



Crise des opioïdes

L'acupuncture, une solution non pharmacologique dans la gestion de la douleur

Au Canada, de janvier 2016 à décembre 2018, on a dénombré plus de 11 500 décès apparemment liés à la consommation d'opioïdes. En 2018 seulement, on y a associé 4 460 décès, soit en moyenne 12 décès par jour dont 94 % étaient non intentionnels. Ce qui signifie **une vie perdue à toutes les deux heures** dues aux opioïdes¹.

En réaction à cette crise, le gouvernement canadien demande la mise en place de mesures d'intervention pancanadiennes pour mettre fin aux surdoses². Comme l'a souligné *The Joint Commission*, qui émet les lignes directrices pour les hôpitaux agréés aux États-Unis, la solution passe par **l'intégration de modalités non pharmacologiques** au traitement conventionnel de la douleur³. L'acupuncture compte parmi ces méthodes : soulageant la douleur et bénéfique pour la santé, elle peut contribuer considérablement à réduire la fréquence d'utilisation d'opioïdes par les patients⁴.

L'Ordre des acupuncteurs du Québec (OAQ) reconnaît l'urgence des problématiques soulevées par la crise des opioïdes, d'une part, et sa responsabilité dans la promotion active de l'acupuncture pour leur faire face, d'autre part. C'est pourquoi l'OAQ a constitué un comité chargé d'informer et de démontrer l'efficacité de l'acupuncture à ses différents partenaires.

Des **données probantes**, fruit de l'expérience clinique et de nombreuses recherches, démontrent l'efficacité thérapeutique de l'acupuncture dans le **soulagement de la douleur, les faibles risques d'effets secondaires et la persistance de ses bienfaits**⁵. Déjà en 1997, le *National Institute of Health (NIH)* reconnaît que les endorphines et autres peptides relâchés via les systèmes nerveux central et périphérique ainsi que l'induction de changement dans les fonctions neuroendocriniennes sont impliquées dans l'efficacité de l'acupuncture⁶. Depuis, les effets anti-inflammatoire, analgésique, relaxant, immunitaire et régénérateur associés à l'acupuncture ont été tour à tour reconnus⁷.

¹ Comité consultatif spécial sur l'épidémie de surdoses d'opioïdes. Rapport national : Décès apparemment liés à la consommation d'opioïdes au Canada (de janvier 2016 à décembre 2018). Rapport publié en ligne. Ottawa : Agence de la santé publique du Canada, juin 2019. <https://sante-infobase.canada.ca/labo-de-donnees/surveillance-nationale-opioides-mortalite.html>

² Santé Canada (2017). Mesures du gouvernement du Canada concernant les opioïdes 2016 et 2017. Ottawa. <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/approche-federal-crise-opioides-canada.html>

³ The Joint Commission (2018). New Joint Commission advisory on non-pharmacologic and non-opioid solutions for pain management. Evidence-based, non-opioid treatment options for pain highlighted. https://www.jointcommission.org/new_joint_commission_advisory_on_non-pharmacologic_and_non-opioid_solutions_for_pain_management/

⁴ Davis R.T., Badger G., Valentine K. et al. (2018). Acupuncture for chronic pain in the Vermont Medicaid population: A prospective, pragmatic intervention trial. *Global Advances in Health and Medicine*, 7:1-10. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2164956118769557>

⁵ Weidenhammer W., Streng A., Linde K. et al. (2007). Acupuncture for chronic pain within the research program of 10 German Health Insurance Funds, basic results from an observational study. *Complement Ther Med*, 15(4):238-246. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2006.09.005>

⁶ The National Institute of Health Consensus Statement (1997). Acupuncture. NIH Consensus Statement Online Nov 3-5;15(5): page 19. <https://consensus.nih.gov/1997/1997Acupuncture107pdf.pdf>

⁷ Lund I., Lundeberg T. (2016). Mechanisms of acupuncture. *Acupuncture Relat Ther*, 4(4): 26-30. doi 10.1016/j.arthe.2016.12.001. https://www.researchgate.net/publication/311505128_Mechanisms_of_Acupuncture

Dans l'état actuel des connaissances, il est clair que **l'acupuncture répond adéquatement à l'appel des autorités gouvernementales**. Elle est une solution non pharmacologique novatrice, éprouvée, propice aux traitements multimodaux, sécuritaire, à faibles coûts et dont l'impact sur la qualité de vie des patients est positif (sommeil, humeur, digestion, etc.).

« L'acupuncture est sécuritaire et agit efficacement sur les douleurs de tout type : aiguës, chroniques, postopératoires et oncologiques ».

Tick H., Nielsen A., Pelletier K. et al. (2018). Evidence-Based Nonpharmacologic Strategies for Comprehensive Pain Care: The Consortium Pain Task Force White Paper. *Explore (NY)*, 14(3):177-211. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2018.02.001>.

Une grande quantité de preuves soutiennent l'efficacité de l'acupuncture dans le traitement de :

- Migraines : prévention des crises
- Céphalées de tension
- Douleurs lombaires chroniques
- Douleurs postopératoires
- Ostéo-arthrite du genou

McDonald J., Janz S. (2017). *The acupuncture evidence project: A comparative literature review (revised edition)*. Brisbane: Australian Acupuncture and Chinese Medicine Association Ltd.

https://www.researchgate.net/publication/321085966_The_Acupuncture_Evidence_Project_A_Comparative_Literature_Review

Suite à une méta-analyse réalisée auprès de **17 922 patients**, les auteurs constatent que :

*« L'acupuncture est supérieure à la fois aux groupes contrôles sans acupuncture et aux groupes avec acupuncture simulée pour le traitement de la douleur chronique. Des différences significatives entre l'acupuncture réelle et simulée indiquent que l'acupuncture est plus qu'un placebo. **L'acupuncture est efficace pour le traitement de la douleur chronique et constitue donc une option de référence raisonnable.** »*

Vickers A.J., Cronin A.M., Maschino A.C. et al. (2012). Acupuncture for chronic pain: individual patient data meta-analysis. *Arch Intern Med.*, 172 (19) : 1444-1453. <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/1357513>

La persistance de l'efficacité du traitement par acupuncture lors de douleur chronique a été constatée par l'analyse de 29 études contrôlées randomisées ; **les bienfaits de l'acupuncture perdurent 12 mois** après la fin des traitements, et ce dans 90 % des cas.

MacPherson H., Vertosick E.A., Foster N.E. et al. (2017). The persistence of the effects of acupuncture after a course of treatment: a meta-analysis of patients with chronic pain. *Pain*, 158(5):784793.

https://journals.lww.com/pain/Abstract/2017/05000/The_persistence_of_the_effects_of_acupuncture.5.aspx

LE PLAN D'ACTION DE L'OAQ

- Informer les professionnels de la santé des données probantes et des mécanismes d'action de l'acupuncture ;
- Promouvoir le recours à l'acupuncture dès l'apparition de la douleur ;
- S'associer à d'autres groupes professionnels en vue d'une gestion optimale de la douleur (multimodale et interprofessionnelle) ;
- Fournir à la population une information juste et actuelle.