



Cures

Le thermalisme contre les problèmes de peau

En France, une dizaine de stations thermales proposent des soins en dermatologie. On y accueille chaque année quelque 15 000 curistes. Pour l'eczéma, les résultats sont là.

Développé dans la seconde moitié du XVIII^e siècle, le thermalisme a très vite bénéficié du soutien de l'Académie nationale de médecine. Aujourd'hui, que ce soit pour des problèmes de peau, de rhumatisme ou autres indications, les séjours en station thermale, à condition d'être prescrits, sont pris en charge par l'assurance-maladie pour une durée de trois semaines. Comme le font remarquer dans un récent rapport sur le psoriasis, les Dr Frédéric Augey et Jean-François Nicolas, allergologues au CHU de Lyon, « il est difficile de savoir quels sont les mérites respectifs des eaux thermales (en bains, douches, enveloppements), des expositions solaires ou d'un environnement psychologique favorable ». Reste que,

pour bon nombre des problèmes de peau soignés en cure, les résultats semblent bel et bien être au rendez-vous.

Eczéma et psoriasis sont les deux grandes maladies de peau qui poussent à prescrire de tels séjours : elles représentent ensemble 90 % des cures. S'y ajoute la prise en charge de certaines formes d'acné, ou encore des brûlures et des cicatrices qui font suite à diverses interventions chirurgicales – notamment suite à des cancers. Au vu de plusieurs études cliniques, les bénéfices de la cure thermale sont assez nets. Exemple, à la fin des années 1990, dans le cadre de sa thèse de doctorat, Catherine Courson-Ly a ainsi observé le devenir d'environ 600 patients soignés à La Roche-Posay pour leur eczéma. Résultat, six mois après l'arrêt de leur cure, plus de la moitié d'entre eux souffraient moins de lésions, et la même proportion avait diminué voire supprimé le recours aux corticoïdes.

Des douches décapantes

Pour réparer l'épiderme, on a peu ou prou toujours recours à la même panoplie de soins thermaux. La douche dite fili-forme, dispensée chaque jour, consiste à propulser de l'eau à forte pression et de façon modulable via une buse à jets strictement parallèles : selon la pression exercée, elle permet de nettoyer les plaies ou d'agir franchement de façon décapante sur la peau tout en la massant et en soulageant les démangeaisons. Des pulvérisations d'eau thermale, propulsées à travers un tamis sur tout le corps ou seulement sur certaines parties, ont pour leur part une action apaisante et cicatrisante. Les mêmes effets sont obtenus avec le bain, qui a en outre des vertus décongestionnantes et calmantes. Des massages sous eau thermale ont quant à eux pour objectif de détendre et d'assouplir les cicatrices.

D'ordinaire, les médecins thermaux ont l'habitude de compléter ces soins externes par des cures d'eau et des conseils d'hygiène. Enfin, à La Roche-Posay comme dans d'autres stations, sont également proposés des soins dits de support : il peut s'agir d'un soutien psychologique, d'ateliers de sophrologie, de séances de gymnastique ou encore de cours de maquillage qui aident le malade à retrouver confiance en lui. Comme le souligne le Dr Evelyne Delrez-Fury, dermatologue à La Roche-Posay, « la cure constitue une parfaite occasion de mettre en place des programmes d'éducation thérapeutique ». **A. L.-B.**



Eczéma et psoriasis sont les indications les plus fréquentes.