

## Démarche qualité

# Se réappropriier son corps grâce au **toucher-massage**

**Au-delà d'une simple technique, le toucher-massage en secteur protégé d'hématologie du Centre hospitalier universitaire de Nantes (44) devient un véritable soin personnalisé, dans un contexte d'hospitalisation bien souvent difficile. Il s'inscrit dans une perspective d'accompagnement global des patients atteints de leucémie.**

*Reclaiming the body through touch-relaxation massage. More than just a simple technique, touch-relaxation massage in the protected haematology unit of Nantes general hospital has become a real personalised act of care, in what are often difficult conditions of hospitalisation. It forms part of the global support of patients suffering from leukaemia.*

40

## Mots clés

- Toucher-massage
- Hématologie
- Leucémie
- Thérapeutique non médicamenteuse
- Soins infirmiers

## Key words

- Haematology
- Leukaemia
- Non-medication therapy
- Nursing care
- Touch-relaxation massage

Une personne atteinte de maladie hématologique grave [1] vit de nombreuses transformations brutales à la suite de la découverte de la maladie et au traitement initié lors de l'hospitalisation en secteur protégé. Le bouleversement de la vie du malade est radical, du fait d'une hospitalisation longue de plusieurs semaines. Les identités sociales, professionnelle, familiale et personnelle sont entièrement remises en cause. Dès l'entrée en secteur protégé d'hématologie, les patients doivent se défaire de tout effet personnel. Au cours des premières semaines de l'hospitalisation initiale [2], de nombreuses transformations physiques surviennent (alopécie, perte de poids, modification du teint, fonte musculaire...). Dans ce contexte, les qualités d'écoute et d'accompagnement de l'ensemble de l'équipe du secteur protégé sont essentielles.

## Un corps détenu

L'isolement, nécessaire par mesure de protection, devient une contrainte majeure qui influence la façon dont les malades vont vivre ce séjour à l'hôpital durant plusieurs semaines. Bien qu'ils aient entièrement conscience qu'il s'agit de lutter contre leur maladie, ils comparent parfois leur condition à celle d'un détenu, tant l'isolement peut leur être pénible.



Le patient peut, grâce à la technique du toucher-massage, retrouver des sensations agréables alors que son corps est mis à rude épreuve.

Peut-on se représenter le fait de ne pas sortir d'une pièce pendant trente jours, parfois bien plus ? Pendant cette période, les sens des malades sont fortement éprouvés. En effet, les

stimuli sont limités à ceux de l'espace qu'ils occupent.

Puisqu'ils ne peuvent pas sortir de leur chambre, ils voient le même environnement pendant de longues

## Notes

- [1] Leucémies, lymphomes.  
[2] Ils reviendront à plusieurs reprises pour les traitements.

semaines, les sons qu'ils perçoivent sont artificiels pour la plupart (sonneries, bruits des machines). Les effets secondaires des traitements de chimiothérapie entraînent souvent des modifications de perception des odeurs et du sens gustatif. Le temps du repas qui peut devenir une véritable ressource devient une véritable épreuve...

Enfin, le patient ne rentrera en contact physique avec les soignants que pour les soins parfois invasifs (myélogrammes par exemple) et pourtant essentiels au traitement de sa maladie... Le sens du toucher devient alors en quelque sorte, dans un souci de protection des malades, le "sens interdit". N'est-ce pourtant pas dans les périodes difficiles que le toucher a toute sa place ?

### Le sens du toucher

Instinctivement, l'homme a besoin d'être en contact physique [3], et ce, dès les premiers instants de la vie. Le toucher est présent au quotidien, adapté au contexte social (poignée de main par exemple) ou personnel (caresses, etc.). Dans le contexte anxieux de l'hôpital, ces gestes sont inexistantes, et surtout, s'ils surviennent, ils ne gravitent qu'autour d'actes en lien avec la maladie... Le "corps malade" prend toute la place : les contacts physiques sont dépersonnalisés : ils sont centrés sur la maladie et non plus sur la personne.

### Le toucher-massage

C'est face à ce constat que la pratique du toucher-massage s'est installée peu à peu dans l'unité d'hématologie stérile du CHU de Nantes. Il est réalisé par une infirmière spécialisée en sophrologie [4] et en toucher-massage® [5], exerçant en poste transversal sur les services d'hématologie, d'oncologie médicale et de soins palliatifs. Les soins réalisés dans les chambres sont adaptés en fonction des besoins des patients, au niveau

### TÉMOIGNAGE D'UNE PATIENTE

« Quand Armelle me masse, mon dos, puis tout mon être deviennent légers, les tensions tombent, mon cou semble descendre d'un cran, se laisser-aller... Mon corps vivait donc si coincé, si arc-bouté sur ses souffrances ou ses tensions, dont il faisait fi ? Là, on ne me touche pas pour m'ausculter, ni pour un geste médical, on me touche pour me faire du bien, physiquement et directement. Juste pour mon propre bien-être ! Moment de détente et de laisser-aller : l'esprit aussi du coup peut se détendre... »  
*Madame F., 40 ans, atteinte d'une leucémie aiguë.*

des mains, des bras, du visage, des pieds, des jambes ou du dos. Ils sont pratiqués assis sur une chaise ergonomique de massage [6] ou allongé, habillé ou directement sur la peau (avec huile de massage) [7].

### Schéma corporel

Le  
toucher-massage  
permet aux malades  
de se réapproprier leur  
schéma corporel

L'objectif du soin est d'établir une complémentarité originale entre les compétences médicales et une thérapeutique non médicamenteuse [8]. Le toucher-massage permet aux malades de se réapproprier leur schéma corporel qui subit de nombreuses transformations liées aux traitements et à la maladie. Cet accompagnement différent vient en totale complémentarité des traitements médicamenteux. Ce soin personnalisé permet entre autres d'améliorer l'intensité des différents symptômes tels que l'anxiété, l'insomnie, les nausées, mais aussi la douleur. C'est aussi un moyen d'entrer en communication d'une autre façon lorsque l'angoisse du malade ne peut être exprimée verbalement. Le toucher-massage n'est pas une technique "parallèle" à la prise en charge médicale, mais elle s'inscrit dans une véritable démarche de complémentarité.

### Perspectives

L'approche globale du patient hospitalisé en secteur d'hématologie stérile que constitue le toucher-massage

mérite le développement d'un processus de recherche en soins infirmiers pour préciser ses effets. Pour cela, un projet amorcé dans le cadre du PHRIP 2011 (Programme hospitalier de recherche infirmière et paramédicale) est actuellement poursuivi.

### Conclusion

Le toucher-massage permet de prendre les personnes en charge en dehors de leur "statut" de malade. Réalisé en collaboration avec les équipes pluridisciplinaires du secteur protégé d'hématologie (médecins, psychologues, infirmiers, aide-soignants, masseur-kinésithérapeute...), il participe à un véritable accompagnement global de la personne. Il rappelle aux patients dont le corps fait défaut, qu'il est encore possible de percevoir des sensations agréables. Ceux-ci peuvent ainsi réinvestir leur corps en faisant la démarche d'en prendre soin, car si c'est par le corps que la maladie survient, c'est aussi de lui qu'émane la guérison. •

#### Armelle Simon

Infirmière spécialisée en sophrologie et toucher-massage®,  
Pôle médecine cancer hématologie  
CHU de Nantes Hôtel-Dieu, Nantes (44)  
[armelle.simon@chu-nantes.fr]

### Références

- Anzieu D (1985). *Le moi-peau*. Paris : Éditions Dunod ; 1998.
- Prayez P, Savatofski J. *Le toucher apprivoisé*. Rueil-Malmaison : Éditions Lamarre ; 2002.
- Savatofski J. *Le toucher-massage*. Rueil-Malmaison : Éditions Lamarre ; 2006.

### Notes

- [3] Anzieu D (1985). *Le moi-peau*. Paris : Éditions Dunod ; 1998.
- [4] Technique de relaxation dynamique par concentration mentale.
- [5] « Intention bienveillante qui prend forme grâce au toucher et à l'enchaînement des gestes sur tout ou partie du corps qui permet de détendre, relaxer, remettre en forme, rassurer, communiquer ou tout simplement procurer. Du bien-être, agréable à recevoir et qui plus est, à pratiquer ». Savatofski J.
- Le toucher-massage. Paris : Lamarre ; 2006.
- [6] Financée par l'association Leucémie Espoir.
- [7] Les actes sont réalisés dans le respect des règles d'hygiène rigoureuses indispensables à la protection des malades.
- [8] Changer de regard sur les thérapeutiques non médicamenteuses. Lettre d'information de la Haute Autorité de santé, n° 28, septembre-octobre 2011, p. 2-3.  
[http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c\\_1092361/changer-de-regard-sur-les-therapeutiques-non-medicamenteuses](http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_1092361/changer-de-regard-sur-les-therapeutiques-non-medicamenteuses)

Déclaration d'intérêts : l'auteur déclare ne pas avoir de conflit d'intérêts en relation avec cet article.