

SANTÉ. Des cures thermales pour soulager l'endométriose

Certaines stations thermales proposent des soins et un accompagnement adaptés aux femmes souffrant d'endométriose. Explications.

L'endométriose toucherait une femme sur dix en âge de procréer. Résultant de la présence de tissu endométrial en dehors de la cavité utérine, elle entraîne des douleurs pelviennes invalidantes et, dans certains cas, l'infertilité. Pathologie chronique inflammatoire aux formes multiples, elle peut se traduire par des kystes ovariens et autres lésions invasives, infiltrant les organes voisins avec un comportement agressif qui rappelle celui des tumeurs.

Des femmes en souffrance

Errance médicale, diagnostic tardif, batteries d'exams (de la coelioscopie à la chirurgie laser en passant par l'IRM, la ménopause artificielle, l'ablation de l'utérus ou des ovaires) : les femmes font part de leur parcours du combattant et de leur souffrance, qui commence souvent dès les premières règles.

Vomissements, cycles menstruels chaotiques, règles hémorragiques, cumul de pathologies inflammatoires, douleurs neuropathiques, fatigue chronique et rapports sexuels douloureux font effectivement partie de



Les stations thermales proposent des cures conventionnées adaptées aux problématiques gynécologiques. Adboke

leur quotidien, les interventions chirurgicales n'apportant pas toujours le soulagement et l'amélioration escomptés. « L'endométriose a détruit ma vie », témoignent-elles.

Catherine Llinares-Trapé, sage-femme ostéopathe intervenant aux thermes d'Ussat-les-Bains, en Ariège, explique : « La médecine traditionnelle propose des traitements hormonaux et de la chirurgie. Si

l'endométriose ne se guérit pas, elle peut toutefois être stabilisée en alliant les techniques des médecines traditionnelle, alternative et thermale, grâce à une approche globale, des soins bien-être venant en complément du traitement médical ».

Thermalisme et santé des femmes

Les stations thermales proposent des cures convention-

nées adaptées aux problématiques gynécologiques telles que l'endométriose, les eaux soufrées ayant des vertus calmantes, anti-inflammatoires, cicatrisantes et antispasmodiques.

Les patientes peuvent accéder à des soins comme des bains avec irrigation vaginale, hydromassages, douches au jet, compresses décongestionnantes, columnisation du vagin, séances

de relaxation dans l'eau.

Un groupe de femmes atteintes d'endométriose, qui participent aux cures thermales de Luz-Saint-Sauveur dans les Hautes-Pyrénées, témoignent. « L'eau soufrée et la barégine sont un médicament pour moi », explique Caroline, 33 ans. « Après une cure, je suis délivrée de mes souffrances pendant plusieurs mois car cela éteint l'inflammation. Il faut

choisir la cure la plus adaptée selon la typologie des eaux thermales et leur température ».

Sophie fait des cures depuis près de dix ans : « Sans les cures, je serais en fauteuil roulant. Cela a soulagé mes douleurs et j'ai pu réduire les médicaments. Je prends encore des antiépileptiques mais j'ai pu arrêter la morphine ».

Un soutien psychologique est proposé via des groupes de parole pour échanger, se soutenir et s'informer. Caroline explique : « Il ne faut rien lâcher, faire ses propres recherches, multiplier les avis médicaux, consulter des professionnels de santé spécialisés. L'alimentation est importante pour réguler l'inflammation, tout comme une activité physique adaptée. Pendant les cures, nous avons accès aux couloirs de marche, aux séances d'aquagym, à l'espace balnéo avec hammam ».

Selon Catherine Llinares-Trapé, « ces femmes ont besoin de comprendre leur maladie, de raconter leur parcours et d'exprimer la blessure qu'elles vivent dans leur féminité ».

Plus d'informations sur www.endofrance.org et sur www.endomind.org

Thermes de Luz-Saint-Sauveur : www.thermesdeluz.fr

Thermes d'Ussat-les-Bains : www.thermes-ussat.fr

● APEI-Actualités.
Laëticia Soula