

# Journal La Source

Le dossier

## Zoom sur... les thérapies complémentaires

Que sont devenus nos diplômés...

Coup de cœur

# Sommaire

## ÉDITO

Zoom sur... les thérapies complémentaires 3

## DOSSIER : ZOOM SUR... LES THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES

« Soins infirmiers et thérapies complémentaires » 4

Thérapies complémentaires, médecines alternatives 7

L'acupuncture, entre tradition et modernité 8

Guy Buchler, homéopathe 10

Le Reiki, une thérapie énergétique et holistique d'origine japonaise 14

Une vision intégrative développée par le Docteur Simon Reboh 17

L'hypnose comme approche thérapeutique 19

EFT (Emotional Freedom Technique): révolutionnaire ou escroquerie ? 22

Les essences et les soins 24

L'hortithérapie 28

Pour en savoir plus 30

## AGENDA - VOS PROCHAINS

RENDEZ-VOUS AVEC LA SANTÉ 33

## NOUVELLES DE L'ÉCOLE

Les enjeux du vieillissement en Suisse et à l'étranger 35

Des étudiantes engagées... 37

## NOUVELLES DE LA CLINIQUE

Briser le tabou des cancers urologiques chez l'homme 38

## PORTRAITS CROISÉS ET CHAPEAU BAS

Annick vs Amandine 40

## QUE SONT DEVENUS NOS DIPLÔMÉS

Simon Menny 43

## PASSION DES ÉTUDIANTS

Leonardo Pereira, pianiste 45

## UN AUTRE REGARD

Voyage initiatique dans le monde de l'invisible : mon expérience chamanique 47

## À CONTRE-COURANT

Jardin botanique de Saint-Triphon 50

## LA RUBRIQUE DE TATA DOM'

Se soigner en mangeant : info ou intox ? 51

## COUP DE CŒUR

Le Théâtre Contexte Silo à Renens 54

RÉSULTATS DU CONCOURS DE L'ÉTÉ 56

## LA RECETTE

Dorade au four accompagnée de dés de courge sautés 57

## FAIRE-PART

Décès 58

# Edito

## ZOOM SUR... LES THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES

Les thérapies complémentaires sont entrées dans l'univers des soins depuis quelques années et les personnes y recourant sont de plus en plus nombreuses. A 129 ans bien sonnés, le Journal La Source se devait d'aborder le sujet.

Notre souhait, dans ce dossier, ne consiste pas à faire l'apogée de telle ou telle thérapie, ni de nous positionner pour ou contre puisque chacun est à même de se forger son opinion selon ses observations, convictions, représentations et valeurs... Le Journal met en vitrine la diversité des thérapies pour lesquelles les auteurs ont choisi de nous livrer leurs expériences, prises de conscience, observations, réflexions. Leur point commun s'avérant la vision holistique des soins.

*Les thérapies complémentaires couvrant un champ particulièrement vaste, l'exhaustivité n'est pas de mise dans ce dossier. Considérez-le plutôt comme une invitation à redécouvrir celles que vous connaissez partiellement ou à découvrir celles que vous ne connaissez pas.*

Dans le Journal de l'Été, nous avons annoncé une nouvelle rubrique « verte » ; cette fois-ci, elle est déclinée dans le dossier et traite de l'hortithérapie.

La rubrique *Pour en savoir plus*, vous permettra de tourner les pages ou de naviguer sur Internet, comme bon vous semble, et pour glaner informations et précisions. Enfin, nous espérons que la thématique sur les thérapies complémentaires sera l'opportunité pour un *Courrier des lecteurs* dans le dernier numéro du Journal Source 2019 !

*Bonne lecture automnale!*

**Véronique Hausey-Leplat**  
Rédactrice Journal La Source  
Institut et Haute Ecole  
de la Santé La Source

# Le dossier

## « SOINS INFIRMIERS ET THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES »

**Un module à option proposé à HESAV<sup>1</sup> depuis 5 ans, concerne 35 à 40 étudiants de HESAV et de l'ELS<sup>2</sup> de 3<sup>ème</sup> année**

Pourquoi travailler les thérapies complémentaires dans une formation académique en soins infirmiers ? Selon l'OMS<sup>3</sup>, la médecine alternative et complémentaire (MAC), appelée également médecine traditionnelle ou non conventionnelle, représente le mode de soins le plus fréquent dans le monde.

En 2009 le peuple suisse s'est prononcé sur l'inclusion de la médecine complémentaire dans notre système de santé et 24% de la population totale (Vaud 30%) y a eu recours au moins une fois dans sa vie. La stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle encourage le développement des MAC dans les systèmes de santé, via des pratiques de qualité sûres et efficaces afin d'améliorer la santé, les soins centrés sur la personne et le développement de son autonomie. Ce déploiement rencontre néanmoins de multiples difficultés, tels le manque de connaissances tant du personnel soignant que de certains praticiens en MAC ou le manque d'informations objectives et fiables accessibles aux patients. La littérature relève que les infirmières<sup>4</sup> et les médecins se sentent insuffisamment formés pour accompagner les patients dans des choix pertinents et sécuritaires en regard de leur situation de soins. Pourtant ils se doivent de partici-

per à la qualité de l'information dispensée aux patients. Ceux-ci la recherchent auprès d'amis (56,5%), de la famille (29,1%), des médias (28,4%), de leur médecin (18,6%), des thérapeutes en MAC (12,9%), alors que les infirmières sont rarement sollicitées (3%). Depuis 2014 les futurs médecins, pharmaciens, dentistes ou chiropraticiens sont obligés de suivre un minimum de cours sur les MAC. Aucune obligation similaire n'existe en soins infirmiers, ce qui laisse songeur en regard du rôle pivot des infirmières dans l'offre et le conseil de soins de support.

De grands hôpitaux suisses développent un intérêt pour les MAC avec des offres qui se diversifient. Par exemple, le CEMIC<sup>5</sup> du CHUV vise à structurer et coordonner les prestations existantes puis à développer une offre. Le Centre de médecine intégrative de l'hôpital cantonal de St-Gall propose une consultation interdisciplinaire afin de

<sup>1</sup> Haute Ecole de Santé Vaud

<sup>2</sup> Ecole La Source

<sup>3</sup> Organisation mondiale de la santé

<sup>4</sup> Les termes infirmières, patients, pharmaciens, etc. déclinés au féminin ou masculin se lisent dans les deux genres

<sup>5</sup> Centre de médecine intégrative et complémentaire / Centre Hospitalier Universitaire Vaudois

**Cours sur le « secret » :**  
*J'ai beaucoup apprécié la présentation d'un anthropologue, qui nous a donné ce cours de façon très professionnelle avec la distance suffisante pour permettre de connaître ce sujet avec le recul suffisant. Je n'aurai été que sceptique si ce cours avait été donné par quelqu'un de fervent dans le milieu.*

*Globalement, j'ai apprécié le cours d'aromathérapie, très intéressant, montre beaucoup d'exemples qui sont variés. Elle nous a montré du concret et pas seulement de la théorie qu'on ne saurait pas mettre en pratique (tous les cours l'ont fait d'ailleurs).*

J'ai beaucoup aimé la dynamique du professeur. Il m'a donné envie d'en connaître plus sur la phytothérapie !

guider les patients dans le choix de MAC adaptées et sécuritaires. L'HFR Fribourg a ouvert le premier centre de pédiatrie intégrative.

Ainsi ce module de 5 semaines participe pleinement au développement des compétences des infirmières en formation, nécessaires à l'accompagnement des usagers dans leur choix d'utiliser des MAC de manière avisée en regard de leur situation individuelle de santé et/ou de maladie, en collaboration avec les équipes soignantes intra et interprofessionnelles. Il se décline en quatre axes d'apprentissage (sciences infirmières, humaines, cliniques et habilités cliniques) avec des activités pédagogiques variées. Des spécialistes animent des cours, participent à des tables rondes ou partagent leurs expériences. Ils sont médecins, infirmières, thérapeutes complémentaires,

témoins et démontrent combien les MAC représentent une approche globale dépassant le traitement symptomatique. L'analyse de situations cliniques confronte les étudiants aux indications, limites et effets indésirables des MAC lors de cancer ou de lombalgies chroniques. Ils doivent alors rechercher dans la littérature scientifique si les MAC pourraient soulager en toute sécurité certains symptômes liés à la maladie ou aux traitements. Les enjeux éthiques sont travaillés lors de débats contradictoires afin de développer le positionnement professionnel. Enfin, ils découvrent différentes thérapies (massage, réflexologie, aromathérapie, hypnose) lors d'ateliers pratiques.

Fort du fait que les étudiants sont les acteurs principaux de leur professionnalisation et que le développement des compétences est un processus, le choix du portfolio s'est

*Les intervenants venant de différents horizons ont permis d'avoir une vision globale sur la situation. Intéressant d'avoir l'expérience du patient pour comprendre l'utilité et l'utilisation des thérapies complémentaires (Table ronde MAC en oncologie).*

*J'ai eu énormément de questionnements durant ce cours, cela était génial! J'ai pu en découvrir plus sur moi-même ainsi que sur ma profession. Ce cours est hyper pertinent pour la profession infirmière.*

*Très variées, permettent à tout le monde d'y trouver son compte (tant pour la curiosité, que pour les expériences ou encore pour l'élaboration du portfolio).*

Enorme coup de cœur pour l'atelier hypnose! A garder absooooo-lumeeeeent!

rapidement imposé comme outil d'évaluation. Il donne du sens aux apprentissages et met l'accent sur la réussite. La réflexivité, la pensée critique et l'intégration des connaissances sont développées. C'est « *Un échantillon de preuves, sélectionnées par l'étudiant dans l'intention de rendre compte fidèlement des apprentissages réalisés..., celles-ci comprenant une autoévaluation, pour que soit porté un jugement judicieux et éthique sur le niveau de développement des compétences concernées...* » Tardif (2006, p.266). L'étudiant démontre ses connaissances et ses aptitudes à les métaboliser, fait des liens avec les rôles et compétences infirmières. La forme de présentation libre encourage créativité et aspect ludique. Le récit d'expérience est une pièce importante se référant à un moment significatif entraînant un enrichissement des connaissances, affects ou capacités. Le travail le plus intéressant est celui dans lequel l'étudiant argumente sa progression. Le questionnaire réflexif demandé permet la conscientisation du changement induit par l'expérience.

L'équipe enseignante relève un gros investissement des étudiants, lié à leur motivation, des travaux créatifs et très bien documentés et de très bonnes évaluations du module par les participants.

Ce module s'inscrit dans une tradition plus large de l'enseignement des thérapies complémentaires à HESAV depuis les années 80 avec différentes thématiques.

**Myriam Urfer**  
Responsable du module  
MEA, filière soins infirmiers  
Haute Ecole Santé Vaud (HESAV)  
**Corinne Schaub**  
professeure HES associée  
Unité de recherche et  
développement en santé  
Haute Ecole Santé Vaud (HESAV)  
**Marie-Christine Follonier**  
MEA, filière soins infirmiers  
Haute Ecole Santé Vaud (HESAV)

# Nouvelles de l'Ecole

**2<sup>ème</sup> Congrès Intercantonal :**

## LES ENJEUX DU VIEILLISSEMENT EN SUISSE ET À L'ÉTRANGER

**Jeudi 6 juin 2019, Beaulieu, Lausanne**



© Photo Ecole La Source

Venues des quatre coins de la Suisse et d'autres pays francophones, plus de 700 personnes ont répondu présent. Parmi elles, des professionnels du domaine de la santé et du social, des personnalités politiques, des leaders d'opinion et des aînés.

L'évènement a bénéficié d'un large soutien de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), l'État de Vaud, la Ville de Lausanne, la Revue médicale suisse, la Fondation Leenaards, la Age Stiftung et la Ligue suisse contre le cancer. Cela démontre bien la volonté commune de créer un environnement propice aux échanges et à l'émergence d'actions concertées pour une plus grande efficacité.

---

### **RÉPONDRE ADÉQUATEMENT AUX QUESTIONS DU VIEILLISSEMENT DE LA POPULATION REPRÉSENTE UN DES DÉFIS MAJEURS DU XXI<sup>ème</sup> SIÈCLE.**

---

Ces questions représentent des changements de paradigmes sanitaires et sociaux nécessitant des réponses concertées de toutes les parties prenantes. Il s'agissait notamment d'entrevoir et d'interroger à la lumière de deux concepts essentiels – la fragilité et l'innovation – comment les acteurs à de multiples niveaux d'intervention appréhendent ces enjeux présents et futurs et orientent leurs actions vers les besoins particuliers des séniors.



© Photos Ecole La Source

Les différentes contributions ont fait le lien entre des savoirs aussi théoriques que pratiques et permis ainsi une vraie réflexion sur les réponses à donner à cette problématique de santé publique. En organisant cette journée unique en Suisse, La Source visait à répondre au besoin réel de discuter et engager des solutions coordonnées, interprofessionnelles et intersectorielles en matière de santé de la population vieillissante. Susciter le débat, la réflexion, le positionnement professionnel et citoyen face aux changements de paradigmes sanitaires et sociaux liés aux enjeux du vieillissement de la population est primordial.

---

**LE CONGRÈS A PERMIS DE FAIRE SE RENCONTRER DES PUBLICS QUI N'ONT QUE TROP RAREMENT L'OCCASION D'ÊTRE RÉUNIS AUTOUR DES ENJEUX SANITAIRES ET SOCIAUX DU VIEILLISSEMENT ET, PLUS LARGEMENT, DES TRANSFORMATIONS SOCIALES MAJEURES (DUES AUX MUTATIONS DÉMOGRAPHIQUES, ÉPIDÉMIOLOGIQUES, SOCIO-CULTURELLES, TECHNOLOGIQUES ET ÉCONOMIQUES).**

---

Les messages passés par les différents intervenants ont été on ne peut plus clairs : il est impossible d'envisager 2040 sans repenser profondément le système de santé et nos organisations ; il faut oser changer et s'adapter... et accepter de se tromper. Le défi démographique peut devenir une véritable opportunité de société.

*Pia Coppex-Gasche  
Maître d'enseignement  
Cheffe de projet du congrès  
Institut et Haute Ecole  
de la Santé La Source*



# Portraits croisés

## et chapeau bas

### ANNICK VS AMANDINE

Annick nous quitte, diplôme sous le bras, pour une nouvelle étape de sa vie, que nous lui souhaitons enrichissante et épanouissante. Amandine débarque pour une nouvelle expérience et, sans chausser les souliers de sa prédécesseure, va garder un œil sur ses traces tout en improvisant son propre chemin.

Afin de marquer cette passation, elles se prêtent au jeu des confessions, à la mode chez les Anglais dans les années 1860 et qui leur permettait de dévoiler des traits choisis de leur personnalité, prémisses des profils et avatars actuels. En effet, ces questions apparemment anodines, engendrent une réflexion intense... Que veut-on dire et laisser voir de nous-même à travers nos réponses ? Qui voulons-nous laisser apparaître ?

C'est grâce à l'auteur français Marcel Proust (1871-1922) que ce jeu s'est fait une place au cours des décennies. Il l'a traduit en français, a effectué quelques coupes et ajouts et y a répondu à plusieurs reprises. Le manuscrit contenant une version de ses réponses, quand il avait 19 ans, a été vendu aux enchères pour 102'000 euros en 2003... S'approprier l'intimité d'une célébrité n'aurait donc aucune limite ?

Rebaptisé « Questionnaire de Proust », il est aujourd'hui encore utilisé par des journalistes, et inspire les auteurs de tests de personnalités dans les magazines d'été.

En voici une version amputée, une image maîtrisée (c'est du moins ce qu'elles croient), de vos deux obligées.

---

#### PLACE AU JEU !

---

#### Les questions

- |  |   |
|--|---|
| 1. Le principal trait de mon caractère ?     | 11. Mes poètes préférés ?                       |
| 2. Ce que j'apprécie le plus chez mes amis ? | 12. Mes héros favoris dans la fiction ?         |
| 3. Mon principal défaut ?                    | 13. Mes héroïnes favorites dans la fiction ?    |
| 4. Mon occupation préférée ?                 | 14. Mes compositeurs préférés ?                 |
| 5. Mon rêve de bonheur ?                     | 15. Mes peintres favoris ?                      |
| 6. Quel serait mon plus grand malheur ?      | 16. Ce que je déteste par-dessus tout ?         |
| 7. Ce que je voudrais être ?                 | 17. Le don de la nature que je voudrais avoir ? |
| 8. Le pays où je désirerais vivre ?          | 18. Comment j'aimerais mourir ?                 |
| 9. La couleur que je préfère ?               | 19. État d'esprit actuel ?                      |
| 10. Mes auteurs favoris en prose ?           | 20. Ma devise ?                                 |



© Photo Annick Bucry

### Les réponses d'Annick

1. Le sens de l'observation
2. L'honnêteté et l'humour
3. Mon côté Drama Queen ?
4. Cuisiner... ou manger ?
5. Juste être bien ici maintenant
6. Être privée d'Ovomaltine
7. Sans peur et sans reproche
8. Au Pays imaginaire
9. Celle du lac
10. Becket, Kundera, Despentès, Lisa Mandel
11. Barbara, Brel, Guy Goffette, Odezenne
12. Le Petit Poucet, Peter Pan, Vladimir et Estragon
13. Fifi Brindacier, Hermione Granger et toutes les Culottées de Pénélope Bagieu
14. La liste est infinie
15. Caillebotte, Klee, Peter Doig, Sam Szafran
16. La lâcheté (la mienne autant que celle des autres)
17. Savoir chanter, ou jouer d'un instrument
18. Dignement
19. Serein
20. Un jour sans beurre, 100 ans de malheur !



## Les réponses d'Amandine

1. L'ironie
2. La franche rigolade
3. Mon côté « anti-tout »
4. Profiter des bons moments
5. Il change tout le temps
6. Le prochain
7. En confiance avec moi-même et l'univers
8. Celui qui m'aide à me connaître moi-même
9. Celle qui me fait me sentir moi-même
10. Despentès, Cendrars, Darieusseq, Flaubert, Bouraoui, Camus, Fante, et tant d'autres
11. Jean-Philippe Dauphin, Patti Smith, Baudelaire, W. Blake
12. Bardamu et Robinson, Frankenstein, Henry Chinasky
13. La Penthésilée que j'ai créée, Starbuck (Battlestar Galactica)
14. Lee Perry, Nina Simone, Lee Hazelwood, The Ramones, Gainsbourg et cætera
15. Eloïse, David, Pollack, Basquiat, Valloton, Bacon, C.D. Friedrich, Hopper, Goya...
16. L'hypocrisie
17. La transcendance
18. Par hasard
19. Préoccupée
20. Carpe Diem

Amandine s'installe et Annick vous quitte, du moins en tant qu'étudiante, puisque je reste membre du Comité et espère vous retrouver entre les pages du JLS pour vous donner des nouvelles du terrain et ramener ma fraise ou... ma madeleine !

Durant mes quatre années d'études et mes trois ans en tant que rédactrice, j'ai eu la chance de rencontrer des étudiants<sup>1</sup> atypiques, passionnés et surprenants. Ce fût un grand plaisir de les questionner et d'esquisser leurs portraits, et j'aimerais les remercier encore une fois toutes et tous chaleureusement de s'être prêtés au jeu du dévoilement de soi. Un grand merci aussi aux membres du Comité pour les grands débats et les

idées stimulantes. Et puis surtout, bien sûr, un immense merci à toi Véronique pour ta confiance et ta générosité !

*À toutes et tous je vous dis à très bientôt, bel automne, bienvenue à Amandine et longue vie au JLS !*

**Annick Budry**  
Rédactrice Journal La Source  
Jeune diplômée 2019  
Volée automne 2016  
**Amandine Zurbuchen**  
Rédactrice Journal La Source  
Étudiante 2<sup>ème</sup> année Bachelor  
Volée automne 2018

<sup>1</sup> Les termes (patient, soignant, soigné, infirmier, etc.) déclinés au masculin se lisent également au féminin