

## COMMENT EST-CE QUE LE SHIATSU AGIT EN CAS DE CANCER?

Le shiatsu se comprend comme un complément à la médecine. En tant qu'accompagnement thérapeutique, le shiatsu favorise la détente et le sommeil, il redonne courage et espoir. Une étude effectuée au sein de l'hôpital de Saintes (F) démontre que le shiatsu effectué juste après la chimiothérapie contribue considérablement à soulager les effets secondaires et qu'il permet une récupération plus rapide. Le shiatsu renforce le système immunitaire et le fonctionnement des parties saines du corps. L'accompagnement thérapeutique effectué avec précaution permet à la personne de trouver un soutien et une orientation dans une phase d'insécurité extrême, pendant la phase de diagnostic, au cours du traitement et dans la phase après, soit pendant la guérison ou, en cas d'issue fatale, pendant la période précédant le décès. La /le thérapeute soutient les client-e-s dans ce processus et lui permet de mieux appréhender la situation globale, de se réconcilier avec son corps et avec la vie, de gagner en confiance et d'être dans le présent. La capacité de décision est renforcée par rapport aux questions : qu'est-ce qui est important pour moi ? En quoi ai-je besoin d'aide ? Comment gérer ce stress ?

### Un exemple de la pratique

Madame A. vient au shiatsu après son opération de cancer du sein. Elle souhaite recevoir un soutien pendant la chimiothérapie, suite à laquelle elle souffre d'une hypersensibilité de l'estomac, de problèmes du sommeil, de tensions et parfois de maux de tête et de dérèglements du cycle. Madame A. souhaite que les troubles de la ménopause

déclenchés trop tôt par la chimiothérapie se calment et elle aimerait renforcer son système immunitaire. Pendant la chimiothérapie de 6 cycles, Madame A. va mieux que prévu, grâce au shiatsu. Après chaque séance, elle se sent détendue et reposée et ressent une plus grande stabilité de son état physique et énergétique. Elle dispose de suffisamment de forces pour s'organiser et recevoir de l'aide à la maison et elle se réjouit de ranger et de choisir des beaux vêtements. La thérapeute de shiatsu lui montre des exercices corporels et respiratoires et lui donne des indications concernant l'alimentation. Madame A. apprend ainsi à bien prendre soin d'elle et à se reposer régulièrement pour se détendre. Les leucocytes retrouvent leur niveau normal 1 semaine après la chimiothérapie.

## **Que vous faut-il savoir à propos de la thérapie de shiatsu?**

Le shiatsu est une méthode relevant de la Thérapie Complémentaire. Il s'inspire des thérapies orientales traditionnelles tout en intégrant les connaissances occidentales modernes en matière de promotion de la santé. La personne qui reçoit le traitement est allongée sur un futon, vêtue de vêtements souples. La/le thérapeute exerce une pression à la fois souple et profonde avec le pouce, la paume, le coude ou le genou sur certaines parties du corps et sur certains méridiens afin d'éliminer les tensions et les blocages et d'harmoniser le flux énergétique. Elle/il peut aussi faire appel à d'autres techniques spécifiques du shiatsu. Le shiatsu touche et soutient à la fois le corps et l'âme. La séance de traitement ainsi que l'entretien qui l'accompagne vous aide, tout au long du processus thérapeutique, à surmonter les étapes difficiles de la vie et à préserver votre santé.

Si vous souffrez de troubles ou de maladie, un examen médical (médecine conventionnelle ou alternative) est indiqué.

## **Où pouvez-vous trouver des informations complémentaires et des thérapeutes qualifiés?**

Association Suisse de Shiatsu  
tél. 056 427 15 73  
[www.shiatsuverband.ch](http://www.shiatsuverband.ch)

