



vistaprint®

Rosanna Feri  
Communication  
L'Esprit de l'Esprit

**-50%**  
sur les cartes  
de visite

## Santé : l'apport réel de l'hypnose

Cette technique, dont l'efficacité est désormais prouvée dans la gestion de la douleur, contribue également à "réhumaniser" les soins. Explications.

*Par Anne Jeanblanc*

*Publié le 25/08/2015 à 13:17 | Le Point.fr*



L'hypnose est une pratique de plus en plus répandue, non seulement pour le traitement de la douleur, mais également dans l'organisation des soins. Elle offre, selon le Dr Patrick Bellet - qui vient d'y consacrer un livre\* et qui est l'un des organisateurs du 20e congrès mondial consacré à cette discipline, à Paris (du 26 au 29 août) -, « une capacité étonnante de modifier le rapport au temps, de le

suspendre, de le ralentir ou de l'accélérer ». C'est pourquoi l'hypnose peut être d'une grande aide pour les soignants dans certains actes opératoires, dans les troubles chroniques et même dans le développement d'une relation entre soignant et soigné, pour « réhumaniser le lien ».

Plus qu'une technique, l'hypnose est une nouvelle manière de traiter les blessures de notre époque, burn-out, dépression, anxiété, rééducation, explique le spécialiste qui enseigne à l'université de Strasbourg et à la faculté de médecine de Marseille. « L'hypnose n'est pas thérapeutique en elle-même », précise-t-il. C'est un mode de pensée qui nécessite du temps. « Hélas, avec le retour en grâce de l'hypnose à visée thérapeutique, les opportunistes se ruent sur l'aubaine. Cette débauche d'ignorance et de démagogie qui recycle jusqu'à l'écœurement les pires stupidités qui avaient été oubliées depuis le XIXe siècle en est la rançon. N'oublions pas que les profiteurs qui en abusent exploitent la naïveté et la crédulité ou le simple goût du merveilleux du public », poursuit l'auteur.

### **Effets positifs scientifiquement prouvés**

Pour bien remettre cette technique à sa juste place, le congrès de Paris - qui rassemble plus de 2 300 participants venant des cinq continents et 45 nations - propose de nombreuses conférences sur la (bonne) pratique clinique de l'hypnose, tant en chirurgie qu'en dentisterie, dans la lutte contre la douleur ou le sevrage tabagique, en obstétrique ou en pédiatrie. En effet, les effets positifs en matière de santé sont incontestables et désormais scientifiquement prouvés.

Dans son livre, le Dr Bellet raconte des exemples qui illustrent bien l'aide que peut apporter l'hypnose pendant les soins. M. J., par exemple, devait subir une ponction lombaire. Comme elle adore le foot, le thérapeute l'a emmenée soutenir son équipe fétiche du Real Madrid pendant la réalisation de cet examen. Elle n'aura aucun souvenir de la piqûre pourtant toujours redoutée. M. Q., elle, est venue aux urgences pour une crise d'asthme ne cédant pas aux médicaments. Elle a « tricoté une écharpe » sous hypnose, pour l'aider à reprendre son souffle.



J'en profite

Flyers pe

43,

Quant à M. C., il arrive avec des crises de coliques néphrétiques très douloureuses malgré les anti-inflammatoires. L'hypnose l'intéresse et il accepte une séance sur un parcours de golf ! Il en revient soulagé et raconte avoir tapé dans son caillou pour l'évacuer ! Finalement, conclut Patrick Bellet, les patients sont étonnés par cette approche novatrice dont ils ne connaissent pas grand-chose. Ils sont « surpris de découvrir cette capacité à développer des aptitudes qu'ils ne soupçonnaient pas en eux ». Mais, pour cela, ils doivent être pris en main par des spécialistes dignes de ce nom.

\* *L'Hypnose pour réhumaniser le soin*, éditions Odile Jacob, 249 pages, 23,90 euros

Consultez notre dossier : [Burn-out : le mal du siècle ?](#)

[Reportages, analyses, enquêtes, débats. Accédez à l'intégralité des contenus du Point >>](#)

## Quel est le meilleur hôpital près de chez vous ?

Découvrez le palmarès 2018 des hôpitaux et cliniques du Point. La référence dans le domaine médical.

[Je recherche](#)

## CONTENUS SPONSORISÉS

Taboola Feed

Impression sur Dibond d'enseignes sur-mesure

54 € - printshot.fr

## Opportunité rare à Marly-le-roi (78) d'habiter à 500 m de la gare SNCF

Gambetta

## Le jeu de simulation de ville qui te fait voyager dans le temps

Forge Of Empires - Jeu en Ligne Gratuit

## Les 26-59 ans qui paient +2500€ d'impôts peuvent tirer profit de cette arme de défiscalisation massive

Défiscalisation rentable

## Muse M-1150 BT - haut-parleur - sans fil

50 € - fnac.com

## [Propriétaire de maison] Panneaux solaires : Jackpot pour les propriétaires!

Économiser son Énergie

## Doté d'une triple Caméra conçue avec Leica !

Huawei

## Vous avez plus de 50 ans et cherchez à faire des rencontres près de Versailles ?

DisonsDemain

par Taboola

## A DÉCOUVRIR SUR LE POINT

Agnès Saal suspendue de sa Légion d'honneur

L'ancien ministre Thierry Breton cambriolé, battu et séquestré

Maroc: les assassins de deux touristes scandinaves condamnés à mort

Les derniers mois de Johnny Clegg face à la mort

INFO LE POINT. Le logement à « loyer libre » de Sophia Chikirou

Franky Zapata détaille les circonstances de son échec

## 2 COMMENTAIRES

Par mlg72 le 09/09/2015 à 11:19

### Incontestable

Appliquée aux dernières élections présidentielles, ça a parfaitement fonctionné l'hypnose.

C'est le réveil qu'a pas été facile.

Certains n'en sont pas encore sortis des années plus tard, alors, prudence et principe de précaution pour l'appliquer à la médecine.

Par ravachol le 25/08/2015 à 15:03

### La seule personne qu'une anesthésie réussissait à faire dormir...

C'était moi... Tellement elle me saoulait de paroles à la tête du patient...

heureusement... Cela se terminait toujours rapidement pour le plus grand bonheur du patient et de son chirurgien par une véritable anesthésie...

ces anecdotes citées... Je pense effectivement que pour les enfants, ou de patients influençables psychologiquement, l'hypnose peut apporter un bénéfice par la diminution des drogues antalgiques, et la relaxation cérébrale à l'induction de l'anesthésie



SPÉCIAL ÉTÉ  
Votre abonnement  
numérique

5€ PAR MOIS  
PENDANT 1 AN  
sans engagement

J'en profite ►

