

**L'ahurissante affaire
du cadastre corse**

**Ségolène Royal
la vice-présidente**

Le Point

www.lepoint.fr Hebdomadaire d'information du jeudi 11 décembre 2014 n° 2204

L 13780 - 2204 - F: 3,80 €



Les nouvelles prouesses de l'hypnose

Les grands hôpitaux l'adoptent

**Comment elle soigne
dépression, addiction au
tabac et à l'alcool, douleur
chronique, grands brûlés,
boulimie, anorexie, stress...**

**Ses succès en chirurgie,
maternité, pédiatrie...**



Le docteur Jean-François Lanoy, médecin-chef,
et Clothilde Legrand, infirmière,
à l'hôpital La Musse (Eure).

Spécial joaillerie

Aristote, couteau suisse de la pensée

ARABIE SAÛDITE - ALLEMAGNE - ANTOULES-FRANCAIS - AUTRES - BELGIQUE - CANADA - CHINE - DANEMARK - ESPAGNE - ETATS-UNIS - FRANCE - GREECE - IRLANDE - ITALIE - JAPON - LUXEMBOURG - MALAISIE - MEXIQUE - NORVÈGE - PAYS-BAS - PORTUGAL - ROUMANIE - RUSSIE - SUÈDE - SUISSE - TAIWAN - THAÏLANDE - TURQUIE - UKRAÏNE - USA

LOUISE OULIBY POUR « LE POINT »

Comment elle permet de berner



Renfort. Pour les grands brûlés, elle est une alliée contre la souffrance. Reportage.

PAR AUDREY PINSON

Hôpital La Musse, dans la périphérie d'Evreux. Derrière l'imposante façade de ce centre de réadaptation, des corps meurtris. Près de 500 malades. Parmi eux, des grands brûlés accueillis à la sortie des services de soins intensifs et de chirurgie

reconstructrice. Ce matin, Nicole, brûlée au troisième degré et greffée sur la totalité du thorax, reçoit avec le sourire les deux infirmières venues dans sa chambre renouveler son pansement. Déjà près d'un an qu'elle est hospitalisée, depuis ce soir de décembre où un bouillon brûlant se renversa sur son corps. Pendant que l'une prodigue le soin, l'autre propose à Nicole de fermer les yeux et de se laisser guider. Ailleurs. Déconnectée du présent douloureux. De laisser revenir un souvenir agréable. « Vous êtes dans le jardin dont vous me parliez l'autre jour. Observez les détails, les formes, les luminosités. Sentez la caresse du vent

Revivre. Pour Nicole, grande brûlée, les séances d'hypnose prodiguées à l'hôpital La Musse, sous la direction du médecin-chef Jean-François Lanoy, en présence de l'infirmière Clothilde Legrand, lui permettent de surmonter la douleur et de se reconstruire.

sur votre visage. Les parfums qui se dégagent du paysage. Un sentiment de détente vous enveloppe. » Le débit est lent, la voix feutrée. Nicole semble totalement en confiance. Calme, tranquille. Le pansement est déjà terminé. « *J'en ai rien senti.* » Quand, en juin, une infirmière lui propose d'essayer l'hypnose pour tenter de berner la douleur, la sexagénaire joue le jeu. « *Je pouvais hurler au moment des douches.* » Aujourd'hui, elle assure : « *Du jour où j'ai maîtrisé la technique, j'ai moins souffert. L'hypnose m'a appris à être plus forte que la douleur physique. A présent, elle m'aide aussi à m'endormir et à gérer les baisses de moral.* »

la douleur

Dans les chambres voisines, Gauthier et Clément, 21 ans. Deux amis gravement brûlés par l'explosion d'une friteuse un soir de fête. Après deux mois et demi passés en centres aigus, ils sont arrivés ici en septembre. Depuis un mois, ils expérimentent l'hypnose. « *Par curiosité intellectuelle.* » Et parce que ça ne peut pas faire de mal... Gauthier donne un aperçu : « *Retrouver le souvenir d'une anesthésie locale – chez le dentiste, par exemple – puis faire glisser la sensation pour l'appliquer aux zones qui me démangent.* » Aujourd'hui, sous la direction du docteur Jean-François Lanoy, chef du service des brûlés et patients d'orthopédie, le jeune homme tentera de « gommer » en imagination les pastilles jaunes, représentation mentale de ses ostéomes, excroissances osseuses apparaissant fréquemment au niveau des articulations des brûlés. But de l'exercice : soulager la douleur et regagner de l'amplitude au niveau des genoux. S'il leur est encore difficile de quantifier les bénéfices, Gauthier et Clément disent avoir déjà constaté une nette réduction des sensations de démangeaison dues aux effets de la cicatrisation.

Acteur de sa guérison. Pour Jean-François Lanoy, président de la Société française de recherche et de traitement des brûlures, la découverte de l'hypnose, en 2008, a marqué un tournant dans sa carrière débutée voilà plus de trente ans. Aujourd'hui, il y consacre presque tout son temps. Il y a deux ans, il a sensibilisé l'ensemble des soignants de son unité. Pour combattre les idées reçues et ouvrir une fenêtre. Depuis, « *L'hypnose est ici présente dans tous les esprits* », témoigne une infirmière. Au sein de l'hôpital, une formation aux techniques hypnotiques est prévue l'an prochain. Cinq soignants devraient bientôt en bénéficier.

L'objectif principal du médecin est d'apprendre au malade à accéder seul à l'état hypnotique pour devenir acteur de sa guérison. Ne plus seulement subir. Johann, un de ses anciens patients, très sévèrement brûlé lors d'un accident de voiture en 2010, dit ainsi pratiquer quotidiennement l'autohypnose pour lutter contre les douleurs orthopédiques chroniques résultant des opérations. « *Je ne sais pas comment l'expliquer, mais je suis capable, en quelques secondes* ■■■

« L'hypnose m'a appris à être plus forte que la douleur physique. » Nicole



**FREDERIQUE CONSTANT
GENEVE**



**LIVE
YOUR
PASSION**

MANUFACTURE
SLIMLINE
MOONPHASE

Mouvement manufacture
réalisé à la main.

Renseignements : 01 48 87 23 23

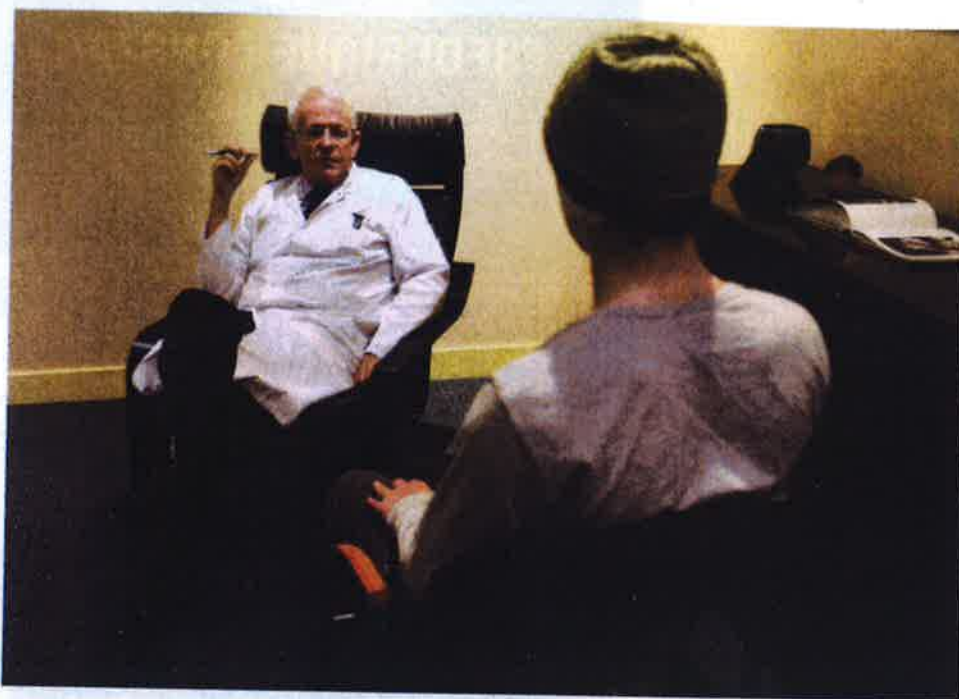
Plus d'informations sur www.frederique-constant.com

** Voir votre passion*

PARIS et REGION : ARIJE - BARRIER - Vaugrand - BHV Marais - CARLET - CHADOURNE - CHAMPROUX - COMPTOIRS de PARIS - ETOILE D'OR - ARON'SON - GALERIES LAFAYETTE - HISTOIRE D'OR - INEDIT - LE BON MARCHÉ - L'HEURE D'ECRIRE - LOUIS PION : Aubert - Champs Elysées - Louvre - Marais - Montmartre - Montparnasse - Defense - MATY - PRINTEMPS - Haussmann - Louvre - Bonaparte - MATY - Champs-Élysées II - PREMIERE HEURE - La Vesnaie - DUBREUIL - Poly II - DIDIER GUERIN - PRINTEMPS - Royal II - HISTOIRE D'OR - St-Germain-en-Laye - BOULDOIRES - Versailles - MEDARD

PROVINCES : Aix-en-Provence : BELLINI - Ajaccio : TOURMALINE - Annecy : FAVRE - Annecy - MAS - Bordeaux : DORISE - OCCMP - Bourges : JOHANNL - Cahors : LAGARDE - Cannes : HISTOIRE D'OR - Clamart-Ferrière - FUSTIER - Dijon - BORDE - Grenoble : MATY - Lille - PRINTEMPS - Lyon : AUGIS 1830 - LOUIS PION - Marseille : DIAMANT BLANC - Monaco : BAHRI - Nancy : BRUNNER - Nice : LOUIS PION - Palavas : CLOUZEAU - Reims : HORLOGERIE LAFAYETTE - Rouen : INEDIT - Strasbourg : JACQUOT - MATY - PRINTEMPS - ROYAL QUARTZ

Autres : BERNA - HUNGARI



■ ■ ■ *seulement, d'évacuer totalement une douleur à la seule force de la pensée. Instinctivement, dès que je reçois un signal de douleur, je le manipule. Je transforme la sensation.* » Ce quadragénaire enthousiaste raconte avoir ainsi arrêté un grand nombre d'anti-inflammatoires, dérivés de morphine, somnifères et autres médicaments couramment prescrits aux personnes gravement brûlées.

L'hypnose, en effet, est une arme précieuse pour « mettre à mal » la douleur. Au point de se révéler parfois plus efficace que les antalgiques les plus puissants, « car elle agit sur la sensation et l'émotion, deux composantes de la douleur particulièrement présentes chez le grand brûlé », analyse Maryse Davadant, infirmière au Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV), en Suisse, le service européen le plus en pointe en matière d'hypnose intégrée au traitement des brûlés. Elle poursuit : « D'une manière générale, la technique aide le patient à être mieux, plus confortable, à avoir moins peur. » Essentiel, car, derrière

les douleurs, omniprésentes, il y a, chez le brûlé-défiguré, amputé, marqué à jamais – une souffrance. Un stress profond et prolongé. Et, au-delà des répercussions physiques, nombreuses, les retentissements psychologiques d'une brûlure sont considérables. Là encore, l'hypnose serait utile pour prévenir le syndrome de stress post-traumatique et favoriser l'acceptation. « Elle change le regard que vous portez sur vous-même et sur le monde qui vous entoure. En cela, elle permet au patient de s'adapter à ce qui lui arrive et à reprendre une part de maîtrise de la situation », explique Jean-François Lanoy.

Meilleure cicatrisation. Il détaille aussi les avantages de la technique en rééducation fonctionnelle. Et de rappeler l'histoire de Milton Erickson (1901-1980), l'un des pères de l'hypnose thérapeutique. Atteint de poliomyélite, il a récupéré quasiment toute sa motricité grâce à une pratique intense d'exercices physiques et d'activation de ressources mentales. Essentiel pour

A l'écoute. Une consultation du docteur Jean-François Lanoy, avec un jeune homme gravement brûlé par l'explosion d'une friteuse. Le but : sensibiliser le patient au bénéfice qu'il peut retirer de la maîtrise de l'hypnose.

le patient brûlé, chez qui les problèmes orthopédiques sont nombreux. Ainsi, l'hypnose peut aider à amoindrir une raideur due à une peau cicatricielle trop petite, à mobiliser les articulations entravées par des ostéomes, à retrouver un geste pleinement fonctionnel ou encore à « entretenir et même parfois restaurer les informations proprioceptives indispensables à chacun pour situer les différentes parties de son corps dans l'espace », développe le médecin rééducateur. Sous l'effet d'une bonne suggestion, le kinésithérapeute parvient ainsi à obtenir un relâchement musculaire complet du bras pour mieux faire travailler l'articulation du coude. Ou, au contraire, à demander au patient de transformer son bras en une poutre d'acier pour lui faire gagner en force musculaire. « Soulever mentalement des charges de plus en plus lourdes facilite le port de ses charges dans la réalité. » L'esprit plus fort que les apparentes limites du corps. Quand le cerveau travaille en mode hypnotique, tout ce qu'il imagine est, pour lui, la réalité. Préparer mentalement – visualiser avant de réaliser un effort – devient la clé. Le simple fait d'imaginer favorise la récupération.

« L'hypnose n'est pas qu'un outil d'une redoutable efficacité. Elle permet, au-delà du fait de soigner, de prendre soin du patient. Plus encore, elle amène à repenser la totalité de l'approche du malade », estime le docteur Lanoy. En 2006, le CHUV a mené une étude sur 46 patients pour mesurer l'apport de l'hypnose dans la prise en charge d'un grand brûlé. Les conclusions décrivent un cercle vertueux. Meilleure cicatrisation des plaies ; diminution des médicaments ; meilleure gestion de la douleur, mieux-être général ; enfin, sortie plus rapide de l'hôpital. Des répercussions en chaîne engendrant du même coup une importante économie financière. Pourtant, sur les 9 000 personnes hospitalisées en moyenne chaque année en France pour brûlure, seule une poignée aura la chance d'être accompagnée par un hypnothérapeute ■

Se préparer mentalement, par l'hypnose, devient la clé. Imaginer favorise la récupération.