

LA MÉDECINE THERMALE

ENQUÊTE:
UN MANQUE DE
CURE THERMALE
DOMMAGEABLE
AUX CURISTES
P.04

FOCUS:
LES ÉTABLISSEMENTS
THERMAUX SONT PRÊTS
POUR LA RÉOUVERTURE
P.13

EN STATION:
LE MÉDECIN
THERMAL, PILIER
DU THERMALISME
P.16

*Retour
à l'équilibre
avec la cure
thermale.....*

DOSSIER
P.06



Retrouver l'équilibre physique et mental avec la cure thermale

Les années 2020 et 2021 ont été une source de déséquilibres pour les patients. Périodes de confinement, incertitudes, angoisses, bouleversement dans la vie personnelle et professionnelle... La crise sanitaire n'a pas touché uniquement les patients atteints de la Covid-19, la santé de tous les Français s'est dégradée pendant cette période.

Certains ont délibérément choisi de renoncer à leurs soins, souvent par crainte de contamination au virus dans les cabinets médicaux. D'autres ont constaté une dégradation de leur santé et l'apparition de nouveaux symptômes liés à une modification de leur mode de vie. Les Français ont plus que jamais besoin de retrouver leur équilibre.

Retrouver l'équilibre avec les soins thermaux

Les malades chroniques ont connu des perturbations dans leurs soins habituels, ce qui a souvent accentué leurs symptômes, dégradé leur qualité de vie et même provoqué l'apparition de nouvelles pathologies dans les cas les plus graves. 75% des patients ont grandement souffert du manque de cure thermale en 2020 qui participe d'ordinaire à l'amélioration de leur pathologie et à leur bien-être quotidien. Ils n'attendent que de pouvoir retrouver leurs soins thermaux (découvrez notre enquête page 4).

Burn-out, trouble anxieux, douleurs rhumatologiques... Beaucoup de Français qui ne connaissaient pas de problèmes de santé jusqu'alors ont vu apparaître des symptômes de différentes pathologies pendant cette période. La cure thermale est, pour eux, une nouvelle opportunité de retrouver leur équilibre grâce à une prise en charge complète (voir notre dossier page 6).

Retrouver l'équilibre au sein d'un environnement médical sécurisé

Les médecins thermaux ont eu un rôle déterminant pendant cette période et se sont imposés comme des acteurs précieux de la santé. Ils ont assuré le suivi médical de nombreux curistes et ont également contribué à la mise en place de mesures sanitaires renforcées en établissement thermal (voir notre article dédié page 16).

Mesures sanitaires exceptionnelles, adaptation des protocoles de soins, encouragement à la vaccination... Tout est médicalement mis en œuvre pour permettre aux curistes de reprendre soin de leur santé (voir notre article sur les mesures sanitaires page 13).



DOSSIER:

Retour à l'équilibre avec la cure thermale

Comment prendre en charge physiquement et psychologiquement des malades chroniques après plus d'un an de sédentarité partielle? Quelle approche adopter pour soulager les symptômes liés à l'anxiété ou au télétravail? Pour répondre à ces questions, cap sur la cure thermale.

P.06

-

ENQUÊTE:

Un manque de cure thermale dommageable aux curistes

P.04

-

FOCUS:

Les établissements thermaux sont prêts pour la réouverture

P.13

-

EN STATION:

Le médecin thermal: pilier du thermalisme

P.16

-

LE SOIN:

Tonus, vitalité, mobilité avec le couloir de marche

P.18

-

EN PRATIQUE:

Comment prescrire une cure thermale ?

P.20

-

Enquête

UN MANQUE DE CURE THERMALE DOMMAGEABLE AUX CURISTES

En 2020, près de 380 000 curistes ont dû renoncer à leur traitement thermal du fait de la double fermeture administrative des établissements thermaux, prononcée à titre préventif. Pour mesurer l'impact de l'annulation et de l'interruption des cures thermales en 2020, le Conseil National des Établissements Thermaux (CNETh) a réalisé une enquête auprès de plus de 50 000 curistes, représentatifs de la population thermale, soit près de 10% des curistes en France.

Méthodologie

L'enquête en ligne a été réalisée sur la période mars/avril 2021 auprès des curistes qui ont réalisé leur dernière cure en 2019 ou en 2020, et/ou qui avaient réservé leur cure en 2020.

Plus de 50 000 questionnaires complets ont été recueillis et deux sous-populations ont été analysées pour les besoins de l'étude :

- les curistes qui ont réalisé leur dernière cure complète en 2019 (**groupe contrôle 1 = 23 432**);
- les curistes qui ont réalisé leur dernière cure complète en 2020 (**groupe intervention 2 = 16 844**).

Afin de neutraliser un potentiel effet de déception/frustration parmi les curistes privés de leurs soins en 2020, le groupe 1 a été scindé en deux sous-groupes :

les curistes qui avaient l'intention de réaliser leur cure en 2020 et ceux qui n'avaient pas cette intention.

L'échantillon ainsi constitué présente une excellente homogénéité externe (forte similarité à la population globale des curistes avec moins de 1% de différence sur les principales caractéristiques) et interne (forte similarité inter-groupes 1 et 2, rendant les comparaisons possibles). L'étude, fondée sur le déclaratif des participants, est de type « patient reported outcomes », sans évaluation clinique.

Afin d'éliminer dans la mesure du possible le parasitage des réponses par des phénomènes indépendants de la réalisation de la cure (évolution des comorbidités, développement d'une nouvelle pathologie,...), la formulation de la question a orienté l'appréciation de l'évolution au regard de la douleur et des autres symptômes de la pathologie qui a justifié la réalisation de la dernière cure.

Plus de 50 000 questionnaires complets ont été recueillis

Objectifs

L'objectif principal de l'étude est d'évaluer les conséquences en termes de santé individuelle du renoncement aux soins thermaux parmi les curistes qui n'ont pas réalisé de cure en 2020. Cet objectif est appréhendé au travers de deux types de critères :

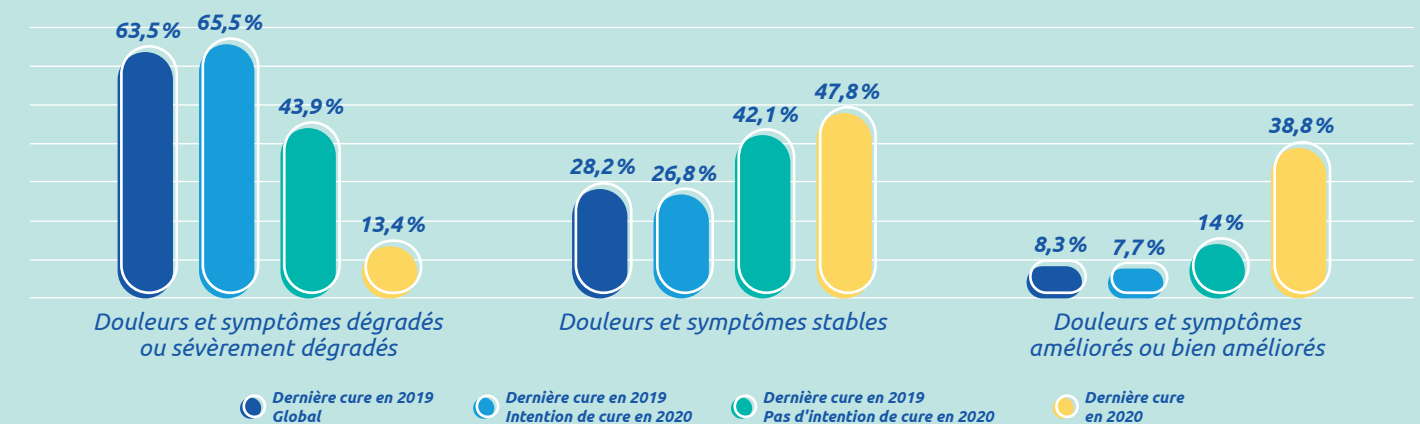
- **critères descriptifs de l'état de santé** : évolution des douleurs et symptômes liés à la pathologie pour laquelle la dernière cure a été réalisée, évolution des capacités à accomplir les gestes de la vie quotidienne, qualité de vie;
- **critères liés à la consommation de soins et de biens médicaux.**

Résultats

La proportion de sujets qui déclarent que leurs douleurs et symptômes se sont dégradés ou sévèrement dégradés est significativement plus importante dans le groupe 1 (63.5%) que dans le groupe 2 (13,4%). La différence est encore plus flagrante avec le groupe des curistes qui avaient l'intention de faire leur cure en 2020 (65.5%); elle reste très significative, y compris lorsqu'il n'y avait pas d'intention de faire une cure en 2020 (43.9%).



Évolution de la douleur et des autres symptômes



S'agissant de la capacité à accomplir les gestes de la vie quotidienne, le rapport des proportions entre **les curistes qui déclarent une détérioration de leur état révèle une aggravation 2,5 à 4 fois plus fréquente chez les curistes privés de leurs soins thermaux en 2020/curistes qui ont pu réaliser leur cure en 2020** : monter les escaliers (45,5% vs 12,1% soit 3,8), s'habiller/se déshabiller/faire sa toilette (19,6% vs 4,7% soit 4,2), porter des charges lourdes (61,0% vs 24,4% soit 2,5) et marcher (45,0% vs 15,8% soit 2,9).



La proportion de sujets qui déclarent consommer moins de médicaments est significativement plus importante dans le groupe 2 (34.7%) que dans le groupe 1 (10.0%). De la même façon, la proportion de sujets qui déclarent moins consulter (médecin, masseur-kinésithérapeute,

infirmière, psychologue, ...) est significativement plus importante dans le groupe 2 (46.6%) que dans le groupe 1 (20.4%). De façon assez prévisible, le niveau perçu de qualité de vie est significativement supérieur dans le groupe 2 (6.8) par rapport au groupe 1 (5.7).

Malgré ses limites liées au schéma expérimental, l'étude grâce à sa puissance statistique, son homogénéité interne et externe, et la magnitude des écarts observés, suggère la matérialité et l'ampleur des préjudices subis par les curistes privés de soins thermaux. Elle apporte la preuve a contrario de l'intérêt de la cure thermique pour ces populations, tant en termes de bénéfices individuels de santé, de qualité de vie, que de bénéfices collectifs en termes de réduction des consommations de biens et de consultations médicales.



Retour à l'équilibre avec la cure thermale

Comment prendre en charge physiquement et psychologiquement des malades chroniques après plus d'un an de sédentarité partielle ?
Quelle approche adopter pour soulager les symptômes liés à l'angoisse ou au télétravail ?
Pour répondre à ces questions, cap sur la cure thermale.

La crise sanitaire a mis la santé des malades chroniques à rude épreuve :

- physiquement, avec le ralentissement des consultations et des examens par les patients mais aussi avec une explosion de la sédentarité ;
- mentalement, avec le stress de la pandémie et le bouleversement des repères quotidiens.

Sans oublier celles et ceux qui souffrent, encore aujourd'hui, des conséquences de la Covid-19. 10% des personnes atteintes du coronavirus pourraient enregistrer des symptômes au-delà de 12 semaines (OMS, février 2021) et 34% des patients remis de la Covid-19 développent un trouble neurologique ou psychiatrique dans les 6 mois suivant l'infection (Lancet Psychiatry, 2021).

La campagne vaccinale et les mesures sanitaires déjà mises en place vont permettre d'accueillir les patients sereinement.

Même si la prise en charge des cas de "Covid-19 long" en station thermale est encore en cours d'élaboration, l'approche physique et psychologique propre à la cure thermale représente déjà une réponse adaptée à de nombreux malades chroniques en attente de soins. Alors que les stations sont restées fermées durant plusieurs mois, la campagne vaccinale et les mesures sanitaires déjà mises en place vont permettre d'accueillir les patients sereinement.



Priorité à la santé !

Depuis mars 2020, la santé est au cœur des préoccupations dans le monde entier. Chaque jour depuis plus d'un an, dirigeants, politiques, agences publiques, laboratoires, médias et scientifiques n'ont à l'esprit que la santé des citoyens. Même si la pandémie est sans précédent et qu'elle bat de bien tristes records, la Covid-19 n'est pas la seule maladie dont la population est atteinte. Les professionnels de santé observent que les consultations et les examens ont globalement repris depuis quelques mois mais les personnes atteintes d'affections chroniques ont dû attendre longtemps avant de pouvoir reprendre leur prise en charge thermale.

Comme l'indique l'enquête réalisée auprès de 50 000 curistes début 2021 (voir page 4), nombreux sont les curistes à subir les effets néfastes de la privation de soins, de la sédentarité et des nouvelles habitudes de vie conséquentes sur leurs douleurs et autres symptômes. Pour eux, la reprise des soins thermaux est primordiale. Les conditions sanitaires en stations thermales complétées par une campagne vaccinale largement déployée marquent la possibilité d'un retour sécurisé en cure thermale.



RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS
SUR LES MESURES SANITAIRES APPLIQUÉES
EN STATION THERMALE P.13



Prendre en charge les nouveaux "maux"

La crise sanitaire de la Covid-19 a fait également apparaître de nouveaux maux chez les malades chroniques mais pas uniquement. En cause, de nombreux facteurs propres à la crise sanitaire et aux périodes de confinement imposées, notamment :

- le changement de rythme de vie ;
- le fait de devoir rester enfermé ;
- l'éloignement des proches ;
- l'isolement ;
- le manque de mobilité et d'activité physique ;
- les incertitudes sur le contexte sanitaire, économique et social ;
- la peur de tomber malade ;
- le télétravail.

Les conséquences peuvent être physiques et mentales, avec des symptômes bien réels : troubles alimentaires, intensification de certaines douleurs rhumatologiques...

Angoissées par la pandémie, de nombreuses personnes ont développé des troubles anxieux, des dépressions modérées réactionnelles, ou ont

été parfois touchées par le burn-out ou encore les troubles du sommeil. Le stress a un facteur aggravant sur de nombreuses maladies chroniques comme les troubles urinaires, les pathologies dermatologiques telles que l'eczéma ou le psoriasis, ou encore la maladie de Parkinson.

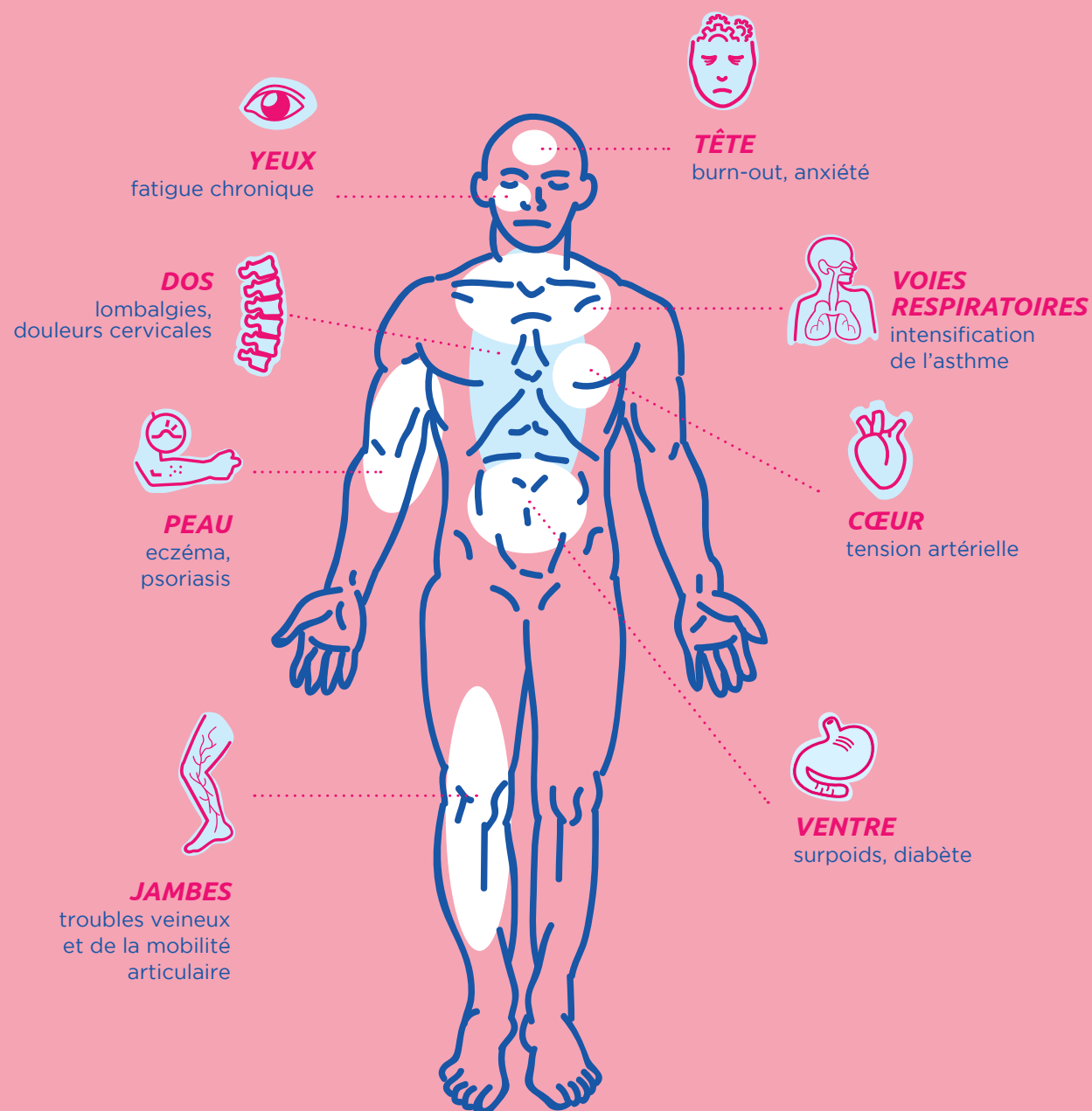
Le manque d'activité physique a aussi des répercussions très importantes chez les malades chroniques présentant des troubles ostéo-articulaires : arthrose, lombalgies, sciatiques... Le manque de mobilité a accentué les douleurs et réduit le périmètre de marche.

Les personnes souffrant de pathologies vasculaires et artérielles, comme la phlébite, n'ont pas été épargnées non plus par la diminution des exercices physiques qui permettent une meilleure circulation sanguine. Le thermalisme, qui représentait déjà une réponse aux maux du corps, pourra prendre le relais sur les maux de l'esprit.



LA CRISE SANITAIRE :

Apparition ou augmentation du risque de symptômes chez les malades chroniques



La cure thermale pour le personnel soignant

Après leur mobilisation exceptionnelle et compte tenu de la fatigue à laquelle ils font aujourd'hui face, la cure thermale est aussi une solution pour les soignants. Les stations thermales apportent leur soutien à ceux qui œuvrent chaque jour pour lutter contre la Covid-19 et préserver la santé de la population. La cure thermale offre un cadre qui mêle soins, éloignement de l'environnement de travail et conseils de professionnels de santé...



Une approche pluridisciplinaire

Les établissements thermaux peuvent capitaliser sur leur approche pluridisciplinaire pour prendre en charge ces nouveaux maux. La cure thermale propose des conditions de prise en charge particulièrement adaptées: cures spécifiques selon les pathologies, soins quotidiens, bienfaits des eaux thermales, éloignement de l'environnement professionnel et familial, écoute, repos, activité sportive, conseils diététiques... Ce qui permet à chacun de bénéficier de soins adaptés tout en se ressourçant.

L'établissement thermal représente un environnement unique. Selon les orientations, les équipes sont constituées de professionnels tels que des kinésithérapeutes, des psychiatres, des diététiciens, des sophrologues... Ensemble, ils s'adaptent à chaque curiste selon la prescription du médecin thermal pour un objectif commun: la santé et le mieux-être du patient.

Zoom sur la rhumatologie: les douleurs liées au télétravail



Mal au dos, douleurs nourries par la station assise et l'absence d'activité physique... Les praticiens voient apparaître de plus en plus de patients souffrant des symptômes découlant du télétravail.

Les médecins peuvent s'appuyer sur les professionnels des thermes qui leur apportent les soins pour soulager les douleurs et les bons conseils pour limiter les symptômes durablement.

Trois questions à Nathalie Negro, responsable d'un centre nutritionnel

Quels changements liés à l'épidémie avez-vous vu apparaître chez vos patients ?

J'observe plus de stress et d'anxiété que l'année précédente et je vois de nouveaux comportements compulsifs comme le grignotage, accentué par le manque d'exutoires comme le sport et les sorties. Globalement, les problèmes se sont accrus sur le plan alimentaire. Au début, le confinement a eu des effets "bénéfiques" : les patients avaient plus de temps pour cuisiner et préparer des repas équilibrés à la maison... Mais cet enthousiasme a été de courte durée. Ils ont ensuite cherché du réconfort dans les produits gras et sucrés et se sont mis à la pâtisserie. Plus compliqué encore, j'ai observé une hausse de la consommation d'alcool. Des patients "stables" ont repris du poids malgré l'équilibre qu'ils avaient trouvé.

Quel soutien avez-vous pu leur apporter en attendant leur cure thermale ?

J'ai pris conscience des troubles psychologiques et de l'importance du rééquilibrage. J'insiste donc sur la possibilité d'introduire des notes sucrées en fin de repas sans pour autant choisir des pâtisseries. J'encourage les curistes à pratiquer plus souvent le sport : marcher, faire des exercices de cardio... Je leur conseille des programmes en ligne comme le Pilates ou le yoga. Cela peut être très ludique et ils peuvent le planifier dans leur agenda facilement. La pratique d'une activité sportive est essentielle à une bonne santé physique et à la préservation de son équilibre mental. Garder une vie sociale est aussi capital pour préserver son moral et je les encourage à le faire, dans le respect des gestes barrière.

Quels sont les bienfaits de la cure sur les patients en souffrance ?

La cure thermale peut être une réponse à de nombreuses problématiques : obésité, diabète, hypertension... C'est l'occasion de rappeler les bons réflexes et les réintroduire dans le quotidien en douceur : le rééquilibrage alimentaire et l'activité physique notamment. Les curistes ont besoin de contact et j'observe une réelle solitude révélée par le suivi postcure que nous proposons. Habituellement, ce suivi se fait par email mais cette année, j'ai de nombreuses demandes pour le réaliser par téléphone. En cure thermale, ils sont entourés et reprennent une vie sociale en toute confiance car ils se sentent en sécurité du fait du protocole sanitaire très strict mis en place.

Avec l'anxiété, les comportements compulsifs explosent.



©Christophe STRAMBA BADI ALI



COVID-19, LES ÉTABLISSEMENTS THERMAUX SONT PRÊTS POUR LEUR RÉOUVERTURE

Fermés depuis octobre dernier, les établissements thermaux ont anticipé leur réouverture afin d'assurer une sécurité optimale aux curistes et aux personnels en station. Dès le 19 mai 2021, un protocole sanitaire renforcé a été mis en place.

Les mesures sanitaires solides mises en place dès 2020 ont permis une réouverture sereine des établissements thermaux, le maintien des soins et de leur efficacité pour le curiste. Jusqu'à l'annonce du deuxième confinement, l'activité thermale a été maintenue en toute sécurité, sans qu'aucune station n'ait dû fermer ses portes. Aucun cluster n'a été déclaré en station thermale, preuve de l'efficacité du protocole sanitaire pointu mis en place. En 2021, médecins thermaux, personnels de santé et de soin et acteurs de la station thermale renouvellent leur engagement pris avec la charte sanitaire.

Un protocole sanitaire qui a fait ses preuves

L'établissement thermal est, déjà en temps normal, un lieu médical sécurisé appliquant de nombreux protocoles pour garantir la sécurité des curistes. En effet, de nombreux curistes souffrent d'affection chronique, il convient de leur offrir des conditions sanitaires sécurisées.

Avec la Covid-19, il convenait de renforcer ce protocole. Les stations ont toutes adopté des mesures exceptionnelles lors de la réouverture de 2020. Distanciation sociale, marquage au sol, désinfection des mains systématiques, port du masque pour le curiste et le personnel ou encore renforcement du protocole de nettoyage et de désinfection... L'ensemble des établissements thermaux a fait preuve d'engagement et d'adaptation en respectant ce protocole.

Le protocole sanitaire a été renforcé avec de nouvelles mesures.

Les mesures conditionnant l'accès à l'établissement thermal

- présentation au médecin thermal d'un certificat attestant d'un schéma vaccinal complet (en règle générale, à partir de 14 jours après la deuxième injection – cf recommandation HCSP);
- pour les curistes ne bénéficiant pas d'un schéma vaccinal complet : à la présentation au médecin thermal d'un test RT-PCR de moins de 72 heures négatif.

Avec mon vaccin, je suis plus serein



Les principales mesures sur place

Le port du masque est obligatoire dans tout l'établissement thermal.

La distanciation physique doit également être respectée : 1 mètre entre chaque personne avec le masque et au moins 2 mètres lorsque le masque ne peut être porté ou qu'un dispositif de séparation (cloison ou écran) ne peut être mis en place. En bassin, il est prudent de compter 1 baigneur pour 4 m² sans protection.

Enfin, tous les soins collectifs potentialisant la diffusion du virus sont suspendus (soins des voies respiratoires en particulier).

Trois questions à Frédéric Pelestor, directeur des thermes de Rochefort

Comment avez-vous vécu ces mois de fermeture ?

Depuis 2020, la situation économique est très compliquée. De nombreux curistes ont annulé ou reporté leur cure l'année dernière. Nous avons réalisé des investissements importants pour prendre en charge les curistes dans les meilleures conditions. Nous attendons avec enthousiasme le retour de nos patients et la reprise de l'activité ! Depuis plusieurs mois déjà, de nombreux curistes nous sollicitent. Ils sont impatients de reprendre leurs soins pour soulager leurs douleurs.

Comment préparez-vous l'accueil des curistes ?

Nous avons développé un protocole de désinfection spécifique et drastique ainsi que limité le nombre de personnes admises dans l'établissement thermal. Dans le bassin par exemple, le planning est adapté pour répartir les patients dans la journée et maintenir ainsi la distanciation. Tous les équipements sont traités anti-covid après chaque patient et nous avons embauché du personnel supplémentaire afin de faire respecter les gestes barrières. Depuis le début de l'épidémie, les établissements thermaux ont renforcé leur protocole sanitaire pour assurer la sécurité des patients et du personnel : Il n'y a pas eu de "cluster" dans les établissements thermaux, c'est la preuve que les mesures sont efficaces.

Un protocole sanitaire sous forme d'écosystème en station

La sécurité sanitaire ne commence pas et ne s'achève pas aux portes de l'établissement thermal. Le curiste passe moins de 10% d'une journée au sein des thermes. La charte sanitaire s'applique donc à l'ensemble des acteurs de la station thermique.

Quel message souhaitez-vous faire passer aux médecins ?

Nous leur réaffirmons la qualité des soins et l'irréprochabilité des conditions sanitaires dans nos établissements. Ce sont des lieux sécurisés avec une prise en charge de leurs patients dans des conditions optimales. La vaccination et les tests PCR pourraient être fortement conseillés ou imposés par le ministère de la Santé ou par les médecins prescripteurs, pour un séjour en toute quiétude.

« Les curistes sont impatients de reprendre leurs soins pour soulager leurs douleurs. »



Un protocole formalisé dans une charte sanitaire commune à tous les acteurs

En parallèle, pour une prise en charge toujours plus sécurisée des curistes tout en garantissant les bienfaits de la cure thermique, un groupe d'experts sous la conduite du Conseil National des Établissements thermaux a élaboré une charte sanitaire. Ce référentiel a été validé par la Direction Générale de la Santé et agit comme une mesure de prévention et de protection supplémentaire pour accueillir les curistes face au risque pandémique.



Pour une prise en charge toujours plus sécurisée des curistes tout en garantissant les bienfaits de la cure thermique, un groupe d'experts sous la conduite du Conseil National des Établissements thermaux a élaboré une charte sanitaire.



Il ne comporte pas moins de 96 mesures que les établissements se sont engagés à appliquer, notamment les prérequis suivants :

- la mise en place au sein de chaque station d'une structure de coordination Covid-19
- les dispositions réglementaires et techniques relatives au contrôle sanitaire des sources et des points d'usage et aux opérations de maintenance
- la formation préalable de tous les personnels à la prévention et à la gestion des risques Covid-19, selon une trame de programme de formation élaborée par le CNETH
- la réalisation d'un plan de zonage distinguant des différentes zones de l'établissement thermal
- l'élaboration d'un plan de port du masque dans l'établissement
- les modalités de prise en charge des personnes cas possibles et cas positifs (procédure d'isolement, de réalisation du test RT-PCR, de suspension ou d'interruption de la cure, d'éventuelle prise en charge hospitalière).

De plus, une cellule Covid-19 a également été créée dans chaque établissement thermal. L'ensemble du personnel est maintenant formé à la « prévention et gestion du risque Covid-19 » pour être capable d'identifier les premiers symptômes et ainsi protéger les curistes et le personnel en station.

L'ensemble de ces mesures garantit la sécurité des curistes durant l'entièreté de leur séjour thermal mais également la sécurité de tous les acteurs de santé et de la station thermique.



LE MÉDECIN THERMAL

PILIER ESSENTIEL DU THERMALISME

Durant la crise sanitaire, les médecins thermaux ont fait preuve d'exemplarité dans la prise en charge des patients. Plus que jamais sur le devant de la scène, ils ont vu leur rôle évoluer vers toujours plus de responsabilisation.



Le Docteur Hugues Desfour est rhumatologue dans une station thermale. Médecin thermal depuis 33 ans, il s'est impliqué dans le thermalisme tout au long de sa carrière. Il répond à nos questions.

Comment décririez-vous le rôle du médecin thermal avant la Covid-19 ?

Les établissements thermaux sont des lieux de soins médicaux et le médecin thermal y occupe une place charnière. Se rendre en cure thermale n'est pas un événement anodin dans la vie d'un patient mais fait partie d'un parcours de soins visant à soulager une maladie chronique sur la durée.

Le médecin thermal opère alors une mission centrale de prise de contact, de suivi, de surveillance et d'écoute sur le long terme. En plus d'effectuer plusieurs consultations avec ses patients pendant leur séjour (trois au minimum), le médecin thermal est aussi présent en amont et après la cure. Cette prise en charge dans la temporalité permet de construire de vrais liens entre le médecin et ses patients.

Le rôle du médecin thermal s'est encore affirmé pendant cette période.

Ce rôle a-t-il évolué pendant la crise sanitaire ?

Le rôle du médecin thermal s'est encore affirmé pendant cette période. La Covid-19 a particulièrement ciblé les curistes, majoritairement des seniors en situation de comorbidité. C'est au médecin thermal qu'incombe la responsabilité de préserver un environnement sain en cure thermale. C'est pourquoi nous avons réalisé des entretiens et des questionnaires préalables avec les patients afin de déterminer si la cure était compatible avec leur situation.

Bien que les établissements thermaux soient des lieux très sécurisés, nous y avons parfois refusé l'accès pour certains patients à risque. En station, nous nous sommes montrés d'autant plus garants de la sécurité des curistes. A cette surveillance accrue s'ajoute aussi la nécessité de les rassurer face à cette situation inédite.



Comment les médecins thermaux se sont adaptés à ces évolutions ?

Les médecins thermaux se sont rapidement et naturellement saisis de ces nouvelles responsabilités. Notre participation à la rédaction de la charte sanitaire, un protocole indispensable pour accueillir les curistes et exercer notre métier dans de bonnes conditions, en est un exemple. Nous avons pris à cœur notre rôle pédagogique envers les curistes, mais aussi envers le personnel des stations thermales. Sur la base du volontariat, nous les formons sur les gestes barrières et les sensibilisons au risque pandémique. Cette mission relève de notre position de médecin.

« Les curistes n'hésitent plus à nous solliciter directement pour avoir des conseils. »

Les médecins thermaux ont des liens avec leurs patients curistes. Ces liens ont-ils évolué avec la crise sanitaire ?

Nos relations se sont renforcées. Les curistes n'hésitent plus à nous solliciter directement pour avoir des conseils. Ils ne passent pas nécessairement par leurs médecins généralistes qui n'ont pas toujours à disposition toutes les informations sur les cures thermales. Nous avons été attentifs à ne pas laisser le dialogue se dégrader durant la crise, et cela passe par une écoute accrue de nos patients. La continuité des rapports médicaux s'est accompagnée de mesures sanitaires pour garantir la sécurité de tous en station. Par exemple, nous réduisons notre capacité d'accueil en cabinet et fonctionnons uniquement sur rendez-vous pour limiter le risque épidémique.

Diriez-vous que le rôle du médecin thermal a été valorisé durant cette période ?

Tout à fait. La crise de la Covid-19 a remis la démarche médicale sur le devant de la scène et la médecine thermique ne fait pas exception. Depuis quelques années, le médecin thermal tendait à être perçu comme un maillon parmi d'autres de la chaîne du thermalisme alors qu'il en est le rouage essentiel. La profession a retrouvé toute son importance.

Comment préparez-vous la réouverture des stations thermales ?

Les médecins thermaux se projettent déjà dans l'après. Dans l'immédiat, nous pensons avant tout à la sécurité de nos patients. Afin de se rendre en station, les curistes devront attester de tests RCP ou PCR négatifs, ou bien d'une preuve de vaccination. Il relève de notre devoir d'encourager nos patients à se faire vacciner afin de garantir un accès serein aux cures thermales.

Comment appréhendez-vous l'avenir de la profession de médecin thermal ?

La crise va permettre de faire évoluer notre profession. Les rendez-vous en télé-consultation et les efforts de dématérialisation agissent aussi dans un but de sécurisation de nos patients. Dans les années à venir, notre profession va rencontrer un problème démographique. La crise a particulièrement touché le thermalisme et a accéléré ce phénomène de raréfaction des médecins thermaux. Nous réfléchissons déjà à des moyens de répondre à cet enjeu, en travaillant par exemple avec des infirmières dans le suivi des patients.



Tonus, vitalité, mobilité avec le couloir de marche

Les maladies chroniques artérielles, vasculaires, veineuses et lymphatiques touchent à différents degrés plus de la moitié de la population française. Soin majeur dans leur prise en charge, le couloir de marche a des effets non négligeables dans l'amélioration durable de la santé.

Une action par le mouvement

La circulation sanguine dépend de l'activité musculaire, particulièrement au niveau des mollets, dont chaque contraction éjecte 30 cm³ de sang vers le cœur. On parle d'effet de pompe. Le mouvement effectué dans le couloir de marche permet alors de muscler et de restaurer à la fois le fonctionnement de la pompe du mollet et de celle, plus accessoire, de la plante du pied.

Durant ce soin collectif de dix minutes, les curistes suivent un parcours de marche à contre-courant dans une piscine d'une profondeur de 60 à 75 cm, dont le sol est travaillé d'aspérités afin de masser la voûte

plantarie. L'eau thermale, de 26 à 29°C, est parcourue de bulles d'air aux vertus apaisantes. Répété chaque jour pendant trois semaines, cet exercice représente un effort conséquent pour les curistes, qui l'apprécient cependant car il constitue une rééducation active de la circulation veineuse.

Un soin bénéfique à de nombreuses pathologies

La plupart des établissements thermaux qui disposent d'un agrément pour les orientations phlébologie et maladies cardio-artérielles sont habilités à proposer un

couloir de marche à leurs curistes, pour répondre à de nombreux troubles.

- Formes sévères d'insuffisance veineuse avec œdème et retentissement cutané: l'exigence de la marche améliore la circulation sanguine
- Séquelles de phlébite: l'effet contention du couloir de marche associé à la mobilité de la jambe peut être indiqué pour soulager les symptômes post-thrombotiques
- Artériopathie des membres inférieurs: le soin est alors réalisé en eau carbogazeuse qui possède un effet vasodilatateur artériolaire.

Le couloir de marche est également un soin complémentaire en rhumatologie. Selon Javier Garcia, médecin et directeur de la station thermale de Saint-Amand-les-Eaux « quand un patient présente des problèmes articulaires, il y a souvent une compression des systèmes veineux. Les gens qui ont des problèmes articulaires ont donc aussi souvent des problèmes circulatoires ». Les cures en double orientation phlébologie-rhumatologie se révèlent alors très efficaces quand la pompe du mollet est altérée par l'arthrose des genoux et des hanches.



Trois questions au Dr Patrick Carpentier, Professeur Émérite de Médecine Vasculaire à l'Université Grenoble-Alpes



À qui s'adresse le couloir de marche ?

Il est particulièrement adapté aux personnes souffrant de lourds dysfonctionnements circulatoires. L'exercice est aussi recommandé pour les formes pathologiques moins sévères car il agit comme un déclic pour les curistes, qui réalisent les bienfaits de la marche et de l'effet de contention. Ils sont plus motivés à adopter ces gestes au quotidien. Le couloir de marche se montre aussi efficace pour soulager les pathologies lymphatiques comme les lymphœdèmes, ou encore les maladies cardio-artérielles comme l'athérosclérose.

En parallèle de quels autres exercices le recommandez-vous ?

Cet exercice s'accompagne d'autres soins qui en renforcent les effets, tels que:

- Le massage sous affusion d'eau thermale, afin d'assouplir la peau qui a tendance à se rigidifier au niveau de la cheville à cause de la mauvaise circulation sanguine.
- Le bain bouillonnant en baignoire, décontractant, qui stimule la microcirculation.

- La douche alternant des jets chauds et froids sur les jambes pour dissiper la lourdeur des jambes.
- La piscine de mobilisation en cure à orientation rhumatologie afin de travailler les articulations chez les patients présentant une insuffisance veineuse.

Quels comportements recommandez-vous aux curistes d'adopter une fois la cure thermale finie ?

La pratique d'une activité physique comme une marche régulière, sans interruption, avec un chaussage correct (pas de talons, de pantoufles ou de tongs) est ce qu'il y a de mieux pour bien amorcer la pompe du mollet. Les chaussettes à compression élastique, dont le port est prescrit et suivi par un médecin, représentent un bon traitement de l'insuffisance veineuse. Enfin, contrôler son poids est évidemment important sur le long terme. Tous ces conseils sont apportés lors des programmes d'éducation thérapeutique en cure thermale afin d'en pérenniser les effets.

les curistes réalisent les bienfaits de la marche et de l'effet de contention.



Comment prescrire une cure thermale?

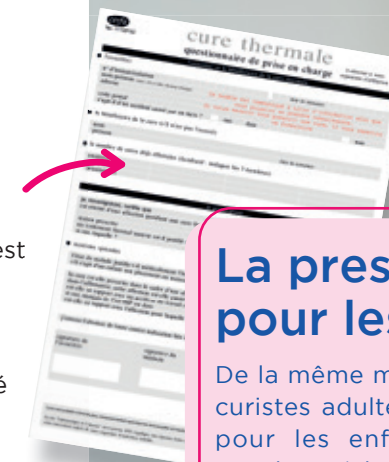
Plus que jamais, la médecine thermale tient toute sa place dans le paysage médical en offrant une prise en charge globale d'un grand nombre de pathologies. La santé publique retient aussi son intérêt dans la prévention et l'accompagnement des malades chroniques et du vieillissement.

Les conditions de prescription et de remboursement

La procédure de prescription d'une cure thermale est simple. Voici les grandes étapes à suivre :

- **Récupérer le questionnaire de prise en charge** Cerfa 11139*02.pdf disponible dans les caisses primaires d'assurance maladie. Il doit être demandé par le patient ou son médecin.
- **Remplir le questionnaire avec votre patient**, en y mentionnant la ou les orientations thérapeutiques selon les besoins du malade. La station thermale préconisée doit être mentionnée. Vous pouvez éventuellement souligner la nécessité d'une hospitalisation ou la prise en charge dans une maison d'enfants.

Conseillez à votre patient d'emporter les éléments clés de son dossier médical, avec si possible le courrier médical pour le confrère, les radiographies, les ordonnances, la liste des médicaments et les résultats d'examens biologiques. Il s'agit de servir l'efficacité de la prise en charge et de favoriser la coordination des soins. De son côté, le médecin thermal adresse un compte rendu au prescripteur.



La prescription pour les enfants

De la même manière que pour les curistes adultes, la cure thermale pour les enfants est prescrite par le médecin traitant et est remboursée à hauteur de 65%. Les parents ont également la possibilité d'accompagner leur enfant pendant l'ensemble de leur séjour thermal, sans pour autant bénéficier des soins.



Le remboursement de la cure

Une seule cure annuelle de 18 jours de soins est remboursée, sauf cas exceptionnel dont la justification sera évaluée par le médecin conseil de la caisse. **Le forfait thermal pour consultation du médecin thermal est de 80€ pour une orientation (3 consultations), ou de 120€ pour deux orientations, est remboursé à hauteur de 70%. Les soins sont pris en charge à hauteur de 65%.**

Le coût d'une cure équivaut à moins de celui d'une journée d'hospitalisation. Sous réserve de conditions de ressources, le curiste peut bénéficier d'une prise en charge partielle de ses frais de transport et d'hébergement ; mais la plus grande part de ces frais reste à la charge du patient. De nombreuses mutuelles participent également au remboursement.

• **Le patient adresse son formulaire rempli et signé à son centre de sécurité sociale** avant la date de départ choisie. La CPAM doit lui transmettre l'accord de prise en charge dans un délai de 30 jours.

• **Le patient prend lui-même contact avec l'établissement thermal** pour fixer les dates de sa cure et avec **l'office de tourisme** pour organiser son hébergement.

• **Généralement**, la veille ou le premier jour de la cure, **le patient rencontre le médecin thermal** avec lequel il aura préalablement pris rendez-vous ; celui-ci établit pour lui un programme personnalisé de soins. Ces derniers lui seront dispensés par des spécialistes hydrothérapeutes, kinésithérapeutes...



Les 3 pathologies auxquelles vous ne pensez pas mais qui pourraient bénéficier d'une cure thermale



Parkinson

Si la médecine actuelle ne peut pas guérir la maladie de Parkinson, l'association d'une cure thermale aux traitements habituels de la maladie a un impact positif sur la mobilité, l'amélioration des symptômes, la qualité de vie et l'anxiété.



Endométriose

Des soins thermaux spécifiques encadrés par des sages-femmes sont un moyen alternatif à la prise de médicaments pour soigner l'endométriose. L'eau thermale riche en soufre permet la cicatrisation des plaies causées par l'inflammation de l'endomètre et soulage les douleurs.



Diabète de type 2

La combinaison de l'éducation thérapeutique, de consommation d'eau thermale et de soins thermaux offre des bénéfices durables aux patients atteints de diabète de type 2 sur le plan musculaire, vasculaire, anti-inflammatoire et veineux, ainsi qu'en termes d'amélioration durable de l'hygiène de vie.

À combien de cures un curiste a droit par an ?

La règle est que chaque assuré a droit à une seule cure par an. Exceptionnellement, il est possible de réaliser deux cures par an dans des cas très limités. C'est en particulier le cas du traitement de séquelles de brûlures qui peut nécessiter une double cure. D'autres situations cliniques peuvent justifier deux cures annuelles. C'est le Médecin contrôleur de la caisse d'affiliation du patient qui juge de cette opportunité mais encore une fois, il est assez peu probable qu'il accède à ce type de demande.

Qu'est-ce que la double orientation ?

Le médecin a la possibilité de prescrire une cure en double orientation lorsque l'état de santé du patient peut bénéficier du traitement thermal simultané de deux pathologies. Ce peut être le cas si :

- le patient présente des pathologies qui ont une incidence l'une sur l'autre, par exemple des rhumatismes et un problème veineux ou encore des rhumatismes et un problème de surpoids.
- les pathologies sont non dépendantes, par exemple des troubles digestifs et une affection respiratoire.

Le médecin spécifie l'orientation principale, qui représente 4 à 6 soins par jour, et l'orientation secondaire, qui représente un demi-forfait soit 2 à 3 soins par jour.

Le coût du traitement thermal est alors majoré mais toujours pris en charge dans les mêmes conditions.



ours



Directeur de la publication
Thierry Dubois

Rédacteur en chef
Didier Le Lostec

Rédacteur en chef délégué
Claude Eugène Bouvier

Conception rédaction & Direction artistique
Parties Prenantes, Olivia Jamet, Caroline Nidelet

Crédits photos
©MarielsaNiels, @Istock

Impression
Idéale Prod

Remerciements à
Dr. Hugues Desfour, Pr Patrick Carpentier, Nathalie Negro, Frédéric Pelestor la commission communication du CNETH

Contact
1, rue Cels, 75014 Paris • 0153 91 05 75
medecinethermale.fr

**Recevez votre revue
et l'actualité**



**de la médecine thermique
directement par e-mail!**



**ABONNEZ-VOUS
GRATUITEMENT
GRÂCE À LA CARTE T**



**Et recevez gratuitement
10 magazines à mettre
à disposition de vos patients
dans votre salle d'attente!**

Rendez-vous sur www.medecinethermale.fr