

## L'acupuncture

L'objet de l'acupuncture est de réguler la circulation de l'énergie (Chi) dans le corps.

A cet effet, l'acupuncteur insère des aiguilles stériles à usage unique au niveau des « points d'acupuncture » situés dans les canaux dans lesquels circule le chi (« méridiens »).

En cancérologie, des référentiels sont validés pour différentes indications avec des niveaux de preuve allant de A (preuve scientifique établie) à B (présomption scientifique), puis C (faible niveau de preuve scientifique) :

- nausées et vomissements chimio induits (A) ;
- anxiété-dépression (B) ;
- bouffée de chaleur (B) ;
- arthralgies sous antiaromatases (B) ;
- neuropathies chimio induites (C), fatigue (Bileus postopératoire (B) ;
- insomnie (B) ;
- leucopénie (B) ;
- xérostomie postradique (B) ;
- dyspnée (C).

Voici ceraines recommandations du SIO (*Society of Integrative Oncology*) et de l'ASCO (*American Society of Clinical Oncology*) en 2018 et en 2022 :

- Nausées et vomissements secondaires à la chimiothérapie: acupuncture, acupression.
- Douleurs liées au cancer, douleurs musculo-squelettiques: acupuncture, réflexologie.

## Quelques recherches récentes

- Selon la *Cochrane Database of Systematic Reviews*, l'électroacupuncture s'est montrée bénéfique vis-à-vis des vomissements induits par la chimiothérapie ; l'acupressure auto-administrée semble avoir un effet protecteur vis-à-vis des **nausées** et peut être enseignée aux patients.
- Une étude multicentrique récente (*Michel-Cherqui, Mireille et al., 2024*) démontre que l'acupuncture et l'auriculothérapie, seules ou combinées, peuvent réduire efficacement l'intensité des **nausées aiguës et tardives** chez les patients recevant une chimiothérapie, même lorsqu'ils sont déjà traités avec des antiémétiques optimaux.
- D'après une méta-analyse en réseau d'essais contrôlés randomisés (*Zhang Q et al., 2023*), la stimulation des points d'acupuncture combinée aux opioïdes s'est révélée efficace pour soulager la **douleur** liée au cancer et réduire les réactions indésirables
- Une méta-analyse (*Weng Y et al., 2024*) montre que l'acupuncture est une option sûre et efficace pour améliorer la qualité du **sommeil** chez les patientes atteintes de cancer du sein.
- Une revue systématique et méta-analyse (*Li X et al., 2023*) démontre que l'acupuncture est une thérapie complémentaire sûre et efficace pour la **dépression** liée aux tumeurs, améliorant les symptômes et la qualité de vie.