

La Cryothérapie corps entier :

La cryothérapie est une technique nouvelle qui consiste à placer le corps à une température très froide pendant une très courte période et de façon répétée. Le patient ne doit pas avoir de contre-indication à cette technique (par exemple des problèmes cardiaques ou respiratoires). Il doit présenter un certificat médical de non contre-indication à la technique.

La séance se déroule en maillot de bain avec gants et grosses chaussettes, avec une peau bien sèche, sans bijou. Elle ne dure que quelques minutes. Le corps est intégralement dans la cabine froide sauf la tête.

Cette technique n'est pas disponible partout. Elle peut avoir un effet sur la douleur, le sommeil ou la fatigue selon les patients. Elle n'est pas prise en charge par la sécurité sociale sauf si elle a lieu au cours de séances de kinésithérapie réalisées sur prescription médicale.



Le caisson hyperbare :

Appareil utilisé pour placer les patients dans un air enrichi en oxygène (par exemple après un accident de plongée), le caisson hyperbare a d'autres applications en médecine. Il a été testé dans la fibromyalgie par une équipe Israélienne avec des résultats très intéressants sur les douleurs. Les patients sont placés dans ce caisson fermé pendant 1 à 2 heures par jour, 5 jours sur 7 pendant plusieurs semaines. Ce traitement n'est pas utilisé en routine. Quelques centres ont essayé de traiter quelques patients en France mais cela reste anecdotique... pour le moment.

Visionnez la video sur l'oxygène sur le site www.hyssopus.fr (onglet videos)



Rendez-vous sur www.hyssopus.fr pour plus d'infos et videos



LES DOCS HYSSOPUS :

Fibromyalgie : La technique au service des patients

La fibromyalgie est une maladie invalidante qui se caractérise par des **douleurs diffuses et une grande fatigue.**

Chaque patient doit trouver le programme thérapeutique qui lui convient :

- Bien sûr les médicaments peuvent soulager en cas de crise aiguë mais ils peuvent s'avérer décevants sur le long terme (perte d'efficacité, mauvaise tolérance)
- Les techniques non médicamenteuses ont une place majeure dans la prise en charge de la fibromyalgie (activité physique et kinésithérapie font l'objet d'un feuillet à part).
- Parmi les traitements qui peuvent soulager, certains relèvent d'une technicité particulière et sont le plus souvent proposés dans des centres de traitement de la douleur. C'est le cas du **TENS** et de la **stimulation magnétique transcrânienne répétitive (rTMS)**.
- D'autres techniques sont plus innovantes et relèvent plutôt de l'expérimentation mais pourraient, dans les années qui viennent, être proposées en routine, comme le **caisson hyperbare** ou la **cryothérapie**. Nous vous détaillons ces techniques.



Rendez-vous sur www.hyssopus.fr pour plus d'infos et videos

La stimulation magnétique transcrânienne (rTMS)

Principe : cette technique consiste à stimuler à l'aide d'une source magnétique (c'est-à-dire un aimant) une zone centrale de traitement du message douloureux au niveau du cerveau. Dans la fibromyalgie, les articulations et les muscles fonctionnent correctement et les examens réalisés sont le plus souvent normaux. C'est en fait un dérèglement neurologique central qui serait responsable des douleurs, comme si le thermostat de la douleur était toujours branché au maximum au niveau du cerveau. L'idée de cette technique est de permettre à cet ordinateur central de refonctionner normalement.

Indications : elle est utilisée dans la fibromyalgie, la dépression, les douleurs neurogènes, les acouphènes... Dans chaque indication, la zone stimulée n'est pas tout à fait la même et il faut au préalable la repérer à l'aide d'une **IRM cérébrale**. Dans la fibromyalgie, ce sont en général les médecins algologues qui posent l'indication du traitement.

Les **contre-indications** de cette technique sont les suivantes : présence de matériel métallique ou prothétique dans la boîte crânienne (y compris oculaire ou cochléaire), épilepsie, pompes implantées, pace-maker, antécédent d'intervention neurochirurgicale, prise de toxiques, certains médicaments, entre autres.

Déroulement : en général, les 4 ou 5 premières séances sont quotidiennes puis les séances s'espacent (une par semaine puis tous les 15 jours par exemple). Chaque séance dure 30 minutes : on s'installe dans un fauteuil, on repère la zone où l'on va placer l'électrode et de petites impulsions magnétiques sont régulièrement délivrées à travers la boîte crânienne sur une zone très limitée.

Tolérance : elle est bonne. Quelques patients se plaignent de maux de tête transitoires. La complication classique (même si elle est rare) est la crise d'épilepsie, c'est pourquoi la séance se fait sous surveillance et jamais chez un patient épileptique connu. C'est une technique indolore et non invasive.

Efficacité : elle est variable d'un patient à l'autre : diminution des douleurs, de la fatigue, du sommeil... et peut être rapide ou lente. Si aucun bénéfice n'est constaté après 10 à 15 séances (3 à 4 mois) il n'est pas nécessaire en général de continuer. Par contre certains patients qui sont améliorés peuvent bénéficier de séances d'entretien.

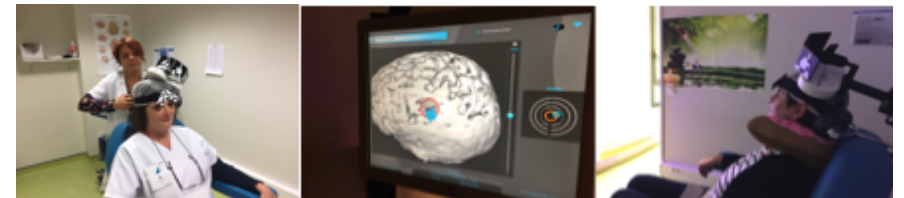
Video à voir sur le site www.hyssopus.fr (onglet videos)



Rendez-vous sur www.hyssopus.fr pour plus d'infos et videos

Déroulement de la séance de rTMS :

Avant la séance de rTMS, le patient est installé dans un fauteuil. Le matériel est positionné près de son crâne en regard de la zone à stimuler. Il faut garder la tête dans la même position en veillant à ce que le curseur reste dans la zone identifiée sur l'écran. La séance en elle-même n'est pas douloureuse. Elle dure trente minutes.

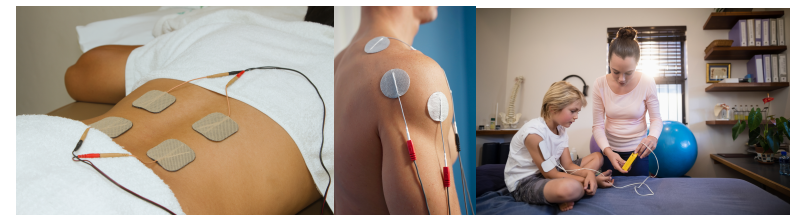


Le TENS (neurostimulation électrique transcutanée) :

Cette technique consiste à appliquer sur la peau, dans une zone douloureuse, une petite électrode reliée à un boîtier par un fil, qui va délivrer des impulsions électriques et soulager la douleur. L'infirmière ou le médecin vous montrent comment appliquer les électrodes et brancher l'appareil. Au départ, l'appareil est en location et on essaye chez soi. Si le traitement fonctionne il faudra acquérir l'appareil qui est partiellement pris en charge.

Les séances peuvent être réalisées à la demande par le patient lui-même, selon l'intensité et la localisation des douleurs.

Pour plus d'infos sur les différentes techniques de TENS, RDV sur le site www.hyssopus.fr (onglet videos).



Rendez-vous sur www.hyssopus.fr pour plus d'infos et videos