



La médecine intégrative



LA MÉDECINE INTÉGRATIVE : qu'est-ce que c'est ?
Le mot « intégrer » est assurément employé abondamment depuis quelque temps. Lorsque l'on parle de médecine intégrative, on parle entre autres de combiner les meilleurs soins de la médecine scientifique occidentale à ceux des approches complémentaires dans le but de maintenir la santé et d'améliorer le bien-être.

La médecine est à la fois un art et une science. Souvenons-nous d'Hippocrate : « Guérir parfois, soulager souvent et soutenir toujours » (cure sometimes, heal often, support always).

Grâce aux progrès techniques extraordinaires de la médecine moderne, nous avons développé les côtés « science » et « guérir », mais nous avons peut-être négligé le volet art, c'est-à-dire les actions de « soulager » et de « soutenir ». Notre approche médicale actuelle cible souvent la maladie et oublie la santé.

Dans les années 1990, un nouveau courant est apparu, aux États-Unis surtout, avec comme figures de proue les D^{rs} David Eisenberg et Andrew Weil : la médecine intégrative. Vous trouverez dans la capsule suivante quelques définitions de la médecine intégrative selon certains de ses pionniers et selon certains organismes reconnus.

En lisant la définition de la médecine intégrative, plusieurs médecins reconnaîtront les valeurs humanistes qui les animent déjà. Un peu comme Monsieur Jourdain de Molière, qui faisait de la prose sans le savoir, plusieurs médecins font de la médecine intégrative sans s'en rendre compte, soit simplement en restant ouverts, curieux et informés.

La médecine intégrative désire tenir compte autant des aspects relationnels entre le médecin et son patient que des données scientifiques probantes. Toutes les disciplines pouvant contribuer au mieux-être de la personne sont mises à contribution pour maintenir ou retrouver la santé. Au bout du compte, il n'y a pas deux médecines, mais seulement une médecine de qualité...

Bonne lecture !

Luce Pélissier-Simard

Agrément. La Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et ses activités de formation continue, dont *Le Médecin du Québec*, sont agréées par le Collège des médecins du Québec. Tous les articles de cette section sont révisés par le comité de rédaction scientifique.

Post-test. Chaque mois, dans *Le Médecin du Québec*, vous trouverez à la fin de la section de formation médicale continue un post-test composé d'au plus dix questions à réponse unique. Veuillez inscrire vos réponses sur le coupon au verso de la page de questions ou remplir le questionnaire en ligne et le retourner à la FMOQ. **Trois heures** de crédits de formation de catégorie I seront accordées aux médecins qui auront obtenu une note de passage d'au moins **60 %**. (Aucun crédit ne sera accordé au-dessous de cette note.) N'entourez qu'**une seule** réponse par question. Les réponses seront publiées trois mois plus tard à la fin de la section avec les références.