dans le programme de formation médicale prédoctorale travaille avec les 17 facultés de médecine au Canada pour organiser un curriculum approprié en médecine douce et complémentaire.

Source : [Collège des médecins de famille du Canada. - www.cfpc.ca](http://www.cfpc.ca) [http://www.cfpc.ca]