

**SANTÉ** ■ La technique intervient notamment en remplacement ou complément de l'anesthésie

## L'hypnose devient médicale au CHAM

**Avec l'hypnose, on raccourcit l'hospitalisation et améliore la récupération du patient. Au centre hospitalier, elle est de plus en plus utilisée.**

Stéphane Getten

**P**opularisée dans le monde du spectacle ou de la rue, l'hypnose est aussi reconnue sur le plan médical, comme une technique supplémentaire en matière d'anesthésie et d'analgésie.

Au centre hospitalier de l'agglomération montargoise (CHAM), deux infirmières anesthésistes, Chantal Doudeau et Catherine Lavalette, pratiquent l'hypnose en remplacement ou complément d'une anesthésie. L'hypnose peut-être proposée aux patients par un praticien dans le cadre d'une intervention chirurgicale ou acte médical.

« L'hypnose est tout simplement d'un état de conscience modifié, entre l'état de veille et celui du sommeil », expliquent les infirmières. Cet état demande : motivation, coopération et confiance de la part du patient.

### 121 actes réalisés depuis le printemps 2015

La pratique de l'hypnose atteignait au 1<sup>er</sup> juin le nombre de 121 actes réalisés depuis le printemps 2015. « Nous utilisons une communication thérapeutique en employant les mots différemment. Par exemple



**TECHNIQUE.** Deux infirmières anesthésistes ont été formées à la pratique de l'hypnose médicale, utile dans de nombreux actes chirurgicaux.

« n'ayez pas peur » devient « soyez rassuré ». Cela change tout pour le patient », confient-elles. Pour traiter une douleur, Chantal Doudeau et Catherine Lavalette invitent le patient à transformer sa douleur en objet : « Nous l'incitons à la décrire pour

mieux s'en débarrasser. Le patient devient alors acteur de son soin ». Elles jouent sur ses émotions positives, en focalisant son attention sur un événement agréable de sa vie. Il en ressent véritablement les bienfaits et un soulagement. « Au bloc opératoire,

l'hyper-technicité impressionne toujours le patient. L'hypnose est alors utilisée pour le rassurer, écouter ses angoisses et ses peurs dans le dialogue bienveillant. Il arrive que les patients nous remercient, et l'émotion est parfois très forte »,

ajoutent les praticiennes.

La pratique de l'hypnose semble avoir de beaux jours devant elle. Notamment en chirurgie ambulatoire, car elle raccourcit la durée d'hospitalisation, diminue la quantité de produits anesthésiques, améliore la récupération des patients, tout en leur apportant confort et bien-être. Elle diminue ainsi leur stress.

En outre, d'autres professionnels au CHAM sont compétents sur la pratique de cette technique, et certains sont en cours de formation. Le 1<sup>er</sup> juillet, les deux praticiennes ont présenté cet outil thérapeutique aux futures infirmières de l'institut de formation de soins infirmiers de Châlette. ■

### INFOPLUS

**Dans quels cas ?** Chantal Doudeau et Catherine Lavalette ont le plus souvent recours à l'hypnose dans le cas de pose de chambres implantables. Vient ensuite la maternité, ou un énorme travail est effectué dans l'accompagnement de la femme enceinte afin de faciliter son accouchement. L'hypnose vient ensuite comme une réponse efficace dans la prise en charge de douleurs aiguës (migraines, douleurs lombaires, thoraciques, etc.), puis en gynécologie et dans la pratique d'endoscopies. Elle vient ensuite en complément technique d'anesthésie loco-régionale, en ORL, orthopédie, urologie et ophtalmologie.