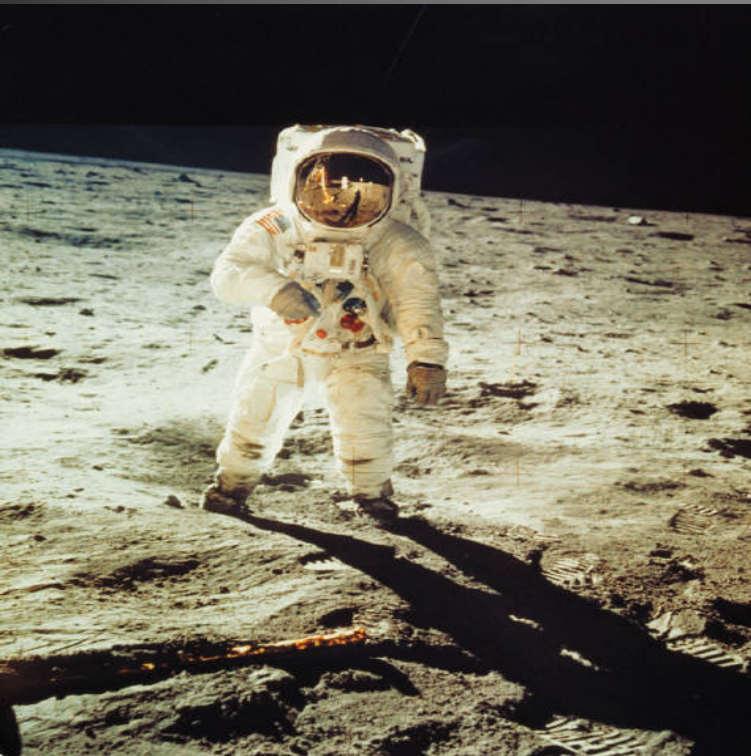


# L'hypnose comme maillon de l'efficacité dans la prise en charge des patients touchés par le cancer



Dr Philippe BORDON  
CETD d'Ambroise Paré (92)

# Qu'est ce que l'Hypnose ?

L'hypnose thérapeutique est une **expérience relationnelle** mettant en jeu des mécanismes physiologiques et psychologiques permettant à l'individu de mieux supporter, d'atténuer, voire de supprimer une pathologie aiguë ou chronique ou modifier un comportement.

La **suggestion** est la base de cette relation médecin-patient dans le traitement de l'hypnose. Suggérer c'est proposer à l'autre une idée, un acte, un comportement.

Il s'agit d'une thérapie brève (3 à 5 séances peuvent être suffisantes) qui s'intègre dans la prise en charge globale, du cancer , de la douleur, d'un trouble du comportement alimentaire ...

# Qu'est ce que l'hypnose médicale ?

- La mise en veilleuse de la conscience consciente au profit de l'éveil de la conscience inconsciente.
- **Def: Conscience consciente** (conscious awareness):  
Restreinte , car on ne peut porter attention qu'à un nombre limité d'éléments: **vigilance restreinte**.  
**Def: Conscience inconsciente** (unconscious awareness)  
Supporte la totalité des souvenirs , des perceptions des sens internes et externes , des résultats et des possibilités d'apprentissage; une infinité d'éléments qui peuvent être identifiés à la totalité de la personne: **vigilance généralisée**.

# François Roustang

Philosophe et théologien de formation  
Psychanalyste ...Hypnothérapeute

- Définition de l'hypnose:

Processus par lequel on dissocie des perceptions et  
comportements de la vie ordinaire pour accéder à des perceptions  
soit fictives , soit hyperréalistes: **La Perceptude** .

= Mise en suspens de l'entendement.

# Changement du rapport au ...

L'hypnose change pour le thérapeute et pour le patient le rapport au

- monde, aux autres
- temps
- espace
- la vie , effraction de la douleur ,de la maladie
- corps: qui n'est plus maîtrisé, si tant est qu'il le fut.  
zones en souffrance , parfois exclues,  
déconditionnement à l'effort par protection
- thérapeute :qui va à la rencontre du patient

Le patient est toujours ramené à la science mais ce que produit le corps dépasse l'entendement ( ex de la pensée), comme ce que produit la relation soignant/soigné.

La parole pour accéder au psychisme et réintégrer le corps et l'esprit .

*Le paradis est dans la « tête » ,c'est une force totale qui est sous employée.*



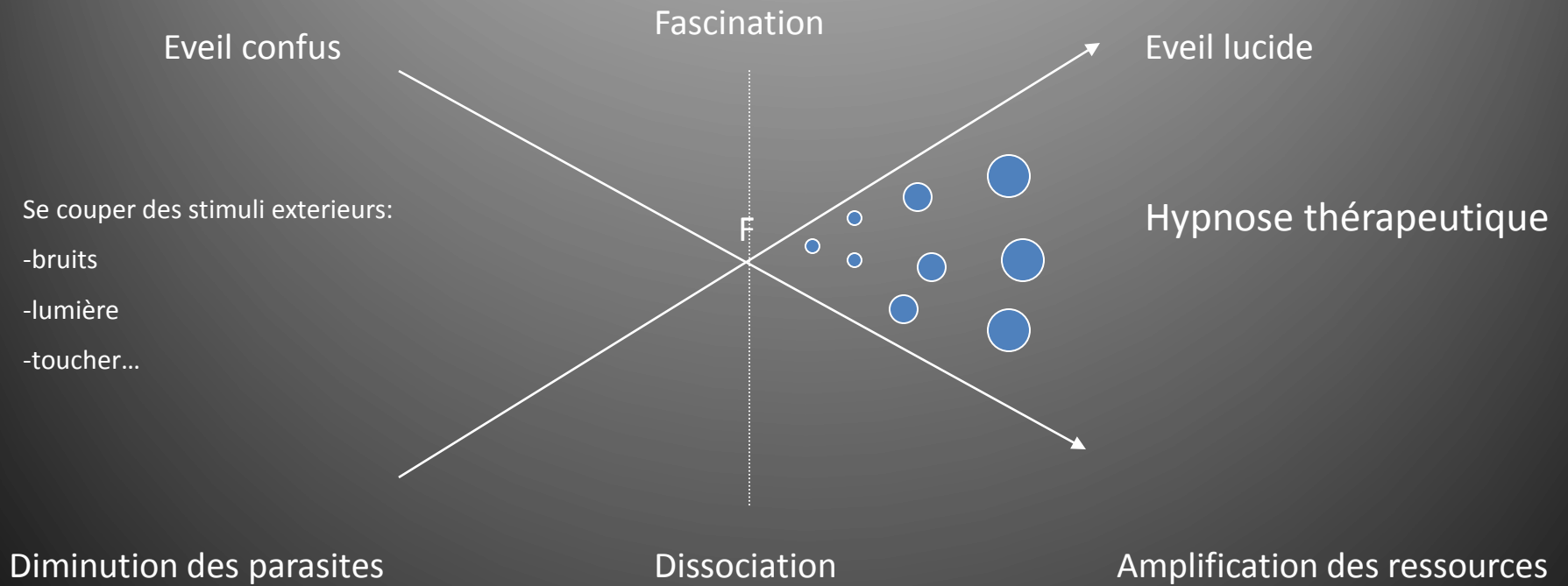
Dr. Hypnoticus.



# L'évolution et la renaissance

- Charcot (1825-1893)
- Freud (1856-1939)
- Milton Erickson (1901-1980)
- François Roustang ( contemporain)

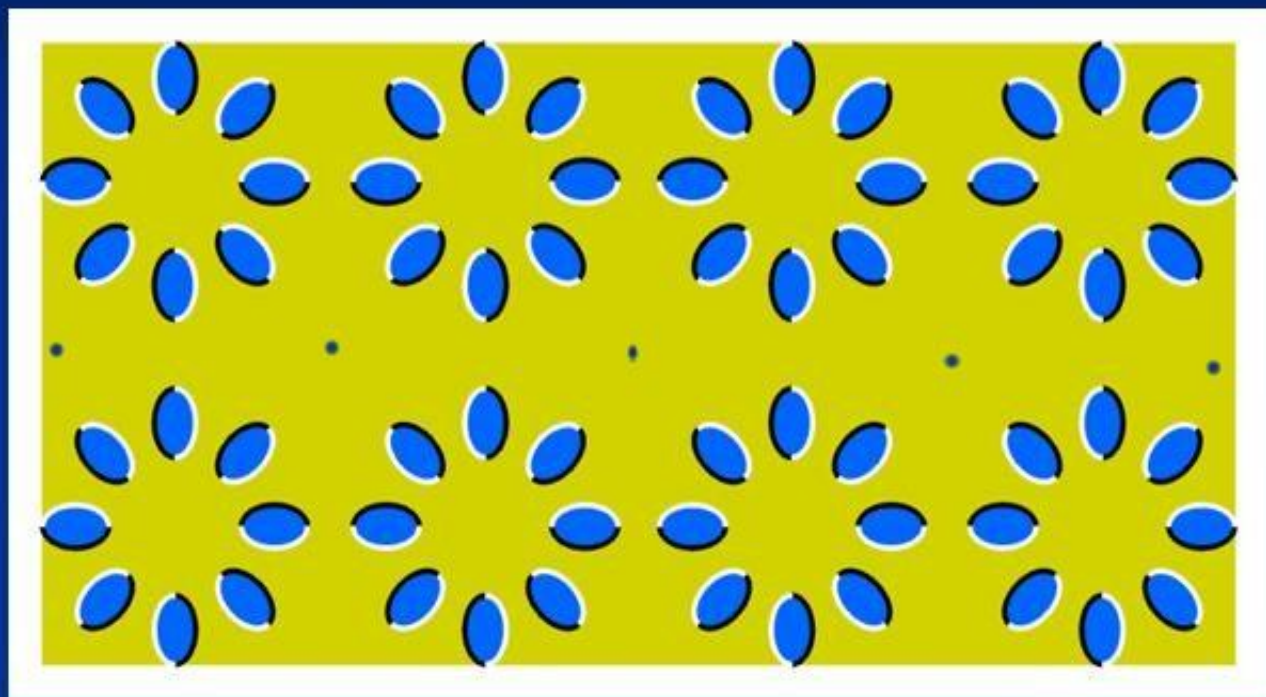
# Induction





# Induction

- Passage de la vigilance restreinte à la vigilance généralisée.
- L'esprit inconscient met à la disposition du patient de nouvelles possibilités et capacités qui vont lui permettre de **changer**



Modifier la sensorialité

# La fascination

Un sourire , un regard , une odeur ,  
le chant des cigales et on est ailleurs:  
fascination , régression ,relaxation

Une grande frayeur peut créer un état hypnotique .

Ex: SPT

Douloureux concentré sur la douleur.

# Preuves récentes

- Electromyographie ...
- PET Scan ...

L'hypnose guérit parce qu'elle modifie le contexte d'une habitude , en détruit le ressort.

Indications:

- Douleurs
- Addictions
- Troubles du comportement alimentaire
- Dysfonctionnements psychiques
- Dysfonctionnements psychosomatiques
- Soins aux brûlés...
- Soins palliatifs
- Chirurgie
- FIV
- Cancer

# Hypnothérapeute /patient : la rencontre

- L'Alliance.
- Redonner pouvoir et autonomie .Autoriser la Guérison.
- L'Accordage sincère permet de créer un lien sans exclure l'opposition:
  - lever les lièvres
  - Répondre aux questions qui inquiètent le patient
  - Etablir un cadre souple
- L'interrogatoire permet l'obtention de base de suggestions :
  - images
  - vocabulaire
  - ressources...
- Laisser libre court à la parole permet aux patients de nous guider dans leur intimité sur des chemins que nous n'aurions pas imaginé .
- La pauvreté du contact ou de l'investissement du patient : source d'échec.

- Il faut comprendre la personne et qu'elle le ressente.
- Langage non verbal, va plus vers une expression de choses inconscientes. Attitude, cadre thérapeutique, bureau, installation du patient
- Langage verbal très conscient. Asseyez-vous confortablement.



# Canaux de communications

- Visuel: l'enfant voit sa mère avant de l'entendre.
- Auditif : inverse , enseignement.
- Kinesthésique.

Langage adapté à chaque type , utiliser le canal du patient,  
les mots qui s'y rapportent.

# Clinique

## Communiquer

Langage verbal et non verbal

## Signes cliniques:

- Certaine fixité du regard, diminution des clignements , mouvements saccadés des yeux , larmoiements, mydriase.
- On peut parler bouger ( Derviche)
- Salivation
- Modification de la coloration du visage, traits plus lisses.
- Retard psychomoteur (gestes retardés...).
- Immobilité tonique.
- Analgésie spontanée.
- Perte des affects.
- Hypersuggestibilité: les choses sont prises au pied de la lettre.

# Suggestions

- Directes
- Indirectes:
  - Discours
  - Voix
  - Saupoudrage
  - Suggestions ouvertes
  - Suggestions intercontextuelles
  - Implication
  - Choix illusoire
  - Lien
  - Double lien thérapeutique
  - Truisme
  - Lié au temps

# Techniques

- S'adapter à la respiration, parler sur l'expiration de l'autre
- Diminution de la voix
- Etre le plus permissif possible: vous allez ressentir des sensations, peut-être...
- Ratifier
- Pacing et leading
- Prendre le temps
- Tout est possible
- Les mots:
  - Flous
  - Décor, environnement
  - Connotation agréable
  - Mobilisateur, avancer, construire, dépasser
  - La négation souvent niée, à éviter.

# Aspects techniques et exemples

. Modifier sans cesse les angles de vue ,combat thérapeutique (G Salem),  
savoir manier provocation ,neutralité et bienveillance.

. Redynamiser , redonner du mouvement à une situation souvent figée  
le thérapeute → bras de levier.

Le thérapeute lui même souple , d'imaginatif, s'adapte .

Ex : Dilution ,apport des zones saines , variations d'intensité

Apport des échanges avec l'environnement ,système dynamique ouvert ,

rapport à la nature :échange O2/CO2

. Dans le stress post traumatique micro ou macro: travail sur l'événement qui a pu  
engendrer la fascination .B Cyrulnik décrit les effets du contexte,de la lecture de  
l'événement .

. Réinterprétation de la douleur dans l'état hypnotique . Ex réécrire la partition ...

# Aspects techniques et exemples

- . Organiser la sécurité ,la tranquillité ,le réconfort ,la confiance
- . Mise entre parenthèses des capacités conscientes pour mobiliser des ressources inconscientes .Relecture des évènements , des douleurs ,de leur vécu ,libérer les ressources.
- . Le lâcher prise : une forme de maîtrise.
- . Travailler sur l'intensité douloureuse:  
finalement « supportable » que l'on est capable de faire varier .
- . Reprendre confiance dans le corps ,sa fiabilité (r/r à la mécanique) ,son homéostasie ,ses capacités au sens large et aux apports extérieurs . Désenclaver le patient isolé par et avec sa douleur .
- . Travailler sur la perte de l'équilibre de la corps de la vie au propre et au figuré  
statue , Orbite , position du corps ...
- . Il faut que ces sensations soient physiquement mémorisées pour les ancrer comme une réalité possible , comme un chemin.

# Aspects techniques et exemples

- . La colère : la travailler, la laisser posséder le corps comme une couleur intense , un bruit assourdissant , une chaleur , une lumière , ... énergie, force ,protectrice ,motrice  
Arrêter de retourner cette énergie contre soi .
- . Safe place ,au choix du patient
- . Suggestion d'un jardin merveilleux :Zen , Fr , GB ..., source magique
- . Ici et maintenant (Eckart Tolle ) : Travailler dans le temps et l'espace :  
essentiel pour limiter le poids écrasant d'un passé chevillé au corps  
réduire l'anticipation négative ,anxiogène et phobogène  
se replacer dans l'échelle du temps et du monde .
- . 0,4 secondes l'induction expresse de Gaston Brossault , puis accepter ce qui se présente :  
Douleurs ,que l'on accepte qui grandit sans crainte ...  
Sensation agréable ...  
Rien , neutralité --> ouverture à ce qui se présente



# Aspects techniques et exemples

- . Se débarrasser des éléments négatifs et les remplacer par des éléments positifs
- . Accepter que l'inconscient isole des ressources et les laisser s'initialiser
- . Anesthésie par le froid ou un anesthésiant
- . Suggestions indirectes par réinterprétation du ressenti à partir de l'expérience ,du langage du patient
- . Substitution sensorielle :couleur ...douleur
- . Déplacement ,labilité du phénomène douloureux
- .Action sur le contexte général: Mise en abime
- .Confrontation avec une personne avec laquelle on est en conflit

# Types de suggestion

## Suggestions hypnotiques:

- Analgésie par le froid
- Ex : Bateau, sucré/salé
- Safe place
- Enfants : tapis volant...

## Suggestions post-hypnotiques:

- prolongation au delà du «réveil »
- garder en mémoire les éléments les plus utiles
- Envie de tabac --> eau
- vous retrouverez plus rapidement cet état à la prochaine séance

# Quelques clés

. Trois éléments majeurs du changement : La disposition du patient

La technique

Le thérapeute

. Trois données essentielles: La demande du patient

le symptôme

la personnalité sous jacente

. Le profil psychologique du patient est essentiel .

. Le problème du lâcher prise : Libère d'un fardeau

Quitter la maîtrise absolue.

.L'Anxiété.

. Le vécu obsessionnel du symptôme.

. Le symptôme comme signe d'alerte ,de désordre => il est temps de se soigner , de faire une pause, de changer la posture adoptée naturellement devenue inconfortable .

. Mobilisation des ressources

. L'autohypnose    travail technique

les suggestions post hypnotiques pour induire un état d'autohypnose:

Créer un raccourcis « clavier

Attitude du patient face au diagnostic

au handicap

à la médecine

au médicaments

Les bénéfices secondaires .Parfois le symptôme au fil du temps a perdu de son rôle « économique » ,il s'autonomise et persiste

Le vécu obsessionnel du symptôme.

Le symptôme est un signe d'alerte ,de désordre => il est temps de se soigner , de faire une pause de changer la posture adoptée naturellement devenue inconfortable .

# Questions clefs

- Comment fait le symptôme pour ne pas bouger s'autonomiser ?
- Comment le patient et son entourage font pour le maintenir ?
- A quoi sert le symptôme? (bénéfices secondaires)
- Qu'elle est sa fonction relationnelle ?
- Que se passerait-il , si le symptôme disparaissait ?

# Questions clefs

- Qu'est-ce que votre intelligence (cerveau), vous raconte sur votre problème ?
- Qu'est-ce que votre cœur (sentiments) , vous raconte sur votre problème ? Quels sentiments sortent?
- Qu'est-ce que votre corps vous raconte sur votre problème ?
- Qu'est-ce que votre intuition (subconscient) vous raconte sur votre problème ?



# Les études cliniques

- Cancer du sein traité par radiothérapie
  - Réduction de la fatigue avec CBTHyp
- Montgomery GH, Schnur JB, 2009.
  
- Pose de voie veineuse chez enfants avec cancer : Emla/Emla + auto-hypnose
  - Réduction anxiété, stress, douleur chez enfants et parents.
- Lioffi C, White P, Hatira P, Pain, 2009.
  
- Traitement percutané de tumeurs cancéreuses : embolisation ou ablation par radiofréquence: avec Hypnose, 2008.
  - Réduction douleur, stress et antalgiques. Lang EV, Spiegel D
  
- Chirurgie du sein : avec hypnosédation, 2007.
  - Moins de Propofol, lidocaïne, douleur, nausée, fatigue, anxiété
- Montgomery GH, Price DD, Silverstein JH.**

- Lettre à François Roustang d'un patient qui lui écrit quatre mois après sa séance d'hypnose:

Cher Monsieur,

Je vous ai consulté le 20/09/2010

En effet, je vous indiquais que je sentais comme une contrainte qui m'empêchait de me réaliser, une sorte de boulet au pied. Vous m'aviez alors invité à m'interroger sur la possibilité « d'aimer son boulet »...

Aujourd'hui et depuis notre rencontre, il me semble que j'aime nécessairement mon boulet, en tant que j'ai pris conscience que c'était une partie de moi, et que ce serait s'amputer que d'y renoncer. Il s'ensuit que ce qui m'apparaissait autrefois comme étant un mur qui se dressait devant moi, est devenu une porte, qu'il m'appartient, ou pas, d'ouvrir.

Un grand merci donc, pour votre aide, et si vous me permettez de vous paraphraser en terminant ainsi : « Quand on est à sa place, les problèmes sont résolus en même temps qu'ils se sont posés. »

« Depuis que j'ai repris ma vie en mains , je lâche prise . »

« Tout malade est un bien portant qui s'ignore »