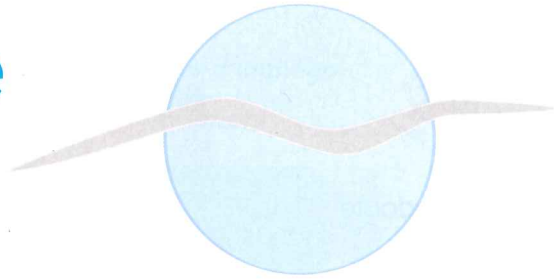


L'auriculothérapie, protocole N.A.D.A

Une méthode inspirée de l'acupuncture



Comment cinq petites aiguilles viennent subtilement chuchoter leur message de soulagement dans le creux de l'oreille des patients de Tamaris.

Au pavillon Tamaris sur le site de l'Hôpital psychiatrique de Cery à Prilly, le service d'alcoologie du CHUV traite la dépendance alcoolique, en accueillant des patients présentant la plupart du temps des troubles psychiatriques associés. Ils sont reçus pour des séjours d'environ trois semaines en étant hospitalisés ou en ambulatoire. Les patients sont souvent adressés par le médecin traitant mais doivent faire la démarche de prise de contact eux-mêmes pour intégrer un projet qui sera défini lors d'un entretien de pré-admission. J. Hurni, infirmière du service, évoque «le processus de la dépendance» comme une démarche pouvant prendre des mois voire des années pour que les patients puissent avancer dans leurs projets respectifs, soit l'abstinence, soit la consommation contrôlée. Chaque patient bénéficie d'une prise en charge par référence, tant infirmière que médicale, permettant ainsi une continuité des soins favorisant l'alliance thérapeutique.

Gagner en autonomie

C'est dans ce contexte que des groupes thérapeutiques sont proposés dans le service, tels que «l'affirmation de soi», «la prévention de la rechute», «la gestion des émotions». Ces groupes visent l'acquisition de compétences et de stratégies spécifiques pour la prévention de la rechute. D'autres approches sont également proposées comme le Tai-chi, la sophrologie, l'art-thérapie ou l'auriculothérapie. Celle-ci est expliquée lors d'une séance d'information,

la participation est ensuite laissée au libre choix du patient.

Une méthode non verbale sans perte de contrôle

La séance d'auriculothérapie a lieu deux fois par semaine, elle dure une heure et le patient peut en bénéficier pendant une année après son hospitalisation dans le service. Le groupe atteint parfois 15 personnes. Chacun est installé confortablement dans un fauteuil, les pieds touchant le sol dans un environnement qui doit rester tranquille. Les aiguilles sont posées et enlevées par les infirmières qui se sont formées à cette pratique (5 dans l'équipe). Un entretien au bout de trois mois permet d'évaluer l'intérêt et l'aide que trouve la personne dans cette approche.

Les cinq aiguilles sont toujours posées sur les mêmes points, selon un protocole précis établi par la méthode ACUDETTOX. Ces points sont en fait des points d'acupuncture situés dans l'oreille externe:

1. le point sympathique qui agit sur le stress et la sphère digestive,
2. le point Shen-Men qui agit sur les émotions et le retour au calme,
3. le rein qui soutient la volonté,
4. le foie qui calme les impulsions et apaise la colère,
5. le poumon qui soulage la tristesse et aide au deuil des substances.

L'intérêt objectivé par les patients et les soignants de cette approche est une diminution des symptômes liés au manque (angoisses, dépression, tensions, envies, dou-

leurs). La possibilité de revenir toute l'année aide à la prévention de la rechute: un alcooltest est proposé avant chaque séance, occasion de valider l'effort fourni d'abstinence ou d'échange si besoin. Elle permet de se retrouver entre patients mais aussi de se recentrer sur soi dans une proposition non verbale et relaxante mais sans risque de dissociation.

J. Hurni estime que c'est une aide au traitement, lequel doit être considéré comme une globalité et une synergie d'approches complémentaires les unes aux autres.

Evelyne Farges Uldry
uldry.evelyne@akeonet.com

N.A.D.A

En savoir plus

N.A.D.A (National Acupuncture Detoxification Association) est le nom de l'association qui utilise la méthode ACUDETTOX développée au Lincoln Hospital de New York dans les années 1970. Le Dr Smith cherchait alors des alternatives à la méthadone pour le traitement des addictions à l'héroïne et s'est inspiré des travaux de deux médecins chinois qui avaient conduit à cette époque plusieurs études pilotes. Eux-mêmes s'inspirant bien sûr de pratiques d'acupuncture ancestrales mais restées dans l'oubli.

Pour se former: www.nada-acupuncture.ch