
SAVOIR ÉVALUER LE RAPPORT BÉNÉFICE-RISQUE AVANT LA CURE EN PÉRIODE DE COVID-19

ALAIN GARCIA*

Il s'agit de la question qui est implicite ou explicite à toute prescription médicale : quel bénéfice va retirer le patient de ma prescription et quel risque peut-il encourir, dans le contexte clinique et personnel qui est le sien et de ce que nous savons des propriétés pharmacologiques du médicament ?

En période normale, il s'agit surtout d'apprécier les bénéfices que va en retirer le patient. En effet, le médicament thermal *per se* n'induit aucun effet délétère (hors de petits désagréments qui s'observent parfois lors de la première semaine de cure, que l'on appelle "crise thermale", qui ne nécessitent pas d'interrompre les soins et vont disparaître comme ils sont venus).

Par contre, certains états pathologiques pré-existants peuvent s'aggraver : ils font partie des contre-indications classiques qu'il convient de rechercher avant toute prescription de cure thermale, l'accès du patient à l'entrée des thermes étant refusé dans tous les cas par le médecin thermal qui a obligation de vérifier leur absence. Ce sont :

- les affections aiguës et évolutives (infectieuses, cancéreuses et inflammatoires),
- les défaillances viscérales sévères (hépatique, rénale, cardiovasculaires, respiratoires) décompensées et/ou compliquées d'accidents récents datant de moins de six mois (infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral, thrombose veineuse et embolie pulmonaire),
- les dermatoses infectées,
- les antécédents de cancer dans l'orientation de la cure,
- les états d'immunodéficience.

Enfin, n'oublions pas la toute première contre-indication à une cure thermale qui est l'absence d'indication. S'il n'y a pas de problème de santé susceptible d'être amélioré

* Médecin conseil national groupe Chaîne thermale du Soleil
Courriel : Alain.GARCIA@chainethermale.fr

par une cure thermale, il va de soi que le patient ne retirera aucun bénéfice de celle-ci (Cqfd). Dès lors que l'on a éliminé une contre-indication à la cure thermale, le risque d'incident et d'accident grave est faible, suffisamment en tout cas pour que la cure thermale soit considérée comme un médicament sûr, respectant l'adage : "*Primum non nocere*".

Quels sont les patients qui relèvent d'une cure thermale ?

Les patients porteurs de maladies chroniques, souvent également âgés et porteurs de pathologies associées ou co-morbidités, terrains considérés comme fragiles candidats aux formes graves de Covid-19, d'où l'importance d'évaluer le bénéfice-risque d'une cure thermale dans ce contexte particulièrement déroutant de la Covid-19.

Dans le contexte de la Covid-19, la question peut s'exprimer ainsi : quels avantages retirera le patient de sa cure thermale ? Quel risque encoure-t-il de contracter la Covid-19 et de faire une forme grave en se rendant dans un établissement thermal ? (il va de soi que les contre-indications classiques à la cure thermale auront été éliminées).

a) Avantages des cures thermales pour les pathologies chroniques

C'est bien entendu la première question qui se pose et qui doit être partagée avec son patient : quels bénéfices sont escomptés avec la cure thermale, quel inconvénient à ne pas la faire et la reporter de plusieurs mois ?

Ces avantages sont réels et indéniables, démontrés par de nombreuses études et recherches menées en médecine thermale dans de nombreuses pathologies et rappelés dans les auto-questionnaires que remplissent les patients dans l'observatoire mis en place par le groupe Chaîne thermale du Soleil qui collige les résultats pour ses 20 établissements. Naturellement, le bénéfice potentiel de la cure que peut retirer le patient va de pair avec le retentissement fonctionnel de la pathologie chronique et son handicap avant cure : plus il est handicapé, plus les bénéfices ressentis seront importants. C'est ce qu'il convient d'apprécier et que sait bien exprimer le patient.

Ceci explique la fidélisation des patients à leur établissement où ils reviennent chaque année : la fois où ils se sont abstenus de venir en cure, ils ont constaté le plus souvent au cours de l'année qui a suivi une aggravation de leurs troubles et de leur handicap, suffisamment importante pour ne pas tenter à nouveau de s'abstenir.

Il en va du médicament thermal comme des autres traitements, il ne faut pas le suspendre quand il est efficace !

¹ Pour chacune des orientations, sur près de 30 000 répondants, l'on note une réduction des troubles fonctionnels de 18 à 40 %, une amélioration de la fonction articulaire, respiratoire, circulatoire selon la pathologie prise en charge, une amélioration du périmètre de marche sans douleur chez plus de 80 % des patients en rhumatologie, la réalisation plus aisée des gestes de la vie courante, une amélioration de leur autonomie et de leur qualité de vie, une réduction de la consommation des médicaments le plus souvent chez 2/3 d'entre eux (chez plus de 40 % des patients atteints d'affections neurologiques invalidantes). Ces effets bénéfiques s'observent encore pleinement plus de 9 mois après la cure thermale. Ils permettent aux patients de réduire et de contrôler leur handicap, de pouvoir rester dans leur domicile et leur évitent rechutes et recours à une hospitalisation, voire à une institutionnalisation.

b) Risque des cures thermales en période de crise sanitaire Covid-19

Les établissements thermaux, qui vont ré-ouvrir leurs activités ces prochains jours², se sont préparés complètement pour assurer aux curistes la pleine sécurité qu'ils sont en droit d'attendre. Ils appliquent à la lettre le référentiel sanitaire élaboré par le Cneth et approuvé par les DGS et les ARS chargées de veiller à son application stricte.

- Les protocoles de nettoyage et de désinfection des équipements et installations, déjà rigoureux dans le passé, sont renforcés.
- Les mesures barrières (masques, distanciation physique, ou cloisons en plexiglas) appliquées partout et contrôlées par des personnels et les médecins thermaux formés à la prévention et à la gestion de la Covid-19 qui veilleront à leur respect par les curistes.
- L'air est constamment renouvelé avec de l'air neuf, les soins sont adaptés pour éviter tout risque de diffusion d'éventuelles particules virales, ceux utilisant une vaporisation/aérosolisation sont suspendus.
- Les bassins collectifs feront l'objet d'une chloration adéquate ou d'une pasteurisation en continue pour les bains de boue.
- Les cataplasmes nominatifs sont pasteurisés plusieurs heures.
- Les soins utilisant une vaporisation/aérosolisation sont suspendus.

Il n'y pas de virus de façon intrinsèque dans l'eau ou la boue thermale. L'atmosphère humide et chaude des Thermes n'est pas favorable à la survie d'un virus importé de l'extérieur.

Les patients qui auraient contracté avant cure la Covid-19 seront invités à différer leur venue en cure de 3 à 5 semaines, selon qu'ils ont eu un test PCR ou non. Les médecins thermaux assureront un rôle de vigie. Au moindre doute, pour toute question, il ne faut pas hésiter à les appeler, la majorité d'entre eux font des téléconsultations à distance qui sont remboursées à 100 % par la Sécurité sociale.

c) Comment évaluer le risque pour un patient en cure thermale en cette période où le virus circule moins mais est toujours présent

Il n'existe pas de risque zéro en médecine, nous le savons bien, mais les établissements thermaux ont pensé, fait et organisé leurs activités pour réduire à minima le risque de contamination, pour qu'il soit aussi mesuré, mieux contrôlé que toute autre activité collective que pourrait faire un patient en dehors de son domicile.

De fait, seul le risque de faire une forme grave de Covid-19 pourrait peser sur le rapport bénéfice/risque et faire reporter la date d'entrée en cure thermale, pour privilégier le principe "*Primum non nocere*", en se souvenant qu'il est toujours possible de privilégier des soins thermaux individuels qui limitent encore plus les possibilités de contamination lors d'une cure thermale.

Quels sont ces facteurs qui peuvent nous faire reculer ?

² Nous sommes le 17 juin 2020, et la majorité des établissements thermaux ont réouvert entre la fin juin et la mi-juillet. Pour être refermés le 29 octobre 2020.

Dans son avis du 20 avril 2020, le Haut conseil de santé publique (Hcsp) a émis des recommandations pour la prévention et la prise en charge de la Covid-19 chez les patients à risque de formes sévères.

Selon les données de la littérature

- Les personnes âgées de 65 ans et plus,
- Les personnes avec antécédents (Atcd) cardiovasculaires : hypertension artérielle compliquée (avec complications cardiaques, rénales et vasculo-cérébrales), Atcd d'accident vasculaire cérébral ou de coronaropathie, de chirurgie cardiaque, insuffisance cardiaque stade Nyha III ou IV*,
- Les diabétiques, non équilibrés ou présentant des complications*,
- Les personnes ayant une pathologie chronique respiratoire susceptible de décompenser lors d'une infection virale (broncho-pneumopathie obstructive, asthme sévère, fibrose pulmonaire, syndrome d'apnées du sommeil, mucoviscidose notamment),
- Les patients ayant une insuffisance rénale chronique dialysée,
- Les malades atteints de cancer évolutif sous traitement (hors hormonothérapie),
- Les personnes présentant une obésité (Indice de masse corporelle > 30 kg/m²) (et plus particulièrement celles dont l'IMC est > 35),

* compte tenu de l'expérience de terrain des réanimateurs auditionnés (données non publiées).

En raison d'un risque présumé de Covid-19 grave

- Les personnes avec une immunodépression congénitale ou acquise : chimiothérapie anti-cancéreuse, traitement immunosuppresseur, biothérapie³ et/ou corticothérapie à dose immunosuppressive, ...

Autres pathologies rares dans la population des curistes :

- Autres causes d'immunodépression : infection à VIH non contrôlée ou avec des CD4 <200/mm³ ; consécutive à une greffe d'organe solide ou de cellules souches hématopoïétiques ; liée à une hémopathie maligne en cours de traitement,
- Les malades atteints de cirrhose au stade B ou C du score de Child Pugh,
- Les personnes présentant un syndrome drépanocytaire majeur ou ayant un antécédent de splénectomie,
- Les femmes enceintes, au troisième trimestre de la grossesse, compte tenu des données disponibles et considérant qu'elles sont très limitées.

Cette liste exhaustive des facteurs de risque retrouvés dans les formes graves de la Covid-19, nécessitant notamment le recours à des soins intensifs et une hospitalisation en service de réanimation est essentiellement énumérative reprenant les données de nombreuses publications et méta-analyses, sans approfondir l'étude de chaque facteur pour mieux en cerner la gravité *per se*.

Il ressort de la veille scientifique mise en place par la Société française de médecine thermale que la prudence est de mise en présence de certaines pathologies connues pour

³ sont en police différente les facteurs qui ont fait l'objet de travaux spécifiques qui ont permis de mieux cerner leur impact sur le risque de survenue d'une forme grave

être fréquemment associées à des formes graves de la maladie : une hypertension mal contrôlée, un diabète mal contrôlé ou grevé de complications, une pathologie cardio-vasculaire instable ou compliquée sont des facteurs classiques de contre-indications aux cures thermales qui peuvent grever le pronostic d'une contamination par le SARS-CoV2. Un traitement en cours par une biothérapie pour traiter une pathologie rhumatismale n'est pas contre-indiqué.

Qu'en est-il des patients de plus de 65 ans ?

Quand on ne regarde que le seul critère de l'âge, toutes les études montrent une plus grande fréquence des formes graves et des décès attribués à la Covid-19 dans les tranches d'âge les plus avancées, dès 65 ans et beaucoup plus entre 70-79 ans et au-delà de 80 ans.

Mais l'ensemble des auteurs soulignent que l'augmentation en âge va de pair avec une plus grande précarité et une plus grande fréquence de co-morbidités, notamment celles qui sont reliées directement à une plus grande gravité de la Covid-19, affectant les défenses immunitaires, ayant un tropisme cardiaque et vasculaire, ou favorisant encore la survenue de thromboses vasculaires.

Ainsi, l'âge calendaire n'est pas un facteur en soi : il convient d'apprécier l'âge physiologique et la présence éventuelle de co-morbidités qui sont reliés directement à une plus grande gravité de la Covid-19. Les 12 orientations sont possibles en cure, y compris les "Voies respiratoires".

L'obésité est un facteur de gravité, mais elle semble peser plus par les comorbidités qui lui sont fréquemment associées, comme un diabète ou une hypertension, qu'il convient de rechercher. Les cures thermales sont bénéfiques, pour soulager des troubles induits par ces affections, qu'il s'agisse de douleurs articulaires ou de troubles circulatoires, aussi pour aider à mieux contrôler la prise de poids avec la reprise d'une activité physique et une meilleure alimentation, qui sont souvent initiées au cours des cures thermales, notamment celles qui prennent en charge l'orientation "Maladies métaboliques".

Il en va de même pour la notion d'un diabète qui n'est pas en soi contre-indiqué (rechercher une éventuelle comorbidité : atteintes vasculaires, cardiovasculaires et rénales).

Pour la Société française de pneumologie, les personnes asthmatiques, porteuses de Bpco et tabagiques ne semblent pas constituer un groupe à risque d'infection sévère à Covid-19 et peuvent bénéficier des cures à orientation "Voies respiratoires" ou pour une autre orientation associée.

Les contre-indications à la réalisation de la cure en lien avec ces facteurs de risque seront évaluées en prenant en considération la balance bénéfiques/risques attendue. En cas de doute, ne pas hésiter à contacter le médecin thermal qui se tient à votre disposition.

Aujourd'hui, comment trancher ?

Quel risque a-t-on de contracter la Covid-19 en se rendant dans un établissement thermal ? Pour moi, il est minimal, inférieur au risque encouru lors de toute activité extérieure à son domicile ne respectant pas les mesures barrières.

Ce webinaire cherche à travers ses différentes tables rondes à vous permettre de forger votre propre opinion.

Trois mois plus tard, au moment de la rédaction de cet article qui reprend la présentation faite lors du Webinaire du 17 juin, le virus circule toujours et la Covid-19 connaît même une recrudescence dans de nombreux territoires, suite à un relâchement estival des mesures barrières notamment chez les plus jeunes.

Les patients qui sont venus en cure thermale ces derniers mois, depuis la réouverture des établissements thermaux, ont été totalement rassurés par les mesures sanitaires prises, qu'ils jugent utiles et non contraignantes. Ils déclarent s'être sentis en parfaite sécurité et très satisfaits d'avoir surmonté leur crainte et de pouvoir bénéficier de ce fait des avantages procurés par leur cure pour de longs mois encore.

Ce message de réassurance est un message important qu'il convient de relayer auprès de nos patients atteints de maladies chroniques qui hésitent encore à venir en cure thermale, au risque d'être plus lourdement handicapés et de devoir limiter leur autonomie, de vivre tout simplement, bien ou mieux.