



**Fédération
de la médecine
complémentaire**

**Médecines complémentaires –
un guide à l’usage
des patientes et des patients**



Une formulation uniquement masculine ou féminine dans le texte se rapporte cependant aux deux sexes.

Préface

Par ce guide, la Fédération de la médecine complémentaire Fedmedcom se propose de vous aider à prendre des décisions en matière d'utilisation des médecines complémentaires et voudrait vous encourager à exprimer vos souhaits et vos demandes à votre médecin, votre naturopathe ou votre thérapeute complémentaire. Ce guide ne vous recommande aucune méthode, thérapie ou médicament mais vous aidera :

> à savoir ce que vous pouvez attendre d'un traitement en médecine ou en thérapie complémentaires,

> à trouver une personne qualifiée en médecine complémentaire, naturopathie ou thérapie complémentaire,

> et à déterminer les coûts pris en charge par votre caisse-maladie.

Au nom du comité directeur

Edith Graf-Litscher

présidente et conseillère nationale PS TG

Martin Bangerter

Association suisse des droguistes

Dr méd. Hansueli Albonico

Union des sociétés suisse de médecine
complémentaire

Heidi Schönenberger

naturopathe, OrTra médecine alternative

Diversité et compétence

Introduction

Les enquêtes montrent que jusqu'à 70 pourcents des Suissesses et des Suisses ont recours aux médecines complémentaires. Celles-ci sont proposées par des médecins académiques avec formation complémentaire (environ 2000 médecins), ainsi que plus de 15 000 thérapeutes non-médecins. Elles sont également très importantes en automédication, notamment pour les médicaments sans ordonnance.

Les raisons de recourir aux médecines complémentaires sont principalement la préservation de la santé, la protection contre les maladies et le traitement d'une large palette de maladies chroniques et aiguës. L'utilité thérapeutique et l'apport des médecines complémentaires sont prouvés par de nombreuses études.

Médecines académique et complémentaire peuvent très souvent se compléter.

Définition

Le terme «Médecines complémentaires» recouvre une multitude de méthodes diagnostiques, de thérapies et

de médicaments utilisés par des médecins, des naturopathes, des thérapeutes non-médecins et dans le cadre de l'automédication. La plupart de ces méthodes ont une longue tradition, millénaire pour certaines. L'expression « médecines complémentaires » est souvent utilisée comme terme générique dans le domaine de la santé publique. Les disciplines appliquées par les naturopathes se résument par le terme de médecine alternative. Les thérapies complémentaires désignent une multitude de thérapies qui renforcent l'autorégulation et favorisent la prise de conscience et la capacité à guérir. D'autres termes comme médecine naturelle, médecine empirique, médecine globale ou populaire sont souvent utilisés comme synonymes.

Santé et maladie

Médecines académique et complémentaire se distinguent par une approche différente dans le traitement : la médecine académique est essentiellement axée sur les symptômes et les changements organiques ; la médecine complémentaire s'interroge sur la raison

antérieure d'une maladie, sur la biographie et l'environnement d'un patient, ses forces et ses faiblesses. Elle cherche à le guérir en s'appuyant notamment sur ses propres ressources ; pour cela, elle s'efforce principalement de renforcer l'autorégulation ainsi que de favoriser une prise de conscience et la responsabilité personnelle et elle aide les patientes et les patients à gérer leurs douleurs et leurs maladies.

Diversité thérapeutique de la médecine complémentaire

Il existe en Suisse quatre méthodes médicales complémentaires reconnues officiellement. Ce sont la médecine anthroposophique, la médecine chinoise (acupuncture et thérapie médicamenteuse), l'homéopathie classique et la phytothérapie (médecine occidentale par les plantes). Ces méthodes sont appliquées par des médecins académiques ayant une attestation de formation complémentaire dans une des dites branches. Leurs prestations sont couvertes provisoirement jusqu'en 2017 par l'assurance de base.

La médecine complémentaire non-médicale comprend, d'une part, les quatre disciplines exercées par les naturopathes, à savoir la médecine ayurvédique, l'homéopathie, la médecine traditionnelle chinoise MTC, la naturopathie européenne traditionnelle TEN, et, d'autre part, les différentes méthodes de thérapie complémentaire*. Les différentes formes d'art-thérapie contribuent, elles aussi, à la diversité des traitements.

Chances et limites des médecines complémentaires

Toutes les méthodes de médecines complémentaires partent d'une conception de l'homme vu comme une entité, chacune essaie à sa manière de prendre en compte l'être humain dans son entier. Les urgences aiguës ou les maladies mortelles relèvent en premier lieu de la compétence de la médecine académique. Les miracles ne sont pas plus fréquents en médecines complémentaires qu'en médecine académique. Même si les traitements faisant appel aux outils de la médecine complémentaire ne durent pas toujours plus longtemps qu'une thérapie conventionnelle, les processus visés ont cependant souvent besoin de temps. La compétence et la responsabilité du patient sont toujours très importantes en médecines complémentaires.

Dans les drogueries et les pharmacies, vous trouverez des interlocuteurs compétents pour l'automédication avec un grand nombre de préparations des médecines complémentaires ; ils pourront aussi souvent vous renseigner sur des formes possibles de thérapies. Le personnel soignant des hôpitaux peut également vous conseiller de manière compétente.

**Liste des méthodes reconnues actuellement par « l'Organisation du monde du travail en thérapie complémentaire », cf www.oda-kt.ch*

A quoi faire attention pour prendre votre décision ?

> Avant le début du traitement, exigez un diagnostic avec un concept de traitement.

> Informez-vous auprès de votre médecin, de votre naturopathe ou de votre thérapeute complémentaire sur les thérapies possibles qui correspondent le plus à vos souhaits. Utilisez aussi à cet usage les adresses page 10.

> Choisissez soigneusement votre médecin, naturopathe ou thérapeute complémentaire. Soyez attentif à sa formation ainsi qu'à son appartenance à des organisations professionnelles. Votre caisse-maladie ou le personnel soignant des hôpitaux peuvent, eux aussi, vous aider.

> Lorsque vous envisagez de prendre un médicament complémentaire, informez-vous auprès du personnel qualifié de votre droguerie ou pharmacie. Dites à votre médecin, votre naturopathe ou votre thérapeute complémentaire les médicaments ou produits phytothérapeutiques que vous prenez. Les produits végétaux ou de médecine complémentaire entrent, eux aussi, en interaction avec des médicaments conventionnels et peuvent avoir un effet sur leur action.

> Indiquez à votre médecin aussi bien qu'à votre naturopathe et thérapeute complémentaire les traitements auxquels vous avez recours ; c'est à cette seule condition que se dégagera une vision d'ensemble et que les différentes thérapies pourront être coordonnées et utilisées de manière ciblée.





Que paie la caisse-maladie ?

Assurance de base

Depuis janvier 2012, les prestations médicales des médecines complémentaires (y compris les médicaments selon la liste des spécialités LS) sont prises en charge par l'assurance de base OAS pour six ans si elles sont dispensées par un médecin avec une attestation FMH correspondante de formation complémentaire (médecine chinoise MTC, homéopathie classique, phytothérapie, médecine anthroposophique). L'obligation de l'assureur d'assurer la prestation est donc définie par la preuve de la qualification du médecin.

Assurance complémentaire

Les traitements par des thérapeutes non-médecins ou d'autres mesures non prises en charge par l'assurance de base peuvent être assurées par des assurances complémentaires facultatives. Il en va de même de certains médicaments qui ne sont pas inclus dans la liste des spécialités (cf « assurance

de base »). Les primes et les prestations des différentes assurances complémentaires sont cependant très différentes. Certaines caisses-maladies publient sur leur site internet les thérapies complémentaires auxquelles elles participent pour autant qu'elles soient fournies par des thérapeutes reconnus. Quelques caisses-maladies tiennent aussi des listes de thérapeutes qu'elles reconnaissent.

Renseignez-vous avant le début d'une thérapie complémentaire auprès de votre assurance sur les coûts qu'elle prend en charge d'après votre contrat. Le plus simple et le plus sûr est de vous faire confirmer par écrit par votre assurance si elle prend en charge la méthode que vous désirez auprès du naturopathe ou thérapeute de votre choix ou quelle sera sa participation.

Adresses utiles

Médecins avec attestation de formation complémentaire en médecine complémentaire

> www.doctorfmh.ch/index_fr.cfm Le registre officiel complet des médecins en Suisse.

Il compte plus de 30 000 inscriptions et est actualisé quotidiennement.

> www.unioncomed.ch Union des sociétés suisses de médecine complémentaire. (D)

Naturopathes, thérapeutes complémentaires et diverses formes de thérapie

> www.asca.ch Fondation suisse pour les médecines complémentaires

> www.aptn.ch Association des praticiens et des thérapeutes en naturopathie

> www.emindex.ch Le registre de médecine empirique (RME) fournit des informations sur 125 méthodes thérapeutiques et une recherche géographique de thérapeutes avec le label de qualité RME.

> www.fams.ch La fédération suisse de la médecine alternative (FAMS) est l'association faîtière de la médecine alternative en Suisse (D)

> www.spak.ch Le label de qualité pour l'Association suisse en naturopathie offre une recherche de méthodes et de thérapeutes.

> www.vitagate.ch Le portail de santé des droguistes offre des informations sur de nombreuses formes de thérapie.

> www.xund.ch/f/ L'association faîtière Xund propose un aperçu compétent des méthodes thérapeutiques complémentaires et des liens vers les associations appliquant ces méthodes.

> www.oda-am.ch et www.oda-kt.ch Les deux organisations du monde du travail informent de la réglementation des professions dans le domaine des médecines complémentaires non-médicales.

Hôpitaux

> www.aeskulap.com Aeskulap Klinik Brunnen, médecine médicale globale (D/E)

> www.alronc.ch/fr Clinique Paracelsus Al Ronc AG, centre de thérapie biologique au Tessin

> www.integrativemedizin.kssg.ch Centre de médecine intégrative de l'hôpital cantonal de St-Gall (D)

> www.kikom.ch Instance collégiale pour la médecine complémentaire de l'Université de Bernez (D/E)

> www.lukasklinik.ch Lukas Klinik, centre de compétences pour la thérapie intégrative des tumeurs et pour les soins de soutien (supportive care) à Arlesheim

> www.naturheilkunde.usz.ch Institut de Naturopathie de l'hôpital universitaire de Zürich (D)

> www.omeopatia.clinicasantacroce.ch Clinique homéopathique Santa Croce, Orselina (D/I)

> www.ospidal-scuol.ch Centre de santé de la Basse-Engadine (OEB) (D)

> www.paracelsus.ch Clinique Paracelsus Lustmühle, clinique spécialisée en médecine globale et en soins dentaires (D/E)

> www.paracelsus-spital.ch Hôpital Paracelsus Richterswil, centre de médecines conventionnelle et complémentaires (D)

> www.rs-e.ch Hôpital régional d'Emmental SA (RSE), médecine complémentaire (D)

> www.tcmmingdao.ch TCM Klinik Ming Dao, Clinique de réhabilitation Bad Zurzach, (D)

> www.wegmanklinik.ch Ita Wegman Klinik, hôpital anthroposophique de soins aigus au nord-ouest de la Suisse (D)

Organisations de patients

> www.anthrosana.ch anthrosana - Association pour une médecine élargie par l'anthroposophie

> www.vfkh.ch Homéopathie Suisse ADHC

> www.spo.ch Organisation suisse des patients

> www.patientenstelle.ch La Fédération des Patients

> www.vitaswiss.ch vitaswiss - Santé Suisse (D)



Fédération de la médecine complémentaire

La Fédération de la médecine complémentaire a été fondée le 30 octobre 2009. Elle s'engage pour l'application de l'article constitutionnel 118a Médecines complémentaires : « La Confédération et les cantons pourvoient, dans les limites de leurs compétences respectives, à la prise en compte des médecines complémentaires. » Les revendications centrales de notre fédération sont : la promotion de la médecine intégrative (collaboration médecines académique et complémentaires), l'introduction des disciplines médicales des médecines complémentaires dans l'assurance de base et dans les autres assurances sociales (SUVA, assurance militaire et assurance invalidité), l'encouragement de l'enseignement et de la recherche, la création de diplômes nationaux pour les thérapeutes non-médecins et la garantie de la diversité des produits thérapeutiques.

Les membres

anthrosana – Association pour une médecine élargie par l'anthroposophie, Association romande pour le développement et l'intégration des médecines complémentaires RoMédCo, Homéopathie Suisse ADHC, l'Organisation du monde du travail de la médecine alternative OrTraMA, l'Organisation du monde du travail en thérapie complémentaire Ortra TC, l'Ordre suisse des pharmaciens homéopathes SAGH/OSPH, l'Association suisse des droguistes ASD, l'Association vétérinaire suisse pour les médecines alternatives et complémentaires camvet.ch, l'Association suisse pour les médicaments de la médecine complémentaire ASMC, Trägerverein Paracelsus-Spital (association de soutien à l'hôpital Paracelsus), l'Union des sociétés suisses de médecine complémentaire, l'Association pour une pharmacie élargie par l'anthroposophie VAEPS et vitaswiss – Santé Suisse.

Votre don aide la médecine complémentaire !

Chères amies, chers amis de la médecine complémentaire,

La Fédération de la médecine complémentaire est un mouvement citoyen qui s'occupe à mettre œuvre les cinq revendications centrales suite au succès de la votation du 17 mai 2009. Comme la fédération ne bénéficie pas du financement de la puissante industrie pharmaceutique, elle est donc tributaire de votre don pour poursuivre son travail.

Grâce à votre don, nous pourrions maintenir la pression sur le politique et les autorités, et ainsi continuer à vous informer de nos projets et mesures.

Compte postal 70-90700-0

Impressum

Editrice : Fédération de la médecine complémentaire,
Amthausgasse 18, 3011 Berne, téléphone 031 560 00 24,
www.fedmedcom.ch, Courriel : info@fedmedcom.ch
Rédaction : Christine Keller Sallenbach, Walter Stüdeli
Photos : Mark Nolan, Gsteig / Conception : www.bueroz.ch
Traduction : aw-tradux, Villette
Impression : Baumer SA, Islikon



Cette brochure peut également être obtenue en allemand.

©Fédération de la médecine complémentaire 2012