

L'hypnose Médicale

LE MONDE | 04.08.2012 : L'hypnose, pour éteindre la douleur

L'hypnose clinique est un outil surtout utilisées dans le traitement de la douleur, qu'elle soit liée aux soins, aiguë ou chronique (migraines, lombalgies, douleurs cancéreuses), ses applications sont multiples : Stress, anxiété, douleur ou gène dite psychosomatique, préparation à l'accouchement, à une opération chirurgicale, arrêt du tabac, troubles du comportement alimentaire, phobies.

L'hypnose est un état naturel, un état de conscience modifié. Comme lorsque l'on se plonge dans un livre en se coupant du bruit environnant. L'hypnose est un état permettant à une personne d'avoir des capacités supplémentaires par rapport à l'éveil simple.

L'imagerie médicale [IRM fonctionnelle] montre même que, en état d'hypnose, la connectivité du cerveau est modifiée. Le but est donc de tirer parti de cet état modifié pour se protéger de certains épisodes douloureux.

Un diplôme universitaire hypnose médicale a été créé en 2001 à la Pitié-Salpêtrière à la faculté de médecine de Paris-VI.

"Il ne s'agit pas de faire miroiter une guérison miraculeuse mais de réduire l'inconfort et les doses de médicaments avalées par les patients", ajoute le professeur Faymonville.

"Plus personne aujourd'hui parmi les médecins n'ose dire que c'est n'importe quoi. C'est une vraie médecine", affirme le docteur Jean-Marc Benhaiem, médecin hypnothérapeute. Cela peut être aussi un outil pour apaiser les névroses post-traumatiques ou les souffrances des victimes d'attentats. On peut aussi y avoir recours pour soigner l'anxiété.

Pour des thérapies brèves ou pour mieux gérer la douleur chronique à domicile, des séances de formation à l'auto-hypnose peuvent être proposées.