

## LES PREUVES DE L'UTILITÉ ACTUELLE DU THERMALISME (RHUMATOLOGIE EXCEPTÉE)

**Patrick H Carpentier**

*Centre de recherche universitaire de La Léchère (73260)  
Université Joseph Fourier Grenoble*

Si la médecine reste à bien des égards un art où l'habilité du praticien et ses qualités humaines jouent un rôle prédominant, les données des travaux d'évaluation objective de tests diagnostiques ou de thérapeutiques réalisées dans les situations les plus fréquentes servent de points de repères très appréciables dans les prises de décision complexes auxquelles les médecins sont confrontés. Le degré de certitude de ces données est habituellement évalué en fonction de la classification des auteurs canadiens initiateurs de ce courant de la médecine fondée sur les preuves, et qui sont colligés au tableau I.

**Tableau I - Classification des *niveaux de preuves* concernant les données disponibles dans la littérature médicale.**

<b>Utilité actuelle du thermalisme</b>	
<b>Niveaux de Preuves (d'après Sockett)</b>	
	<b>Critères</b>
<b>Niveau 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plusieurs essais randomisés avec <math>\alpha &lt; 0.05</math> et <math>(1-\beta) &gt; 0.9</math></li> <li>• ou Méta-analyse valide</li> </ul>
<b>Niveau 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plusieurs essais randomisés avec <math>\alpha &lt; 0.05</math> et <math>(1-\beta) &gt; 0.9</math></li> <li>• ou un seul essai randomisé avec <math>\alpha &lt; 0.05</math> et <math>(1-\beta) &gt; 0.9</math></li> </ul>
<b>Niveau 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etudes contrôlées non randomisées</li> <li>• Etudes rétrospectives cas - témoins</li> <li>• Etudes de cohortes</li> <li>• Séries de cas</li> <li>• Consensus d'experts (accord professionnel fort)</li> </ul>

Le niveau 1 nécessite la réalisation de plusieurs essais de grande taille et de méthodologie adéquate dont les résultats sont cohérents. Il n'est que rarement atteint, si ce n'est par les traitements médicamenteux des pathologies fréquentes (athérosclérose, pathologie

Tableau II - Différentes cibles de l'évaluation du traitement thermal

<p style="text-align: center;"><b>Utilité actuelle du thermalisme</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Traitement Thermal : de l'Activité Biologique à l'Utilité Thérapeutique</b></p> <p><b>Activité biologique</b> sur une réaction humorale, sur un type de cellules, sur un tissu, sur une fonction, sur l'organisme</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- des techniques physiques</li><li>- des composants chimiques et physico-chimiques</li></ul> <p><b>Efficacité thérapeutique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Approche explicative: effet d'une technique sur un symptôme</li><li>- Approche pragmatique: effet global de la cure sur la maladie, voire sur le malade (pronostic ou la qualité de vie)</li></ul> <p><b>Balance bénéfique /risque :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- risques liés aux techniques thermales (contre-indications)</li><li>- risques liés à la vie de collectivité (immuno-déprimés...)</li><li>- risques liés à la pathologie traitée</li></ul> <p><b>Utilité :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- bénéfique dans une pathologie justifiant « l'investissement »</li><li>- bénéfique supérieur ou s'ajoutant à celui des autres traitements</li></ul>
--

Tableau III - Composantes de l'action thérapeutique des cures thermales

<p style="text-align: center;"><b>Utilité actuelle du thermalisme</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Crénothérapie : une action multifactorielle</b></p> <p><b>1 Effets propres des produits thermaux :</b> eaux vapeurs, gaz, boues</p> <p><b>2 Effets des Techniques d'Hydrothérapie</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Externe :</b> effets physiques importants de la balnéation<ul style="list-style-type: none"><li>↳ Poussée d'Archimède    ☉ effets vasculaires, redistribution H<sub>2</sub>O</li><li>↳ Effets thermiques    ☉ vasculaires et végétatifs (Kneipp)</li><li>↳ + Balnéations élaborées: bains bouillonnants (air-eau), douches</li><li>↳ + Massages sous l'eau</li><li>↳ + Rééducation: déambulation et mobilisation en piscine</li></ul></li><li>• <b>Interne :</b> cure de boisson... effets «diurétiques» +/- effets digestifs<ul style="list-style-type: none"><li>↳ + applications muqueuses (ORL, gynéco...)</li></ul></li></ul> <p><b>3 Facteurs psycho-sociaux :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- repos, dépaysement,</li><li>- extraction du milieu habituel</li></ul> <p><b>4 Education sanitaire :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- facilitée par disponibilité et motivation</li><li>- actions ciblées sur pathologies spécifiques</li></ul>
---

Tableau IV - Evaluation du traitement thermal en médecine vasculaire

Utilité actuelle du thermalisme	
<b>Médecine vasculaire</b>	
Activité :	Niveau de preuve
- Effet vasodilatateur du CO <sub>2</sub>	2
- Balnéation et augmentation du retour veineux	2
- Amélioration de la pompe veineuse du mollet	3
- Balnéation et réduction de l'oedème	2
- Education interactive et compliance à la contention	3
<b>Efficacité thérapeutique :</b>	
- Carbothérapie et claudication intermittente	2
- Technique de Kneipp et oedème veineux	2
<b>Balance bénéfique/risque :</b>	

Tableau V - Evaluation du traitement thermal en dermatologie

Utilité actuelle du thermalisme	
<b>Dermatologie</b>	
Activité :	Niveau de preuve
- Action anti-prurit des bains bouillonnants	3
- Détersion des plaies par douches	2
- Effet antiseptique des eaux chlorurées, sulfatées	2
- Action antifibrosante des massages sous l'eau	3
- Héliothérapie, bourgeonnement et épidermisation	2
<b>Efficacité thérapeutique :</b>	
- Héliothérapie et psoriasis	2
<b>Balance bénéfique/risque :</b>	

**Tableau VI - Evaluation du traitement thermal en pathologie digestive et dans les maladies de l'appareil urinaire**

<b>Utilité actuelle du thermalisme</b>	
<b>Affections digestives et urinaires</b>	
<b>Activité :</b>	<b>Niveau de preuve</b>
- Effets diurétiques des cures de boisson	3
- Excrétion d'oxalate et eaux riches en Mg et Ca	3
- Effet purgatif des eaux chlorurées, sulfatées et Mg	3
- Action antiacide des eaux bicarbonatées	3
- Eaux bicarbonatées et contrôle de l'insulino-résistance	3
<b>Efficacité thérapeutique :</b>	
- Amélioration de l'hygiène hydrique	3
- Amélioration du comportement alimentaire	3

**Tableau VII - Evaluation du traitement thermal dans les maladies des voies respiratoires**

<b>Utilité actuelle du thermalisme</b>	
<b>Affections des voies respiratoires</b>	
<b>Activité :</b>	<b>Niveau de preuve</b>
- Action antiseptique et mucofluidifiante des sulfures	3
- Action antihypoxique et immunostimulante des oligoéléments	?3
- Effet anti-allergique des climats d'altitude	2
<b>Efficacité thérapeutique :</b>	
- Sinusites chroniques et lavages sinusiens de Proetz	2
- Insufflations tubaires et otites chroniques	3
- Hyperréactivité bronchique et cure thermique	3
<b>Balance bénéfique/risque :</b>	?

infectieuse, traitement de la douleur ...). Mais les consensus d'experts et les données d'observation ont déjà une valeur qui est prise en compte dans le niveau 3 et ne sont donc pas négligeables.

Les données disponibles sur la validation du traitement thermal peuvent concerner son activité biologique, ses effets thérapeutiques, les éventuels risques liés à son application et finalement son utilité tenant compte de la balance bénéfice / risque et des autres possibilités thérapeutiques à notre disposition (Tableau II).

Pour ce qui est des données explicatives, elles peuvent évaluer de manière analytique les effets de l'une des composantes du traitement thermal, ou au contraire, prendre en compte de manière pragmatique l'action multifactorielle de cette thérapeutique (Tableau III).

Nous avons donc classé les données disponibles dans la littérature concernant les principales indications actuelles du thermalisme, la validation de leurs effets biologiques et leur utilisation thérapeutique en fonction des niveaux de preuves, en excluant la rhumatologie qui justifiait un article séparé du fait de l'existence de données plus consistantes que dans les autres domaines. Cette analyse est colligée aux tableaux IV à VII. Quand il s'agissait seulement d'avis d'experts dont l'aspect consensuel large n'était pas formellement établi, le niveau 3 a été assorti d'un « ? ».

#### **Au total,**

On remarque que :

- il existe de nombreux travaux sur les effets biologiques des traitements thermaux ;
- les indications potentielles du traitement thermal restent très nombreuses dans les maladies chroniques, mais leur validation demeure insuffisante et justifie la mise en place d'essais pragmatiques contrôlés dans toutes les grandes indications ;
- les risques du traitement thermal sont mal documentés ; même s'il paraît clair qu'ils sont minimes, l'absence de données précises à ce sujet constitue un déficit d'information facile à combler et qui est indispensable à la crédibilité du thermalisme.

