

MEMOIRE DE THÈSE

POUR LE DIPLÔME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN MÉDECINE SPECIALITÉ MÉDECINE GÉNÉRALE

De Lise BOXBERGER

PRÉSENTÉE ET SOUTENUE PUBLIQUEMENT LE 8 NOVEMBRE 2016

Par

Eva BADJAGOU et Lise BOXBERGER

**Les traitements non médicamenteux des symptômes
médicalement inexpliqués : une revue systématique
de la littérature**

DIRECTEURDETHÈSE : Dr Jean-Paul BOYES

JURY :

MM.

**Président : Pr Pierre MESTHE
Assesseur : Dr Bruno CHICOULAA
Assesseur : Dr Anne FREYENS
Assesseur : Dr Jean-Paul BOYES
Assesseur: Dr Julie DUPOUY**

SOMMAIRE

CHOIX DU SUJET QUESTION DE

RECHERCHE RECHERCHE

BIBLIOGRAPHIQUE

PROTOCOLE ET EQUATION DE RECHERCHE

RECHERCHE ET SELECTION DES ARTICLES, EXTRACTION DES
DONNEES

REDACTION DE LA THESE

CONCLUSION

CHOIX DU SUJET

Le choix de ce sujet de thèse est venu progressivement pendant mon internat. Les déterminants sociologiques et psychologiques de la santé m'intéressent depuis longtemps, puis, lors des stages aux urgences et chez le praticien, je me suis rendu compte de l'importance des pathologies fonctionnelles et psychosomatiques. Certains patients m'ont marqué, et ces situations ont inspiré des RSCA qui m'ont permis de développer le sujet.

Par ailleurs, j'ai observé que nous étions très démunis pour prendre en charge ces patients, certains médecins étant plutôt évitants (un placebo ou traitement symptomatique de plus, une nouvelle consultation chez le spécialiste...) d'autres orientant comme ils pouvaient vers des thérapies plus ou moins conventionnelles (sophrologie, ostéopathie...), tout en sachant que les patients ont parfois « testé » beaucoup de choses par eux-même avant de venir en consultation...

Comme le sujet restait très flou, j'ai fait mon mémoire sur la « psychosomatique ». L'objectif était de faire une revue de la bibliographie sur le sujet : définir les différents termes, faire le point sur les explications physiopathologiques, découvrir les hypothèses sociologiques et psychologiques sur cette problématique, et enfin rechercher les publications concernant la prise en charge en médecine générale.

D'un point de vue général, cette question me passionne, car elle est à la croisée de la médecine et de la philosophie, il s'agit de réfléchir à ce qu'est l'humain, au lien corps-esprit.

Au départ, la recherche qualitative nous paraissait adaptée à ce sujet, mais au vu de la bibliographie, il existait déjà des recherches qualitatives sur le ressenti des médecins et des patients, alors qu'il n'y avait pas de recommandations sur les thérapeutiques, ni de recherche sur les traitements « physiques ». Par ailleurs, j'avais lu un article de revue qui vantait les mérites du yoga (sur l'allongement des télomères), et le développement actuel d'approches comme la méditation, la sophrologie, etc m'avait interpellée. Je pratique également le yoga et la danse, donc ces pratiques me parlent. J'avais trouvé des choses intéressantes sur la danse-thérapie lors de mes recherches.

QUESTION DE RECHERCHE

J'ai commencé à parler de ce sujet avec ma tutrice, le Dr Anne Freyens, pendant mon internat. Nous avons fixé un début de question de recherche avec elle.

Eva m'a contacté grâce à une annonce laissée sur le site de l'AIMG. Quand je l'ai rencontrée, elle avait elle aussi fait des recherches sur les symptômes médicalement inexpliqués. Nous voulions toutes les deux faire de la recherche qualitative initialement, puis nous nous sommes tournées vers une revue de la littérature sur la thérapeutique.

RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

J'ai démarré la recherche bibliographique pour mon mémoire de DES. J'ai pris rendez-vous à la bibliothèque universitaire pour une formation à la recherche bibliographique. Cette formation m'a permis d'apprendre à formuler une équation de recherche et à utiliser des moteurs de recherche tel que PubMed°, Cochrane°, le Sudoc°...

Nous avons repris un rendez-vous pour nous former plus spécifiquement dans le but de faire une revue de la littérature. Nous nous sommes formées également à l'utilisation du logiciel ZOTERO lors des formations de la bibliothèque universitaire.

PROTOCOLE ET EQUATION DE RECHERCHE

Cette partie du travail a été la plus difficile. Nous avons du tâtonner à cause de notre manque d'expérience et de connaissance dans le domaine. Nous avons beaucoup discuté de ce que nous voulions chercher.

Nous avons déterminé l'équation de recherche et rédigé un protocole suite à notre première formation sur la revue de la littérature avec le Dr Dupouy. Nous l'avons revu à plusieurs reprises, à chaque étape d'avancement de la recherche, pour des questions méthodologiques. Le protocole a été envoyé à notre directeur de thèse et au Dr Dupouy.

Eva a rédigé un planning prévisionnel à ce moment, ce qui nous a contraint à avancer au même rythme et à respecter nos objectifs dans les délais.

SELECTION DES ARTICLES ET EXTRACTION DES DONNEES

Nous avons utilisé l'équation de recherche créée pour Pubmed, que nous avons réussi à adapter aux différentes bases de données, après des tâtonnements chacune de notre côté. Nous avons groupé tous les résultats dans ZOTERO et Eva en a fait une liste avec les références des articles, numérotés pour faciliter le travail.

Nous avons lu indépendamment les titres et les résumés de tous les articles pour les sélectionner selon les critères PICO, puis nous nous sommes retrouvées pour discuter desquels garder. En cas de désaccord ou de doute, nous avons gardé les articles pour la lecture du texte entier.

Nous nous sommes réparti le travail pour nous procurer les 57 articles entiers. Eva a écrit aux auteurs dont les articles n'étaient pas en anglais ou auxquels nous n'avions pas accès par DOCADIS. Nous avons commandé des articles par le Prêt entre bibliothèques.

Nous avons à nouveau lu indépendamment les articles en entier, tous en anglais, en remplissant le tableau de résultat. Nous avons mis en commun ce travail. Nous étions d'accord sur les articles à garder pour les résultats. Eva a créé et entré ses données dans les tableaux de résultats que nous avons ensuite complété ou corrigé si besoin avec mes données.

Nous avons ensuite évalué la qualité des articles sélectionnés chacune de notre côté grâce à des scores. Nous avons revu ces évaluations ensemble, en allant chercher dans les articles en cas de désaccord. J'ai réalisé à cette étape l'importance d'être deux lecteurs car la comparaison entre nos résultats a permis de repérer des erreurs et de les corriger.

REDACTION DE LA THESE

Nous avons rédigé parfois à deux en séances de travail (une partie des résultats et la conclusion) et parfois chacune de notre côté, en apportant des modifications à la partie rédigée par l'autre.

J'ai rédigé l'introduction qu'Eva a revue. La partie méthode est issue du protocole de recherche que nous avons seulement reformulé. J'ai proposé une trame pour la discussion et la conclusion à partir de laquelle nous avons rédigé chacune une partie. Les tableaux et annexes ont été réalisés par Eva.

Le travail a été montré à notre directeur de thèse régulièrement qui nous a aidé à prendre du recul, et a apporté des corrections au fur et à mesure.

CONCLUSION

Les recommandations pour les revues de la littérature préconisent la double lecture. Mais il me semble que de toute façon j'aurais été incapable de mener à bien ce travail si je l'avais fait seule.

Pour une recherche de longue haleine comme celle-ci, travailler en binôme est motivant, permet de trouver des solutions, de se soutenir dans les moments de doute, de bénéficier du regard enrichissant de l'autre, de répartir les tâches selon les qualités de chacune... Nous étions très complémentaires avec Eva et nous avons développé une vraie complicité au fur et à mesure du travail.

Ce sujet m'intéresse depuis longtemps. Ce travail de thèse m'a permis d'aller plus loin dans l'exploration et la réflexion, et a ainsi modifié et affiné mon regard sur les patients, mes idées sur ce domaine et ma pratique de la médecine.

Signature du Doyen de la faculté

Signature du Président du Jury

Toulouse le 4/10/2016

Toulouse, le 7-10-16

Vu permis d'imprimer
Le Doyen de la Faculté
de Médecine Purpan
D.CARRIE



Le Président du Jury
Professeur Pierre MESTHÉ
Médecine Générale