

DÉCLARATION DE LIENS D'INTÉRÊT AVEC LA PRÉSENTATION

**Intervenant : Frédérique MANGIN, CH AnnecyGenevois
Anesthésiste-réanimateur en chirurgie cardiaque, formation hypnose**

Je n'ai pas de lien d'intérêt à déclarer

Pourquoi l'hypnose



dans nos pensées



le sportif imaginant sa prochaine action

L'hypnose est un état de conscience naturel



en conduisant



en cours




en observant le mouvement
Des vagues

L'esprit s'évade alors que le corps reste présent

ÉTAT DE CONSCIENCE LE PLUS FRÉQUENT

conscience
critique

analyse
perception du monde extérieur
danger
douleur

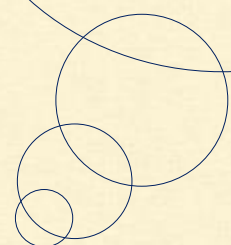


Conscience
imaginaire

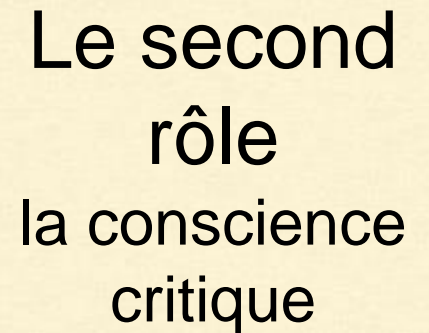
indifférence de
l'extérieur



**L'acteur principal
la conscience imaginaire**



**un souvenir
une lieu de sécurité**



**Le second
rôle
la conscience
critique**

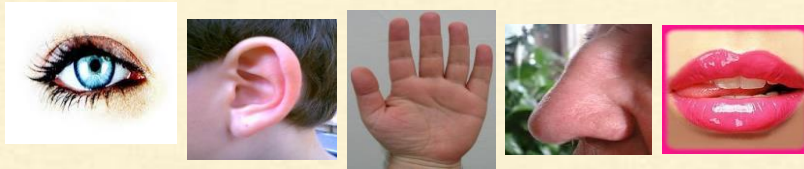


L'HYPNOSE MÉDICALE, COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

Elle peut être provoquée par une personne à l'aide de techniques apprises

PROCESSUS HYPNOTIQUES

- amener de la détente avec la respiration
- diminuer le rythme de la voix , et le ton de la voix
- utilisation des cinq sens pour amener le sujet dans son monde imaginaire : le soleil brille et réchauffe les épaules, sentir le sable sous les pieds, le bruit des vagues, des mouettes au loin,...sentir peut être l'ambre de la crème solaire



BENEFICES DE L'HYPNOSE

- permet de vivre des moments ennuyeux ou inconfortables de façon très agréable tout en perdant la notion du temps
 - diminution de l'anxiété
 - diminution de la perception douloureuse
 - on utilise les ressources propre à chaque patient pour qu'il traverse les épreuves avec plus de facilité (faire et imaginer faire, active les mêmes zones cérébrales, ce qui peut faciliter la rééducation après une intervention chirurgicale)
-

Hypnose conversationnelle ou communication thérapeutique

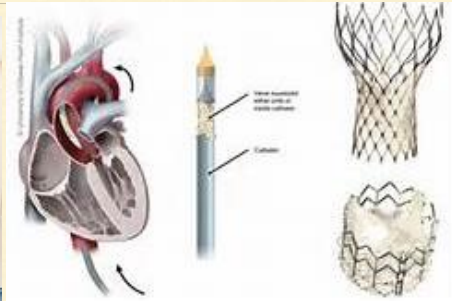
- ✦ Utilisation tous les jours, pour tous les patients
- ✦ rassurer et diminuer l'anxiété des patients
- ✦ patients avec phobies des piqûres : perfuser les patients à l'expiration

Hypnose formelle

- ✦ transe hypnotique : état de conscience modifiée plus intense
- ✦ phobie majeure de l'examen, des piqûres
- ✦ intervention longue, anxiété majeure

Intérêt de l'hypnose

- ✦ Gain de temps
- ✦ Gain de médicaments, moins d'effets secondaires
- ✦ Humanisation des soins
- ✦ Satisfaction du patient
- ✦ Satisfaction des soignants





Aller plus loin

- ✦ Revue « hypnose et thérapies brèves » dossier endormir les corps, novembre 2018
- ✦ émissions sur RTL, de Flavie Flamand, on est fait pour s'entendre : Les vertus de l'hypnose médicale du 2 octobre 2015
- ✦ film « hypnose en chirurgie cardiaque, un outil supplémentaire », Apicil