

L'hypnose apaise les malades aux urgences

Deux urgentistes se sont formées pendant un an pour aider les patients à mieux gérer leur douleur. Cela marche si bien que d'autres médecins vont s'y initier.

Un patient avait une luxation du coude. Pendant l'intervention, il hurlait, il disait "Arrête" au chirurgien. Nous en avons reparlé avec lui après, il ne s'en rappelle pas. Ce n'est pas de l'amnésie. Il avait juste mobilisé ses ressources pour supporter la douleur. » Cette mobilisation est passée par l'hypnose. Sandrine Weber est médecin aux urgences de Mercy. Avec sa consœur Nazmine Guller, elles utilisent cette technique depuis plusieurs mois pour apaiser des patients au lieu d'avoir recours à des produits antidouleur.

N'allez pas imaginer qu'elles fixent le malade avec un drôle de regard et l'amènent à faire n'importe quoi. Leur action est loin de tous ces clichés. « L'hypnose est un outil thérapeutique, insiste Nazmine Guller. Nous modifions le contexte pour que la douleur soit perçue différemment. » « Ce sont les patients qui font le travail, ajoute Sandrine Weber. Ils ne sont jamais endormis mais dans un état de conscience modifiée. »

Par la parole, les deux médecins amènent les personnes à un état de « transe » où la douleur est mieux gérée. « Parfois, nous ne savons pas du tout ce qui se passe dans leur tête », observent-elles. Cet aspect « boîte noire », où ce qui se déroule échappe à la compréhension du soignant, gêne certains esprits rationnels. Mais le travail mené par les deux femmes est en train de porter ses fruits : trois autres médecins se sont inscrits à la formation qu'elles ont suivie.

« Au départ, je n'étais pas convaincue, avoue Nazmine Guller. J'ai été à une réunion un peu par curiosité. » Pour sa



Les docteurs Sandrine Weber et Nazmine Guller ne disent pas toujours qu'elles utilisent l'hypnose, pour éviter les clichés et les idées reçues. Photo Karim SIARI

part, convaincue, Sandrine Weber attendait cela depuis longtemps. Le duo s'est formé pendant un an, lors d'une première session de l'Institut pour l'utilisation des thérapies brèves et de l'hypnose en Lorraine (Uthyl).

« Cette formation ne s'adressait qu'à des soignants, médecins, infirmiers, dentistes ou sages-femmes », détaille Nazmine Guller, qui souligne combien l'hyp-

nose est loin du gadget que certains imagineraient. « Je parle de relaxation, pour ne pas susciter le rejet avec le mot hypnose, explique Sandrine

« Nous ne savons pas du tout ce qui se passe dans la tête du malade »

Weber. Nous sommes là pour les soigner, pas pour les manipuler. »

« Plutôt que d'avoir trois personnes pour m'aider à faire une suture à un môme, j'y arrive seule, constate Nazmine Guller. Nous économisons du temps, des produits,

du stress et des sous ! » Considérées d'abord comme des originales, elles ne cessent depuis de convaincre autour d'elles. D'abord, les deux médecins ont réussi à aider d'autres membres du personnel, par exemple à guérir de migraines persistantes. Ensuite, ses collègues ont vu Nazmine Guller changer du tout au tout. « L'hypnose joue sur qui vous êtes », se réjouit le médecin.

La curiosité est telle que deux cents membres du personnel ont assisté à la conférence qu'elles donnaient la

semaine dernière à l'hôpital. Le prochain congrès des urgentistes, début juin, comprendra un atelier consacré à l'hypnose.

Elles reconnaissent que parfois, cela échoue, mais au même titre que d'autres outils thérapeutiques. Toutes deux assurent que les patients passés entre leurs mains ont quelque chose de changé quand ils repartent ensuite – peut-être un peu plus de foi en eux-mêmes et leur capacité à affronter une épreuve.