

Depuis un an une trentaine de personnes atteintes de sclérose en plaques suivies à la Fondation Rothschild à Paris reçoivent des séances de réflexologie. Cet atelier fait partie d'un projet plus vaste d'éducation thérapeutique du patient ; son objectif : préserver ou améliorer l'harmonie corporelle, et aider à l'acceptation de la maladie et du handicap.

Les patients ont droit à 10 séances d'environ trois quart d'heure. Les premières séances sont données de façon rapprochées, à une ou deux semaines d'intervalle selon les possibilités de la personne. Puis, toujours dans la mesure du possible, l'intervalle entre les séances est augmenté dans le but d'arriver en fin de parcours à une séance par mois.

Le bilan au bout d'un an est très positif :

- le rapport de la personne avec son corps, et plus globalement avec elle-même, se modifie. Les pieds sont davantage considérés et soignés ; souvent l'habillement de la personne évolue. Le jogging ou legging façon pyjama disparaît au profit d'une chemise bien repassée, un jean ajusté, une jolie robe ou un foulard délibérément choisi. La prise de conscience de l'image corporelle progresse. Certains reprennent les séances de kiné qu'ils avaient abandonnées, d'autres se mettent à une activité sportive ou physique, d'autres encore envisagent de sortir de chez eux pour par exemple faire une brocante.

- du point de vue des symptômes liés à la maladie il y a aussi un impact : la digestion s'améliore, les sensations d'urgence pour uriner diminuent voire disparaissent. Les fourmillements également s'estompent et pour certains l'action sur les douleurs est très nette. Je note également un net assouplissement de la marche (il n'est pas rare que la personne oublie sa canne ou sa béquille en partant...). Pour certains l'amélioration tient dans le temps, pour d'autres malheureusement il est plus difficile d'espacer les séances.

- le stress liée à la maladie s'atténue ; le moral remonte. Certains patients suivent également un accompagnement avec la psychologue de la Fondation. La combinaison des deux disciplines est très intéressante. La connexion corps esprit en est enrichie.

Parfois le travail de parole a du mal à progresser. La réflexologie va ouvrir un nouvel espace : la détente profonde y contribue ; le lien entre le corps et les émotions sera évoqué autrement.

Lorsque la perception du corps est difficile, le travail avec la psychologue aide la personne à être plus claire avec ce qu'elle ressent ou ne ressent pas pendant et après la séance; elle profite mieux de ses perceptions et du coup de sa séance de réflexologie.

Cécile Rémy
Réflexologue
reflexologie.cr@free.fr
06 32 67 21 49

