

DOSSIER SPÉCIAL



# Le chat médecin



LES DOSSIERS DE JEAN-MARC DUPUIS ET SON ÉQUIPE

# Le chat médecin

---

## Sommaire

Le chat, coach mental - - - - -	-03
Le chat, pour remplacer le bébé ? - - - - -	-03
Le chat nous apprend à communiquer - - - - -	-03
Le chat crée un lien entre les personnes - - - - -	-04
Nuits câlines... - - - - -	-04

Charlotte a d'abord perdu son mari, « parti voir ailleurs », puis un emploi valorisant, et enfin sa santé.

Ayant perdu le sommeil et l'appétit, elle fait l'erreur d'aller consulter un psychiatre, qui croit détecter en elle des troubles bipolaires. C'est parti pour un « rallye médical » : un médicament pour l'humeur, un autre contre l'anxiété, un autre pour le sommeil. Résultat : plus cinq kilos, des migraines, des nausées, un épuisement permanent.

Les médecins y voient les effets du stress, et renforcent le traitement. Puis un jour, suite à une émission de télé, elle ressent le besoin de la compagnie d'un chat.

Elle commence à nettoyer son appartement, une grande première depuis des mois...

Sa première visite dans un refuge est la bonne. Elle revient avec un gros rouquin de trois ans, laissé pour compte pour cause de départ à l'étranger.

« À peine arrivé, il a sauté sur le lit et s'est mis à ronronner en bavant. C'était le début d'une nouvelle vie, avec quelqu'un avec qui partager caresses, regards, instants de discussion, et des nuits, des vraies nuits entières de vrai repos bercé par son ronronnement et le pétrissage de ses papattes... ».

À partir de ce moment, Charlotte peut diminuer les doses de ses médicaments, elle émerge la journée, et sa vie sociale prend un nouveau tour. Jusqu'à ce nouvel emploi qui signe sa guérison.

## Le chat, coach mental

Le chat peut devenir notre coach mental. Il nous endure avec douceur...

Le chat est entré dans les foyers en tant que protecteur des greniers à grain, pour lutter contre les rongeurs, lors des débuts de la culture des céréales. C'est donc dans le Croissant fertile, puis en Egypte et dans tout le bassin méditerranéen, que le chat fut d'abord domestiqué.

Pour les navigateurs, la présence d'un chat dans leur vaisseau les protégeait contre les rats : c'était une assurance contre les épidémies. Ce rôle sanitaire a définitivement intégré les chats dans nos

maisons, après les grandes épidémies de peste (années 1300).

Mais cette explication purement utilitaire n'est pas suffisante : d'une part, bien d'autres animaux (chiens ratiers, furets) peuvent chasser les rongeurs ; d'autre part, le chat est devenu l'ami de l'homme, jusqu'à l'accompagner hors problèmes domestiques.

Aujourd'hui, il n'a plus aucun rôle de gardiennage, mais il connaît un succès sans précédent : alors que le nombre de chiens diminue chaque année, le nombre de chats a augmenté de 20 % en 5 ans. Ils sont plus de 10 millions en France !

## Le chat, pour remplacer le bébé ?

Selon le vétérinaire comportementaliste Joël Dehasse, le chat, même adulte, constituerait un substitut de bébé pour l'homme. Il en a le poids, les bruits, la douceur, la chaleur, le goût des caresses. Et l'homme doit lui prodiguer des soins un peu comme à un bébé.

## Le chat nous apprend à communiquer

À noter que le miaulement du chat est réservé à l'homme. Les chats ne miaulent pas entre eux. Bien que son registre d'expression soit assez limité, l'homme apprend rapidement à faire la différence entre le « mmr » jovial de salut ou de remerciement, le « mraou » qui quémante une caresse ou son repas, le « mmraouu » nettement plus insistant, ou la plainte « miieeou » plus ou moins rauque selon l'intensité de l'émotion.

Par ses mimiques du visage et ses postures, il réclame des réponses, il engage le dialogue, et il oblige déjà à comprendre le parler du chat.

Il fait intervenir ses oreilles (dressées, rabattues en arrière ou écartées), ses yeux (écartement des paupières, tension des pupilles), ses postures de jeu, de méfiance, de séduction ou d'impatience.

Il développe ainsi une communication globale avec l'homme, d'autant mieux comprise que le maître est disponible et attentif. Certains maîtres engagent ainsi une véritable discussion, en parlant à leur chat sur un rythme qui devient musical et des intonations qui vont du plus grave au plus aigu. Quand on dit : « Ouuuuh, le gentil minet, on lui a acheté une bouaaaaate d'un nouveau pa-tééééé au thon, comme il va se régaleeeeeer ! »

On sait l'influence des comptines, à la fois sur le bébé qui écoute, les yeux fixés sur sa maman, en essayant de saisir un sens qui vient peu à peu, et sur sa mère, pour qui ces instants de partage musicaux apportent plaisir et sérénité.

## Le chat crée un lien entre les personnes

Il n'y a pas que les personnes solitaires qui parlent à leur chat. Ces conversations sont bénéfiques pour tous ceux qui s'y adonnent. Dans une salle d'attente de vétérinaire, c'est un festival d'exclamations et de compliments échangés entre clients.

Bien entendu, le chat fait jouer. Et comme dans les jeux des enfants, c'est une manière d'apprendre à vivre avec les autres. C'est au cours de jeux avec sa mère que le chaton apprend à contrôler l'intensité de la morsure, voire à l'inhiber complètement, et à rétracter ses griffes. Sinon, gare à la réaction maternelle, qui consiste à plaquer au sol le chaton indocile et à le mordiller lentement jusqu'à ce qu'il cesse tout mouvement.

## Le chat nous lèche, le chat nous caresse...

Le chat recherche en permanence le contact en douceur, avec des surfaces un peu rugueuses (tronc, moquette, bas de meubles), avec ses congénères, et bien sûr avec l'homme. Ce qui tombe bien car l'homme est lui aussi à la recherche de contacts rassérénants.

Mais dans la société humaine, les contacts physiques sont très régulés car ils ont une connotation sexuelle. Ils ne s'effectuent que selon des rituels (danse, bisou familial, accolades viriles des sportifs...) très codifiés. Seuls les enfants en bas âge et nos compagnons domestiques sont tolérés de câlins « gratuits ».

Le chat nous permet ainsi des gestes d'affection, des élans de tendresse, qui nous sont interdits par ailleurs. Les caresses du chat à l'homme se font par léchage ou par frottement de tout son corps. N'oublions pas ce pétrissage régulier, toutes griffes rentrées, généralement accompagnées d'un ronronnement en douceur...

## Nuits câlines...

Le chat est quasiment le seul animal accepté dans le lit de l'homme. Parce qu'il est propre, sans odeur. Parce qu'il se laisse caresser. Parce que son pelage est chaud. Et bien sûr parce que son ronronnement nous apaise et nous endort. Le chat installé, le maître du lit n'ose plus bouger, de peur de le chasser.

Les vibrations perçues par nos récepteurs cutanés (corpuscules de Pacini) font sécréter des endorphines d'action très courte (quelques minutes) mais puissantes.

Au total, un nuage de molécules calmantes, mêlé de pulsions émotives apaisées. L'écoute du ronronnement est une véritable thérapie, dont l'effet rivalise avec bien des antidépresseurs et des somnifères !

**À votre santé !**

Jean-Marc Dupuis,  
avec Jean-Yves Gauchet (vétérinaire).



## **Alternatif Bien-Être**

*Le journal d'information des solutions alternatives de santé*

*Actualité de la santé naturelle, interviews de grands spécialistes, dossier mensuel pour soulager la douleur et accompagner la guérison, Alternatif Bien-Être est votre journal de référence sur toutes les solutions alternatives de santé.*

**[Cliquez ici pour les découvrir](#)**



*Les dossiers de Jean-Marc Dupuis et son équipe*

**Dossier spécial :** Le chat médecin

**Directeur de la publication :** Vincent Laarman

**Rédaction :** , Amélie Padioleau, Magali Walkowicz, Jean-Marc Dupuis, Julien Venesson

Santé Nature Innovation - SNI Éditions SA

Adresse : Am Bach 3, 6072 Sachseln – Suisse

Registre journalier No 4835 du 16 octobre 2013

CH-217-3553876-1

Capital : 100.000 CHF