

## CORPS &amp; ESPRIT

# CHER CONFRÈRE, L'EFFET PLACEBO N'EXPLIQUE PAS TOUT

PAR THIERRY JANSSEN

Lorsque, en 1998, j'ai mis un terme à ma carrière de chirurgien, je me suis intéressé à des médecines qualifiées de « non conventionnelles », souvent moins scientifiques, plus empiriques, issues de traditions millénaires et faisant partie du patrimoine thérapeutique de l'humanité au même titre que la médecine dite « conventionnelle ».

J'ai découvert alors le fossé qui existait entre ces cultures différentes. D'un côté, les tenants de la médecine scientifique niaient l'efficacité des approches non conventionnelles, sous prétexte qu'elle n'était pas prouvée et expliquée selon les critères de la science. De l'autre, les adeptes des médecines non conventionnelles avaient tendance à rejeter en bloc les acquis de la modernité avec un manque de nuances qui me paraissait tout aussi regrettable. Cela m'a motivé à publier *La Solution intérieure, vers une nouvelle médecine du corps et de l'esprit*<sup>1</sup>. L'idée était de traduire dans le langage rationnel de la science les belles intuitions des autres médecines, afin que celles-ci ne soient plus considérées comme « parallèles » mais qu'elles puissent, au contraire, converger au sein d'une « médecine intégrative », qui réunirait le meilleur de chaque approche thérapeutique au service des malades.

Depuis la parution de ce livre, en 2006, la situation a évolué dans le sens de cette intégration. Cependant, tous les esprits ne sont pas aussi ouverts qu'on pourrait l'espérer. C'est ainsi qu'il y a quelques jours j'ai été confronté à un confrère chirurgien qui raillait mon intérêt pour l'acupuncture. L'homme considérait que soigner avec des aiguilles relevait de la charlatanerie et que, même si cela aboutit parfois à des résultats positifs, ceux-ci



*Thierry Janssen, chirurgien devenu psychothérapeute, nous invite, dans ses chroniques, à penser autrement pour se soigner différemment. Derniers ouvrages parus : Le Défi positif et Confidences d'un homme en quête de cohérence (Pocket, 2013 et 2014).*

sont provoqués par un effet de suggestion – le fameux effet placebo. Je lui ai répondu que la croyance en l'efficacité d'un traitement influence le résultat de toutes les pratiques médicales. Il a alors affiché l'air réjoui de ceux qui sont convaincus d'avoir marqué un point. J'ai aussitôt ajouté que l'effet placebo n'explique pas tout. À l'université de Californie, par exemple, la stimulation

d'un point d'acupuncture destiné à traiter des problèmes oculaires a entraîné une activation de l'aire visuelle du cerveau. À l'université de Hong Kong, la stimulation d'un point censé résoudre des problèmes de langage a provoqué l'activation des aires cérébrales responsables de la parole. Et à Harvard, l'implantation d'une aiguille d'acupuncture au niveau d'un point utilisé pour traiter les nausées a activé les aires du cervelet impliquées dans l'apparition de nausées.

Or il n'existe aucune connexion nerveuse ou vasculaire entre les points stimulés et les aires cérébrales activées. Loin de nier la véracité de ces observations, certains chercheurs émettent l'hypothèse d'une transmission de l'information à travers le réseau des fibres conjonctives qui relient tous les éléments du corps – un circuit de l'information qui serait apparu, au cours de l'évolution, bien avant les systèmes vasculaire et nerveux. Je me suis donc permis de faire remarquer à mon confrère qu'une démarche scientifique digne de ce nom consiste à observer des faits, à émettre des hypothèses si les théories existantes n'y apportent pas d'explication satisfaisante et, finalement, à inventer des outils pour vérifier ces hypothèses avant de les accepter comme de nouvelles théories. Sans rancune, je l'ai encouragé à garder l'esprit ouvert. Grand ouvert !

1. Pocket, 2011.