
RECENSEMENT DES ACTIONS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DANS LES STATIONS THERMALES - JUIN 2006

Hugues DESFOUR

*Médecin thermal**

L'éducation des patients, qu'il s'agisse de la simple information sur les pathologies et leurs traitements jusqu'à la prise en charge éducative personnalisée dans le cadre d'ateliers spécialisés, est une démarche essentielle. Elle participe à l'amélioration de la santé de la population, en favorisant une meilleure hygiène alimentaire, vertébrale, corporelle, ou autre de cette même population, tout en l'associant à cette prévention : les patients prennent ainsi conscience qu'ils sont d'abord acteurs de leur état de santé, et pas seulement consommateurs de soins ou de médicaments prescrits par leur médecin.

Les stations thermales, en recevant chaque année plus de 500 000 curistes, sont un lieu privilégié pour cette démarche éducative : les patients sont disponibles et assez souvent demandeurs d'informations. Le médecin thermal, qui va les voir à plusieurs reprises, pourra aisément les sensibiliser. Ces consultations, contrairement à l'habitude, s'inscrivent dans un contexte détendu, en dehors de la pression des symptômes qui poussent le patient à consulter son médecin traitant, et sont donc propices à ce travail éducatif. On pourrait également ajouter que la dynamique de groupe favorise cette démarche¹.

Il était donc intéressant de connaître, en 2006, comment chaque station organisait cette éducation à la santé auprès des curistes et de leurs accompagnants. Aussi, en avril, la *Société française d'hydrologie et de climatologie médicales* a envoyé, par l'intermédiaire du Conseil national des établissements thermaux, un questionnaire à l'ensemble des stations thermales : il s'agissait de savoir s'il existait ou non un programme d'éducation à la santé et sous quelle forme : 55 stations ont répondu, dont 47 proposent une ou plusieurs actions éducatives durant cette saison. Nous pouvons donc dresser un panorama assez complet de l'éducation à la santé en milieu thermal.

Les actions d'éducation revêtent principalement deux formes : les conférences grand public et les ateliers spécialisés.

Les Conférences grand public

Elles sont organisées dans 32 stations, et sont ouvertes à tous, curistes ou accompagnants. Leur rythme varie d'une conférence hebdomadaire à une conférence toutes les 3 semaines (c'est-à-dire au minimum une par cure). Financées le plus souvent par les

* 13 avenue des thermes Athéna, 34540 Balaruc-les-Bains. Courriel : hdesfour@aol.com

thermes ou la municipalité, leur accès est libre ; dans certains cas toutefois, une participation modique (de 1,5 € à 5 €) est demandée aux participants (Bagnères-de-Bigorre, Barèges ou Dax). Les intervenants sont le plus souvent des médecins ou des para-médicaux bénévoles de la station, plus rarement des personnalités extérieures, voire retraitées (Bourbon-l'Archambault). Il est à souligner que ces conférences sont parfois animées par des universitaires : ainsi à Amélie-les-Bains (CHU de Perpignan), à Lamalou (CHU de Montpellier) ou encore à La Roche-Posay (CHU de Poitiers).

Les thèmes de ces conférences sont variés, le plus souvent autour d'un thème médical.

Le sujet le plus fréquent est la *nutrition* et *l'équilibre alimentaire* (13 stations), la conférence étant le plus souvent animée par une diététicienne, parfois un médecin nutritionniste (Eugénie-les-Bains), ou un conférencier issu d'une société commerciale de produits diététiques (Saint-Honoré). On peut y associer les conférences organisées plus spécifiquement sur la *prévention des affections cardio-vasculaires* dans 3 stations.

Parmi les autres thèmes les plus souvent cités, signalons les *problèmes de sommeil*, la *relaxation* ou la *sophrologie* dans 6 stations, les *maladies rhumatismales*, arthrose et ostéoporose essentiellement dans 4 stations, les *affections neurologiques* dans 3 stations, le *sevrage tabagique* et *l'hygiène de vie* au sens large dans 3 stations, ou encore les *allergies* dans 2 stations.

À côté de ces thèmes médicaux, certaines conférences abordent le thermalisme lui-même avec ses indications, ses techniques (Barèges, Cauterets, Saint-Honoré, Luxeuil-les-Bains, Saint-Paul-les-Dax) ou plus spécifiquement l'eau thermale (le Mont-Dore, la Roche-Posay).

De l'avis de tous, toutes ces conférences ont beaucoup de succès auprès des curistes. Elles permettent de faire passer beaucoup d'informations et de valoriser le thermalisme. Malheureusement il se pose le problème de leur pérennité, compte tenu du bénévolat de la plupart des intervenants.

Les Ateliers spécialisés

Ils sont organisés dans 24 stations. Contrairement aux conférences, ces ateliers sont le plus souvent payants (de 5 à 30 € la séance suivant les cas), selon un rythme généralement hebdomadaire.

Les ateliers les plus fréquents sont ici aussi les *ateliers diététiques* (9 stations), qui sont complémentaires des conférences sur le même thème, et qui proposent à un petit groupe de participants de mettre en pratique les conseils nutritionnels : cela se traduit par des cours de cuisine (Aulus-les-Bains, Capvern, Contrexéville, Eugénie ...) avec confection de plats, ou encore par des consultations diététiques personnalisées. À Plombières, ces cours de cuisine sont en projet. À Vals-les-Bains, les ateliers diététiques mettent l'accent sur le *diabète* et son équilibre, et au-delà sur les conséquences et la gestion de la maladie (pied diabétique, troubles sexuels, techniques d'autocontrôle, etc.).

De même, on va retrouver des ateliers sur le thème de la relaxation, de la sophrologie, en complément des conférences (7 stations), auxquelles on peut associer une école du

sommeil (Bagnères-de-Bigorre), animés par des médecins, des infirmières ou des psychologues.

Plus spécifiquement, 6 stations organisent des *Écoles du dos*, selon des techniques le plus souvent validées sur un modèle hospitalier notamment à Aix-les-Bains, à Dax ou à Amélie. Dans cette dernière station, la mise en place d'ateliers d'éducation pour la lombalgie a fait l'objet d'une évaluation : 3 ateliers d'1h30 constituent l'*École du mouvement* qui comporte des informations validées, pratiques et théoriques, issues du "Guide du Dos"².

Les *Écoles du souffle* ou de l'*asthme* sont également présentes dans 4 stations, en préparation à Amélie-les-Bains. L'exemple de la Bourboule mérite d'être détaillé : l'école de l'asthme s'y adresse aux enfants à partir de 7 ans, sous la forme de 2 ateliers d'1h30 chacun à 8 jours d'intervalle, complétés par des tests de dépistage de l'allergie et / ou d'EFR de contrôle, avec évaluation des acquis en fin de cure. Ils utilisent des outils pédagogiques variés (classeur, valise, Peak Flow, modélisation de l'appareil respiratoire) complétés par des dossiers éducatifs, des questionnaires de qualité de vie, des jeux, etc. L'ensemble du protocole a été validé par l'ANAES³. En septembre 2005, une enquête a été diligentée par la Direction générale de la santé afin de mener une "évaluation des structures répertoriées d'éducation du patient asthmatique"⁴. Citons à côté des Écoles de l'asthme et du souffle, les *cures anti-tabac* proposées notamment à Luchon (programme Aériance) et Allevard.

Des *Ateliers de la mémoire* fonctionnent dans 3 stations, avec dépistage des troubles mnésiques par mémo-test, pouvant déboucher sur un bilan personnalisé et dirigé en cas de problème décelé. Ces ateliers de 2h sont très appréciés des participants.

Des ateliers sur le thème de la *peau* existent à Avène et à La Roche-Posay. Dans cette station, ont été mis en place de nombreux ateliers réalisés en collaboration avec le service de dermatologie du Pr Guillet (CHU de Poitiers) et l'association Aqualibre. Ils comprennent l'*École de l'eczéma atopique*, des ateliers de pommadage pour les petits eczémateux, des ateliers de santé pour les plus petits (hygiène, alimentation et environnement), des ateliers parent / enfant autour de la brûlure (approche éducative et psychologique) ainsi que des ateliers d'apprentissage du maquillage correcteur. Tous les contenus médicaux sont validés par les médecins dermatologues et l'Association Aqualibre est agréée par le ministère de la Santé.

Il faut citer également les *Ateliers Équilibre* qui ont été mis en place à Aix-les-Bains pour lutter contre le risque de chutes et / ou le savoir se réceptionner lors de celles-ci. Ces ateliers utilisent le protocole validé de l'école de Dijon. À Saujon, des ateliers d'*Euphonie gestuelle* sont animés selon des techniques validées par des psychothérapeutes. À Vittel existent des ateliers dédiés à la sexologie.

Enfin, pour clore une liste non exhaustive, il faut rappeler le travail effectué à Lons-le-Saunier dans la prise en charge de l'*énurésie* de l'enfant en milieu thermal⁵, avec plusieurs axes : information (auprès du personnel soignant, des familles et des enfants), rééducation fonctionnelle et éducation (notamment par le rappel de règles hygiéniques simples).

En complément des Conférences grand public et des Ateliers spécialisés, beaucoup de stations proposent aux curistes des *livrets d'information* pour leur rappeler les bons gestes au quotidien et les bonnes habitudes d'hygiène de vie. Citons en particulier le guide pratique "Comment rester jeune ?" édité en 2006 par l'Office du tourisme de Dax et distribué à l'ensemble des curistes.

Conclusion

Les actions éducatives menées dans les stations thermales sont nombreuses et variées, et touchent un public large, de tout âge et demandeur d'information. Les séjours en cure sont un moment privilégié pour promouvoir la santé et les bons comportements qui s'y rattachent. Toutefois, et dans de nombreux cas, ces programmes sont le fait d'initiatives individuelles et isolées, de médecins ou d'associations loi 1901, et leur existence peut être remise en cause du fait d'un équilibre financier précaire (nombre d'actions ont été interrompues faute de moyens), car si la vocation de ces programmes éducatifs est de toucher le maximum de personnes, leur coût doit être raisonnable, voire gratuit.

Le développement du rôle éducatif des séjours en cure thermale doit également passer par une association des stations aux campagnes de promotion de la santé, voire à des opérations de *dépistage systématique*, en association avec l'Institut national du cancer par exemple. Dans ce but, le thermalisme doit être intégré aux schémas d'organisation sanitaire dans leur volet préventif. Les orientations de gestion du risque adoptées en juin 2005 par l'Assurance maladie présentent "la prévention et l'information de l'assuré" comme un des cinq domaines d'actions privilégiés pour les années à venir. Celles-ci sont en totale symbiose avec ce que propose la crénothérapie.

C'est à ce titre que les stations thermales pourraient confirmer pleinement leur place essentielle dans une démarche préventive auprès de la population.

Références

- 1 Pour tous ces aspects, je renvoie au travail très complet du Dr Anne-Marie Baqué-Gensac *Press Therm Climat* 2005;142:185-192.
- 2 Coudeyre E. Ateliers d'éducation pour la lombalgie en milieu thermal. *Press Therm Climat* 2005;142:193-203.
- 3 ANAES. Éducation thérapeutique de l'enfant asthmatique. Service des Recommandations et références professionnelles. Paris Juin 2002.
- 4 Les résultats ont été communiqués lors des 10èmes journées francophones *Asthme et Éducation* le 19/06/06 à Paris.
- 5 Jeambrun P et al. Résultats à un an d'une cohorte de 144 énurétiques âgés de 6 à 17 ans ayant suivi une cure thermale en maison d'enfants à Lons-le-Saunier, Jura, en 2002. *Press Therm Climat* 2004;141:27-36.

Discussion générale

Olivier Dubois : On a des idées mais il y a le problème des moyens quand on sait qu'une cure thermale est payée à hauteur des deux tiers par le patient.

Emmanuel Ricard : Des réseaux existent et ils sont financés. Pourquoi pas vous ? Alors que vous êtes sur le même modèle et que vous existez déjà.

Un réseau de santé ou de soins est une construction collective centrée sur une maladie en regroupant un hôpital et des médecins généralistes, diététiciens, etc... et on fait circuler des patients. Des études sont ensuite montées pour voir quelle amélioration en terme de santé on peut obtenir. Vous pouvez aller voir la Ddass, la Drass pour monter une activité thérapeutique. Des groupements régionaux de santé publique sont en train de se construire et c'est là que vous devez aller. Une démarche peut être construite en fonction de ce qui est fait dans les stations.

Jérôme Berthier : Il y a la prévention et l'éducation thérapeutique en station thermale. Il y avait des centres de soins où des bilans étaient faits tous les deux ans. Le rôle du médecin traitant est important mais il n'ose plus prescrire de bilan. Si on le rémunère comme un spécialiste, il ne faut plus qu'il fasse des consultations de cinq minutes. Le thermalisme souffre d'une très mauvaise image de marque car il est très peu enseigné et les établissements thermaux sont au bord de la faillite. On va vers une dégradation terrible de cette profession alors que pendant trois semaines, on prend en charge le patient en faisant de la prévention et de l'éducation thérapeutique. Pour les patients, leur santé est très importante.

Emmanuel Ricard : Je viens du monde associatif où il faut trouver un financement. Vos problèmes sont similaires. Quels sont les circuits de financement, les appels d'offre, que sait-on faire ? Comment s'y insérer ? Vous ne faites pas de démarches de financement. Votre démarche est bénévole.

Hugues Desfour : Beaucoup de stations ont du mal à mettre en place ces programmes parce qu'elles n'ont pas l'information. Nous devrions nous unir pour avoir une démarche nationale.

Emmanuel Ricard : Au niveau national, il y a un programme de prévention des chutes. Des référentiels ont été faits et les stations peuvent les tester. Vous pourriez solliciter l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) et proposer un partenariat. La présentation qui vient d'être faite peut lui être présentée. Une démarche de labellisation peut être construite.

Michel Palmer : Notre problème est que nous sommes deux partenaires : les établissements thermaux qui fonctionnent suivant une convention thermale et les médecins libéraux qui fonctionnent avec des honoraires qui ne sont pas revalorisés. Comment rémunérer ces actions de prévention et d'éducation ? On a compris qu'un forfait allait être créé pour les généralistes.

Emmanuel Ricard : Il faut croiser l'entrée locale sur la région en allant voir l'Union régionale des caisses d'Assurance maladie et l'entrée nationale avec l'Inpes.

Michel Palmer : Toutes les stations thermales peuvent décliner des actions de santé publique dans leurs indications et tous les médecins thermaux sont concernés.

Emmanuel Ricard : Des priorités régionales se définissent et vous devriez rencontrer les groupements régionaux de santé publique. Si vous ne le faites pas, vous ne pouvez pas agir sur la définition des priorités. Il y a différents lobbies et vous en êtes un. Ces groupements régionaux se trouvent à la Drass et sont sous l'autorité du préfet de région.