

Dites-moi Bruno Saint-Maxent

“ Parler de l'hypnose provoque encore et toujours un sourire moqueur, une pointe d'ironie liée à l'incompréhension voire à la méconnaissance du sujet, mais aujourd'hui beaucoup de soignants médicaux et paramédicaux s'y intéressent. ”

Depuis un an, la prise en charge des patients sensibles, anxieux, mais également la réalisation d'actes chirurgicaux comme certaines techniques de stérilisation tubulaire (ESSURE*), la pose du matériel pour les cures de chimiothérapie sur une voie veineuse profonde (chambre implantable) sont réalisées sous hypnose. Les pansements aspiratifs, aide à l'accouchement et évidemment la prise en charge de la douleur post-opératoire.

Un changement bénéfique dans l'approche des malades. Cette pratique innovante s'inscrit dans la politique de prise en charge globale du patient.

La séance dure environ quarante minutes. Le patient est détendu, parfois même souriant. Il est soulagé et apaisé, calme et ouvert. Les proches du patient le retrouvent heureux, n'exprimant aucune douleur.

Pour le personnel soignant cette pratique s'avère positive. La relation avec le patient est plus intense, plus agréable. Ne souffrant pas, le malade sollicite beaucoup moins l'équipe soignante.

Cette technique rentre dans la politique du développement durable, elle est complémentaire à d'autres pratiques. L'hypnose peut intervenir dans beaucoup de secteurs, comme la prise en charge de la douleur aiguë ou chronique, les troubles psychologiques, l'accouchement, la préparation pour des soins souvent pénibles et douloureux (chimiothérapie).

“Un patient soigné sans douleur, que demander de plus pour un soignant ?”

*ESSURE : Méthode de contraception définitive et irréversible dont l'objectif est d'obstruer les trompes de Fallope pour empêcher la fécondation et éviter toute grossesse.

L'hypnose : une histoire à dormir debout

Ce n'est pas l'avis de Bruno Saint-Maxent, infirmier anesthésiste dans notre établissement. Il a bénéficié d'une formation à l'hypnothérapie dispensée à l'université de Strasbourg par le Docteur Patrick Bellet (hypnothérapeute formateur).

Comment en parler ?

L'hypnose, le mot fascine, il est chargé de représentations diverses et connotées. Est-ce un don, un pouvoir, une aptitude, ou encore un simple état naturel, et par naturel on entend “ dans la nature ”. Qu'en est-il vraiment ?

L'hypnose se définit comme une dissociation du corps et de l'esprit, le patient reste conscient, aucun médicament, pas d'accoutumance, et pas de fantasme : ce n'est pas un sérum de vérité !

L'hypnose existe depuis longtemps, on parlait de magnétisme animal et aujourd'hui elle est enseignée et sanctionnée par un diplôme universitaire. Ses applications sont multiples.

Ça marche comment ?

La séance débute par un moment de relaxation qui progressivement, par l'intonation de la voix du thérapeute, les sons, les mots invite le patient à voyager dans un lieu qu'il a précédemment choisi soit dans son imaginaire, soit dans ses souvenirs. Un endroit qu'il aime et dans lequel il s'est senti léger, serein.

Petit à petit, nous instaurons un climat de sérénité, de paix. Le calme et le confort s'installent, les mots se font plus doux, plus apaisants. La voix se calque sur la respiration et l'harmonie se fait : la transe hypnotique commence

Silence et bien être ! L'hypnothérapeute est un conteur, il décrit ce voyage imaginaire et extraordinaire. Les mots sont précis, ciblés, rassurants et positifs.

Hypnose quand ?

L'hypnose peut en principe intervenir dans beaucoup de domaines même s'il est encore utopique d'imaginer qu'elle pourra remplacer définitivement l'anesthésie.

On peut avoir recours à l'hypnose dans les domaines suivants :

- **Le secteur curatif : les examens, les interventions**
- **Le secteur palliatif : pour la gestion de la douleur aiguë, l'anxiété**
- **La psychiatrie : pour un suivi régulier de la dépression**
- **La maternité : pour une utilisation analgésique**
- **Le secteur de la prévention permet à un sujet d'accéder à un statut globalement meilleur**
- **Le secteur de l'éducation et du développement personnel : méthode hyper concentration et d'attention (sportif) Aide au sevrage tabagique, alcool, prise de poids... la liste est encore longue.**

L'hypnose, l'avis des médecins

Docteur Claire Texier

Anesthésiste & Présidente du CLUD

Dans le cadre du CLUD, je suis contente qu'on puisse ouvrir l'éventail de la prise en charge de la douleur au CHA. **L'hypnose est de plus en plus employée dans le cadre de la gestion des douleurs chroniques ou aiguës.**

Au CHA, l'hypnose est utilisée comme complément de l'analgésie post-opératoire ou seule dans le cadre de petites interventions. Le bénéfice de cette technique est une diminution de l'anxiété du patient sans entraîner d'effets secondaires.

Certes, **l'hypnose ne peut pas tout, certaines personnes ne sont pas réceptives à cette technique.**

Il convient donc de leur proposer une alternative plus conventionnelle.

J'espère que Bruno Saint-Maxent ne restera pas le seul formé à l'hypnose à l'hôpital d'Armentières et que d'autres personnes s'intéresseront à cette technique.

Docteur Claudia Régis

Pour moi, l'hypnose est une technique intéressante. C'est appréciable de pouvoir proposer aux patientes un panel plus complet de prises en charge de la douleur. **C'est notamment un outil intéressant pour la patiente à qui on propose une stérilisation tubulaire en ambulatoire (ESSURE).**

En effet la pose d'implants ESSURE peut être réalisée avec une prémédication simple, au cours d'une séance d'hypnose ou sous anesthésie générale. Ce sont les patientes qui choisissent. Certes, cela ne convient pas à toutes les patientes, il est nécessaire d'en préciser les indications et les limites. L'hypnose est très différente d'une anesthésie générale qu'elle ne prétend pas remplacer. Néanmoins, **cela reste un moyen appréciable pour détresser une patiente au cours d'une courte intervention.**



Dr Claire Texier, Bruno Saint-Maxent, Dr Claudia Régis, Dr Jonathan Coopman et Dr Régis Saint-Georges

Docteur Jonathan Coopman

C'est indubitablement un progrès, en bref je trouve ça très bien. Pourquoi ? Parce que ça évite des anesthésies tout en évitant la douleur aux patientes, le côté désagréable du geste opératoire. pour nous c'est un "plus".

Un vrai confort, les patientes entrent et repartent une heure après. **Elles n'ont pas eu mal, ne sont pas bloquées, elles peuvent faire autre chose de leur journée.** Je fais appel à l'hypnose uniquement pour la méthode ESSURE*. Cependant, on a déjà fait appel à Bruno quand il y avait une contre-indication à la péridurale, ça a permis aux dames de mieux gérer leur travail. **L'hypnose, c'est davantage pour le travail prénatal, les dames qui l'ont testée en ont été ravies.**

Pourquoi ne le fait-on pas systématiquement ? C'est que Bruno est seul et aussi que **ça ne remplace pas la péridurale. C'est avant tout une autre façon de gérer la douleur.**

Je pense que **ce serait bien s'il y avait d'autres personnes formées à cette technique au sein de l'hôpital.** Je me souviens d'une dame qui avait mal vécu la précédente opération. Elle était fortement angoissée. L'intervention de Bruno lui a permis de baisser fortement ses angoisses liées à l'hospitalisation. Au départ, face à cette nouvelle technique, j'ai dit "pourquoi pas", maintenant je pense que c'est un outil complémentaire pour la prise en charge des patientes.

Docteur Régis Saint-Georges

Au début j'étais sceptique, ce n'est pas une chose qu'on nous enseigne à la faculté de médecine. Je ne suis pas obtus, j'ai donc essayé pour voir.

Par exemple, la ligature hystéroscopique des trompes par la pose d'implants ESSURE. Bluffant ! Les dames entrent et sortent un quart d'heure après l'intervention. L'hypnose dans ce cas, remplace l'anesthésie. C'est encore le cas dans certaines interventions "simples". On a aussi parfois recours à elle pour les douleurs post opératoires avec succès.

Oui, on peut être critique mais le fait est, que ça marche ! C'est un gros atout pour la maternité et pour l'Etablissement en général. Cela donne "une bonne image de marque".

La vraie difficulté, c'est que Bruno est le seul à le faire dans l'hôpital. Et oui, on est soumis à des impératifs de temps et de planning ! (Le sien !).

Pour moi, c'est une sophrologie profonde. J'en suis globalement très satisfait et je suis content qu'on se soit adjoint une telle compétence.

L'hypnose ne remplace pas tout et ses applications restent spécifiques mais quand même, c'est un atout appréciable !