

Dry needling et toxine botulique : les nouvelles armes anti-douleur

La douleur n'est pas une fatalité. Qu'elle soit aiguë, chronique, nociceptive (tissulaire), neuropathique ou bien encore psychogène, elle reste souvent mal comprise et difficile à traiter. À la Clinique Valmont, à Glion sur Montreux, une équipe pluridisciplinaire développe une approche résolument moderne et personnalisée de sa prise en charge. Spécialisée en réadaptation neurologique et musculo-squelettique, la clinique mise sur des techniques innovantes comme le dry needling et les injections de toxine botulique, toujours en plaçant le patient au centre des soins. Nous avons rencontré deux expertes de terrain : la Dre Audrey Weaver, spécialiste FMH en médecine physique et réadaptation, et Milena Creplet, physiothérapeute à la Clinique Valmont. Elles nous livrent les clés d'une gestion de la douleur efficace. | Adeline Beijns



Docteur Audrey Weaver
Spécialiste FMH en médecine physique et réadaptation



Milena Creplet
Physiothérapeute à la Clinique Valmont

Pourquoi la Clinique Valmont a-t-elle développé des prises en charge spécifiques de la douleur ?

Dre Audrey Weaver : Sans se revendiquer centre de la douleur, nos spécialisations nous amènent à faire face à de nombreux types de douleurs. Au-delà de ces différents types, chacun a un vécu subjectif vis-à-vis de celles-ci.

Notre force, c'est la prise en charge multidisciplinaire : médecins, soignants, physiothérapeutes, spécialistes en activité physique adaptée, ergothérapeutes et neuropsychologues qui travaillent en étroite collaboration. Nous mettons l'accent sur l'éducation thérapeutique du patient, qui est vraiment au centre de la prise en charge. Notre démarche vise à agir de manière réfléchie et stratégique sur l'ensemble des facteurs influençant

la douleur pour éviter la polymédication. Cette approche globale, individualisée et cohérente favorise des résultats plus durables. Elle permet également au patient d'acquiescer les outils nécessaires pour mieux comprendre et gérer sa douleur au quotidien.

Qu'est-ce que le dry needling ?

Milena Creplet : Le dry needling, ou puncture sèche, est une technique majoritairement utilisée par les physiothérapeutes, mais également parfois par certains médecins. Nous utilisons de fines aiguilles stériles, sans aucun produit, que nous introduisons directement dans les "points gâchettes" musculaires. Ce sont ces contractures douloureuses (vulgairement appelées nœuds) qui se forment à l'intérieur du muscle et qui peuvent provoquer des douleurs locales

ou même référées. L'aiguille doit déclencher une contraction réflexe brève du muscle, ce qui permet de le relâcher en profondeur. Bien encadrée, c'est une méthode particulièrement efficace et fiable. Les seuls effets secondaires escomptés sont les courbatures, prouvant l'efficacité du traitement.

Dans quels cas est-il recommandé et quels en sont les bénéfices ?

Milena Creplet : Le dry needling est particulièrement recommandé pour les symptômes musculaires liés, par exemple, à une surcharge mécanique, lorsque les muscles ne parviennent plus à se relâcher correctement. C'est également utile en cas de spasticité, un trouble neurologique qui provoque une tonicité des muscles élevée et limitante après une atteinte neurologique

centrale. Les bénéfices sont rapides et concrets car le dry needling permet un relâchement des cordons musculaires, ce qui implique une récupération de la mobilité et de la force, ainsi qu'une meilleure fonctionnalité globale du muscle. Nous l'utilisons impérativement en complément des exercices de rééducation pour obtenir des résultats plus rapides et durables chez nos patients. Ces derniers ressentent une diminution notable de la douleur et une amélioration de leur mobilité dès les premières séances.

Quelles sont les indications des injections de toxine botulique dans la gestion de la douleur ?

Dre Audrey Weaver : La toxine botulique ne sert pas seulement à la cosmétologie ! Elle agit sur les muscles et même directement sur les récepteurs de la douleur. La toxine botulique est une protéine produite par une bactérie, puis purifiée pour un usage médical.

En thérapeutique, on l'utilise en très faibles doses, parfaitement maîtrisées et sécurisées. Elle agit en bloquant temporairement la libération d'un neurotransmetteur (l'acétylcholine) au niveau des jonctions entre le nerf et le muscle : le muscle se relâche ainsi de façon contrôlée pendant plusieurs mois.

Mais son grand intérêt dans la gestion de la douleur va plus loin : elle possède un effet antalgique direct et souvent plus rapide que son action relaxante. Elle est donc particulièrement efficace dans les douleurs à type de brûlures ou coups d'électricité par exemple dans les neuropathies, les douleurs fantômes après amputation, les douleurs zostériennes (après un zona) et même dans certaines douleurs d'arthrose lorsqu'elle est injectée directement dans l'articulation.

Comment se déroule une consultation dédiée à la prise en charge de la douleur à la Clinique Valmont ?

Milena Creplet et Dre Audrey Weaver : Nous commençons par une description précise de la douleur : son intensité, son type, son rythme (au repos, à l'effort, la nuit ?), les facteurs qui la déclenchent ou la soulagent. Viennent ensuite une anamnèse détaillée et un examen clinique complet.

Selon les besoins, nous complétons par des examens d'imagerie (radio, IRM, échographie). En physiothérapie, nous évaluons la douleur et les limitations fonctionnelles qu'elle entraîne pour construire un traitement personnalisé. En complément des thérapies individuelles, un groupe sur la gestion de la

douleur a été mis en place afin que les patients qui le souhaitent puissent partager leurs expériences et en apprendre plus sur le sujet. Il a également pour but de leur apprendre à gérer leur douleur et leur anxiété par de la méditation. L'avantage d'une prise en charge à la Clinique Valmont, c'est la possibilité de faire appel immédiatement à tous les experts pour les cas les plus complexes.

Qui peut bénéficier de ces prises en charge ?

Dre Audrey Weaver : Absolument tous les patients, qu'ils soient hospitalisés (stationnaires) ou suivis en ambulatoire. Nous accueillons toutes sortes de douleurs, quel que soit leur origine. Toutes les assurances de base couvrent ces consultations et traitements. L'accès est donc ouvert à un très large public.

Cette accessibilité universelle renforce notre engagement envers une prise en charge inclusive et efficace. Elle permet à chaque patient, quel que soit son parcours, de bénéficier rapidement d'un plan personnalisé et de retrouver une meilleure qualité de vie. Grâce à cette approche globale, humaine et scientifique, nous souhaitons redonner espoir et mobilité à de nombreux patients qui souffraient parfois depuis des années. ●

