

APPLICATIONS EXTERNES EN PÉDIATRIE : BASES ET SUGGESTIONS POUR LA CLINIQUE ET LE CABINET

Nicolas von Hornstein, Anette Beisswenger, Virginia Meda Spaccamela, Jeanette Greiner, Romy Schneider, Benedikt Huber

L'article original a été rédigé en allemand.

Traduit par : Rudolf Schlaepfer



Nicolas von Hornstein

Anette Beisswenger
Virginia Meda
Spaccamela
Jeanette Greiner
Romy Schneider
Benedikt Huber

<https://doi.org/10.35190/Paediatria.f.2025.1.4>

Introduction

Les applications externes comprennent compresses, cataplasmes, massages rythmiques, ablutions et bains, ainsi que leurs nombreuses variantes^(1,2). Ces pratiques thérapeutiques et de soins, utilisées depuis des millénaires dans toutes les cultures, trouvent à travers de la naturopathie traditionnelle une place croissante dans la médecine moderne. Elles constituent par ailleurs depuis toujours un élément essentiel des soins infirmiers à domicile et de l'automédication, en particulier pour les enfants. Cet article vise à présenter les bases, les possibilités et les expériences relatives aux applications externes en pédiatrie, tout en fournissant des suggestions pour leur utilisation.

Fondements et principes de l'effet thérapeutique

Les applications externes agissent principalement à travers la peau du/de la patient-e. À partir de la zone traitée l'effet se propage ensuite à l'ensemble de l'organisme. Alors qu'une compresse ne couvre qu'une partie spécifique du corps, le l'enveloppement enveloppe totalement une partie du corps. Selon l'indication, par les massages rythmiques on traite par contact direct certaines parties ou organes, voire l'ensemble du corps.

De manière générale, les applications externes suivent le principe d'une stimulation qui provoque une réaction thérapeutique⁽¹⁾. Comme pour l'hydrothérapie ou la thermothérapie, une application externe, par exemple un enveloppement thoracique, représente un stimulus auquel l'organisme répond par une réaction. Cette réaction, qui peut se produire pendant ou après l'application, est en fait à l'origine de l'effet thérapeutique. Une période de repos suffisante après l'application est par ailleurs essentielle pour obtenir un effet optimal. Selon les besoins, l'indication, l'objectif thérapeutique et la situation individuelle du/de la patient-e, le stimulus et donc la réaction peuvent être modulés. On distingue quatre facteurs (voir tableau 1) qui peuvent agir séparément ou en synergie pour influencer l'autorégulation de l'organisme, soutenant ainsi les processus de guérison et de rétablissement⁽³⁾.

Enveloppements & autres chez l'enfant

Les applications externes, utilisées seules ou en complément à d'autres traitements, offrent un large éventail d'indications en pédiatrie, laissant la place à une grande créativité thérapeutique. Voici quelques exemples tirés de la pratique quotidienne : compresses d'oignon pour un soulagement local de la douleur lors d'otites aiguës (voir Infobox), enveloppement du cou au citron pour toutes formes d'amygdalite ou pharyngite, enveloppements thoraciques au thym, plantain ou à la lavande contre la toux et les bronchites, enveloppements des mollets en cas de forte fièvre, compresses ou pansements à l'arnica ou à la consoude en complément du traitement de traumatismes contondants, enveloppements abdominaux à la camomille pour apaiser des douleurs abdominales ou des crampes liées à des troubles gastro-intestinaux aigus, applications ou massage rythmique sur la région cardiaque avec des pommades à base d'or/lavande/rose, ou avec de l'huile de lavande pour des crises telles que l'hyperventilation ou des états d'anxiété, ainsi que diverses applications d'appoint en soins palliatifs. On trouve des indications supplémentaires, des descriptions détaillées et d'autres informations dans la littérature spécialisée et les guides pratiques⁽⁴⁻⁶⁾ (voir également www.pflege-vademecum.de).

Facteurs influençant l'effet d'une application externe⁽³⁾ :

1. La substance utilisée (p. ex. lavande, citron)
2. Le moyen véhiculant la substance (p. ex. eau, huile, émulsion, pommade), la température, le matériel d'enveloppement
3. Le rythme de l'application (p. ex. heure, fréquence, dosage)
4. Le contexte (p. ex. attention, contact, technique de frottement, repos, sommeil)

Tableau 1.

Correspondance :
nicolas.vonhornstein@youkidoc.ch

Formation continue

Dans le cadre domestique des matériaux simples et quelques substances suffisent généralement. Pour la préparation il faut respecter certaines règles générales (voir tableau 2). Une attention particulière doit être accordée à la phase de repos, qui constitue un élément essentiel de cette méthode thérapeutique. Elle débute une fois l'enveloppement retiré et dure généralement 30 minutes.

Enveloppement et Cie. sont le domaine privilégié des parents, idéalement accompagnés et conseillés par des professionnel·les de la santé. Bien réalisés, ils ne sont pas seulement d'une grande efficacité thérapeutique, mais transmettent également un sentiment de sécurité et favorisent la relation parent-enfant. Le contact physique, l'attention bienveillante et les soins empreints de douceur renforcent le lien affectif et ont un effet salutogène.

Mise en pratique dans le cabinet pédiatrique

Par l'exemple de YOUKIDOC, un centre de santé médical et thérapeutique ambulatoire, situé à Bâle et dédié à la vision de la pédiatrie intégrative, nous souhaitons illustrer de manière exemplaire l'utilisation des applications externes dans un cabinet pédiatrique.

Les applications externes en tant que forme thérapeutique complémentaire constituent un élément important de notre concept de soins. Elles viennent enrichir les traitements médicaux et peuvent être mises en œuvre directement au cabinet médical. Cependant, intégrer ces soins, qui reposent sur le calme, la confiance et l'attention, dans un environnement ambulatoire pédiatrique marqué par l'agitation du quotidien, s'est révélé être un défi de taille. Puisqu'il n'existait aucun modèle comparable dans la médecine pédiatrique ambulatoire, nous avons formé un petit noyau composé de médecins, de soignant·e·s et d'assistant·e·s médicales, afin d'implémenter dans notre quotidien un modèle conforme à notre vision. Des échanges enrichissants avec le Centre de pédiatrie intégrative de l'hôpital cantonal de Fribourg et la Clinique Arlesheim ont renforcé notre initiative. Par des formations postgraduées et des ateliers l'équipe entière a été sensibilisée et formée à ces méthodes.

Préparation du·de la patient·e et de l'entourage à l'application externe ⁽⁷⁾ :
• Intervalle depuis le dernier repas >30 minutes
• Vider la vessie/changer les langes avant l'application
• Les pieds doivent être chauds ! Éventuellement les réchauffer avec une bouillotte
• Enlever des habits gênants ou trop serrés
• Aérer la pièce, pas de courants d'air
• Éteindre tous les médias
• Éviter la lumière directe

Tableau 2.

Les premières mises en pratique se sont rapidement intégrées dans le service d'urgence. Les consultations les plus fréquentes concernent, comme ailleurs, des maladies fébriles aiguës. La gestion adéquate de la fièvre, sans recours systématique aux antipyrétiques, est devenue un sujet central. Les enveloppements (des mollets au citron, au vinaigre, des pouls à l'arnica) sont très appréciés par les patients et leurs parents et peuvent être appliqués rapidement. En cas d'otite, les parents sont instruits lors de la consultation sur l'utilisation de compresses à l'oignon ou de laine thérapeutique (voir figure 1) et le matériel nécessaire leur est fourni sur place. Lorsque les parents et les enfants disposent du temps nécessaire, les applications externes sont effectuées directement au cabinet. Le centre dispose des matériaux naturels nécessaires pour les compresses, les cataplasmes et les enveloppements, ainsi que de locaux permettant de minimiser les stimulations sensorielles et garantir une période de repos après l'application. On peut par exemple appliquer des compresses à l'oxalis ou à la camomille pour soulager des douleurs abdominales avant de poursuivre les investigations. Des cataplasmes cardiaques avec de la crème WELEDA *aurum/lavandulae aetheroleum/rosa* ont un effet calmant et relaxant sur les enfants ou adolescent·e·s très anxieux·ses, avec des symptômes de stress aigu, des crises de panique ou des palpitations. Cette approche c'est également avérée efficace pour des troubles tels que les difficultés d'endormissement, l'anxiété avant des examens ou d'autres états d'agitation.

Les applications externes constituent aussi une excellente opportunité pour renforcer le rôle actif des parents. Lors des consultations nous prenons le temps pour les instruire sur la mise en œuvre correcte de ces méthodes. De plus a été mise en place une consultation spécifique dédiée aux enveloppements, dirigée par des infirmier·e·s et des assistant·e·s médicaux·les afin de développer les compétences des parents, à renforcer leur confiance et à consolider le lien parents-enfant. Pour favoriser le développement de l'enfant, lors des consultations une attention particulière est portée à transmettre une attitude consciente, essentielle à l'efficacité de cette forme de thérapie. Pour soutenir les familles au-delà des consultations, des instructions détaillées sur les applications externes à domicile sont disponibles sur le site internet du cabinet (<https://www.youkidoc.ch/symptome-was-tun/>, en allemand et anglais). Pour promouvoir davantage les applications externes à domicile et renforcer les compétences parentales, nous envisageons d'effectuer des visites à domicile et des formations dédiées aux Enveloppement & Cie. pour les parents intéressés.

Mise en pratique dans une clinique pédiatrique

Depuis 2015, au Centre de pédiatrie intégrative de l'Hôpital cantonal de Fribourg (HFR) on utilise des applications externes pour plusieurs indications⁽⁸⁾. Un des principaux domaines d'application sont les enveloppements thoraciques pour le traitement des enfants hospitalisés avec une maladie respiratoire aiguë (p. ex. bronchiolite, asthme, pneumonie)⁽⁹⁾, en com-

plément des autres traitements conventionnels et complémentaires. En fonction de l'indication et des symptômes (toux, encombrement bronchique, inflammation, obstruction ou détresse respiratoire), sont généralement employées la lavande, le thym, le gingembre ou le séré maigre. Avec les années, de l'expérience a été acquise avec différents types d'enveloppements comme les enveloppements humides et chauds au thé, les enveloppements secs et chauds avec des huiles et les compresses sèches et chaudes avec des feuilles de cire d'abeille⁽¹⁰⁾.

Les applications externes font partie intégrante des protocoles de traitement intégratifs, sont prescrites par les médecins et effectuées par le personnel soignant. Des formations internes régulières permettent de former le personnel, et des expert·e·s spécialisé·e·s sont disponibles à l'hôpital. Cependant, l'introduction de ces applications s'est faite sans ressources humaines supplémentaires, ce qui complique parfois leur mise en œuvre dans le contexte chargé des services hospitaliers. La forte charge de travail et le manque de temps sont fréquemment cités comme principaux facteurs limitant l'utilisation de ces pratiques en milieu hospitalier⁽¹¹⁾. D'un autre côté de nombreux soignants considèrent ces applications comme un enrichissement bienvenu de leur travail. Ces formes de soins leur permettent de se rapprocher davantage du·de la patient·e et de contribuer activement et de manière constructive au processus de guérison^(11,12). Les expériences positives de l'effet bénéfique des applications externes renforcent encore davantage leur adhésion à ces traitements^(10,11).

Les parents apprécient beaucoup les enveloppements et massages rythmiques dans le cadre du traitement hospitalier⁽⁹⁾. Dans de nombreuses situations les parents peuvent être activement impliqués, ce qui renforce leur sentiment d'efficacité. Des instructions pour réaliser des enveloppements et applications ayant fait leur preuve sont mises à leur disposition sous forme papier ou en téléchargement gratuit sur le site web de la clinique (Centre de pédiatrie intégrative/applications externes). Cela inclut non seulement les enveloppements effectués à l'hôpital, mais également des enveloppements simples pour des situations d'urgence, comme les compresses d'oignon pour l'otite moyenne aiguë, comme les compresses d'oignon pour l'otite moyenne aiguë ou les enveloppements du cou au citron.

Un exemple d'utilisation des applications externes dans le domaine de la médecine hautement spécialisée se trouve en oncologie pédiatrique à l'Hôpital pédiatrique de Suisse orientale à Saint-Gall. En collaboration étroite avec le Centre de médecine intégrative de l'Hôpital cantonal de Saint-Gall, des thérapies complémentaires basées sur les applications externes sont proposées, depuis 2015, aux patient·e·s pendant leur séjour hospitalier. L'équipe soignante bénéficie d'une formation régulière pour assurer une application correcte de ces méthodes. Les thérapies fréquemment utilisées et éprouvées sont les compresses d'oxalis pour les douleurs abdominales, les feuilles de cire d'abeille au plantain appliquées sur la poitrine pour les infections des voies respiratoires supérieures et inférieures, ainsi que les massages rythmiques des pieds par exemple à l'huile de lavande pour les troubles du sommeil, l'agitation, la nervosité ou les maux de tête (voir figure 2). Ces interventions montrent, no-



Figure 1. Instruction et mise en place d'une compresse aux oignons pour une otite moyenne aiguë, fixation à l'aide d'un bandeau (photo YOUKIDOC Bâle, publication avec accord écrit).

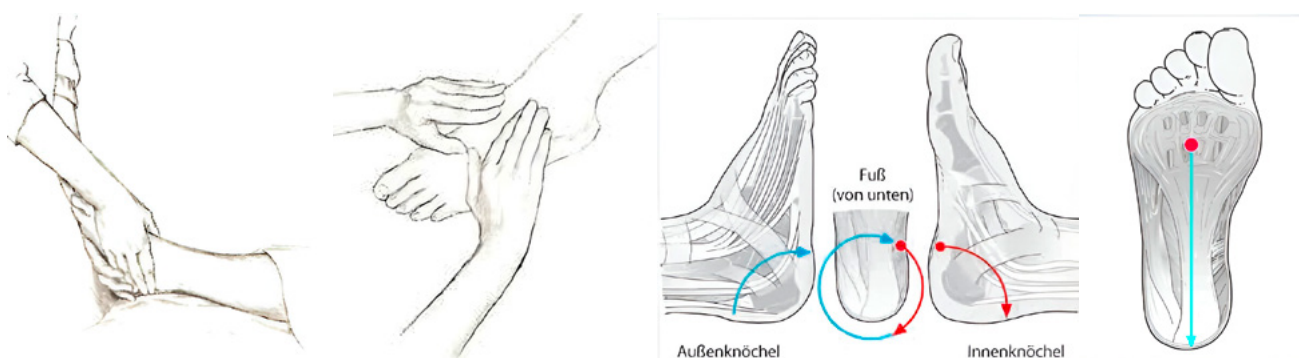


Figure 2. Le massage rythmique des pieds comporte 4 étapes : dos du pied, talon, cheville, plante (sources : Batschko 2010⁽¹³⁾ et Layer 2014⁽¹⁴⁾).

Formation continue

tamment chez les adolescent·e·s souvent concerné·e·s, que des massages rythmiques réguliers des pieds permettent de réduire les besoins en somnifères et antalgiques. À Saint-Gall aussi l'instruction des parents par le personnel soignant joue un rôle important. Les parents d'enfants atteints d'une maladie oncologique sont souvent en proie à un sentiment d'impuissance durant la longue durée des traitements. Ils peuvent grâce à ces applications externes assumer un rôle actif et contribuer directement au processus thérapeutique, à l'hôpital d'abord, puis à domicile.

Un défi récurrent dans le domaine hospitalier réside dans la rémunération adéquate des thérapies complémentaires par le système SwissDRG⁽¹⁵⁾. Cela concerne aussi les applications externes, ce qui peut donner à certain·e·s soignant·e·s l'impression que ces interventions sont des mesures « sans valeur »⁽¹¹⁾. Il est donc indispensable d'améliorer à l'avenir la représentation, la classification et la facturation de ces prestations de soins et thérapeutiques importantes. Comme pour d'autres formes de thérapie, les applications externes devraient faire l'objet d'une évaluation systématique de leur efficacité et sécurité pendant l'enfance. Étant donné le nombre de cas, des études multicentriques seraient pertinentes. Un exemple concret est l'étude randomisée et contrôlée « Lavande pour la bronchiolite » en cours dans les cliniques pédiatriques de Fribourg et Genève⁽¹⁶⁾.

Massages rythmiques chez le nourrisson et petit enfant

Les massages rythmiques chez les enfants, une spécialisation des massages rythmiques selon Wegman/Hauschka, consistent en l'application d'une substance à travers le toucher, avec des mains chaudes et attentionnées, par des mouvements de massages rythmiques exécutés selon des directives spécifiques⁽¹³⁾. Ces frottements ont un effet apaisant, relaxant, antispasmodique, favorisent une respiration plus profonde et apportent une chaleur bienfaisante. Une méthode spécialement développée pour les nourrissons et les jeunes enfants est la « *chaleur rythmée* ». Cette technique consiste à envelopper doucement avec les deux mains les parties à frotter du corps de l'enfant. Les mains se déplacent en imitant un mouvement respiratoire, en se rapprochant et s'éloignant, avec une alternance de pression douce et de relâchement, tout en maintenant un contact constant avec la peau ou les vêtements. L'enfant ressent ainsi un mouvement chaleureux et rythmique, « respirant », qui procure chaleur, sécurité, réconfort et confiance et favorise la relation, des facteurs essentiels à son développement dans les premières années de vie.

La *chaleur rythmée* peut être intégrée aux soins corporels quotidiens ou utilisée dans des situations fréquentes telles que l'agitation, les coliques abdominales, les troubles du sommeil et aussi pour des maladies, un accompagnement professionnel ou une prescription médicale étant alors recommandés. Selon l'indication, le choix d'huiles adaptés (p. ex. huile de rose, lavande, cumin) peut renforcer l'effet du massage. Outre le frottement directement sur la peau, cette technique peut

être pratiquée par-dessus les vêtements, donc dans toutes les situations, comme en déplacement ou la nuit, sans devoir déshabiller l'enfant.

La *chaleur rythmée* est une technique que les parents et toute personne s'occupant de nourrissons et de petits enfants peuvent facilement apprendre. Une simple exercice consiste à placer les mains, paumes vers l'intérieur, sur les côtés externes des cuisses et ressentir la texture, la chaleur, la forme corporelle et la tension musculaire sous les mains. Ensuite on applique une pression douce et progressive, comme une vague se dirigeant vers l'intérieur des cuisses, avant de revenir en arrière. Cette alternance, réalisée à un rythme d'environ six mouvements par minute, est nommée *chaleur rythmée* et constitue la base des frottements pour enfants. Chaque fois qu'on pose les mains à l'endroit voulu, on effectue la *chaleur rythmée* environ six fois par minute pendant deux minutes.

Comme pour les autres traitements externes, le massage exige l'accord de l'enfant et toute l'attention des parents ou du·de la thérapeute pour que l'enfant puisse se détendre. Avant le massage rythmique les parents, et surtout le ou la thérapeute, adoptent une attitude calme, attentive et bienveillante, afin de transmettre à l'enfant un sentiment de sécurité et de confiance. Des mains chaudes et un environnement chaud sont une prémisses au massage rythmique d'un enfant. Il est installé par exemple sur la table à langer, la personne effectuant le massage rythmique se plaçant au pied de la table. Seulement la partie du corps à traiter est découverte, le reste du corps reste recouvert avec un drap chaud. L'huile, la lotion ou la pommade est chauffée dans les mains avant de l'appliquer sur le corps de l'enfant. Selon l'indication on traite par étapes tout le corps ou seulement certaines parties. Ci-après une brève description afin de permettre une première expérience pratique. Des informations concernant les cours pour parents et professionnels de la santé peuvent être demandés à l'auteur.

Pour le massage rythmique des pieds, placez la paume de votre main droite sous les deux plantes des pieds du nourrisson, tandis que la main gauche couvre doucement le dessus des pieds (voir figure 3). Ensuite, appliquez un mouvement doux de compression et de relâchement des pieds, dans une dynamique de *chaleur rythmée* pendant environ deux minutes. À partir de l'âge où l'enfant commence à ramper, chaque pied est frotté séparément, tenu entre les deux mains.

Pour les jambes on place la main gauche sur l'extérieur du mollet droit et la main droite sur l'extérieur du mollet gauche. Les pouces restent détendus au niveau des genoux. La *chaleur rythmée* est effectuée dans cette position avec les deux mains. Ensuite les cuisses sont frottées de la même manière : on place d'abord la main gauche sur l'extérieur de la cuisse droite, puis la main droite sur l'extérieur de la cuisse gauche. Pendant la *chaleur rythmée* d'environ deux minutes, les bouts des doigts sont posés sur le côté

des hanches. Pour les petits enfants la *chaleur rythmée* est effectuée en entourant alternativement la jambe droite et la jambe gauche avec les deux mains.

Pour les membres supérieurs, la main droite entoure la main et l'avant-bras gauche de l'enfant jusqu'au coude, et la main gauche de la même manière sa main et son avant-bras droit. On effectue ensuite la *chaleur rythmée* pendant environ deux minutes et on procède de la même manière pour les bras et les épaules. Pour l'enfant un peu plus âgé, la *chaleur rythmée* est effectuée séparément pour chaque bras, en l'entourant avec les deux mains (voir Figure 4).

Pour traiter l'abdomen, l'enfant est généralement en décubitus dorsal, la main droite étant placée sous le bas du dos de l'enfant et la main gauche doucement sur son ventre (voir figure 4). Si le ventre est très ballonné, on peut tourner l'enfant sur le côté. En position latérale gauche, la main gauche est placée sur le bas du dos de l'enfant, avec la paume en dessous du coccyx et les doigts pointant vers la tête, tandis que la main droite repose sur son ventre. Effectuez la *chaleur rythmée* dans cette position pendant environ deux minutes.

Pour le massage du dos, l'enfant est couché sur le ventre. Les deux mains sont placées sur son dos, les doigts pointant vers la tête et les paumes reposant approximativement au niveau du bassin. En gardant les mains sur place, on effectue de légers mouvements de compression et de relâchement dans une dynamique de *chaleur rythmée* pendant environ deux minutes.

En respectant les conditions internes et externes pour réaliser les massages rythmiques, cette méthode simple et éprouvée peut s'avérer bénéfique et apaisante pour les enfants aussi au quotidien.

Conclusion et Perspectives

Les applications externes offrent un potentiel thérapeutique considérable pour une médecine centrée sur le patient, aussi bien en pédiatrie ambulatoire qu'en milieu hospitalier. Elles enrichissent le travail thérapeutique des soignant-e-s tout en répondant au souhait de nombreux parents de pouvoir participer activement à la prise en charge de leurs enfants malades. Les pédiatres, qui jouent un rôle clé dans la promotion de ces pratiques, peuvent acquérir les connaissances nécessaires lors de formations postgraduées et à travers la littérature spécialisée.

Pour la bibliographie, veuillez consulter notre version en ligne de l'article.



Figure 3. Massage rythmique (*chaleur rythmée*) des pieds d'un petit nourrisson (Image de Anette Beisswenger, publication avec consentement écrit)



Figure 4. Massage rythmique (*chaleur rythmée*) du membre supérieur (Image de Anette Beisswenger, publication avec consentement écrit)

De la pratique pour la pratique : Compresse d'oignon pour l'otite moyenne aiguë

La compresse d'oignon est une mesure simple et très efficace pour soulager une otite moyenne aiguë, quel que soit l'âge. Grâce à ses substances sulfurées, l'oignon exerce un effet anti-inflammatoire et analgésiques lors de congestions et inflammations de différentes origines. Voici une méthode simple et éprouvée pour réaliser cette application externe. Sont nécessaires un oignon, un mouchoir en tissu, un bonnet ou un bandeau pour fixer la compresse, un sachet en plastique et une bouillotte remplie d'eau chaude (environ 70°C).

Étapes de préparation :

- Éplucher et couper l'oignon en petits morceaux
- Étaler les morceaux d'oignon au centre du mouchoir sur une surface d'environ 7 x 7 cm, envelopper et presser fermement pour libérer le jus d'oignon
- Placer le petit paquet dans le sachet plastique, puis sur la bouillotte pour le réchauffer à température corporelle
- Retirer le paquet du sachet plastique et le poser sur l'oreille, en entourant le pavillon de manière à couvrir également la zone située derrière l'oreille
- Le paquet est maintenu en place avec un bonnet ou un bandeau (*voir figure 1*)
- Laisser la compresse en place si possible pendant 1 à 2 heures ; l'application peut être répétée jusqu'à trois fois par jour.

Infobox.

Auteur-e-s

Dr. med. Nicolas von Hornstein, Youkidoc Kindergesundheit, Basel

Anette Beisswenger, Praxis für rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka und Craniosacraltherapie, Geburtshaus Matthea, Basel

Dr. med. sc. nat. Virginia Meda Spaccamela, Abteilung Hämatologie und Onkologie, Ostschweizer Kinderspital, St. Gallen

Dr. med. Jeanette Greiner, Pädiatrische Hämatologie und Onkologie, Kinderspital Kantonsspital Aarau, Aarau

Dr. med. Romy Schneider, Zentrum für Integrative Pädiatrie, Klinik für Pädiatrie, HFR Freiburg – Kantonsspital, Freiburg

Dr med. Benedikt Huber, Centre de pédiatrie intégrative, hôpital fribourgeois HFR, Fribourg

Les auteur-e-s n'ont déclaré aucun lien financier ou personnel en rapport avec cet article.