

Traitement à distance de Reiki pour les professionnels de la santé dans 19 hôpitaux en Suisse et en France

Genève, Avril 2024, SwissReiki, l'association des praticiens et professionnels du Reiki de Suisse, a le plaisir d'annoncer l'achèvement du projet de traitement à distance par le Reiki pour les professionnels de la santé dans 19 hôpitaux en Suisse et en France.

Contexte : Les infirmières et le personnel soignant jouent un rôle essentiel dans notre société en prodiguant des soins aux personnes qui en ont besoin. Cependant, ils sont souvent exposés à des niveaux élevés de stress, ce qui peut avoir un impact négatif sur leur santé physique et mentale. Si nous considérons tous comme acquis le fait d'être soignés avec dévouement, attention et professionnalisme par les infirmières et le personnel soignant, rares sont ceux qui se demandent qui prend soin d'eux.

Objectif : Le projet visait à étudier les effets du Reiki sur le stress chronique et la douleur des professionnels de la santé dans les hôpitaux, ainsi qu'à identifier et à documenter tout bénéfice tangible."

Méthode : Pendant sept jours consécutifs, 16 praticiens de Reiki (prestataires) ont dispensé des traitements à distance de 20 minutes à 36 professionnels de la santé (receveurs). La sélection et l'appariement du prestataire et du receveur étaient entièrement aléatoires. Seuls le prénom, l'âge, la ville et un bref résumé des conditions actuelles (émotionnelles, mentales et médicales) ont été communiqués aux prestataires. Les prestataires et les receveurs ont rempli des questionnaires avant et après le traitement afin de documenter leurs perceptions et leurs expériences.

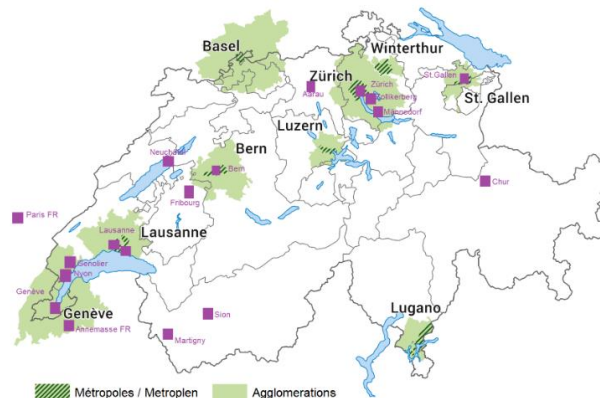
Résultats : Les résultats ont montré que le Reiki était efficace pour diminuer significativement la douleur et améliorer significativement le sommeil, les niveaux d'énergie et le bien-être général.

	Avant le traitement Reiki Résumé			Résumé après le traitement Reiki		
	mauvais	neutre	meilleur	mauvais	neutre	meilleur
Bien-Être	18	16	3	3	6	27
Sommeil	23	8	6	2	8	26
Douleur	28	3	5	3	6	28
Niveaux d'énergie	24	10	2	7	7	22

Conclusion : Les résultats de l'étude suggèrent que le Reiki peut être un outil précieux pour gérer la douleur, améliorer le sommeil, augmenter les niveaux d'énergie et soulager une variété de symptômes associés au stress pour les professionnels de la santé.

Ce projet est le fruit d'une collaboration entre SwissReiki Genève, l'Association Usui Reiki Berne et des professionnels des soins infirmiers dans 19 hôpitaux en Suisse et en France.

Citation : C.Robin, S.Stadelmann et all "Traitement Reiki à distance pour les professionnels de la santé dans 19 hôpitaux en Suisse et en France" 2024.04 www.reiki.swiss/science/doc/Reiki-Distance-Treatment-2023



Soins pour l'aidant : Traitements de Reiki à distance 2023.05

Chez SwissReiki, nous sommes profondément conscients des défis permanents et incessants auxquels sont exposés les professionnels de la santé.

Comment peuvent-elles maintenir un équilibre émotionnel, mental et physique ? Après tout, les patients affrontent courageusement des maladies difficiles, subissent des opérations et espèrent se rétablir de blessures et autres, tout en recevant tous les soins, traitements et attentions des infirmières, dont la qualité des soins dépend directement de la santé de l'infirmière, à tous les égards.

Nous avons des membres qui sont eux-mêmes des professionnels de la santé et qui savent de première main ce que cela signifie.

Notre vice-présidente Christine Robin a commencé avec le premier projet de traitement Reiki à distance en 2019 pour 20 professionnels de la santé et l'a proposé chaque année depuis.

En 2023, nous avons décidé de l'élargir et d'augmenter le nombre de professionnels des soins infirmiers et de praticiens de Reiki et d'en faire le point de départ d'une série de projets de recherche.

Dans ce projet, qui a accueilli près de deux fois plus de participants, l'Usui Reiki Verein a participé et soutenu le projet avec ses praticiens de Reiki.

Le stress dans l'environnement des soins de santé est un problème courant qui peut avoir un impact significatif sur la santé physique et mentale des infirmières et des autres travailleurs de la santé. Il peut également entraîner une diminution de la satisfaction professionnelle, un épuisement professionnel et des erreurs dans les soins aux patients.

De nombreux facteurs peuvent contribuer au stress dans l'environnement des soins de santé, notamment

- Charge de travail élevée et patients exigeants : les professionnels de la santé sont souvent chargés de soigner un grand nombre de patients, dont beaucoup sont gravement malades ou blessés. Cela peut les amener à se sentir débordés et épuisés.
- Travail posté et longues heures : De nombreux professionnels de la santé travaillent par roulement et pendant de longues heures, ce qui peut perturber leur sommeil et leur vie personnelle. Cela peut entraîner de la fatigue, de l'irritabilité et des difficultés de concentration.
- Le manque de ressources : Les professionnels de la santé ont souvent l'impression de ne pas disposer des ressources nécessaires pour fournir des soins de qualité, comme le personnel, les fournitures ou l'équipement. Cela peut entraîner des sentiments de frustration et d'anxiété.
- Un environnement de travail défavorable : Un environnement de travail négatif ou peu encourageant peut également contribuer au stress. Il peut s'agir de brimades, de harcèlement ou d'un manque de travail d'équipe.
- Incertitude : Les professionnels de la santé peuvent souvent se sentir incertains dans leur travail, par exemple lorsqu'ils sont confrontés à de nouvelles procédures médicales ou à des changements dans la politique de l'hôpital. Cela peut entraîner des sentiments d'anxiété et de stress.
- Problèmes personnels : Les professionnels de la santé sont aussi des êtres humains et peuvent être stressés par des problèmes personnels, tels que des difficultés financières, des problèmes familiaux ou des problèmes de santé.

Ce ne sont là que quelques-uns des problèmes liés au stress les plus courants chez les professionnels de la santé dans les hôpitaux et les centres de soins. Les effets du stress dans l'environnement des soins infirmiers et des soins de santé peuvent être considérables.

Les professionnels de la santé qui sont stressés sont plus susceptibles d'avoir des problèmes de santé physique, tels que des maux de tête, des problèmes d'estomac et des troubles du sommeil. Ils sont également plus susceptibles de souffrir de problèmes de santé mentale, tels que l'anxiété et la dépression. Le stress peut également conduire à l'épuisement professionnel, qui est un état d'épuisement physique, émotionnel et mental. L'épuisement professionnel peut empêcher les infirmières de fournir des soins de qualité et peut les amener à quitter la profession.

S'il est important de se rappeler que le stress est un élément normal de la vie, cependant, lorsque le stress devient excessif et/ou constant, il peut avoir un impact négatif sur la santé et le bien-être.

Objectif de l'étude

Le projet visait à étudier les effets du Reiki sur les conditions de stress des professionnels de la santé dans les hôpitaux, et à identifier et documenter les avantages et les améliorations tangibles, en appliquant les traitements à distance du Reiki.

Méthode d'étude

Pendant 7 jours consécutifs, 16 praticiens de Reiki (prestataires) ont dispensé des traitements à distance de 20 minutes à 36 professionnels de la santé (receveurs). La sélection et l'appariement du prestataire et du receveur étaient entièrement aléatoires. Seuls le prénom, l'âge, la ville et un résumé des conditions actuelles (émotionnelles, mentales et médicales) ont été communiqués aux prestataires. Les receveurs et les prestataires ont reçu un questionnaire spécialement conçu pour documenter leurs perceptions et leurs expériences avant et après le traitement.

Comparaison avec d'autres études similaires

L'étude SwissReiki a confirmé les résultats de plusieurs recherches et études scientifiques similaires menées au cours de la période COVID au Royaume-Uni, aux États-Unis, en Turquie et au Brésil, avec des méthodes et des résultats similaires (cf. [Études de référence](#)).

Cependant, la participation et la durée des études étaient très différentes.

L'une des études les plus récentes, réalisée par [N. Dyer et al, intitulée "Evaluation of a Remote Reiki Program for Frontline Healthcare Workers in the UK"](#), a été mise en place par 8 praticiens de Reiki (prestataires) pour 1 professionnel de santé (receveur) pendant une période de 4 jours consécutifs avec une séance de traitement à distance de 20 minutes par jour.

L'étude SwissReiki a été menée par un praticien de Reiki (prestataire) pour deux ou trois professionnels de la santé (receveurs) pendant une période de 7 jours consécutifs avec une séance de traitement à distance de 20 minutes par jour pour un professionnel de la santé (receveur).

Les implications pour les praticiens de Reiki et les professionnels de la santé, ainsi que les traitements eux-mêmes, ont été examinés plus en détail, comme décrit ci-dessous.

Résultats

Les résultats ont montré que le Reiki était efficace pour diminuer significativement la douleur et améliorer significativement le sommeil, les niveaux d'énergie et le bien-être général, ainsi que pour réduire significativement les symptômes perçus par les receveurs.

Les questionnaires ([échelle de Likert](#)) ont été envoyés à la fois au prestataire et au receveur de Reiki et contenaient des questions sur leurs expériences sur une échelle de 1 à 5. La note 1 correspondait à la pire expérience et la note 5 à la meilleure expérience ou à un changement dans les symptômes perçus.

Les barres d'erreur dans le graphique reflètent l'incertitude ou l'erreur dans les mesures rapportées et représentent l'écart-type.

Dans la première partie, l'objectif principal, nous nous sommes concentrés sur le changement général dans l'expérience a) du bien-être, b) de la douleur, c) du sommeil et d) du niveau d'énergie.

Les valeurs P^1 sont calculées à l'aide du "Wilcoxon rank-sum test". Les résultats pour les 4 résultats sont $p < 0,001$, ce qui signifie qu'il y a 99,9 % de certitude que les résultats prouvés ci-dessous sont le résultat des traitements Reiki.

¹ La valeur p est une mesure de la signification statistique qui vous indique la probabilité que vos données aient pu se produire sous l'hypothèse nulle. L'hypothèse nulle est l'hypothèse selon laquelle il n'y a pas d'effet ou de différence entre les groupes ou les variables que vous testez. La valeur p est calculée par un test statistique utilisant le test statistique approprié. Plus la valeur p est petite, plus vous avez de preuves pour rejeter l'hypothèse nulle et conclure à l'existence d'un effet ou d'une différence.

Une valeur p inférieure ou égale à un niveau de signification prédéterminé (souvent 0,05 ou 0,01) indique un résultat statistiquement significatif, ce qui signifie que les données observées fournissent des preuves solides contre l'hypothèse nulle (ce qui signifie qu'il y a moins de chances que les résultats des traitements Reiki soient le fruit du hasard ou d'une coïncidence). Dans notre cas, la valeur p était $p < 0,001$, ce qui signifie qu'il y a moins de 0,1 % de probabilité que l'hypothèse nulle soit correcte (et que les résultats soient aléatoires). Cela suggère que les résultats avant et après le traitement Reiki sont probablement une relation réelle, plutôt qu'un hasard ou une coïncidence.

Objectif principal

L'analyse des scores moyens au questionnaire avant et après le traitement a révélé une différence statistiquement significative entre les groupes de récepteurs avant et après le traitement Reiki.

Réception des réponses des participants

Les 36 participants ont répondu aux questionnaires avant et après le traitement. Les réponses après le traitement ont montré une amélioration significative.

Test en T pour échantillons appariés

Test T pour échantillons appariés

Mesure 1		Mesure 2	W	z	p
BIEN-ÊTRE-1	-	BIEN-ÊTRE-2	6.5	-4.648	< .001
DOULEUR-1	-	DOULEUR-2	9	-4.768	< .001
SOMMEIL-1	-	SOMMEIL-2	54.5	-4.154	< .001
VITALITÉ-1	-	VITALITÉ-2	19.5	-4.179	< .001

Note. Test de rang signé de Wilcoxon.

Vérification des hypothèses

Test de normalité (Shapiro-Wilk)

		W	p	
BIEN-ÊTRE-1	-	BIEN-ÊTRE-2	0.907	0.005
DOULEUR-1	-	DOULEUR-2	0.913	0.008
SOMMEIL-1	-	SOMMEIL-2	0.904	0.004
VITALITÉ-1	-	VITALITÉ-2	0.905	0.005

Note. Les résultats significatifs suggèrent un écart par rapport à la normalité.

Descriptifs

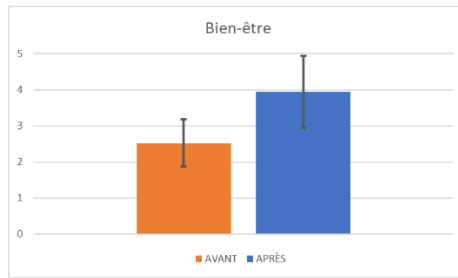
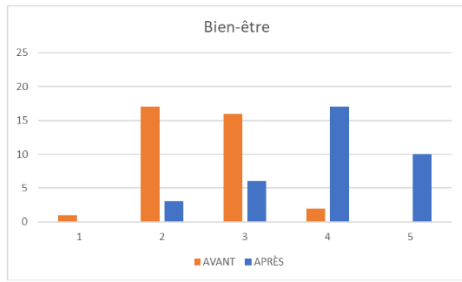
Descriptifs

	N	Moyenne	SD	SE	Coefficient de variation
BIEN-ÊTRE-1	36	2.528	0.654	0.109	0.259
BIEN-ÊTRE-2	36	3.944	0.893	0.149	0.226
DOULEUR-1	36	2.194	0.856	0.143	0.39
DOULEUR-2	36	4.056	0.955	0.159	0.235
SOMMEIL-1	36	2.444	0.998	0.166	0.408
SOMMEIL-2	36	4.056	0.924	0.154	0.228
VITALITÉ-1	36	2.278	0.741	0.124	0.325
VITALITÉ-2	36	3.694	1.238	0.206	0.335

	Rating	BIEN-ÊTRE		DOULEUR		SOMMEIL		VITALITÉ	
		AVANT	APRÈS	AVANT	APRÈS	AVANT	APRÈS	AVANT	APRÈS
Pire	1	1	0	5	1	5	0	4	2
	2	17	3	23	1	17	2	20	5
	3	16	6	5	6	8	8	10	7
	4	2	17	2	15	5	12	2	10
Le Meilleur	5	0	10	1	13	1	14	0	12
		36	36	36	36	36	36	36	36

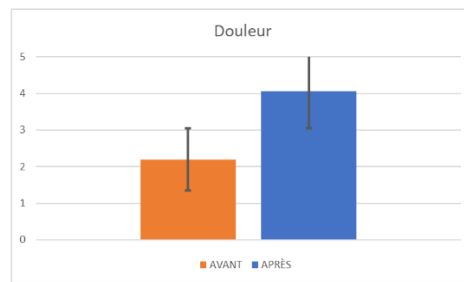
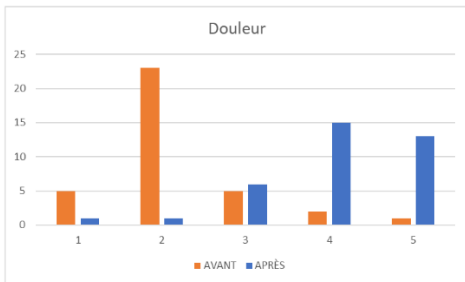
A. Bien-Être Général

Le questionnaire portait sur le BIEN-ÊTRE général, c'est-à-dire sur l'état physique et émotionnel du receveur avant et après les traitements.



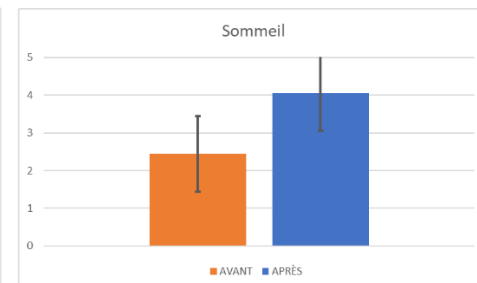
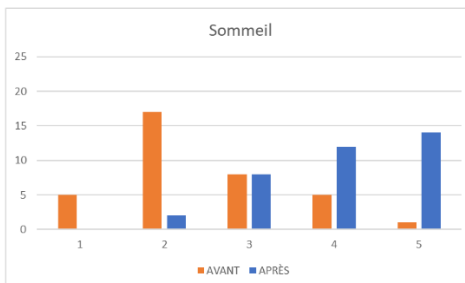
B. Douleur

Le questionnaire portait sur les douleurs physiques ressenties par le receveur avant et après les traitements.



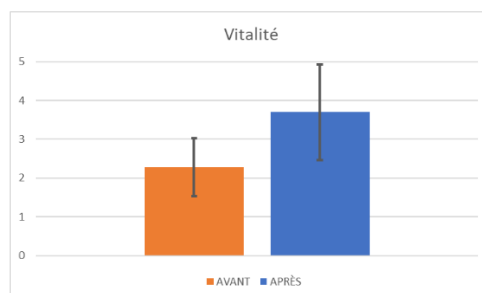
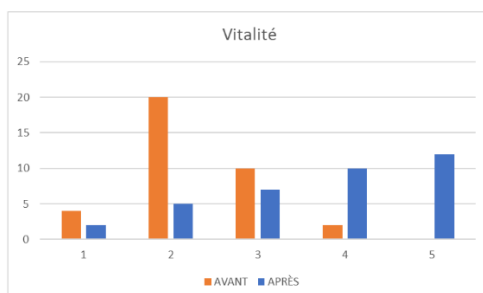
C. Sommeil

Le questionnaire portait sur les expériences du destinataire en matière de sommeil ou d'insomnie avant et après les traitements.



D. Vitalité / Energie

Le questionnaire demandait l'expérience du bénéficiaire en matière d'ENERGIE (sentir plus de vigueur, vitalité) avant et après les traitements.

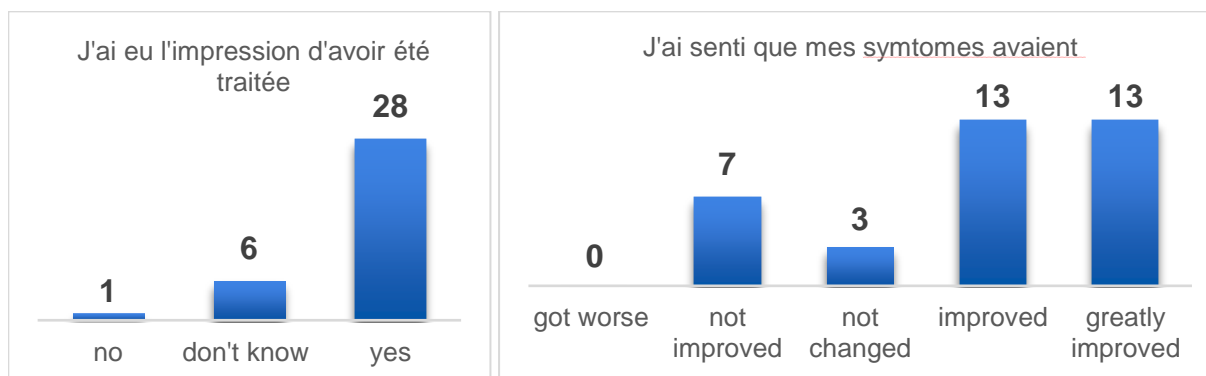


Résultats Objectifs secondaires

Dans la deuxième partie, nous avons examiné des perceptions moins tangibles et subjectives, mais pertinentes pour l'expérience Reiki, à savoir si e) le receveur a eu l'impression d'être traité et f) comment le receveur a perçu les changements globaux de ses symptômes.

En raison de la complexité des symptômes ressentis et des attentes des bénéficiaires, les questions ont été posées à la fin des traitements. Il n'y avait donc pas de données disponibles avant et après.

Parmi les destinataires, 78 % (28) ont confirmé avoir eu l'impression de recevoir un traitement, 72 % (26) ont déclaré que leurs symptômes s'étaient améliorés ou s'étaient améliorés de manière significative ("pas de changement" signifie qu'ils n'ont pas perçu de changement, tandis que "pas d'amélioration" signifie qu'ils s'attendaient à des améliorations).



Conclusion

Les résultats de l'étude menée par SwissReiki montrent que le Reiki peut être un outil précieux pour gérer la douleur, améliorer le sommeil, augmenter les niveaux d'énergie et soulager une variété de symptômes associés au stress pour les professionnels de la santé.

Dans les études futures, nous envisagerons un échantillon plus important, ainsi qu'un groupe de contrôle. Les applications fictives de Reiki sont un sujet controversé d'un point de vue éthique et moral et sont exclues pour l'instant (il y a des questions éthiques/morales dans la réalisation de traitements fictifs et l'impact sur la confiance du receveur). Ces questions doivent être abordées, éventuellement avec au moins un vrai traitement de suivi Reiki, l'effet devant être mesuré et reconsidéré dans le cadre de l'étude).

Il y a également eu des effets positifs significatifs sur les prestataires de Reiki eux-mêmes, qui doivent être étudiés et documentés de manière plus approfondie.

Le projet de recherche a soulevé de nombreuses nouvelles questions. Par exemple, quel est le degré d'ouverture des bénéficiaires aux expériences de Reiki ? Cette réceptivité a-t-elle un impact sur les résultats ? Comment les différents niveaux de l'état de santé du receveur avant le début du projet influencent-ils les résultats ? Quelles sont les attentes des bénéficiaires pendant et après l'essai du projet, et comment interagissent-ils avec les prestataires ?

Nous espérons que vous vous joindrez à nous dans notre mission de faire connaître le Reiki à un public plus large et d'accroître sa réputation. Ensemble, nous pouvons influencer positivement la vie de nombreuses personnes.

Recherche future

Swiss Reiki prévoit d'augmenter la taille des échantillons des prochains projets et d'inclure un groupe de contrôle pour confirmer cette étude et les études précédentes. Les études futures exploreront également les effets à long terme du Reiki sur les infirmières et les professionnels des soins, ainsi que les effets sur les prestataires de Reiki. Les futurs questionnaires seront étendus au-delà du simple physique affiné pour inclure le mental et l'émotionnel.

Gratitude et reconnaissance

Nous remercions les professionnels de la santé et les praticiens de Reiki pour leur participation et leur collaboration.

Nous pensons que ce projet a apporté une contribution significative à la démonstration des effets du Reiki sur la douleur et les symptômes liés au stress, et nous espérons que les résultats du projet aideront à rendre le Reiki plus largement accessible aux professionnels de la santé qui souffrent de douleurs chroniques et de problèmes de santé.

Nous tenons à remercier les praticiens de Reiki suivants, par ordre alphabétique du nom de famille :

Roland Arnold, Tania Balahoczik, Gérald Billod-Morel, Ursulai Frauchiger, Jorge Guarda, Anna Hofer, Bettina Hüsser, Natalia Kovalenko-Villa, Aurélie Lara, Elena Michel, Christine Robin, Markus Roth, Dominique Sauvain-Petoletti, Stephan Stadelmann, Stephany Terribilini-Ricci et Bernadette Wütrich.

Nous remercions tout particulièrement l'organisateur et les coordinateurs Christine Robin et Stephan Stadelmann, ainsi que Bernadette Wütrich, et Francis Vendrell pour les analyses statistiques.

Contact : Pour plus de détails ou d'informations, veuillez contacter SwissReiki à l'adresse suivante : research@reiki.swiss

Conflit d'intérêts : Aucun

Financement : Le projet était entièrement basé sur la participation volontaire

Études de référence

*RRID fait référence au Reiki Research ID dans la base de données Reiki Research & Science Database à l'adresse <https://www.reiki.swiss/science>.

RRID : 202141

Scopel Abreu ; Kovalski ; Maeda ; Pagno ; Takahashi ; "Reiki : Terapia alternativa auxiliar em período de pandemia", XI Seminário de Extensão e Inovação da UTFPR (SEI) ; 08-12.11.2021 ; <https://eventos.utfpr.edu.br/sei/sei2021>

RRID : 202146

Fatma Abdurahman, Nicola Payne ; Reiki practitioners' perceptions of the impact of the COVID-19 pandemic on the experience, practice and future of Reiki ; Complementary Therapies in Clinical Practice, Volume 46, 2022, 101530, ISSN 1744-3881, <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2021.101530> ; <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1744388121002292>

RRID : 202201

DiBenedetto J. (2022). Experiences with Exposure to a Distant Reiki Intervention during the COVID-19 Pandemic (Expériences d'exposition à une intervention de Reiki à distance pendant la pandémie de COVID-19). Tan Chingfen Graduate School of Nursing Dissertations. <https://doi.org/10.13028/ney2-qa97>. https://escholarship.umassmed.edu/gsn_diss/69

RRID : 202242

Bektaş Akpınar, Nilay ; Özcan Yüce, Ulviye ; Yurtsever, Sabire ; "The Effect of Distant Reiki on the Stress and Fatigue Levels of Nurses Working in COVID-19 Clinics", Holistic Nursing Practice : 07 avril, 2022 https://journals.lww.com/hnpjjournal/Abstract/9900/The_Effect_of_Distant_Reiki_on_the_Stress_and_Fatigue_of_Nurses_Working_in_COVID-19_Clinics.5.aspx

RR : 202241

N.Dyer ; A.Baldwin ; R.Pharo ; F.Gray ; Evaluation of a Remote Reiki Program for Frontline Healthcare Workers in the UK ; Global Advances in Health and Medicine ; 11:6-7, 2023. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/27536130231187368>