

# Bienvenue à l'atelier sur l'apport de la massothérapie en soins palliatifs

J'ai souvent remarqué aussi que les malades graves éprouvent un grand désir d'être touchés, d'être traités comme des personnes à part entière et non comme des individus en mauvaise santé.

Vous pouvez leur procurer beaucoup de réconfort en leur prenant simplement la main, en les regardant dans les yeux, en les massant doucement, en les tenant dans vos bras ou bien en respirant doucement au même rythme qu'elles.

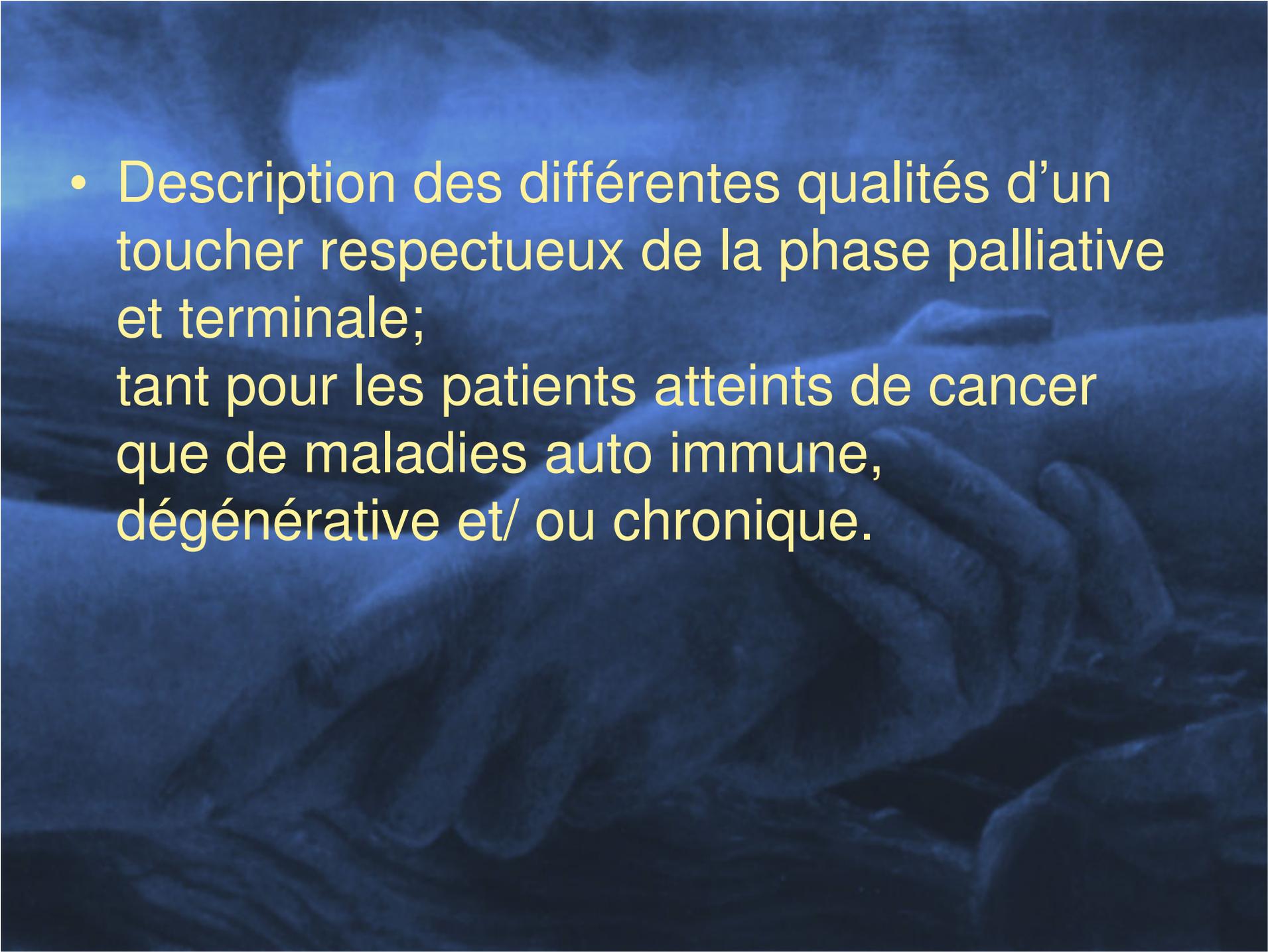
Le corps a sa manière propre d'exprimer l'amour. Utilisez sans crainte son langage: vous apporterez aux mourants apaisement et réconfort.

# L'apport de la massothérapie en soins palliatifs

- Lyse Lussier, massothérapeute, Directrice générale adjointe, Phare, Enfants et Familles
- Sylvie Lepage, massothérapeute, Directrice pédagogique, Arborescence
- Julie Jobin, massothérapeute, enseignante et superviseure clinique Arborescence
- Michèle Bastien, massothérapeute Royal-Victoria, enseignante et superviseure clinique Arborescence
  
- Avril 2009
- 19e Congrès du Réseau de soins palliatifs du Québec
- Montréal, Québec

# Objectifs de présentation

- Décrire les différentes qualités d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale; tant pour les patients atteints de cancer que de maladies auto immune, dégénérative et/ ou chronique.
- Réfléchir sur la potentialité du toucher en terme de :
  - moyen de soulagement de la douleur,
  - d'outil de communication,
  - geste de compassion.
- Discuter des limites et des défis du massothérapeute accompagnateur de patients en fin de vie et de leurs familles.

- 
- Description des différentes qualités d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale;  
tant pour les patients atteints de cancer que de maladies auto immunes, dégénérative et/ ou chronique.

## Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Tient compte des effets de la médication qui peuvent altérer la sensibilité au toucher :
  - Anti inflammatoire
  - Analgésique
  - Relaxant musculaire
  - Anticoagulant
  - Anti dépresseur
  - Anxiolytiques
- La gestion du diabète

## Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Tient compte des contre-indications de massage totales ou partielles qui nécessitent l'adaptation du geste de massage dans les régions à couvrir :
  - Plaies ouvertes
  - Plaies de lit, lésions
  - Diverses infections de la peau par exemple dermatite, psoriasis, zona
  - Méningites

# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Tient compte de l'état physique et émotif du patient :
  - Fatigue
  - Systèmes atteints
  - Perte de poids
  - Altérations du corps
  - État émotif
  - État de conscience

## Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Tient compte de l'environnement contextuel ; du lieu du massage, de la possibilité d'intimité durant le massage, de l'aide possible dans le milieu :
  - Milieu familial, maintien à domicile
  - Maison de soins palliatifs
  - Centre hospitalier de courte ou longue durée

# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Le massothérapeute est capable, d'écoute, d'introspection et d'ajustement envers soi-même et envers autrui :
  - Présence à soi pour une meilleure présence à l'autre
  - Écoute du ressenti
  - Intuition au service de la connaissance
  - Ajustement du rythme
  - Respect des limites : les siennes et celles du patient

# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Dans la Prise de contact : prendre le pouls de la situation avec tous les sens qui sont au service afin de saisir le moment présent et prendre les décisions de l'offre de service de massage adapté :
  - Contact visuel et non verbal.
  - Maintien du contact verbal, même quand l'autre n'est plus en mesure de communiquer de cette façon.
  - Capter une autorisation d'entrer en contact par le toucher par le langage non verbal.
  - Adapter le geste de massage en fonction de l'information reçue ou captée.

# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Mise en place d'un environnement physique matériel et affectif sécurisant:
  - Contrôle de l'environnement (visiteurs, lumière, environnement sonore, mesure de sécurité, température ambiante, mesure d'intimité...)
  - Installation confortable du patient, sécuritaire et en fonction de ses capacités.
  - Écoute du patient dans son désir du toucher, ce qui lui fait du bien, plaisir ou ses limites...



Tout cela demande de la disponibilité, du temps...



Comme amener des enfants jouer dans la neige...

# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Création d'un espace sacré :
  - Dôme de protection
  - Lieu d'intimité
  - Rendez-vous avec la dignité
  - Retrouver l'humanité par le toucher
  - Le tact et la délicatesse nécessaires à la l'accompagnement dans ce contexte et la sensibilité de reconnaître le moment où l'on doit se retirer...

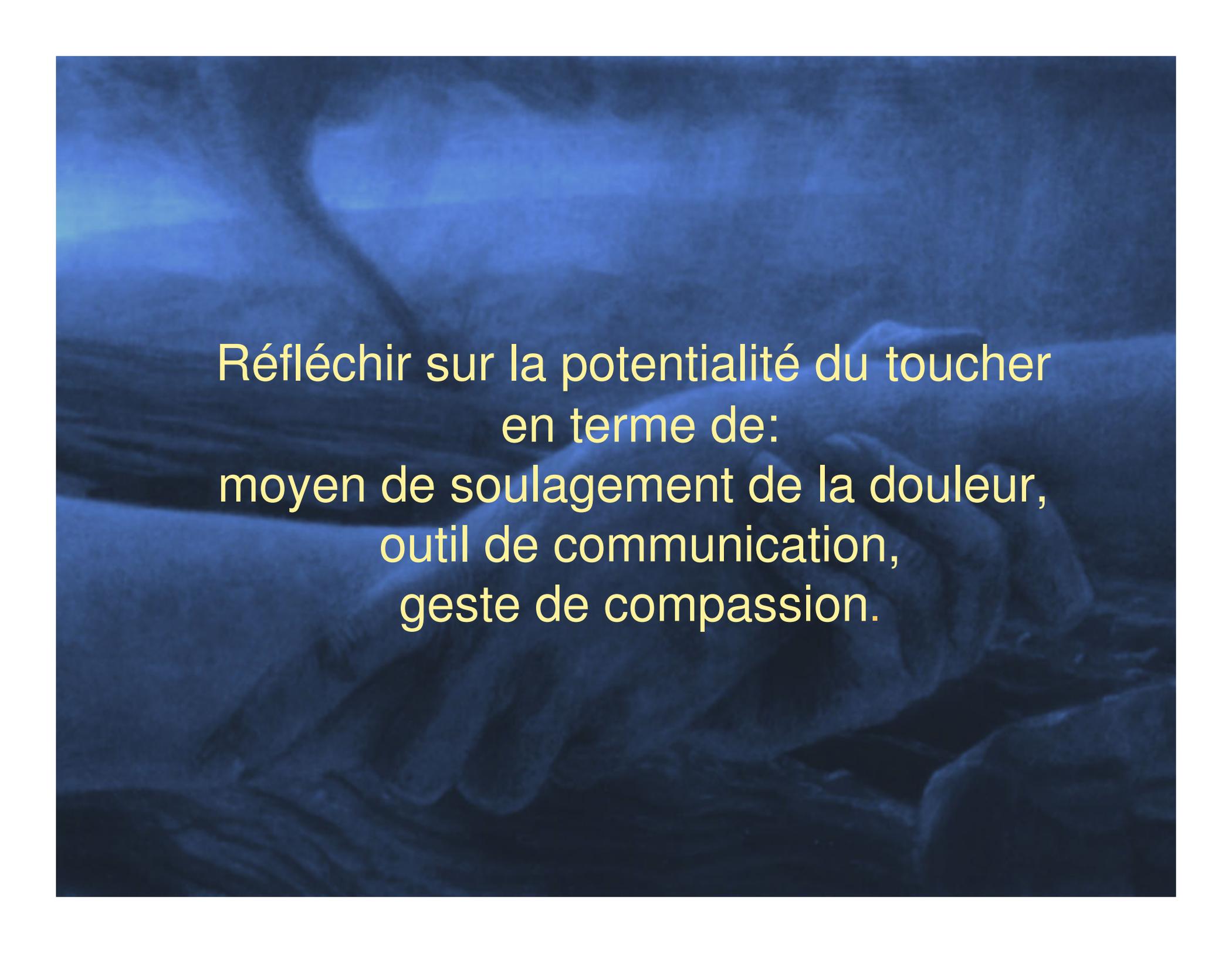
# Qualité d'un toucher respectueux de la phase palliative et terminale

- Toucher précieux, attentif à l'autre, un désir de rencontre et de prendre soin qui donne un sens au geste :
  - Présent
  - Disponible
  - Réceptif
  - Enveloppant
  - Doux
  - Généreux
  - Lent
  - Supportant
  - Fluide



« Les mains du massothérapeute  
avec un toucher respectueux  
n'imposent pas des manœuvres.  
Mais elles reçoivent le corps,  
écoute la Vie,  
rencontre l'autre ... »

Arborescence

A blue-tinted photograph of hands being held, symbolizing care and compassion. The image is the background for the text.

Réfléchir sur la potentialité du toucher  
en terme de:  
moyen de soulagement de la douleur,  
outil de communication,  
geste de compassion.

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Douleur chronique
- Douleur liée à l'évolution de la maladie
- Douleur liée aux procédures médicales
- Douleur liée aux effets secondaires
- Souffrance globale, douleur liées au sens de la perte de ses capacités, de son autonomie, perte de plaisir...

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- En fin de vie, il y a une gestion de la douleur par l'équipe soignante multidisciplinaire avec l'apport de la pharmacologie, des distractions, de la zoothérapie, de la musicothérapie, des soins psychologiques et spirituels et de la massothérapie.
- Nous sommes à la recherche des gestes qui seront bénéfiques pour la personne.
- La sécurité de nos gestes, des manœuvres choisies sont au cœur de nos préoccupations.

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Nous sommes vigilants car les massages peuvent amplifier ou éveiller les douleurs par exemple les douleurs neuropathiques, métastases osseuses.
- Adaptation des gestes afin de trouver le geste qui soulage
  - Zone massée ou évitée (zone douloureuse ou en harmonique)
  - Rythme, durée
  - Intensité
  - Type de manœuvre privilégiée ou évitée
  - Imposition des mains favorisant la chaleur
  - Positionnement adéquat et confortable
  - Espace temps approprié

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Les effets du massage sur le système nerveux :
- Premièrement :
  - Le fait d'être massé et pris en charge par un autre, engendre des idées positives qui stimulent le cortex cérébral gauche et le système nerveux parasympathique responsable de la détente musculaire.

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Les effets du massage sur le système nerveux :
- Deuxièmement :
  - Toucher quelqu'un, agit directement sur son cerveau émotionnel
  - Masser la peau entraîne une activation nerveuse directe sur la partie postérieure de l'hypothalamus sans passer par le cortex, et de là, provoque le relâchement musculaire généralisé.
  - Le massage n'a pas besoin d'être complet pour provoquer ces effets. Masser les pieds ou les mollets suffit à déclencher cette relaxation de tout le corps.

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Intention positive et activation du système nerveux parasympathique :
- Si l'intention du toucher est positive, il engendre des émotions positives et toutes les manifestations physiologiques favorables qui y sont rattachées.
- Les pensées et les émotions positives activent le cerveau gauche qui stimule le système parasympathique ; les muscles se détendent, le rythme cardiaque ralentit, la respiration se calme, les vaisseaux se dilatent, la peau se réchauffe, l'énergie est utilisée pour réparer les blessures, le corps récupère.

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Le massage et ses effets sur les hormones d'adaptation au stress :
- Endorphines (morphine humaine)
  - Insensibilisation et euphorisation
  - Le passage répété de la main sur la peau, provoque la sécrétion des endorphines par le système nerveux (via la moelle épinière).

# Le massage, moyen potentiel de soulagement de la douleur

- Le massage et ses effets sur les hormones d'adaptation au stress :
- **Cortisol :**
  - Le massage qui calme, rassure, diminue la production de cortisol
  - Chasser le cortisol, augmente les endorphines, améliore la qualité de vie.
  - Tout travail d'acceptation et de diminution des effets du stress, diminue la production de cortisol, augmente la production de globules blancs renforçant le système immunitaire.

# Le toucher, un outil de communication

- Fait reconnu en anthropologie

Le toucher est le seul sens ayant besoin de  
l'autre pour exister.

Je ne peux toucher sans être touché.

Il est un sens de relation.

---

Montaigu, Ashley, La peau et le Toucher

# Le toucher, un outil de communication

## Discussion :

- La communication comporte principalement un émetteur, un receveur, une modalité, un contenu:
  - En tant que massothérapeute avez-vous l'impression que le massage favorise une forme de communication. Pouvez vous développer ?
  - Qu'est-ce que le toucher éveille chez cette clientèle ?
  - Avez-vous l'impression que le toucher n'est que corporel ?

# Le massage, geste de compassion

« La compassion est la réponse du cœur à la douleur. Nous participons de la beauté de la vie et de l'océan de larmes.

La détresse de la vie fait partie de chacun de nos cœurs et de ce qui nous relie les uns aux autres. Elle porte en elle la tendresse, la miséricorde et une bienveillance qui embrassent toutes choses et peuvent toucher chaque être . »

---

Jack Kornfield

# Le massage, geste de compassion

- Discussion :
- Est-ce que le toucher est source de compassion?
- La compassion, c'est accueillir l'autre sans jugement. Est-ce que le massage favorise la compassion ?

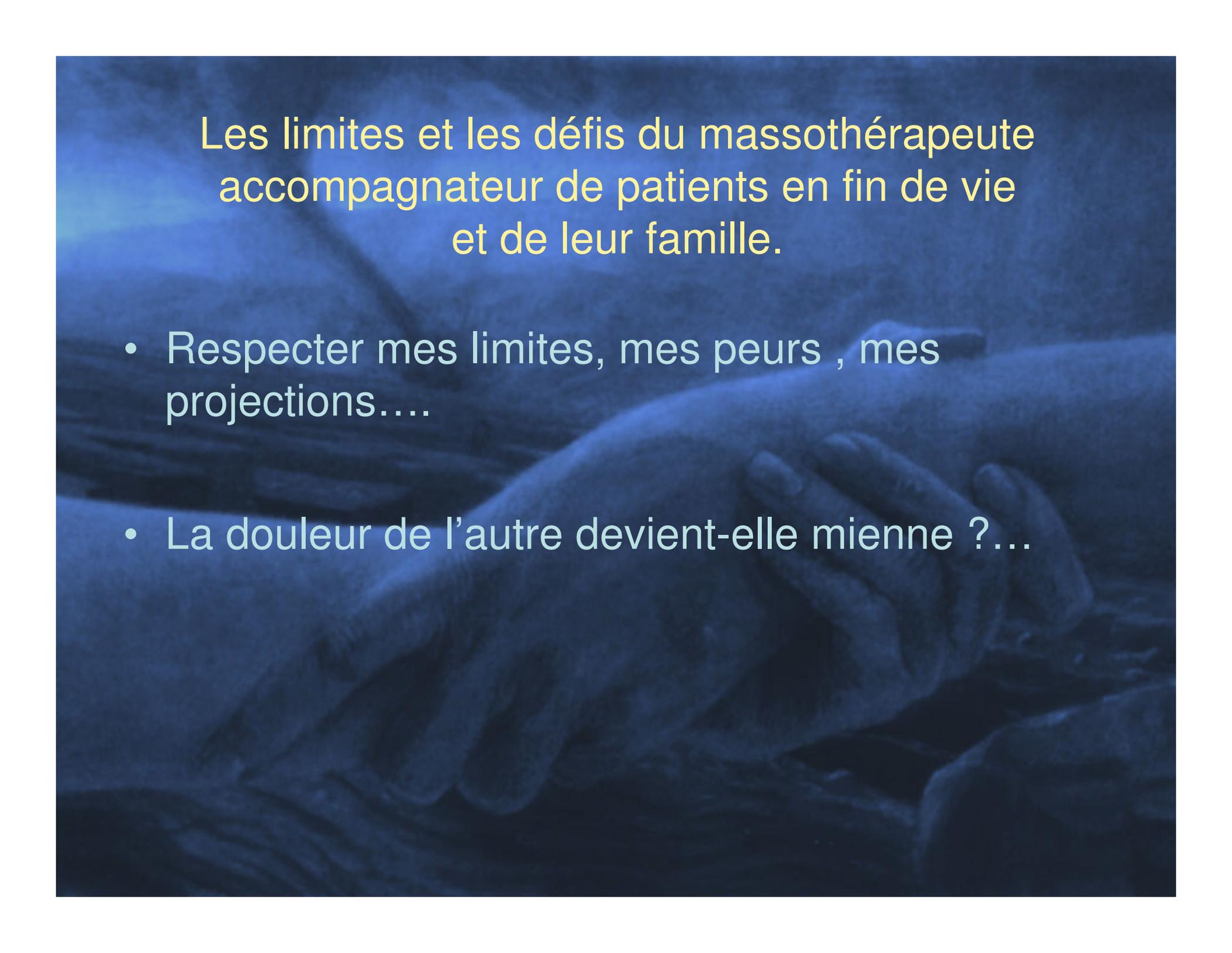
A person is lying on a massage table, receiving a massage. The scene is dimly lit with a strong blue color cast. The person's head is resting on a pillow, and their hands are visible, being massaged. The overall atmosphere is calm and therapeutic.

## Discussion sur les bénéfices significatifs de la massothérapie dans le contexte du soin palliatif

- Réduction de l'anxiété
- Réduction de la dépression
- Redonne le pouvoir au patient
  - SON CORPS
  - LIMITES

A blue-tinted photograph showing a close-up of a person's hands being held gently. The hands are positioned in a way that suggests care and support. The background is dark and out of focus, emphasizing the hands in the foreground.

Les limites et les défis du  
massothérapeute accompagnateur de  
patients en fin de vie et de leur famille.



Les limites et les défis du massothérapeute accompagnateur de patients en fin de vie et de leur famille.

- Respecter mes limites, mes peurs , mes projections....
- La douleur de l'autre devient-elle mienne ?...

A blue-tinted charcoal drawing of a person's back and hands. The drawing is rendered in a soft, expressive style, capturing the contours of the body. The hands are positioned on the lower back, with fingers slightly spread. The overall mood is intimate and contemplative.

Oeuvres par Frank Mulvey  
*Dangerous Days*, fusain sur papier, 2000  
Merci ...