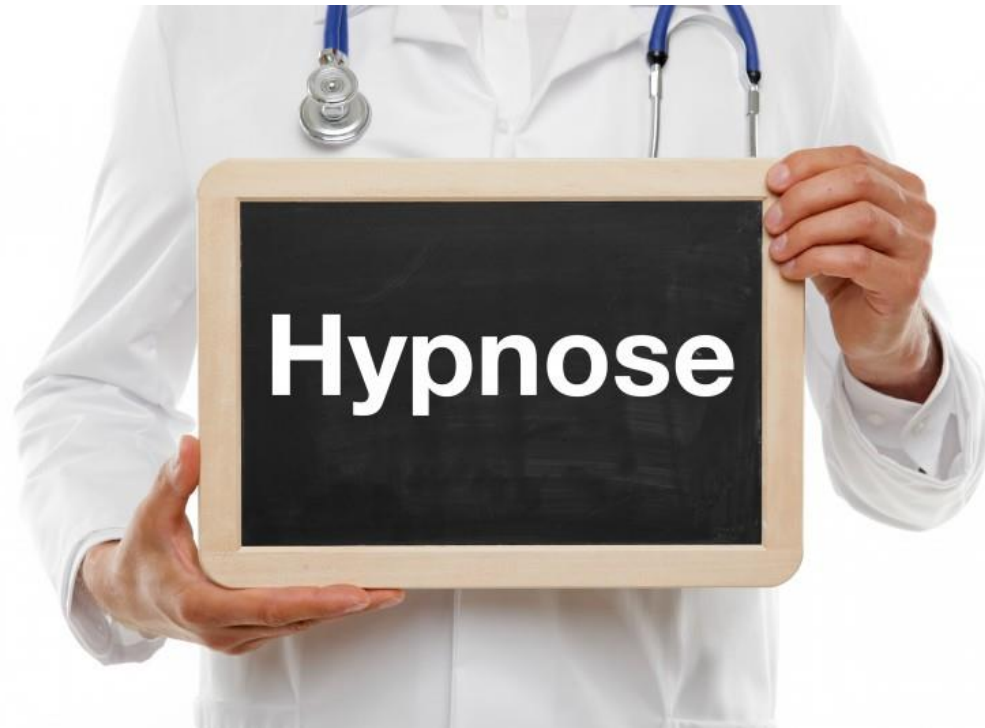


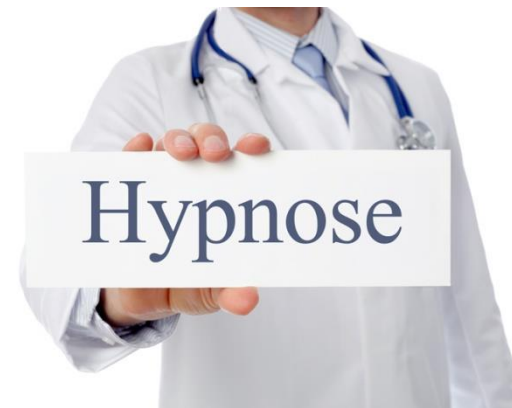
Hypnose et soins D'urgences



- La prise en charge de la douleur et la qualité des soins est une priorité des établissements de santé

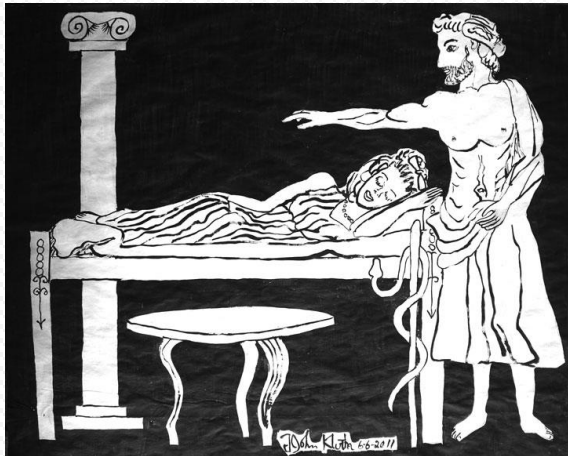
- méthodes alternatives

- ✓ sophrologie
- ✓ acupuncture
- ✓ hypnose



Historique

- La thérapie dite « hypnotique » n'est pas nouvelle



- Les populations ont toujours utilisé « les états de conscience modifiées » pour guérir, mais techniques souvent associées

✓ de la magie

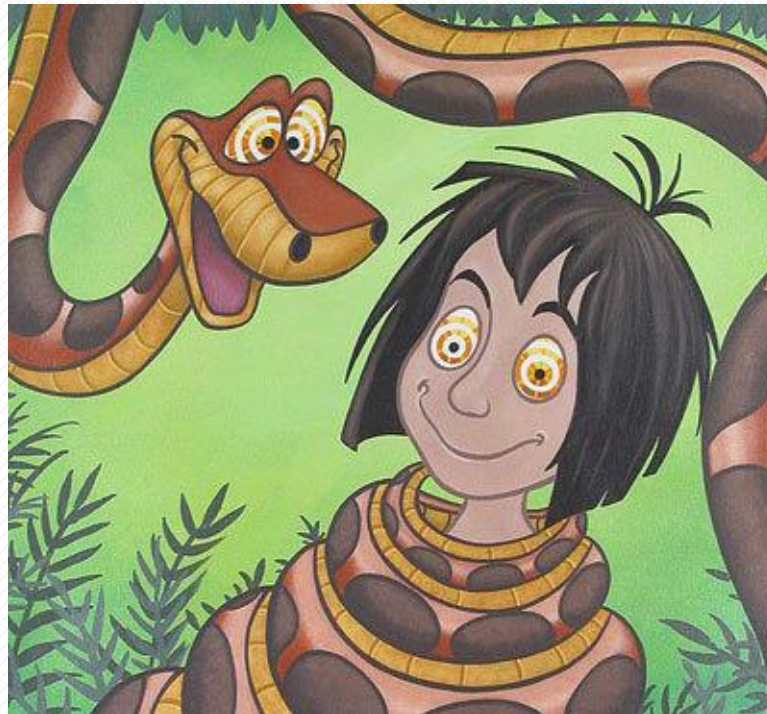


✓ de la sorcellerie





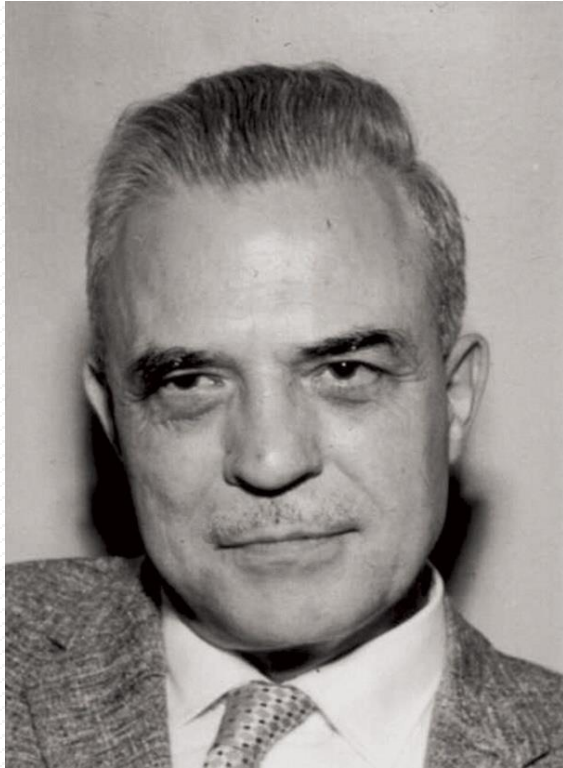
• La Confiance



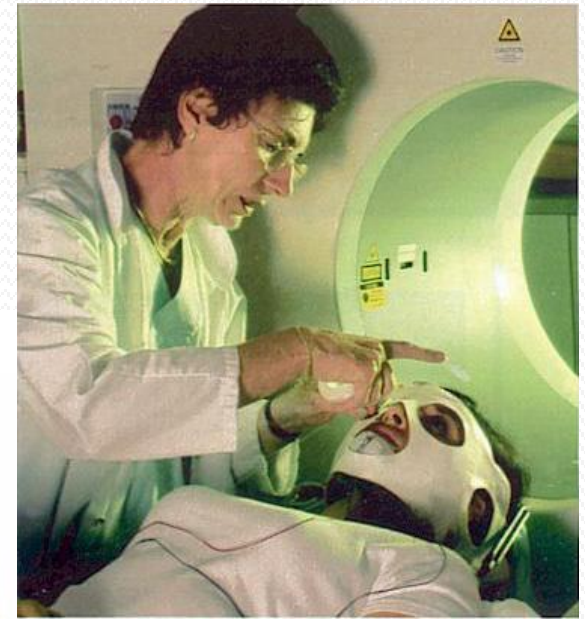
• Au 18 ème siècle l'hypnose fait l'objet d'étude scientifique et met en évidence certains avantages majeurs

✓ Diminution de la douleur

✓ Diminution de l'anxiété



Psychanalyse
Milton Erickson



Medecine et
neurosciences

Définitions

- mot grec « hyprum » =sommeil.
- **C'est quoi pour vous l'hypnose ?**
état voisin du sommeil, provoqué par des suggestions, des actions physiques ou par des médicaments hypnotiques
- État de conscience modifié, différent de l'état de conscience ordinaire, dans lequel la personne va puiser les ressources dont elle dispose dans son inconscient

1992 - étude scientifique des chercheurs Pierre Rainville (Montréal) et Me Flaymonville (liège)

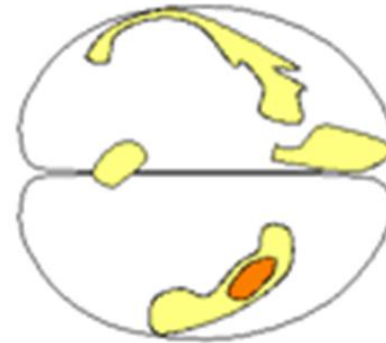
« Par exemple, on a plongé la main de participants sous hypnose dans des bacs d'eau très chaude, raconte Pierre Rainville. On leur disait qu'ils pouvaient régler la température de l'eau en tournant un bouton imaginaire comme on le fait avec une radio »

L'étude enregistre l'activité cérébrale des patients en état d'hypnose grâce à la Tomographie et l'imagerie cérébrale

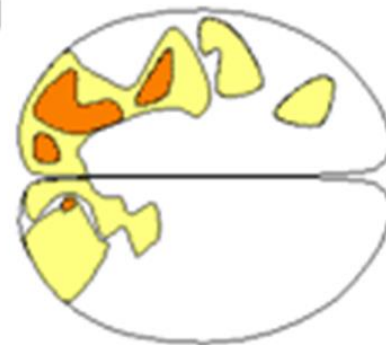
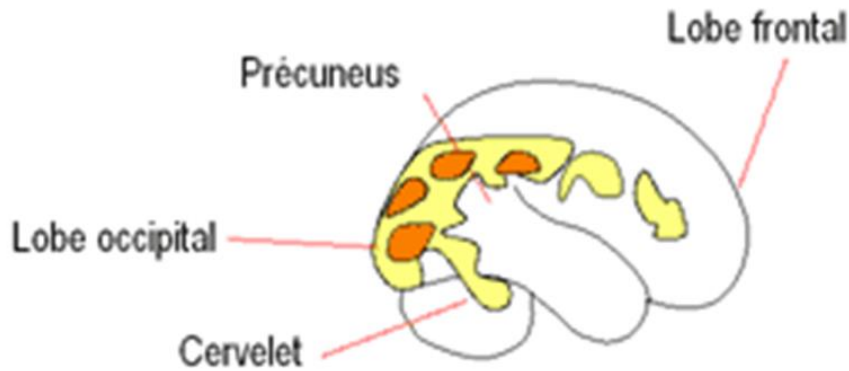
Amplification majeure de certaines zones du cerveau amplifiant les effets analgésique et anxiolytique produits par le corps, alors que d'autres sont spécifiquement inhibées, assurant une diminution de la conscience de soi et de la sensorialité du monde environnant.

En même temps, les zones cérébrales associées à la vision, le mouvement et aux sensations s'activent comme si le patient vivait réellement les suggestions.

Action sur les souvenirs/sensations



Souvenir
durant l'éveil



Souvenir
sous hypnose

Coupe saggitale

Coupe horizontale

F215

Action sur la douleur

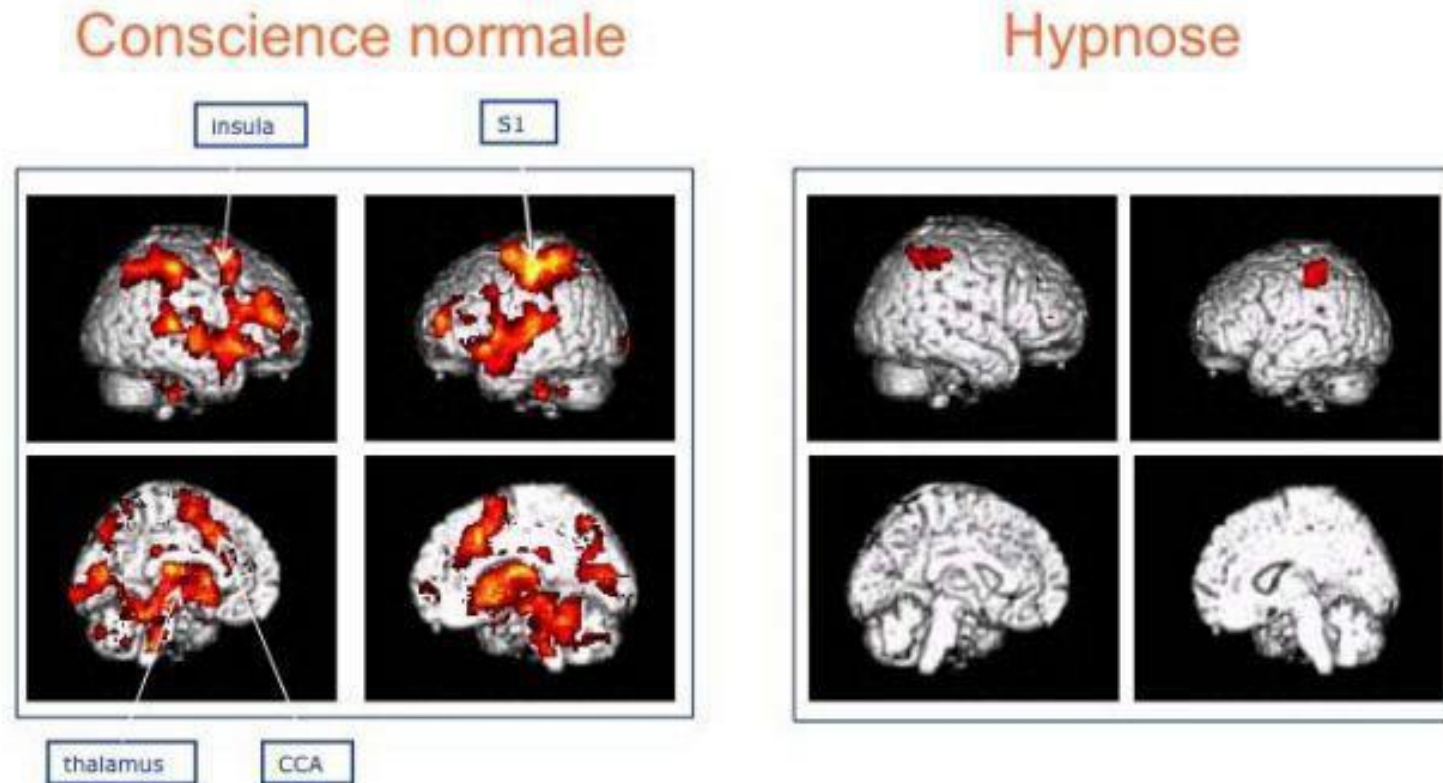


Figure 1. Représentation des zones cérébrales activées lors d'une stimulation douloureuse en état de conscience normale (panneau gauche) ou en hypnose (panneau droit). En état de conscience normale, le cortex cingulaire antérieur (CCA) et le réseau neuronal impliqué dans la douleur (cortex pré-frontal, aire motrice pré-supplémentaire (S1) striatum, cortex insulaires et péri-génuais, thalami et tronc cérébral) sont activés. En état hypnotique, l'activation de ces régions par les stimuli douloureux est atténuée.

Conclusion

le patient en état hypnotique est à la fois acteur et observateur de ce qu'il vit. L'hypnose peut être considéré

comme un processus de conscience particulière ou le sujet, qui semble somnolent, expérimente une imagerie mentale vivace, cohérente permettant de diminuer la douleur et le stress.

Les indications

- les réductions de fractures et de luxation d'articulations ;
- les sutures ;
- les ponctions lombaires, pleurales, veineuses... ;
- les drains thoraciques ;
- gestion du stress et de la douleur en toutes circonstances en pré-hospitalier (ex : coronarien, polytraumatisé...) et dans le service

Les contre indications

- La surdité
- Les troubles psychiatriques et atteintes cognitives
- Prise de toxiques (alcool, stupéfiants, sédatifs...)
- Absence de cohésion de l'équipe

Les avantages

- Diminution de la douleur
- Diminution du stress
- Diminution des antalgiques
- Augmentation de l'adhésion du patient aux soins
- Augmentation de la qualité des soins

David Ogez, clinicien-chercheur au Centre de recherche de l'hôpital Maisonneuve-Rosemont

« Les techniques les plus efficaces pour induire la transe hypnotique se fondent sur la suggestion . On encourage le patient à s'évader et à se concentrer profondément sur notre voix et sur son monde intérieur pour changer sa perception de la douleur. Avec des ordres, il n'y a que les personnes hautement hypnotisables qui réagissent, soit environ 15 % de la population. Avec la suggestion, on peut hypnotiser 100 % des gens, mais à des degrés différents. »

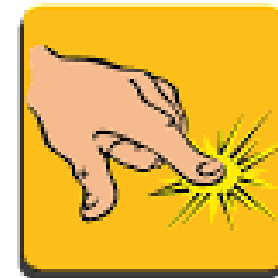
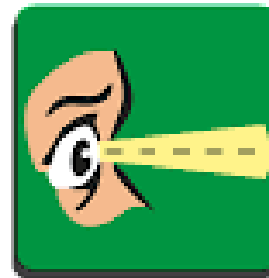
« Dans ces moments là, plus rien du monde réel n'a alors d'importance : ni le temps ni l'environnement. Cet état de grande concentration mentale combinée à une relaxation profonde entraîne une perte de vigilance et une facilité à accepter ce qui est dit sans tenter de raisonner. Résultat : le cerveau sous hypnose se concentre sur les idées suggérées et réagit faiblement aux stimuli extérieurs, que ce soit une sonnerie de téléphone ou une douleur au genou ! »

L'hypnose conversationnelle

C'est l'association de la communication thérapeutique et de techniques hypnotiques

techniques hypnotiques

- La suggestion, les métaphores
- La voix
- Le VAKOG
- Le choix des mots



Changer son langage

Nous allons t'endormir.	Nous allons tout faire pour que tu sois confortable.
Cela va piquer.	Peut-être que tu peux sentir des petits picotements.
À combien as-tu mal ?	Quelle note peux-tu donner pour ton confort ?
Ce n'est pas grave.	Tu as le droit d'avoir peur, mais je vais t'accompagner pendant le soin avec une histoire passionnante que tu ne connais pas.
C'est bientôt terminé.	Je vais te proposer un petit exercice pour que le temps passe encore plus vite.
Est-ce que tu as froid ?	As-tu suffisamment chaud ?
Bon courage pour l'opération.	Je te dis à tout à l'heure, je te laisse entre de bonnes mains.
Ne bouge pas s'il te plaît.	Tu peux rester immobile comme un arbre ou une statue.
Ne pleure pas.	C'est étonnant comme on peut être courageux et pleurer en même temps.
Arrête de crier.	Tu peux crier encore plus fort que la sirène des pompiers.

Delphine Plassart, Anesthésiologiste à Matane

« Je n'ai pas eu à prendre l'avion ni même à quitter le Québec pour m'immerger au cœur de la Grande Barrière de corail »

Son aventure sensationnelle, elle l'a vécue allongée sur une civière de l'hôpital de Matane.

« Quand j'ai su que j'allais me faire opérer au genou, je me suis procuré un casque d'hypnose par réalité virtuelle développé en France [à utiliser pendant l'intervention]. C'était super confortable ! Certains patients disent qu'ils ressentent comme des coups de marteau malgré l'anesthésie locale... Moi, je n'ai rien senti. Je n'ai pas vu le temps passer ! »

L'expérience était trop belle pour ne pas être partagée. Quelques mois plus tard, l'hôpital de Matane est devenu le premier centre hospitalier québécois à utiliser de tels casques pour soulager la douleur. « On les emploie en chirurgie dentaire, durant les accouchements, en coloscopie, pendant la chimiothérapie, en postopératoire... bref, un peu partout ! » dit avec enthousiasme la D^{re} Plassart, qui estime que la réceptivité est bonne tant chez le personnel médical que chez les patients et patientes. « Des médecins les ont même utilisés à l'urgence pour calmer la douleur de sciatique d'une femme allergique aux analgésiques ! »

Brulures et Hypnose

au centre hospitalier Louis-Pasteur

Précieuse alliée des patients et du corps médical, l'hypnose a fait son entrée au centre hospitalier Louis-Pasteur. Des consultations sont dispensées depuis le mois d'octobre par Sandra Théreau, infirmière anesthésiste titulaire d'un diplôme universitaire d'hypnose médicale et clinique.

L'hypnose intrigue, fascine et inquiète. Loin des salles de spectacle, elle est de plus en plus utilisée dans le milieu médical.

« L'objectif des séances d'hypnose est de rassurer et de calmer les angoisses »

À l'hôpital Louis-Pasteur, Sandra Théreau propose des consultations pré-opératoires depuis le mois d'octobre. Infirmière anesthésiste de formation, elle ne peut intervenir que dans son domaine de compétence (douleur, anesthésie etc.).



Judi 10 octobre, Sandra Théreau (à droite) était à côté de Frédéric Prince au moment où le chirurgien, Christophe Stadler, a défait les pansements
Photo Progrès/Régine ROY

« Il y a 4 ans, j'ai travaillé avec un médecin anesthésiste remplaçant qui utilisait l'hypnose pour déstresser les patients,

juste avant l'intervention. Je trouvais que c'était magique. J'ai décidé de me former et j'ai obtenu mon diplôme universi-

taire d'hypnose médicale et clinique en 2018 à l'université de Dijon », précise la jeune femme.

monde. On tend une bouée à certaines personnes ont peut-être lâché prise, c'est ce qui se

WEB +

Retrouvez la vidéo du témoignage de Frédéric Prince sur notre site leprogres.fr

Frédéric Prince, brûlé aux bras et aux jambes, témoigne

Le 7 septembre dernier, alors qu'il déplaçait une friteuse, Frédéric Prince a fait une chute, se brûlant profondément aux bras et aux jambes avec l'huile bouillante. Transporté à Lyon et pris en charge à l'hôpital des grands brûlés, il n'y restera pas faute de place pour l'accueillir. Il est alors transféré au centre hospitalier Louis-Pasteur. Une greffe de peau a été nécessaire pour soigner les brûlures. Lorsque le chirurgien est venu faire le premier pansement après la greffe, Sandra Théreau était aux côtés de Frédéric Prince. Depuis qu'il est hospitalisé, le pansement a été refait une fois sous hypnose. « Lorsqu'on m'a proposé l'hypnose, j'étais assez sceptique sur son effet. C'est une chose à laquelle je ne croyais pas vraiment. Et puis je me suis dit que je ne risquais rien à essayer, que j'avais peut-être même à y gagner. » Pour Frédéric Prince, c'est une expérience assez étrange. « L'infirmière me parle pour me détendre. Il en faut beaucoup pour me détendre tout de suite. On a choisi un thème, on a parlé de la montagne. Les yeux fermés, je suis sa voix et tout ce qu'elle me dit efface tout ce qu'il y a autour. Plus rien d'autre n'existe. Au moment où le chirurgien épluchait les peaux mortes avec une pince, je n'avais aucune douleur et aucune conscience des soins. Je ne pensais plus du tout qu'on était en train de faire mes pansements. On n'est pas endormi, on est conscient mais la voix nous éloigne de la réalité », se souvient-il. « J'étais réfractaire, j'ai essayé sans trop y croire mais c'est un soulagement inimaginable. »



Le pansement de Frédéric Prince, a été refait sous hypnose. Capture d'écran Progrès/Mathilde Garnier

En conclusion...

Hypnose ou communication thérapeutique,
peut importe le nom, l'essentiel c'est la
confiance et le bien être du patient