

Les arts martiaux dans le traitement du cancer

Maison Accueil-Sérénité

29 novembre 2006



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Plan des conférences

- Deux conférences
- Karaté avec le documentaire
« Le mystère qui est en nous »
- L'apport du taijiquan en oncologie intégrée



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Aux États-Unis et en France



Kids Kicking Program – MSKCC, NY.



CAMI – Région parisienne



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Que fait le taijiquan en oncologie?

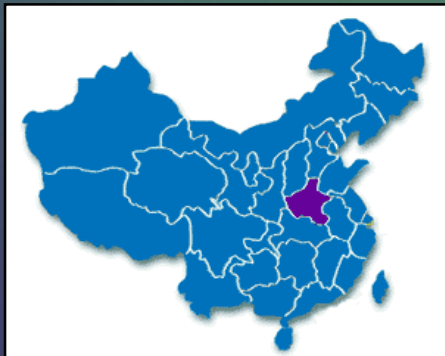
- Qu'est-ce que le taijiquan (Tai Chi)?
- Lien avec la médecine?
- Quels sont les bienfaits médicaux reconnus?
- Comment les appliquer en oncologie?



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Origine du taijiquan

Le village de Chen, province du Henan



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Qu'est-ce que le taijiquan?

C'est un art martial



Dre Luce Condamine, *Dragon* no 8, p.61.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Qu'est-ce que le taijiquan?



- Aspect physique: exercice aérobique d'intensité modérée
- Aspect méditatif (meditation in motion)



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Le taijiquan comme un art de santé?

Association de longue date entre les traditions martiales et médicales.

« L'art doit protéger la vie » et la médecine la soutenir dans son combat.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Un grand médecin de l'antiquité chinoise



Hua Tuo (110-207)

« Le corps humain a besoin d'exercices physiques mais ne doit pas s'exercer à l'extrême. Le mouvement aide à la digestion et à l'absorption, aide le sang à circuler régulièrement et ainsi la maladie ne survient pas. »

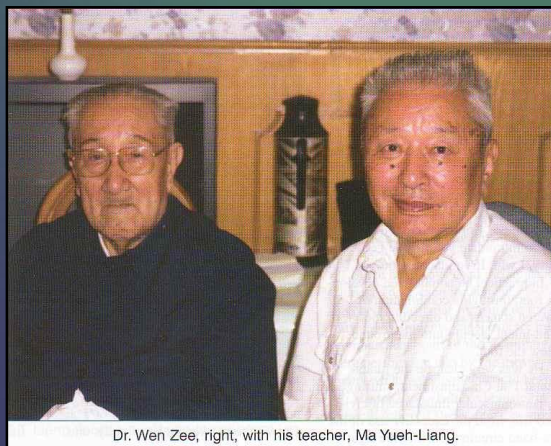
La vie de Hua Tuo,
Annales des trois royaumes.

Voir www.amibes.info



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Ma Yueh-Liang (1901 – 1998)



Dr. Wen Zee, right, with his teacher, Ma Yueh-Liang.

Propriété de T'Ai Chi, Oct. 2002 p.15



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Dr Mei Ying Sheng (1933 -)



www.geocities.com/meiyingsheng/index.html (valide 2005-08-17)



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Le taijiquan comme art de santé?

Warjan (se défendre)



Guarir



Guérir



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Ajustement mental au cancer (MAC angl.)

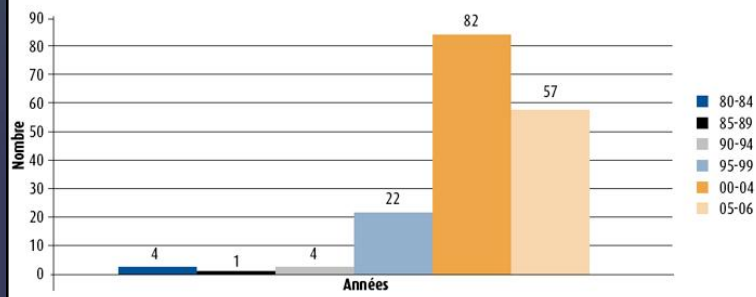
- **Esprit combatif**
- Impuissance – désespoir
- Préoccupations anxieuses
- Évitement
- Dénégation



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Études concernant le taijiquan selon les années

Figure 1
Articles référencés dans PUBMED de 1980 à 2006 dont le titre contient
les termes « tai chi » ou « taijiquan »



L'Actualité Médicale, 2006/11/22



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Prévention des chutes chez les aînés



Propriété de L'Actualité Médicale, 2005-05-04, p. 33.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Taijiquan et prévention des chutes

Steven L. Wolf et coll, JAGS 1996

FICSIT (Frailty and Injuries: Cooperation Studies of Intervention Techniques)

Réduction de 47,5 % des chutes

Meilleur article de la décennie parmi ceux du JAGS (2003)

Programme PIED (Programme Intégré d'Équilibre Dynamique)

Direction de la santé Publique de Montréal

Sophie Laforest, dép. kinésiologie, Univ. Montréal



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Bienfaits médicaux du taijiquan

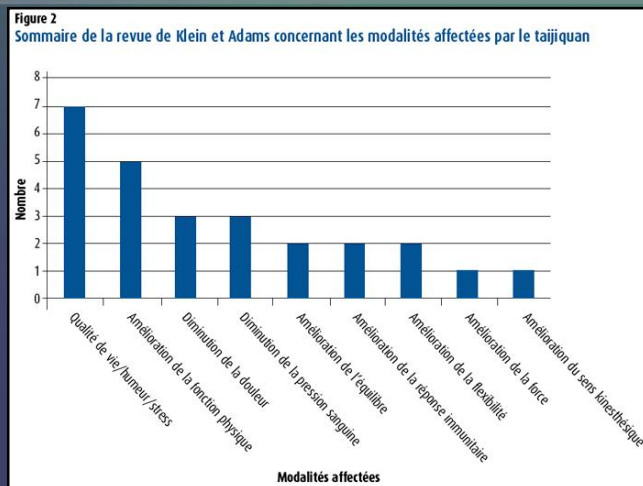
Quatre méta-analyses en 2004:

- ✓ Klein et Adams: 17 études (1035 sujets)
 - ✓ Wang, Collet et Lau: 47 études (2762 sujets)
 - ✓ Verhagen et col.: 7 études (505 sujets)
 - ✓ Taylor-Piliae et Froelicker: 7 études (344 sujets)
- 4646 au total



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Bienfaits médicaux du taijiquan

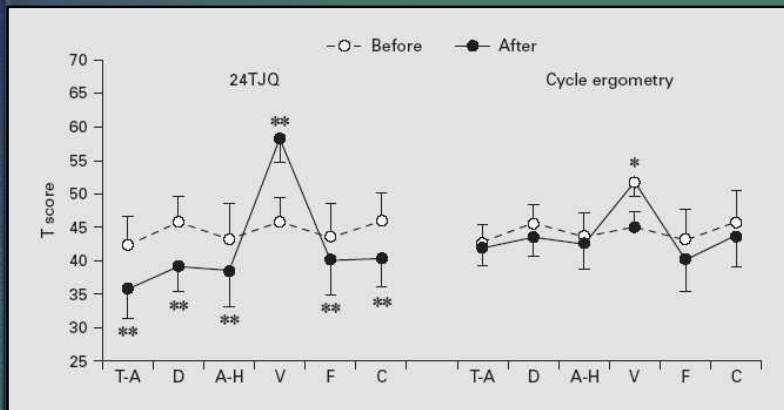


L'Actualité Médicale, 2006/11/22



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Effets sur le psychisme



Liu et al., Neuropsychobiology, Nov. 2005.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Amélioration de l'estime de soi

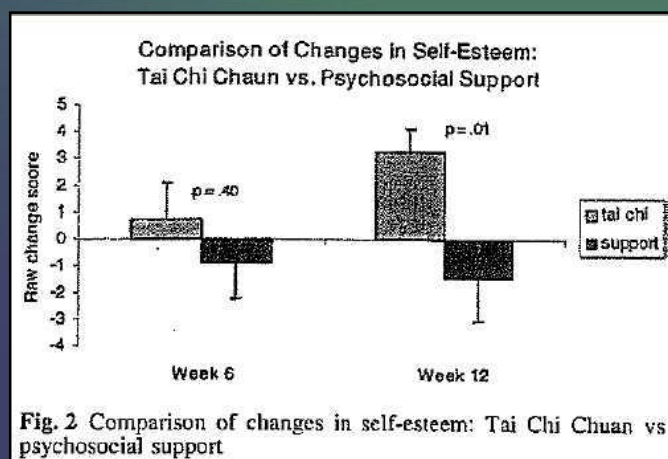


Fig. 2 Comparison of changes in self-esteem: Tai Chi Chuan vs psychosocial support

Tiré de Mustian et al, Support Care Cancer, 2004, vol 12, p.874.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Taijiquan en oncologie intégrée

THE UNIVERSITY OF TEXAS
MD ANDERSON
CANCER CENTER

CancerWise™

Subscribe
July 2002

Your Link to Cancer News & Information

CANCER NEWSLINE

Tamoxifen to Prevent Breast Cancer in High-Risk Women Supported
Two new findings, which underscore the power of tamoxifen to help prevent breast cancer as well as the risk the drug may pose, are prompting physicians to recommend that women talk to their doctors about the drug before taking it to reduce risk of the disease
... Go to the Article

Search

MIND, BODY & SPIRIT

E-mail to a friend • Printer-friendly • Current Articles

Tai Chi Helps Patients Reach Beyond Cancer

A roomful of people move roughly in unison extending their right hands while balance on their right feet, heads cocked sideways, all breathing out together, throwing excruciatingly slow motion punches in the air.

All are current or former cancer patients at M. D. Anderson practicing tai chi, or what patient Lillian Lee calls "moving

FEATURED ARTICLES

Lymphoma Patient Takes Different Approach to Unusual Diagnosis

Vaccine Examined in Patients with Indolent Lymphoma

Targeted Radiation



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Taijiquan en oncologie intégrée

MEMORIAL SLOAN-KETTERING
CANCER CENTER

Search:

Cancer Information > Cancer & Treatment > Integrative Medicine > Classes
Fitness, Movement & Spiritual/Energy

Classes: Fitness, Movement & Spiritual/Energy

All classes can be taken in either a group or private setting.

Yoga is a philosophy and exercise system that combines movement and simple poses with deep breathing and meditation to promote healing and relaxation and to reduce fatigue.

Tai Chi Class

www.mskcc.org/mskcc/html/1988.cfm (valide 2005-09-20)

Integrative Medicine

Individual Therapies

Classes: Fitness, Movement & Spiritual/Energy

About Herbs, Botanicals & Other Products

Workshops & Educational Programs

Integrative Medicine for the Pediatric Patient

Our Research

Clinical Trials

Additional Resources

Location & Hours



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Taijiquan en oncologie intégrée



Photo: FCSQ (L'Actualité Médicale 2006/10/11 p. 9)

Journée de bien-être Jennifer-Elliot - FCSQ



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Taijiquan en oncologie intégrée



La Maison Accueil-Sérénité, située à Ste-Claire de Bellechasse.



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Les méfaits du cancer et de son Tx

- Long terme

ClinicalTrials.gov

A service of the U.S. National Institutes of Health

Linking patients to medical research

Developed by the National Library of Medicine

[Home](#)

[Search](#)

[Browse](#)

[Resources](#)

[Help](#)

[What's New](#)

[About](#)

Effect of Tai Chi Vs. Structured Exercise on Physical Fitness and Stress in Cancer Survivors

This study is currently recruiting patients.

Verified by National Institutes of Health Clinical Center (CC) October 17, 2005

Sponsored by:	National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM)
Information provided by:	National Institutes of Health Clinical Center (CC)
ClinicalTrials.gov Identifier:	NCT00246818

120 patients



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Les effets secondaires de la chimiothérapie

- Court terme (interventions ciblées)
 - Stress, détresse psychologique
 - Nausées, vomissements
 - Fatigue
 - Troubles du sommeil



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Stress et détresse psychologique

- Rencontre des critères
 - Troubles d'adaptation (>33%)
 - Troubles anxieux (24%)
 - Syndrome de stress post-traumatique
 - Dépression (24%)

Ott 2006, Carlson 2003, Zabora 2001,



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Stress et détresse psychologique

Effet anti-stress et antidépresseur

- Exercice physique
- Méditation
- Taijiquan



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Nausées et vomissements

Très fréquents en cours de traitement

Bienfaits: **exercice physique** d'intensité modérée
(Courneya 2002, Abdulla 2001)

yoga (Culos-Reid 2006, Peck 2006,
Legault 2005)

qigong (Lee 2006)



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Fatigue

Symptôme le plus fréquemment cité

- 50 à 75% lors du diagnostic

- 80 à 96% lors du traitement

Bienfaits: Exercice physique (constant)

Yoga

MBSR (méditation)

Qigong

Taijiquan (femmes saines)



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Troubles du sommeil

- 30 à 50% des patients
- Sous-traités
- Utiliser les hypnotiques avec prudence car associés à plus pauvre qualité de vie
- Bienfaits:
 - MBSR (Carlson L)
 - Yoga (Cohen L, Chaoul A)
 - Exercice physique
 - Taijiquan (Li F)



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

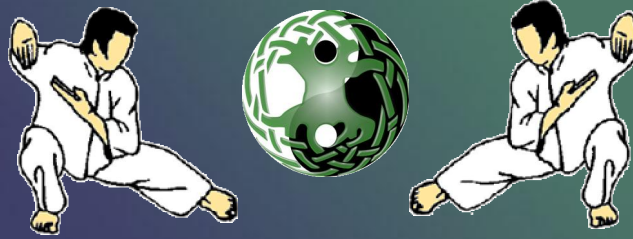
Taijiquan et chimiothérapie

	Taijiquan	Marche	Tx usuel
Sujets can.	xxx	xxx	xxx
Sujets sains	xxx	xxx	xxx
Environ 150 personnes			Nausées
1.30 h. x 2 fois/sem x 12 sem			Fatigue
Mesures à 0, 6, 12 sem			Tr. sommeil



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).

Merci de votre attention



Claude Fournier, md
Service de médecine intégrée, CSSS de Beauce (www.yangsheng.info).