



Vers une médecine intégrative : de la phytothérapie à l'hypnose

S'est tenue le 27 novembre 2025 à Paris (Mairie XV^e) une soirée exceptionnelle consacrée à la médecine intégrative initiée par M. Guy Collet, président de l'Association Alumni & Amis de l'AP-HP (AAA AP-HP), et co-organisée par le docteur Cécile Renson (AAA AP-HP) et Danielle Roux



Cette rencontre a réuni des intervenants de premier plan autour des enjeux actuels et futurs des soins intégratifs, de la phytothérapie à l'hypnose médicale. Il a fallu faire un choix (l'OMS estime à plusieurs centaines le nombre de thérapeutiques complémentaires !) car le temps imparti était limité ; notre choix s'est donc porté sur une conférence plus généraliste montrant l'importance d'une médecine intégrative plaçant le patient au cœur de son traitement, suivi d'un exposé sur l'importance de la phytothérapie moderne, ma spécialité et enfin un exposé sur l'hypnose, pilier des soins intégratifs.

Repenser la médecine au XXI^e siècle : les soins intégratifs

Présenté par le Pr Laurence Verneuil ; Dermatologue-oncologue, PU-PH ; Vice-présidente du Collège Universitaire de Médecines Intégratives et Complémentaires (CUMIC)

La médecine intégrative répond à une demande sociétale croissante, liée à l'augmentation des maladies chroniques et à l'insatisfaction des patients face à une médecine conventionnelle souvent perçue comme fragmentée et centrée sur

l'organe. Les patients expriment un besoin de cohérence, de continuité et d'accompagnement, notamment face à la souffrance et aux effets secondaires des traitements.

Le champ des soins est marqué par une confusion terminologique (médecines douces, alternatives, complémentaires, interventions non médicamenteuses, pratiques de soins non conventionnelles). Selon l'OMS, la médecine intégrative vise à associer de manière raisonnée les thérapeutiques conventionnelles et les thérapies complémentaires les plus pertinentes et étayées scientifiquement, au sein d'un parcours de soins structuré.

Ses domaines d'application privilégiés sont l'oncologie (soins de support), les douleurs chroniques, les troubles anxieux et dépressifs et les pathologies fonctionnelles. La réussite de cette approche repose sur un encadrement rigoureux, la formation des soignants, la lutte contre la désinformation et l'implication active des patients. L'enjeu n'est plus d'opposer les modèles, mais de rechercher la meilleure combinaison thérapeutique pour chaque patient, avec un impact potentiel favorable sur l'efficacité du système de santé.

La phytothérapie : de la tradition à la médecine fondée sur les preuves

Présenté par moi-même

Utilisée depuis les origines de la médecine, la phytothérapie a connu un recul avec l'essor de la pharmacologie de synthèse avant de connaître un renouveau majeur au XXI^e siècle. Ce renouveau repose sur une démarche scientifique structurée : identification des principes actifs, essais cliniques, standardisation, réglementation et pharmacovigilance.

Il répond également à une forte attente sociétale pour des thérapeutiques perçues comme plus naturelles et moins iatrogènes. Certaines plantes disposent aujourd'hui de preuves cliniques reconnues, telles que le millepertuis, la valériane ou le curcuma, tandis que d'autres, comme l'échinacée, présentent des effets immunomodulateurs documentés, sous réserve d'un usage encadré et de la prise en compte des interactions médicamenteuses.

La phytothérapie trouve ainsi sa place en complément de la médecine conventionnelle, notamment dans les soins de support, en prévention de certaines carences, ou plus rarement en substitution raisonnée, toujours avec l'accord du praticien et dans un cadre médical sécurisé.

L'hypnose médicale : mobiliser les ressources du patient

Présenté par le Dr Jean-Marc Benhaïem ; Médecine Interne-Algologue ; Responsable du Diplôme Universitaire d'Hypnose médicale



L'hypnose médicale constitue un pilier des soins intégratifs. Elle agit sur la relation du patient à son corps, à la douleur et à la maladie, en s'appuyant sur des mécanismes physiologiques objectivables. Elle est utilisée dans de nombreuses situations cliniques : addictions, troubles anxieux, gestion de la douleur, accompagnement de l'annonce diagnostique, amélioration de la tolérance aux traitements lourds et réduction de leurs effets secondaires.

En stimulant les ressources propres du patient, l'hypnose contribue à réduire certaines prescriptions médicamenteuses, à améliorer la qualité de vie et à renforcer l'autonomie du patient face à la maladie.

Clôture de la soirée

Pour finir, le Pr Didier Houssin, membre de l'Académie Nationale de Médecine, Président d'AP-HP international, ancien Directeur général de la Santé a souligné que la médecine intégrative représente une évolution nécessaire et prag-

matique de notre système de santé. Elle ne s'oppose pas à la médecine conventionnelle, mais l'enrichit par une approche plus globale, centrée sur la personne, dans le respect des exigences scientifiques et éthiques.

Il a insisté sur l'importance d'un cadre institutionnel clair, d'une évaluation rigoureuse des pratiques et d'une formation adaptée des professionnels de santé, afin de garantir la sécurité des patients et d'éviter toute dérive sectaire. La médecine intégrative s'inscrit ainsi comme un levier majeur pour répondre aux défis actuels : chronicité des maladies, qualité de vie, efficacité du système de soins et restauration du lien thérapeutique.

En conclusion

J'estime que des bases de la médecine intégrative ont bien été posées et qu'a été souligné l'intérêt de placer le patient au centre de son traitement en accompagnant ce dernier par des thérapie complé-

mentaire lui permettant de limiter ses effets indésirables et/ou de le compléter le traitement pour optimiser la guérison dans de bonnes conditions.

Un clin d'œil sur un cas clinique classique après une fracture double malléolaire avec déplacement qui a nécessité une intervention d'urgence de qualité ? Anesthésiques et morphiniques (nausées, anorexie...), immobilisation longue sous Lovenox, soins des cicatrices ; l'adjonction de médecines complémentaires améliore la convalescence : apport de protéines à chaque repas, supplémentation en vitamine D3 et K2, magnésium, zinc, chardon marie ou artichaut (aliments soufrés), collagène bien choisi...

Espérons que cette soirée réussie se répète et se développe, afin de faire découvrir au plus grand nombre, soignants comme non soignants l'intérêt de cette nouvelle approche

Danielle Roux