
LA CLIMATOTHÉRAPIE MÉDECINE ENVIRONNEMENTALE

Michel BOULANGÉ

Faculté de médecine – BP 184 - 54 505 Vandœuvre-les-Nancy.

Il est aujourd'hui souvent relaté les relations défavorables ressenties par l'homme vis-à-vis de son environnement immédiat. Des dégradations de l'ambiance atmosphérique affectent aussi bien les zones industrialisées que les secteurs urbains où les pollutions les plus diverses sont générées par les produits issus des moyens de transport et des activités domestiques. Les régions rurales de grandes exploitations agricoles ne sont pas davantage épargnées mais ce sont alors les milieux hydriques qui subissent l'influence néfaste du déversement dans la nature d'engrais en quantité mal contrôlée et de pesticides de biodégradabilité insuffisante. Les zones naturelles les mieux protégées correspondent alors aux régions maritimes et aux massifs montagneux, lorsque des activités de loisirs ne viennent pas, par leur densité excessive, en obérer la qualité environnementale.

C'est pourquoi la recherche de ces lieux privilégiés, par l'absence de multiples facteurs préjudiciables à la santé, a-t-elle conduit à leur utilisation pour des séjours de repos et de convalescence ; l'environnement ne comportant pas d'éléments susceptibles d'aggraver par des facteurs additifs la pathologie en cours. Mais il y a dans la climatothérapie davantage qu'une soustraction des éléments physiques quotidiennement défavorables. Certains facteurs du climat, par leur présence, peuvent constituer un apport bénéfique significatif comme l'héliothérapie ou l'ionothérapie qui doivent être dispensées de façon limitée et contrôlée. Il ne faut, par ailleurs, pas omettre les effets généraux et psychologiques induits par toute démarche de cure environnementale.

Les rivages marins et océaniques bénéficient d'un amortissement des fluctuations thermiques atmosphériques, tant saisonnières que nyctémérales, et cet environnement aérien est souvent enrichi en ions négatifs lors de la production d'embruns, qui conviennent à la convalescence de patients atteints de troubles organiques ou fonctionnels. L'utilisation de produits directement issus du milieu marin y est associée, constituant alors la thalassothérapie, le cadre de ces stations étant également propice pour les sujets autorisés à la pratique de diverses activités sportives.

Les climats de montagne, au-delà de caractéristiques générales communes, comme celles liées à l'altitude, développent une palette de situations diversifiées conduisant à leur étude non seulement à l'échelle des massifs montagneux, mais aussi à celles de topoclimats voire de microclimats. Les conséquences de l'altitude sur la température de

l'atmosphère se trouvent modulées par l'orientation des versants et par les durées d'ensoleillement en résultant. La situation des reliefs en regard des mouvements généraux de la circulation atmosphérique et de la genèse des vents régionaux tient sous sa dépendance les caractéristiques climatiques de régions entières en matière d'ensoleillement et de pluviosité, et gouverne les caractéristiques physiques de l'ambiance atmosphérique qui en résultent.

La climatothérapie d'altitude est la conséquence naturelle de l'étude et du choix des climats propres à soulager certaines affections chroniques, maladies comportant le plus souvent une composante environnementale dans leur pathogénie. Les appareils les plus souvent agressés du fait de leur rôle physiologique et de leur situation par rapport à l'environnement immédiat de l'organisme sont les téguments et l'appareil respiratoire. C'est dire que la maladie atopique, qui concerne à la fois ces deux structures dans son expression clinique, trouve une place privilégiée parmi les indications de la climatothérapie d'altitude. On retrouve d'ailleurs dans la mise en jeu des facteurs utiles au traitement de cette affection systémique la double intervention d'un climat favorable par l'éviction d'éléments allergisants, d'origine animale ou végétale, et par l'apport en éléments physiques atmosphériques pouvant stimuler des fonctions végétatives et métaboliques amoindries. Par ailleurs, le séjour en montagne incite à la mobilisation de l'appareil locomoteur par la pratique d'activités sportives adaptées parfaitement compatibles avec ces pathologies, en particulier chez les sujets les plus jeunes.

L'ensemble des pratiques de climatothérapie doit être réalisé sous une étroite surveillance médicale, une héliothérapie conduite avec prudence en étant un évident exemple. Il devra donc être tenu compte de la réactivité et des possibilités d'adaptation des patients afin qu'une variation trop brutale de ces multiples paramètres environnementaux ne génère ni fatigue ni stress, avec décompensation des systèmes régulateurs végétatifs et des équilibres psychosomatiques.

Un autre volet de relations environnementales se doit d'être évoqué qui est celui de l'entourage médico-technique accueillant et surveillant le patient, les qualités relationnelles devant être confiantes et apaisantes, associant écoute et dialogue et contrastant avec les rythmes de vie ayant précédé la cure, souvent accompagnés de difficultés ou détériorations de communication avec un entourage tant personnel que professionnel.

Les médecines environnementales ont un champ d'intervention beaucoup plus vaste si l'on rapproche ces médecines de soins, pouvant être aussi à visée préventive, d'autres disciplines médicales impliquées dans les relations entre l'homme et son environnement, qu'elles soient de nature quotidienne ou plus exceptionnellement affrontées : ainsi de la médecine du travail, discipline où défense et adaptation à des agressions physiques, thermiques, sonores, s'insèrent à la fois dans une démarche technologique de protection de l'individu mais aussi de gestion de réactions dans la globalité des phénomènes de stress engendré. Certains domaines en sont spécifiques lorsqu'il s'agit de sélectionner, d'entraîner et de surveiller des hommes et des femmes soumis à des environnements

d'exception tels que ceux rencontrés dans l'espace, en plongée profonde ou constitués par des climats extrêmes. Ce sont les études physiologiques pratiquées sur ces aventuriers du progrès qui ont souvent permis de mieux comprendre les mécanismes alors mis en jeu afin d'apprécier les limites d'adaptation de diverses fonctions tant végétatives que de relation chez les sujets sains, puis d'extrapoler chez les malades la nuisance, ou au contraire, l'effet bénéfique d'une modification environnementale observée et mesurée.

