

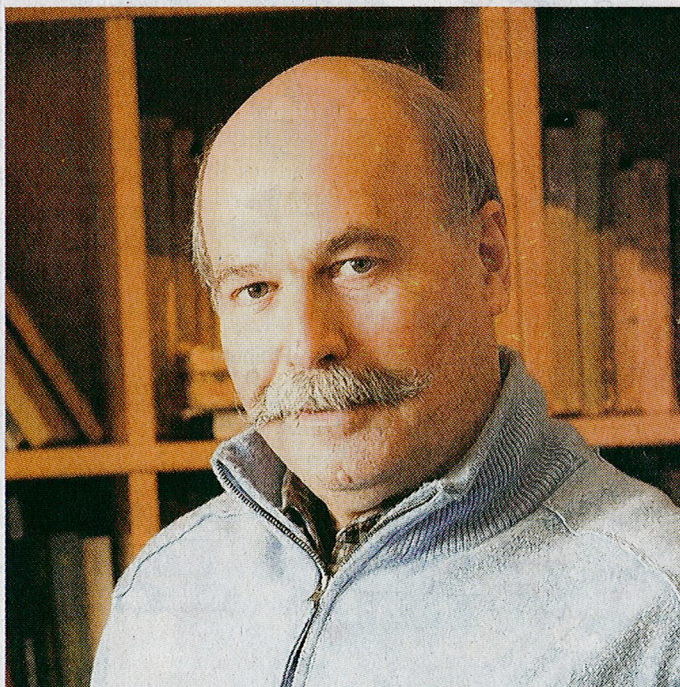
Santé / Hypnose et thérapie

Réveiller des ressources latentes

Alors que son livre « L'hypnose », paru chez Odile Jacob a été réédité, le Dr Patrick Bellet vient d'achever, en tant que formateur, un cycle à la faculté de médecine de Strasbourg sur l'hypnose dans le traitement de la douleur, chronique et aiguë.

■ La formation, qui sera reconduite pour la quatrième année en 2012, a réuni nombre de professionnels de santé, hospitaliers ou libéraux. Venus de la région et d'au-delà, ces médecins, kinés, infirmières ou psychologues sont représentatifs d'un mouvement qui pose sur l'hypnose un regard renouvelé.

L'hypnose, connue depuis longtemps et dans toutes les sociétés humaines, mérite en effet mieux que les préjugés sulfureux qui y sont parfois attachés. Fondateur en 1988 de la première revue française consacrée à l'hypnose (reconnue par le Syndicat de la presse médicale), le Dr Patrick Bellet s'investit depuis 25 ans dans la promotion de cette discipline.



Le Dr Patrick Bellet est convaincu que l'hypnose peut aider certains patients (Document remis)

État physiologique naturel

Fondateur de la Confédération française d'hypnose et thérapies brèves, ce médecin à Vaison-la-Romaine (Vaucluse) relève « qu'on note aujourd'hui plus d'intérêt pour l'hypnose en tant que méthode qui rend le sujet actif. »

En 1992, suite à l'inondation catastrophique, précisément à Vaison-la-Romaine, l'hypnose lui avait permis de repérer chez des professionnels de santé et des victimes les signes de névroses dont les manifestations sont souvent décalées dans

le temps.

Chacun peut expérimenter l'hypnose comme état mental naturel, lorsqu'on est dans un état de conscience second, en étant absorbé dans ses pensées ou en s'immergeant dans la musique. Rentrer volontairement dans un état hypnotique, seul ou avec l'aide d'un professionnel, permet de nouer un autre dialogue avec le corps en diminuant le stress.

D'où l'intérêt de l'hypnose thérapeutique qui permettra par exemple de supprimer

le stress (avant une intervention chirurgicale ou un accouchement), de diminuer les doses de produit anesthésiant ou de proposer une solution alternative à des médicaments inopérants.

Les premières observations scientifiques sur l'hypnose remontent aux Lumières et le premier congrès, à 1889. Depuis, les recherches se sont multipliées, notamment grâce à Milton H Erickson (1901-1980) et l'hypnose a de nombreux champs d'application dans les troubles du sommeil, les

traitements de la douleur, les conduites addictives (tabac, alcool, boulimie...), dépressions, troubles sexuels etc. « Au CHU de Purpan, près de Toulouse, la consultation d'une infirmière formée à l'hypnose s'adresse aux patients souffrant d'algodystrophie, douleurs diverses. » relève le Dr Bellet

« L'hypnose n'a aucune contre-indication pharmacologique. Autre exemple, elle est employée dans la rééducation de patients hémiplegiques suite à des AVC. On assiste à la diminution de leur spasticité, ces doigts recroquevillés, cette contraction du corps. Les patients retrouvent de la motricité et de la sensibilité. »

Autre exemple des effets de la mobilisation des forces intérieures : dans un centre pour patients en état végétatif permanent près de Briançon, deux infirmières formées à l'hypnose ont permis d'améliorer la qualité des soins.

L'hypnose peut aussi aider des patients à supporter les douleurs liées aux soins, changement de pansements, brûlures.

Si le choix des mots du professionnel de santé a de l'importance, c'est le patient qui toujours utilise ses capacités personnelles à s'adapter aux changements de situation.

M. B.-G.

En savoir plus : www.hypnose-clinique.com