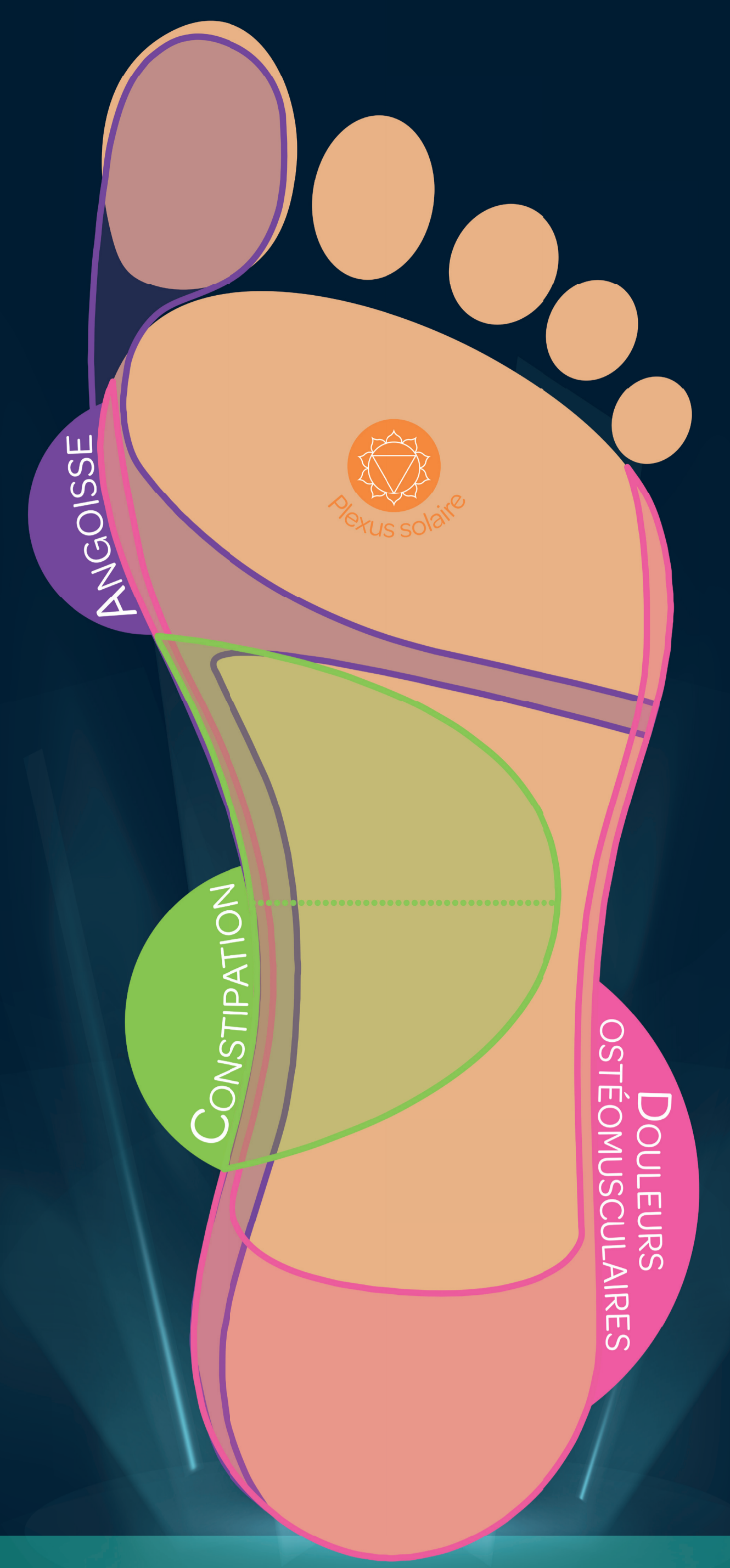


Utilité Potentielle de la Réflexologie Plantaire en tant que soin de confort dans la SLA

Explorer l'utilité de la réflexologie plantaire comme soin non médicamenteux pour améliorer le confort des patients atteints de Sclérose Latérale Amyotrophique.

Marjorie Royet

Infirmière - Hospices Civils de Lyon



La **réflexologie plantaire** est décrite dans la littérature comme étant un massage spécialisé qui consiste à appliquer une pression contrôlée sur des zones spécifiques des pieds, appelées zones réflexes. Elle est basée sur l'hypothèse que ces zones réflexes sont corrélées avec des organes, glandes ou systèmes du corps. Cette pratique est considérée comme un **soin de support**, complémentaire aux traitements médicaux traditionnels, et non comme un substitut thérapeutique.

La **réflexologie** est l'une des **8 approches alternatives** officiellement reconnues en Europe comme une « médecine non conventionnelle digne d'intérêt » par une résolution du **Parlement Européen** votée le **29 mai 1997**.

Contexte & Problématique

La réflexologie est appliquée actuellement dans de nombreux services comme l'oncologie, la gériatrie, et pour la réalisation d'examen complémentaires tel que le scanner. La réflexologie plantaire à l'hôpital constitue un outil complémentaire efficace pour améliorer le bien-être des patients, réduire l'anxiété et soutenir la qualité de vie, tout en s'intégrant dans un cadre médical sécurisé et encadré.

Dans plusieurs hôpitaux français, la réflexologie plantaire est intégrée aux soins pour différents objectifs :

- Réduction du stress et de l'anxiété**
avant des examens médicaux comme les scanners ou scintigraphies, permettant au patient de se détendre et d'améliorer la qualité des images
- Amélioration du sommeil et de la relaxation**
particulièrement chez les patients âgés ou en oncologie
- Diminution des effets secondaires de traitements**
notamment la chimiothérapie, en réduisant la fatigue, les troubles digestifs et les douleurs corporelles
- Soutien à la gestion de la douleur et de l'angoisse**
en complément des soins médicaux classiques

Méthodes

Type d'étude : Revue narrative de littérature

- Sources** : PubMed, CINAHL, Cochrane Library
- Mots-clés** : «Amyotrophic Lateral Sclerosis», «Reflexology», «Palliative Care», «Complementary Therapies»
- Période** : 2010–2026
- Critères d'inclusion** : essais cliniques, revues systématiques, retours d'expérience en soins palliatifs
- Analyse** : synthèse sur l'efficacité, les limites et les mécanismes d'action

Résultats en Oncologie

Elle s'intègre en oncologie pour améliorer la **qualité de vie** par l'accès aux soins de support (objectifs du **plan cancer 2014–2019**). Aujourd'hui, cela se traduit par une palette variée de **soins d'accompagnement**, permettant d'assurer aux patients atteints de **cancer** une meilleure qualité de vie. Parmi ces soins, la **réflexologie plantaire** s'impose comme un des **outils** proposés par les **oncologues** pour diminuer les **effets secondaires** de la chimiothérapie.

Efficacité et reconnaissance

- Les études et retours d'expérience montrent que 90 à 95 % des patients ressentent des bénéfices tels que la réduction du stress, l'amélioration du sommeil et un meilleur confort général.
- Les HCL s'investissent dans cette démarche et propose aux patients en oncologie l'accès à la réflexologie gratuitement. À l'hôpital Lyon Sud, des séances de Réflexologie sont prodiguées dans le service Oncologie pour les patients atteints de cancer.
- Étude REFYO-R de janvier 2026 en cours à Lyon Sud : étude évaluant les bénéfices de la réflexologie plantaire auprès de patients ayant un cancer d'origine digestive ou thoracique traité par chimiothérapie. Il s'agit d'une étude randomisée, en groupes parallèles, monocentrique. Les patients sont randomisés en 2 bras.
Objectif principal : Évaluer les bénéfices de la réflexologie plantaire sur les nausées et vomissements induits par les chimiothérapies à base de sels de platine chez des patients ayant une tumeur thoracique ou d'origine digestive.
Objectifs secondaires : Évaluer la qualité de vie globale, Évaluer l'anxiété, Évaluer les troubles de l'image corporelle
- Etude de Karel JOINEAU en 2025 sur la prise en charge de la douleur dans la maladie de Parkinson
Joinneau K et al. Effect of foot reflexology on chronic pain in Parkinson's disease: A randomized controlled trial. PLoS One. 2025 Jul 28



La réflexologie plantaire pourrait-elle s'appliquer à la SLA ?

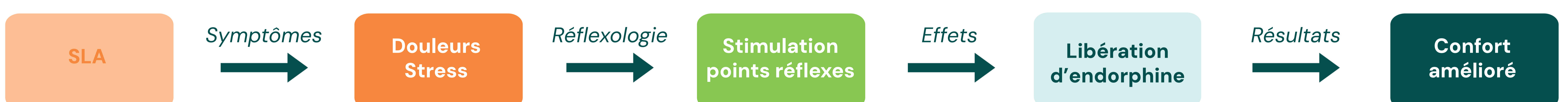
Bénéfices potentiels

- Gestion de la **douleur neuropathique**
- Réduction de l'anxiété** liée à la progression de la maladie
- Amélioration du **bien-être global**

Limites

- Pas d'études spécifiques à la SLA
- Nécessité d'adapter les protocoles aux capacités physiques des patients.

Mécanisme d'action — Chaîne thérapeutique



PROJET: la réflexologie dans la SLA

- Une méthode à effectuer dans un centre de référence SLA**
comme le nôtre celui de Lyon
- Le type de malades est à discuter**
 - patients en fin de fin,
 - patients dès l'annonce
 - patients très douloureux
- Une méthodologie plantaire**
 - Basée sur un protocole précis (nombre de séances par jour/semaine, outils d'échelle pour évaluer l'efficacité de la réflexologie avant/après la séance).
 - Comparatif avec un massage simple
 - Évaluation basée sur des échelles standardisées (Echelle de la douleur, échelle qualité de vie et échelle de l'anxiété)
- Comparer l'efficacité de la réflexologie plantaire avec un massage simple**

Recommandations

- Conduire des **essais de réflexologie plantaire** dans la SLA
- Former, si efficacité les soignants**, à la réflexologie plantaire
- Personnaliser les séances** selon l'état du patient

Perspectives

Études comparatives avec d'autres thérapies non médicamenteuses

Massothérapie

Acupuncture

Aromathérapie

Hypnose

Objectif à long terme : intégrer ces pratiques dans les protocoles de soins palliatifs standardisés pour la SLA

BIBLIOGRAPHIE

- Smith C. et al. (2018). The effectiveness of reflexology in palliative care. Journal of Palliative Medicine.
- Jones R. (2020). Complementary therapies in ALS : A systematic review. ALS and Frontotemporal Degeneration.
- Martin S. (2022). Reflexology for symptom management in neurodegenerative diseases. Complementary Therapies in Medicine

Hospices Civils de Lyon

Remerciements à l'équipe soignante