

Prendre soin par le toucher massage... Autre réponse face à la douleur, face à la souffrance ...

Françoise DEBRIE, Infirmière, Praticienne en Toucher Massage
Consultation Douleur, CH BEAUVAIS

« Tu sais qu'un homme meurt s'il perd le toucher. C'est le seul sens irremplaçable, le toucher. Les mains ne mentent jamais. Observe-les sans cesse et tu sauras ce que les êtres pensent réellement ».
RODIN à Camille CLAUDEL

Introduction

Prendre en charge des personnes souffrant de douleurs chroniques nécessite d'un professionnel de santé quel qu'il soit, un savoir faire et un savoir être adaptés à la complexité de l'histoire du patient. Ces douleurs deviennent fréquemment invalidantes, ne répondent pas aux traitements habituels, sont en échec face à de nombreuses thérapeutiques et s'accompagnent souvent d'un retentissement psychologique inhérent au caractère chronique de la douleur et du handicap, retentissement psychologique pouvant être nié. Le patient investit son corps, moins son psychisme et son émotionnel !

Pour ma part, dans le cadre de mon activité professionnelle, je souhaitais apporter une approche différente, une manière d'être et d'exercer en adéquation avec les besoins des personnes, dans l'accompagnement de leurs difficultés, leurs souffrances, leurs douleurs. Sans lâcher une pratique de soins techniques, nécessaire à notre spécificité médicale et paramédicale, je tenais à associer un accompagnement à la fois *thérapeutique* dans son objectif de soin et une pratique empli d'humanité, de bienveillance, d'attention, de concentration sur les personnes soignées, avec des gestes simples et si essentiels, le **Toucher** et le **Massage**.

Le toucher est le premier sens à apparaître, le dernier à disparaître. Nous pouvons être sourds, aveugles, nous sentons toujours. C'est un stimulus sensoriel aussi indispensable à la vie que manger, boire et dormir. Des études ont démontré que la privation de contact très tôt chez les bébés amenait d'importantes perturbations dans leur vie d'adulte. Une recherche américaine sur les effets physiologiques de la caresse et du toucher parle de sécrétions d'hormones apaisantes, régulatrices du système neurovégétatif et d'hormones de croissance.

Le toucher est souvent présenté au travers des techniques de



massage uniquement pour ses bienfaits physiques. Son importance psychologique et sa dimension relationnelle sont passées sous silence. Il met en jeu la relation avec l'autre, il incarne et permet d'avoir une relation à notre corps, il enseigne l'importance de notre corps autant qu'il aide à exprimer les sentiments et à partager avec l'autre au niveau le plus fondamental. Le geste du toucher est vieux comme le monde et c'est certainement la plus ancienne et la plus instinctive des thérapeutiques (chinois, grecs, égyptiens de l'antiquité pratiquaient déjà le massage). L'imposition des mains pour soulager et guérir remonte à la nuit des temps. Lorsque nous sentons un être malheureux, nous pouvons poser naturellement la main sur son épaule...

Notre médecine en algologie peut être très technique, beaucoup des maux soignés ont une origine *psychosomatique*, cette approche de l'être humain est très profonde, apportant du réconfort, du mieux être, du bien être, de l'apaisement, enrichissant et favorisant une relation soignant/soigné, et pour lesquels une personne en souffrance et en douleur les reçoit avec grand bonheur.

Je peux être encore étonnée des résultats obtenus, tant sur un plan physique compte tenu des douleurs cristallisées dans le

corps, que sur un plan psychologique. Un *vrai massage* ne s'adresse pas seulement au corps mais à l'être tout entier, dans sa globalité et son unicité (il touche dans *l'intégralité* de la personne et non dans le corps souffrant), il est bien plus qu'une simple technique qui fait du bien, il soutient, soulage, répare, libère. Il initie une véritable relation d'aide propice à une transformation intérieure dont les bienfaits se répercutent dans la vie quotidienne et dans les relations avec les autres. Il nourrit l'attente d'une main chaleureuse, une main à l'écoute, une main qui sache entendre et Je peux être encore étonnée des résultats obtenus, tant sur un plan physique compte tenu des douleurs cristallisées dans le corps, que sur un plan psychologique. Un vrai massage ne s'adresse pas seulement au corps mais à l'être tout entier, dans sa globalité et son unicité (il touche dans l'intégralité de la personne et non dans le corps souffrant), il est bien plus qu'une simple technique qui fait du bien, il soutient, soulage, répare, libère. Il initie une véritable relation d'aide propice à une transformation intérieure dont les bienfaits se répercutent dans la vie quotidienne et dans les relations avec les autres. Il nourrit l'attente d'une main chaleureuse, une main à l'écoute, une main qui sache entendre et respecter les souffrances, leur histoire pour les en libérer. Notre corps ne ment pas, il est le témoin de notre vie et le messager de nos besoins.

L'introduction de cette pratique comme moyen thérapeutique de soulagement de la douleur correspond à une évolution notamment dans la pensée médicale (au sein de notre unité mais aussi dans d'autres, transversales pour lesquelles nous intervenons), aidée par une hiérarchie facilitatrice et compréhensive, sur la légitimité de ce prendre soin,

" Pour bon nombre de personnes, le Toucher Massage contribue à enfin oser *dire*, oser *faire*, oser *être*, oser *exister* "

reconnaissant les effets et les bienfaits et par là même, l'importance de le proposer dans une pratique soignante, laissant le sentiment d'une reconnaissance des soins infirmiers non techniques, et par ailleurs de notre rôle propre en tant que soignant. Cette pratique permet, en tout cas pour ma part, de mieux faire face à la souffrance du patient sans être envahie par elle.

Intérêts du Toucher Massage

Le Toucher Massage est en adéquation avec les intérêts et effets recherchés en algologie, et constatés :

- Ne pas alourdir, voire diminuer un traitement médicamenteux déjà conséquent, tant par la posologie que par la cohorte des effets indésirables des molécules utilisées en raison de la complexité des douleurs ressenties (rajouter des effets délétères à une personne vivant souffrance, douleur, inconfort...n'est pas l'objectif et la finalité d'une prise en charge en algologie !),
- Prévenir ou traiter certaines douleurs de soins, l'anxiété et/ou l'anxiété,
- Augmenter le seuil de tolérance à la douleur,
- Aboutir à l'expression des émotions refoulées, accumulées et permettre à la personne de les accueillir et les écouter,
- Aider au travail psychothérapeutique sur les souffrances psychiques, dont le corps est devenu l'expression,
- Se réapproprier son corps voire se réconcilier avec un corps considéré comme un carcan, un boulet,
- Modifier la façon de concevoir la vie, la maladie, la souffrance, gérer différemment son temps, redevenir « acteur » de son chemin de vie. Pour bon nombre de personnes, le Toucher Massage contribue à enfin oser *dire*, oser *faire*, oser *être*, oser *exister*.

Comment est-il intégré ?

Au sein de notre unité, le massage est un élément d'une prise en charge pluridisciplinaire, il peut s'accompagner d'un travail psychothérapeutique de même qu'être une pratique isolée (lors de sollicitations dans les unités transversales). Mon intervention se fait essentiellement sur indication médicale, ne recevant moi-même jamais les personnes en première intention, y compris dans les unités de soins, même si les équipes soignantes sont à l'initiative de la demande. Cependant, de part mon rôle propre, ce soin est parfaitement intégré dans ma pratique lorsque le besoin s'en fait sentir ! Dans le cadre du suivi en consultation externe, le massage est prescrit pour une vingtaine de séances (d'une durée de 30 à 45 mn en général), renouvelées selon les besoins, résultats et indications. Les personnes sont suivies globalement 1fois/semaine.

J'adapte ma gestuelle et mes techniques en fonction de l'état physique de la personne et de ses besoins allant d'un massage de la partie supérieure du corps (face postérieure), associé ou non à la partie inférieure mais aussi massage du visage et du crâne permettant un relâchement facial et du cuir chevelu, une action sur les tensions et la fatigue, une détente des mâchoires et des muscles du cou, aidant à mieux respirer et surtout expirer, à lâcher prise, très bénéfique en cas de migraine, maux de tête, irritabilité, insomnie.

Cette pratique s'intègre à une des 4 priorités du plan national

de lutte contre la douleur 2006-2010 notamment l'axe 3:

...Améliorer les modalités d'utilisation des méthodes non pharmacologiques pour une prise en charge de qualité. Le traitement médicamenteux ne constitue pas la seule réponse à la demande des patients douloureux. Les techniques non médicamenteuses de prise en charge de la douleur existent. Les professionnels et les usagers les reconnaissent comme efficaces. Il s'agit de traitements réalisés par des professionnels de santé qualifiés : traitements physiques (massages, kinésithérapie, physiothérapie...), méthodes psycho-corporelles ou comportementales (hypnose, relaxation, sophrologie)...

Effets du Toucher Massage

Les bienfaits du massage sont bien démontrés dans notre pratique quotidienne. Les objectifs de la prescription de massage détente revêtent donc plusieurs aspects :

► Evidemment adoucir les tensions physiques. La chronicité des douleurs a effacé pour bon nombre certaines sensations que le massage permet de retrouver, lâchant pour quelques moments le cercle vicieux *douleurs créant des tensions qui engendrent des douleurs qui créent...etc.* Le massage a un effet décontractant, décontracturant, renforcé par l'action des huiles utilisées. Le corps, douleur, souffrance depuis des temps, est comme redécouvert (je dirais même que certains se réconcilient avec lui). Se ressentir agréablement détendu, léger. Retrouver le sensitif des mots tels douceur, apesanteur, apaisement. Retrouver le sourire, avoir les yeux brillants de mieux-être, de bien-être et non plus de douleur. Pleurer de soulagement en ressentant qu'un autre état est possible, et retrouver le possible quand le présent et le futur se conjugue avec *plus jamais...* libérer, lâcher du trop plein d'émotions refoulées, accumulées, grâce à la douceur du toucher, la sécurité ressentie, l'aspect maternant, cocoonant oublié et retrouvé et s'autoriser enfin à être, et l'exprimer.

► Le massage permet d'augmenter le seuil de tolérance à la douleur. Son efficacité est démontrée pour aider une personne lors de soins douloureux (type pansements, pose ou ablation de drains...) afin de limiter une prise médicamenteuse, soit antalgique ou anxiolytique, lors d'une angoisse ou peur du soin, de par son effet antalgique ou sédatif par libération d'endorphines et phénomène de gate control. Selon la situation, peuvent être associés des outils de relaxation, respiration et visualisation d'images agréables...

► Antidote naturel de l'anxiété et du stress, il a un effet sur les systèmes sympathique et parasympathique, engendrant une diminution du niveau de sécrétion d'hormones de stress, apaisant le système nerveux.

► Le massage aide le patient à une prise de conscience des répercussions de l'anxiété, du stress, de l'angoisse sur la perception des douleurs, sur le corps. Le ressenti de zones de tensions lors du massage, pour certaines non perçues, met en évidence ce que le corps a imprimé depuis un moment, voire des années, cette cuirasse très pesante ! Pour bon nombre, la chronicité des douleurs met à jour l'impact d'une souffrance rentrée, d'une histoire de vie traumatisante n'ayant pu être exprimée (...Quand le silence des mots réveille la violence des maux...J. SALOME).

Un travail psychothérapeutique s'avère alors nécessaire si l'on souhaite un résultat significatif dans la prise en charge globale du patient. Certains refusent dans un premier temps cette démarche se méprenant sur l'intention : "Un psy, c'est pour les fous ! Moi, j'ai mal dans mon corps, ce n'est pas dans ma tête ! Je ne suis pas un simulateur..." Etc.

Face à ces difficultés, le massage se révèle être un bon médiateur. D'abord pour induire un sentiment de confiance, de sécurité permettant la détente, le lâcher prise, l'accès à la relation (importance de la relation d'aide, le toucher verbal étant aussi essentiel que le toucher physique). Exprimer et partager leurs émotions leur apportent un sentiment reconfortant de compréhension, de reconnaissance et de soutien les rendant plus ouverts, plus réceptifs. La démarche d'un travail sur soi peut être alors plus facile à entreprendre, de même la compréhension de leur prise en charge dans leur unité corps-esprit. Il aide aussi les personnes à supporter, à surmonter l'aspect bousculant, perturbant d'un suivi psychothérapeutique.

► Le massage a aussi une place importante auprès des personnes âgées, souffrant de contractures, de raideur, permettant un assouplissement apprécié :

- Il participe au maintien du confort et d'un bien être, il peut être un prolongement des soins d'hygiène,

- Il agit sur la circulation sanguine et lymphatique en améliorant l'apport en oxygène dans les tissus superficiels et profonds, en améliorant la circulation lymphatique,

- Son action régulatrice et tonifiante sur le corps en général, sur certaines fonctions ou certains organes contribue à l'harmonisation de la respiration, de la digestion, du transit intestinal. Participant à la diminution des difficultés digestives, compte tenu de nombreux effets constipants de maintes molécules utilisées en algologie, un massage abdominal à visée évacuatrice accompagné de règles hygiéno-diététiques peut concourir à éviter le recours à des laxatifs ou des lavements. De plus, un massage abdominal, patiemment mené, procure une détente en relâchant le diaphragme, muscle respiratoire majeur, en apaisant le plexus solaire.

- Il peut aider ou accompagner au traitement des insomnies, masser doucement les mains ou les pieds procurant un effet

relaxant souvent immédiat ; il est pratique, facile, très agréable. Ni lieu, ni environnement particuliers, la personne reste vêtue ou couverte.

• Le contact sol/pied réalise un véritable massage de la voûte plantaire (peau, muscles, aponévroses, tendons, capillaires, vaisseaux lymphatiques, très nombreux récepteurs nerveux). La voûte est comme une éponge pressée régulièrement à chaque pas, propulsant le flux sanguin plus haut dans les jambes, favorisant le retour veineux vers le cœur. Lors d'un alitement prolongé, il y a absence de stimulation, l'éponge plantaire ne joue plus son rôle, favorisant une stase veineuse, l'apparition d'œdème, un engorgement de la cheville et de la région du tendon d'Achille, une sensation de lourdeur des jambes. De plus, des millions de récepteurs informent le cerveau sur la position des différents segments du corps d'où l'importance de la stimulation par le massage, la mobilisation, le contact, la pression, gardant une impression d'appui, de verticalité.

► Il participe à l'élaboration et au maintien des repères du schéma corporel pour les personnes en perte de repères physiques et sociaux. Les gestes d'unification, d'enveloppement, de modelage dans le drap permettent de retrouver ou reconstruire le schéma corporel.

► En psychiatrie, il est un moyen de communication possible, pour induire une relation de confiance permettant l'accès à la relation verbale, le travail psychothérapeutique est facilité (en cas de mutisme ou de prostration par ex.).

► Il participe à la revalorisation du corps en diminuant sa dépréciation, en retrouvant une certaine bienveillance à son égard. Les gestes sont d'autant plus importants que la maladie est morcelante, qu'elle abîme davantage l'image que le malade a de son corps. Les gestes sont ce qui maintient l'unité du corps ou le réunifie.

► Il est encore plus important en fin de vie, souvent le seul moyen de communication directe et authentique avec la personne. Pour une personne souffrant non seulement de douleurs tenaces mais aussi de solitude, d'insécurité, d'anxiété face à sa pathologie voire face à sa mort, ou parfois même souffrant d'exclusion, le Toucher-Massage contribue à instaurer un climat de confiance propice à se confier, à parler, à se libérer, à exprimer angoisses ou désirs et à pouvoir partir en se sentant accompagné.

Il rajoute au bien-être un sentiment de reconnaissance. Les marques d'intérêt, l'attention particulière portée rendent digne celui ou celle qui les reçoit, digne de bénéficier de soins agréables, lui font sentir qu'il/elle compte, qu'il/elle a encore une place parmi les humains. C'est sortir de la non-vie, remettre en circulation des énergies et des capacités restantes,

renaître à des possibles si tenus soient-ils.

La simplicité du Toucher-Massage peut aussi aider les proches, souvent démunis, gardant une distance pour beaucoup, n'osant pas à l'hôpital ce qu'ils feraient plus spontanément à domicile, invités par les soignants à le pratiquer eux-mêmes, à nouer ou renouer avec douceur le contact avec l'autre. Par ce biais, c'est un moyen pour les proches de redonner un intérêt, de s'impliquer activement dans l'accompagnement, allégeant un sentiment d'impuissance. Pour ma part, guidant une épouse, un enfant, un proche dans un massage à quatre mains, je me suis enrichie de ces moments intenses emplis de douceur, de communion, d'émotions. Quel beau résultat quand l'apaisement était là...



Parallèlement, cette façon de prendre soin m'a permis à moi, soignante, de développer mes capacités d'écoute, de communication, de présence, d'utiliser pleinement mes sens (mon toucher, ma vue avec une qualité d'observation plus affinée, mon ouïe avec la nécessité d'une écoute attentive, mon odorat, l'odeur des huiles étant très agréable et génératrice à elle seule de détente...et même le goût, compte tenu du nombre de douceurs chocolatées offertes et la chocolat thérapie est suivie par beaucoup d'entre nous !) pour mieux comprendre et non juger. Cette pratique est devenue un lien et un mode privilégié d'intervention thérapeutique et de communication, un outil d'accompagnement dans la prise en charge non médicamenteuse de la douleur.

La qualité de la relation en est améliorée, superbement

enrichie, permettant de contribuer à l'autonomie du patient, à son cheminement, ou simplement l'aider à rester debout, donnant du sens lorsque celui-ci peut faire défaut dans des situations de souffrances indicibles.

Contre-indications

- L'hyperthermie (la fièvre indiquant que l'organisme combat une infection ; le massage peut provoquer une augmentation de la température du corps. De plus il peut favoriser le déplacement du foyer infectieux), les états infectieux,
- Un processus inflammatoire important, notamment dans sa phase active,
- Les parties localement chaudes, rouges, enflées, douloureuses, les hématomes,
- Toute lésion locale (osseuse, musculaire et/ou tendineuse) récente,
- Une allodynie, une hyperpathie, une hyperesthésie,
- Un problème dermatologique local.

Dans le doute, questionner le médecin.

Conclusion

Pour conclure, aider les personnes à se sentir mieux est un objectif primordial, le Toucher Massage est un excellent outil pour y contribuer.

Il donne la possibilité de faire tomber certaines barrières physiques, énergétiques et psychologiques, d'apprendre à connaître et à reconnaître ses propres besoins et les exprimer, de pouvoir percevoir ce qui peut changer en soi, d'apprendre à vivre l'instant présent, l'ici et le maintenant, d'accéder à une détente plus profonde, d'améliorer l'image et le regard que l'on porte à son corps, de mieux le connaître et pouvoir l'habiter avec plaisir, d'acquérir une meilleure qualité de la sensation tactile, de sentir la consistance et les limites du corps, d'acquérir une meilleure confiance en soi. Il permet une meilleure communication avec les autres et avec soi.

La particularité du massage en soins infirmiers est qu'il est réalisé dans le cadre d'un soin infirmier relationnel. Il peut apporter de l'apaisement, de la confiance, de la présence, du réconfort, de la douceur. C'est un soin de bien-être.

Il peut aider le patient à trouver ses propres ressources, lui permettre de faire appel à ses propres forces. Il se différencie du massage à visée rééducatrice en raison de l'intention, de l'objectif poursuivi par le soignant.

Il ne se réalise qu'avec l'accord du patient. Il est toujours proposé, jamais imposé à la personne massée, il est essentiel de savoir accepter le refus en toute humilité et respect.

Il exige du soignant qu'il soit toujours disponible à l'autre, attentif à ses besoins, respectueux de ses sentiments, de ses émotions. Chaque soin est spécifique, demande une

adaptabilité, une disponibilité qui dépassent la seule réalisation technique. Toucher n'est jamais anodin, mal toucher peut abimer ou détruire l'autre, il est important de s'interroger et de reconnaître ses limites.

Il est une communication tactile, ce qu'il y a à faire c'est être avec la personne, à son écoute, impliquant une présence, beaucoup de patience, d'attention, où l'essentiel est de sentir les besoins spécifiques de la personne, où le silence ouvre au partage d'émotions et de sentiments. Lorsque la communication verbale est difficile, le toucher soignant permet d'utiliser un autre registre pour rester en contact.

Il est autre chose qu'une technique à effet mécanique, l'effet majeur se trouvant dans la relation qui s'établit entre celui qui masse et celui qui est massé, l'aspect relationnel des soins étant primordial dans l'accompagnement de la personne.

Il contribue au développement d'une prise en charge globale, individualisée et bienveillante de la personne, répondant au demeurant ainsi à l'engagement de l'HAS pour promouvoir la bienveillance au sein des établissements de santé.



« ...Il est vital d'envisager le toucher, sous quelque forme que ce soit (soins, caresses, massages, etc.), comme un moyen d'insuffler de l'être, une thérapie du mieux-être ou de l'être soi... » - Marcel NUSS, auteur, conférencier, président de l'association Coordination Handicap et Autonomie

Illustrations des effets/bénéfiques du massage

Mr X, âgé de 44 ans, souffre de douleurs neurologiques au niveau des membres inférieurs, épaules et mains, à type de brûlures, décharges électriques, picotements dans un contexte de sclérose en plaques depuis 2001, associées à une diminution de la sensibilité tactile mais conservation de la sensibilité profonde, avec un retentissement moral important (terrain dépressif, catastrophisme, liés à sa situation actuelle

pathologique et familiale mais aussi à un passé traumatisant). Un suivi psychothérapeutique fut de courte durée car Mr X est réticent et selon ses propos "pas encore prêt".

Les séances sont importantes pour lui : accès à la verbalisation chez une personne ayant très peur du jugement des autres, ayant honte de sa maladie et ce qu'elle réduit chez lui, il se sent écouté et non jugé; elles favorisent une libération verbale, émotionnelle. Le massage permet une déconnexion, il ressent un mieux être, une détente; Il se sent plus calme après chaque séance. Le massage (dos, nuque, membres supérieurs) plus appuyé à certains endroits, à sa demande, lui procure une énergie circulante, non ressentie au quotidien, notamment au niveau des membres inférieurs. Il apprécie particulièrement le massage des mains (ses doigts étant "anesthésiés"). Il craint la progression de la maladie, et est comme à l'affût de tout signe. Le massage lui prouve "qu'il sent toujours".

Mme Y, âgée de 58 ans, atteinte de thromboses étagées artérielles diffuses dans un contexte d'insuffisance rénale terminale dialysée, de diabète depuis l'âge de 30 ans, insulino-dépendant, ayant subi depuis fin 2008 des amputations itératives (mi-cuisse gauche, trans-tibiale droite, 2 doigts main gauche, 2,5 doigts main droite). Notre unité est sollicitée par le service de néphrologie, dans un 1er temps, pour avis algologique quant à ses douleurs post amputation (membre inférieur droit et douleurs post « multi-décapages et amputations phalangiennes » au niveau de certains doigts). Dans un 2ème temps je suis sollicitée en urgence, par le service de dialyse et de néphrologie pour prendre soin, par relaxation ou massage-détente, de Mme Y en grande souffrance morale majorée par ses douleurs physiques au retour d'une énième amputation. Ses projets sont anéantis ; elle avait loué un appartement, adapté au 1er handicap (appareillage du membre inférieur gauche) mais non à un déplacement en fauteuil roulant, elle pense ne pas pouvoir y habiter ; elle est à bout, usée de toutes ces souffrances, de l'évolution de sa maladie et de ses conséquences. Elle souffre de sa dépendance, s'étant toujours "débrouillée seule", dépendance accentuée lors des nombreuses périodes post-opératoires après décapages des nécroses au niveau des doigts (pansements enfermant alors complètement les mains !) et souffre de ce qu'est devenu son corps et qu'elle déteste. Au plus profond de son désespoir et de sa souffrance, elle verbalisera à plusieurs reprises une demande d'euthanasie.

Le massage détente au niveau du dos, de sa nuque, quasi quotidien, durant 20 à 30 mn, se révèle alors d'une grande aide ; d'abord pour apporter des sensations corporelles agréables, essentielles, compte tenu de la situation (douceur, détente, bien être, apaisement). Elle dormait pendant quelques heures après le massage, lui permettant de récupérer de nuits difficiles. La détente engendrée et la relation d'aide associée permettaient aussi à Mme Y de verbaliser tout ce qu'elle avait

sur le cœur facilitant aussi la prise en charge psychologique parallèle. Et lorsqu'elle se murait dans son silence et sa souffrance, le massage était un maintien de notre relation dans laquelle les mots n'étaient pas nécessaires, la présence à chacune réelle et forte, ne me laissant jamais un sentiment d'impuissance ni de limites quant à mon rôle soignant.

Le suivi sur dix mois d'hospitalisation, fut jalonné de bas et de hauts, de phases de découragement, de peur, d'angoisse, de désespoir profond (à l'annonce des gestes chirurgicaux multiples et variés) mais aussi de ces moments où Mme Y apaisée, joyeuse, démontrant une énergie vitale et une force hors du commun, avait à cœur de retrouver une autonomie dans des gestes au quotidien.

Nous avons été touchés lorsqu'elle demanda la venue d'une coiffeuse pour se faire belle et l'intervention de la socio-esthéticienne de l'établissement pour à nouveau être maquillée puis apprendre à se maquiller seule...et quel cheminement après avoir maudit autant son corps de retrouver le désir de l'embellir, le plaisir de prendre soin d'elle.

Nous avons souvent discuté avec l'équipe de néphrologie de l'importance que pouvaient revêtir les séances de massages détente pour Mme Y, en plus de la qualité de l'accompagnement de chacun des soignants la prenant en charge et en soin. Elles ont été aussi très aidantes pour alléger une équipe se sentant bien impuissante à certains moments et en souffrance face à la situation insupportable et insoutenable de Mme Y qu'un bon nombre suit par ailleurs depuis des années.

Bibliographie

- Isabelle CELESTIN-LHOPITEAU, Pascale THIBAUT-WANQUET (2006), Le toucher massage - Guide des pratiques psycho-corporelles, Edition MASSON
- Ashley MONTAGU (2007), La peau et le toucher, SEUIL.
- Joël SAVATOFSKI (2010), Le toucher massage, Edition LAMARRA
- Joël SAVATOFSKI, (2006), Toucher massage, 20 ans de pratique, Edition PARRY DE EDS
- Joël SAVATOFSKI, Pascal PRAYEZ (2009), Le toucher apprivoisé, Edition LAMARRE
- Pascale THIBAUT cadre supérieur de santé CNRD PARIS, Thierry MOREAUX IADE Puériculteur PARIS, Place des méthodes psycho-corporelles dans la prise en charge et la prévention de la douleur provoquée par les soins chez l'enfant, l'adulte et la personne âgée, http://www.cnrdr.fr/IMG/pdf/n%B08_moreaux
- Monique ZAMBON (1991), Le massage communication, <http://papidoc.chic-cm.fr/34parolemassage.pdf>

« Madame DEBRIE, quelques voix s'élevèrent parmi les kinésithérapeutes pour contester, à d'autres professions, la technique du toucher-massage. Que vous pensez-vous de cette opposition ? »

« Effectivement certains kinésithérapeutes contestent la pratique du massage à d'autres professions que la leur, revendiquant leur seul droit de l'exercer.

La lecture du livre de Joël SAVATOFSKI *« l'affaire massage bien-être – le droit d'être massé » peut éclairer cette problématique.

Faudrait-il comparer ce qui est comparable ... Les patients, les premiers, me témoignent de nos différences ressenties lors des pratiques de massage, et a fortiori du toucher. Le toucher massage en pratique soignante et en soins infirmiers n'est pas un massage kinésithérapique, il ne met pas en jeu une rééducation neuromusculaire ou comportant une mobilisation méthodique, mécanique ou réflexe des tissus. Leurs techniques de massage sont réglementées dans leur décret de compétence.

Beaucoup de patients témoignent du déroulement de leur séance kiné (15 à 20 mn d'une application de coussin chauffant, 10 mn d'un massage « appuyé »). Pour ma part, je vous réfère à mon article quant à la façon dont je procède. Nombreux sont les patients à être en soin à la fois en kiné et en massage détente, bon nombre de leur kiné n'y trouvent rien à redire et reconnaissent l'impact et le bénéfice sur la prise en charge.

Notre intérêt est de travailler en collaboration car nous ne nous opposons pas, au contraire les compétences de chacun servent en premier aux besoins des patients. Par ailleurs, des kinésithérapeutes ne partageant pas les oppositions de certains de leurs confrères qui se forment à la pratique du toucher massage ou du massage bien être.

Notre approche est plus dans une volonté soignante d'humanisme par notre toucher et une recherche de confort et de bien être par le massage. C'est d'ailleurs à ce titre qu'il est intégré dans le cadre de notre rôle propre. Nos gestes sont « enveloppants », les gestuelles différentes (attestées par les patients), l'intention et l'attention toutes aussi différentes, il est dans une prise en soin de la globalité de la personne (aspect somatique, psychologique, émotionnel) et non dans sa problématique principalement corporelle. Nous l'intégrons à un soin relationnel. Il est non invasif, surtout à l'écoute du ressenti de la personne et dans son respect. Et si cette écoute est juste, nous ne serons pas "dangereux, toxiques" pour les patients mais très aidants. Il est pour moi un outil de relation d'aide.

Par ailleurs notre formation professionnelle induit des compétences et/ou des capacités à une analyse clinique de l'état des patients pris en soin, et en l'occurrence dans le cadre du toucher massage, à la connaissance des limites et contre-indications et à leur respect. Puisque le toucher massage est avant tout une dynamique de bienveillance à l'autre, l'écoute centrée pleinement sur le ressenti de la personne, quel qu'il soit, et sa prise en compte ne peut qu'aboutir à de la « bientraitance » et rassurer toute personne craignant le mal faire et le faire mal. »

* JOËL SAVATOFSKI (2006), L'affaire « massage bien-être » - Le droit d'être massé par qui bon vous semble, Editions Yves Michel, collection santé.

