

## Effets de la douche locale «Kneipp» sur la microcirculation cutanée des membres inférieurs



Cette étude s'est inscrite dans le cadre du projet national de recherche «Stage Thermal Post-Thrombose» de l'AFRETH (Association Française de Recherche Thermale), même si depuis, les indications de ce soin ont été considérablement élargies. Sa mise au point avait été confiée au CRULL en partenariat avec Stas Doyer.

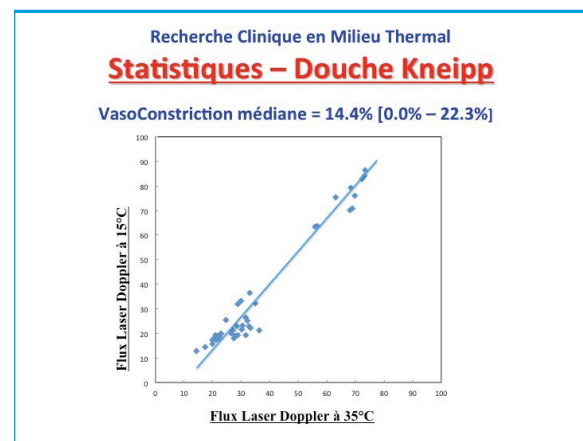
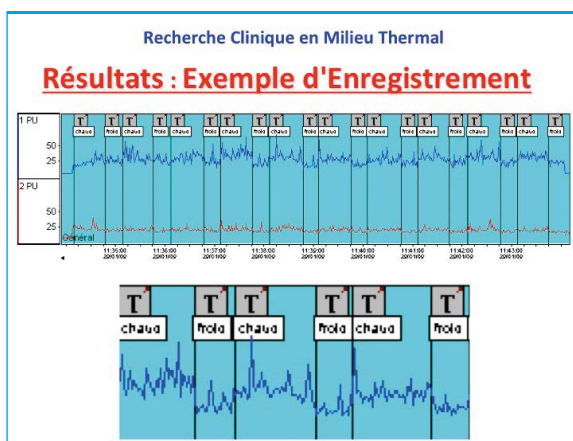
La douche Kneipp est ainsi dénommée en référence à l'Abbé bavarois Sebastian Kneipp qui en a mis au point le principe au XIX<sup>ème</sup> : il s'agit d'appliquer de l'eau froide de manière répétée sur la partie du corps à traiter pour en diminuer la «congestion» vasculaire. La douche Kneipp moderne applique ce principe sous forme de douche locale sur les jambes en cycles alternant eau froide et eau modérément chaude pour un meilleur confort.

Les essais réalisés par le Centre de Recherche de La Léchère ont permis d'optimiser le soin pour un maximum d'efficacité sur les symptômes veineux sur une durée de dix minutes. Etaient mesurés le confort pendant le soin, l'efficacité sur les lourdeurs de jambes à la sortie du soin, la température cutanée et la perfusion de la microcirculation cutanée par vélocimétrie laser-doppler.

Il en est résulté le protocole actuel :

- concentration des pulvérisations d'eau thermale sur la région qui va du cou-de-pied au mollet ;
- dix cycles de 60 secondes alternant phase chaude pendant 40 secondes et phase froide plus brève, de 20 secondes ;
- gradient de température entre les deux phases de 20°C avec idéalement une phase chaude à 35 - 37°C et une phase froide à 15 - 17°C.

Les figures ci-dessous montrent l'alternance de vasoconstriction et de vasodilatation selon les cycles eau froide - eau chaude et la corrélation entre les mesures de perfusion aux deux températures montrant une amplitude médiane de 14.4% de vasoconstriction relative.



L'efficacité de ce soin a amené la direction des Thermes à installer un nouveau bloc de sept postes de douche locale Kneipp pour permettre à un plus grand nombre de curistes d'en bénéficier dès la saison 2018.