SHIATSU

Shiatsu Gesellschaft Schweiz
Association Suisse de Shiatsu
Associazione Svizzera di Shiatsu

Collaboration interdisciplinaire avec l'établissement de soins CS Caritas Socialis

Les articles suivants à ce sujet ont été publiés dans le magazine Shiatsu suisse.

Le cœur ne connaît pas la démence : le Shiatsu dans un centre de soins pour personnes atteintes de démence[1]

Qui s'intéresse au thème de la démence doit se familiariser avec l'univers émotionnel des personnes concernées et de leurs proches. Dans le cadre d'un projet de recherche réalisé en 2018 dans l'établissement de soins CS Caritas Socialis, il a été possible de prouver l'effet positif du Shiatsu sur l'activation des ressources cognitives des personnes atteintes de démence. Entre-temps, une collaboration régulière entre des thérapeutes de Shiatsu et cet établissement s'est développée.

Maria Schwaiger & Andrew Couse

Dans le cadre du projet d'étude réalisé en 2018, sept résident-e-s très âgé-e-s souffrant de démence ont reçu des traitements de Shiatsu hebdomadaires pendant huit semaines. Bien que de courte durée et menée avec peu de participant-e-s, l'étude a permis de constater les changements suivants : une détente et un soulagement de la douleur plus durables, une augmentation du bien-être physique et émotionnel, et dans le cas des nouveaux résident-e-s, une acceptation plus rapide de leurs nouvelles conditions de vie et une meilleure disposition au contact et à l'interaction verbale. Compte tenu de ces résultats de recherche positifs, l'établissement de soins a souhaité poursuivre son offre de traitements de Shiatsu et le rendre accessible à un plus grand nombre de résident-e-s.

L'ATTITUDE INTÉRIEURE ET EXTÉRIEURE PENDANT LE TRAITEMENT

La Médecine Traditionnelle Chinoise situe la cause de la démence principalement dans une déficience de l'énergie des Reins, du Cœur et de la Rate. Bien que les théories des Cinq éléments et des 12 méridiens puissent apporter des informations intéressantes sur l'énergétique de la démence, il n'est pas très utile d'appliquer une stratégie de traitement standardisée. Les effets de la démence sont très hétérogènes et dépendent de la constitution de la personne. Il est donc d'autant plus important de faire preuve d'une attitude intérieure attentive et flexible lorsque nous traitons des personnes très âgées atteintes de démence. Cependant, un schéma énergétique semble se reproduire chez toutes les personnes concernées.
La progression de la démence s'accompagne de pertes à plusieurs niveaux – la perte de la mémoire, la perte d'orientation spatiale, la perte des facultés cognitives, la perte des activités quotidiennes, du chez-soi et enfin, dans de nombreux cas, des êtres chers. La confusion et l'incertitude conduisent à un besoin accru de « s'accrocher », qui peut s'exprimer dans un état Jitsu de l'énergie du Gros Intestin. Le relâchement des tensions, des contractions et des restrictions de mouvement dans les bras est souvent le premier objectif des séances de Shiatsu, en particulier en cas de démence avancée. Les Tsubos dont le traitement peut apporter un soulagement sont Gros Intestin 4, 10 et 11. La règle est souvent la suivante : Moins, c'est plus !

Il arrive que le fait de traiter un Tsubo constitue une grande partie du traitement. Par principe, la durée de l'ensemble du traitement de Shiatsu doit être adaptée aux client-e-s. Dans de nombreux cas, des séances de 20 à 30 minutes peuvent être suffisantes, surtout au début. Il est important de consacrer beaucoup de temps à l'établissement de la relation et à l'instauration d'un climat de confiance afin que les résident-e-s puissent vraiment se détendre au contact.

Dans ce domaine, l'ambition n'a pas sa place. Une attitude prévenante, sensible et réceptive est nécessaire, en particulier lorsque les client-e-s ne parlent que peu ou pas du tout. Le dialogue non verbal qui caractérise le Shiatsu prend ici tout son sens. Le fait que les traitements entraînent parfois une amélioration temporaire des capacités cognitives, telles une évolution positive de la communication verbale, du contact visuel, de la réactivité générale ou de la sociabilité peut être très encourageant pour les thérapeutes. Ainsi, les client-e-s qui se montraient peu capables de communiquer verbalement avant le traitement répondent souvent avec une clarté remarquable après. À la question de savoir s'il faut revenir la semaine prochaine, nous recevons souvent un « Oui, s'il vous plaît. Au revoir, passez une bonne semaine ! »
Cela suggère que le Shiatsu a une influence sur l'activation des ressources cognitives. Selon les rapports du personnel infirmier, les traitements de Shiatsu laissent une empreinte positive dans la mémoire des résident-e-s dont la mémoire à court terme est par ailleurs souvent défaillante.

Étant donné que nous traitons nos client-e-s dans un établissement de soins, certains aspects particuliers de ce cadre méritent d'être mentionnés. Les soins dans un établissement constituent un défi organisationnel, physique et émotionnel, d'autant plus que ces établissements manquent souvent de personnel. Il est donc préférable de minimiser tout stress supplémentaire que nos activités pourraient créer. Ainsi, si une cliente est alitée et se trouve dans une position où toutes les zones souhaitables pour le traitement ne sont pas accessibles, il est préférable d'éviter le surcroît d'efforts pour obtenir un meilleur positionnement avec l'aide du personnel soignant. Nous devons nous apprêter à traiter nos client-e-s comme nous les trouvons. Si par exemple toutes les zones des Reins ne sont pas accessibles au traitement, nous pouvons traiter celles qui le sont, en prenant en compte l'ensemble. Le Shiatsu en cas de démence implique d'être prêt à traiter dans toutes les positions – couché, en fauteuil roulant et même debout ou en marchant.

1 Le titre fait référence au livre : Baer, U. et Schotte-Lange, G. (2015) Das Herz wird nicht dement: Rat für Pflegende und Angehörige (Le cœur ne connaît pas la démence : conseils aux soignants et aux proches)

2 Grunwald, Martin. (2017) Homo Hapticus: Warum wir ohne Tastsinn nicht leben können (Pourquoi ne pouvons-nous pas vivre sans le sens du toucher ?)

3 Schönhammer, R. (2013) Einführung in die Wahrnehmungspsychologie – Sinne, Körper, Bewegung. UTB Facultas wuv; 2. Auflage, S.30

4 Alzheimer Forschung Initiative e.V. **https://tinyurl.com/2zshbtra** (24.03.2021)

LA COLLABORATION AVEC L'ÉTABLISSEMENT DE SOINS CS CARITAS SOCIALIS

Au début, nous avons organisé des séances d'information pour les proches et des traitements d'essai pour les personnes intéressées. Après quelques mois déjà, 20 résident-e-s recevaient régulièrement du Shiatsu. Aujourd'hui, 30 à 35 personnes sont traitées chaque semaine par trois thérapeutes. Une étroite collaboration s'est instaurée entre les thérapeutes de Shiatsu, la direction et le personnel de l'établissement. L'équipe de soins se charge de trouver de potentiel-le-s client-e-s et d'organiser les rendez-vous. Des échanges ont lieu chaque mois avec le personnel soignant.

Trouver un langage commun est un élément important et un défi particulier pour de nombreuses équipes interdisciplinaires. Cela requiert la volonté de chacun-e d'apprendre ensemble, de ne parfois pas savoir et de ne pas se cacher derrière des rôles professionnels et des termes techniques.

L'échange informel sur l'état actuel et les observations en rapport avec les client-e-s constitue un aspect essentiel d'une collaboration réussie. Cette transparence permet de créer de la confiance envers la thérapie de Shiatsu et, du côté des thérapeutes, une compréhension des conditions de travail du personnel soignant. Le fait que les soignant-e-s soutiennent la thérapie de Shiatsu peut augmenter son efficacité.

Les thérapeutes de Shiatsu peuvent ainsi sensibiliser le personnel à leur perspective énergétique et leur apprendre des techniques simples destinées à améliorer le bien-être des résident-e-s. La sensibilisation au toucher et au contact sur le plan énergétique peut idéalement encourager les soignant-e-s à réfléchir à leur propre qualité de toucher et de contact, et favoriser les échanges.

RÉFLEXIONS THÉORIQUES SUR LE SHIATSU AVEC LES PERSONNES ATTEINTES DE DÉMENCE

Grâce à un toucher ciblé et à des pressions profondes et variées sur l'ensemble du corps, le Shiatsu active la sensibilité profonde et la perception des stimuli tactiles des client-e-s. Ce type de perception sensorielle est connu dans la psychologie de la perception et du développe-

ment comme étant une condition au développement d'une image corporelle intacte, qui à son tour est une condition au bon développement de la motricité[2].

Parmi tous les sens, le sens tactile est le plus essentiel, sans lequel – à la différence de l'ouïe ou de la vue – nous ne sommes pas capables de nous orienter seuls dans le monde. Il est à la base de notre maturation biologique. En l'absence de stimuli tactiles suffisants, l'hippocampe, notre « centre de contrôle » dans le cerveau, s'atrophie. La conséquence est un retard dans le développement neuronal et dans la croissance corporelle, ainsi qu'une faiblesse du système immunitaire et des troubles du comportement social.

Un manque prolongé de stimuli sensoriels et sensorimoteurs peut conduire à des perceptions erronées[3] et entraîner des perturbations dans la représentation de son propre corps, ce qui peut avoir des conséquences psychomotrices et psychosociales. Une image saine et intacte de soi est à la base de la conscience du moi et donc de l'existence.

Au niveau physiopathologique, le dysfonctionnement de l'hippocampe joue souvent un rôle central dans la démence[4]. Sur le plan psychosocial, on observe au stade avancé des troubles de la conscience du moi, soit, en fin de compte, une perte d'orientation par rapport à sa propre personne, de sorte que les repères autobiographiques, tels que le nom, la profession ou l'état civil, se perdent. Ou des gestes quotidiens comme se brosser les dents tombent dans l'oubli. Des recherches passionnantes pourraient être menées pour comprendre dans quelle mesure il existe des liens entre l'expérience tactile et proprioceptive (perceptions corporelles) ou son absence, et le développement et la progression de la démence.

Maria Schwaiger et Andrew Couse proposent des formations continues à ce sujet.

RECOMMANDATIONS POUR LES THÉRAPEUTES DE SHIATSU QUI PLANIFIENT UNE COLLABORATION DANS UN ÉTABLISSEMENT DE SOINS :

– Intérêt et connaissances de base en matière de difficultés gériatriques et de comportements des personnes atteintes de démence
– Intérêt et patience pour les conditions structurelles de ces institutions
– Matériel d'information à propos de soi-même, du Shiatsu et des projets de référence
– Soirées d'information et traitements d'essai pour le personnel, les proches et les résident-e-s
– Matériel d'information facile à lire pour les résident-e-s et les proches
– Offre claire en ce qui concerne les objectifs, le temps et les coûts

Liens vers le projet de recherche et contact (en allemand)
https://tinyurl.com/snrhcjwm
https://tinyurl.com/28kax8vz