

# **TOXICOMANIE ET HYPNOSE**

## **Place de l'hypnose dans la prise en charge des patients souffrant d'addiction**

L'addiction est un ensemble de pathologies caractérisées par une problématique d'assuétude ou de dépendance mettant en jeu le corps sur le mode de l'incorporation. L'alcoolisme et la toxicomanie représentent de loin les addictions les plus fréquentes. Deux points sont essentiels dans la prise en charge des addictions : la séparation ou le sevrage du produit et la consolidation du sevrage ou l'évitement des rechutes.

La majorité des rechutes semble se produire dans les six premiers mois de la prise en charge. Au-delà de ce délai, les résultats sont relativement stables. La rechute ou la récurrence constitue en elle-même un moment particulièrement important dans la trajectoire de soin. Elle nécessite une prise en charge personnalisée à la problématique du sujet et à sa relation avec la substance active. Les thérapies habituelles semblent peu adaptées à la dynamique de la pathologie addictive et les patients ont souvent du mal à adhérer aux exigences de la cure psychothérapeutique classique.

Les méthodes comportementalistes peuvent amener une disparition plus ou moins complète des conduites toxicomaniaques. Cependant, cette amélioration pourrait être éphémère. De même, le remplacement d'un symptôme par un autre symptôme ne semble pas écarté.

Si l'hypnose peut être proposée dans le cadre de la prise en charge des patients souffrant d'une pathologie addictive, l'hypnose appliquée à soi-même ou l'autohypnose permet-elle de proposer des solutions personnalisées et efficaces lorsque que le danger de la rechute semble imminent ?

### **Cas cliniques**

Daniel, 32 ans, est l'aîné d'une fratrie de deux, célibataire et sans enfants. Il a été scolarisé jusqu'au baccalauréat avant de travailler de façon irrégulière dans une boulangerie. Sa grand-mère maternelle s'est suicidée, ainsi que son père. Sa mère est suivie en psychiatrie pour dépression et elle présente des conduites alcooliques sévères. Daniel présente deux tentatives de suicide dans ses antécédents. La première a eu lieu à l'âge de 12 ans dans les suites du suicide de son père. La deuxième s'est produite à l'âge de 20 ans dans un contexte de consommation importante d'alcool. Ses problèmes avec l'alcool remontent à l'âge de 19 ans par l'installation d'une consommation quotidienne d'une bouteille de whisky par jour, souvent associée à une consommation de cannabis. Il a par la suite été initié par un groupe d'amis aux drogues dures, pour se retrouver rapidement dépendant à l'héroïne, à la cocaïne et au LSD.

Il y a six ans, il a suivi une psychothérapie pendant quelques mois qui lui a permis d'arrêter la consommation des drogues dures par la suite. Depuis, sa consommation d'alcool est devenue plus importante. En dépit de plusieurs suivis plus ou moins réguliers dans des centres d'addictologie, Daniel n'a jamais réussi à s'abstenir plus de trois jours. J'ai reçu Daniel dans le cadre de sa demande d'aide pour un sevrage

alcoolique. L'entretien initial a mis en évidence une tristesse manifeste, ainsi qu'un certain ralentissement. Il faisait état d'une détermination à se sevrer, tout en étant sujet à des tentations de plus en plus importantes et difficiles à gérer.

*Dr M.F. Kammoun, Psychiatre et Hypnothérapeute*