

toucher thérapeutique le prendre soin

Objectifs sur les patients

Réduire l'anxiété. Améliorer le bien-être des personnes atteintes de cancer.

Soulager les douleurs relatives à une chirurgie ou à un traitement douloureux chez des patients hospitalisés. Soulager les douleurs associées à l'arthrite et à l'ostéoarthrite. Réduire les symptômes des patients souffrant de démence de type maladie d'Alzheimer.

Diminuer la douleur des céphalées. Accélérer la cicatrisation des plaies. Contribuer au traitement de l'anémie. Soulager les douleurs chroniques. Contribuer au soulagement des symptômes de la fibromyalgie.



Le **toucher thérapeutique** est une approche qui rappelle l'antique pratique de l'**imposition des mains**, sans connotation religieuse toutefois. Il s'agit probablement de l'une des **approches énergétiques** les plus étudiées et documentées sur le plan scientifique. Diverses études tendent à montrer son efficacité pour réduire l'anxiété, la douleur et les effets indésirables postopératoires et de la chimiothérapie, par exemple.

La méthode est d'ailleurs approuvée par de nombreuses associations d'**infirmières** dont l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ), les Infirmières de l'Ordre de Victoria (VON Canada) et l'American Nurses Association. Elle est appliquée dans de très nombreux **hôpitaux** et enseignée dans plus de 100 universités et collèges, dans 75 pays à travers le monde¹.

Malgré son nom, le **toucher thérapeutique** n'implique généralement pas de toucher direct. Le praticien garde le plus souvent ses mains à une dizaine de centimètres du corps du patient qui demeure vêtu. Une séance de toucher thérapeutique dure de 10 à 30 minutes et se déroule normalement en 5 étapes :

- L'intervenant se centre intérieurement.

- À l'aide de ses mains, il évalue la nature du champ énergétique du receveur.
- Il effectue un balayage par de larges mouvements des mains pour éliminer les congestions d'énergie.
- Il réharmonise le champ énergétique en y projetant des pensées, des sons ou des couleurs.
- Finalement, il réévalue la qualité du champ énergétique.

Une infirmière à l'origine de l'approche

Le **toucher thérapeutique** a été élaboré au début des années 1970 par une « guérisseuse », Dora Kunz, et par Dolores Krieger, Ph.D., infirmière et professeure à l'Université de New York. Elles ont collaboré avec des médecins spécialistes en allergie et immunologie, en neuropsychiatrie ainsi qu'avec des chercheurs, dont le biochimiste montréalais Bernard Grad du Allen Memorial Institute de l'Université McGill. Celui-ci a effectué de nombreuses études sur les modifications que des guérisseurs pouvaient engendrer, notamment sur des bactéries, des levures, des souris et des rats de laboratoire^{3,4}.

Au moment de sa création, le toucher thérapeutique est rapidement devenu populaire auprès des infirmières vu leur **contact** privilégié avec les personnes souffrantes, leur connaissance du **corps** humain et leur **compassion** naturelle. Depuis, probablement en raison de sa grande simplicité (on peut apprendre la technique de base en 3 jours), le toucher thérapeutique s'est répandu dans la population en général. En 1977, Dolores Krieger a fondé la Nurse Healers - Professional Associates International (NH-PAI) qui encadre encore aujourd'hui la pratique.

Objectifs sur le soignant :

apporter de la confiance et vaincre le sentiment d'impuissance

prendre conscience de la présence et de la chaleur humaine dans les soins

apporter de la compassion et de la bienveillance

non jugement

débouchés : a tous les niveaux personnel et professionnel c'est une autre vision du soin ou du prendre soin