

L'hypnose s'impose dans les services médicaux

Dossier du lundi. Au centre antidouleur, aux urgences, chez les dentistes... Cette thérapie complémentaire fait barrage à la douleur.

L'hypnose à l'hôpital

Au centre d'évaluation et de traitement de la douleur de l'hôpital Yves-Le-Foll, les personnes débarquent avec des migraines chroniques, des sciaticques non opérables, des fibromyalgies... Pour apaiser la douleur, on leur propose des séances d'hypnose médicale. Le praticien qui les reçoit est le Dr Franck Garden-Brèche, hypnothérapeute et urgentiste. Il invite les patients à décrire leur douleur. Couleur, goût, odeur.

« Rendre les gens autonomes »

« Un jour, une dame m'a dit que sa sciaticque était une éponge en laine d'acier coincée entre deux vertèbres. Au fil de la séance, elle l'a longuement poncé avec du papier de verre. » Après chaque rendez-vous, le patient repart avec des exercices à faire à la maison. Car l'objectif est de rendre les gens autonomes. « Pas facile, quand on leur a dit, toute leur vie, quelle pilule rose ou verte avaler ! »

Même dans l'ambulance du Samu

Outil thérapeutique désormais reconnu (grâce à l'IRM et les neurosciences), l'hypnose fonctionne aussi dans l'ambulance du Samu. « Sur un accident, je repère très vite quel est le profil de la victime, je m'adapte à son caractère pour trouver la bonne fréquence, rapporte le Dr Franck Garden-Brèche. Et puis, je lui raconte une histoire agréable. L'état hypnotique va réduire son degré d'anxiété lorsqu'il est incarcéré dans une voiture ou l'aider à supporter la douleur



Le Dr Garden-Brèche, hypnothérapeute et urgentiste, explique que l'état hypnotique est induit par trois niveaux de communication : les mots, l'intonation de la voix et le non-verbal (posture, environnement).

jusqu'au transfert à l'hôpital. »

Chez le dentiste

Adeptes de la méditation, Patrick s'est fait arracher une dent sous hypnose. « Pendant l'intervention, j'ai imaginé une balade en kayak sur une mer très bleue sous un beau soleil ». Récupération plus rapide, effets secondaires limités. « L'hypnose crée une ambiance très agréable au cabinet dentaire, rapporte le Dr Jean Darcel qui utilise un langage imagé pendant qu'il opère. Mes patients cessent d'être angoissés en quelques minutes. Plus je leur dis des bêtises,

mieux ça marche. Une transe hypnotique a le même effet qu'une injection massive de cortisone. »

Un état de veille

L'hypnose médicale (dite Ericksonienne) se définit comme un état de veille au cours duquel la personne est soumise à des images mentales qui envahissent sa conscience. Selon les spécialistes, on a déjà tous connu des moments d'hypnose. « En regardant un film, en conduisant sa voiture de façon automatique... Notre esprit part ailleurs. »

Des images, des souvenirs...

Ce fonctionnement naturel du corps et de l'esprit est amplifié par l'hypnothérapeute qui utilise des métaphores propres au patient. Lors de ce voyage, le recours à des images, des souvenirs, des sensations positives va permettre de supporter une intervention douloureuse. « Avec des profils très cartésiens, les résistances sont plus importantes, indique le Dr Garden-Brèche. Mais c'est à nous thérapeutes, de faire preuve d'imagination ».

Catherine LEMESLE.

« J'utilise la musique avec mes patients »

Trois questions à...



Dr Pascal Vesproumis, hypnothérapeute à l'association de prévention en acologie et addictologie.

Comment fonctionne l'hypnose avec des patients anorexiques ou dépendants à l'alcool, à l'héroïne... ?

Ce sont souvent des difficultés de relation qui amènent les personnes à avoir des comportements addictifs. Nous, soignants, n'avons qu'une seule fonction à assumer : celle de témoin. Témoin de leur volonté de changer.

Durant la séance d'hypnose, j'utilise beaucoup de musique. Cette approche sensitive ou sensorielle permet d'accéder à un état de paix intérieure et met à distance, de façon temporaire, les émotions négatives. Un soir, un jeune cocaïnoman est venu avec un CD de rap. Ma voix et

sa musique ont suscité un apaisement immédiat comme s'il avait avalé un anxiolytique.

Et après une séance, comment font-ils pour ne pas rechuter ?

Pour moi, une journée sans alcool ou produit toxique est une journée de vie gagnée, peu m'importe le contexte de récurrence puisque toutes les pathologies chroniques s'inscrivent dans la durée avec des rechutes. C'est bien le cas pour le diabète. Pourquoi cela ne serait pas avec l'alcoolisme ? Au fil des séances, j'apprends à mes patients à s'installer dans le présent et uniquement le présent, sans être submergé par le passé ni angoissé par l'avenir.

L'hypnose est-elle une solution absolue ?

L'hypnose est un outil. Il ne remplace pas les psychothérapies. Mais il peut aider à renforcer la part positive de chacun et à créer un périmètre de sécurité à l'abri duquel les patients se protègent des sollicitations.

Recueilli par C.L.

« La migraine peut avoir la forme d'un pamplemousse bleu, puis au fil d'une séance, devenir un chaton parfumé à la lavande. »

Dr Garden-Brèche, hypnothérapeute et urgentiste

Saint-Brieuc en bref

Trois médaillés à la cérémonie du 11 Novembre



Les médaillés de gauche à droite : Jeanne Catros, Jean-Yves Chabrien et Erwann Ribouchon.

La cérémonie célébrant l'Armistice du 11 Novembre 1918 s'est déroulée, hier, au monument aux morts, près du parc des Promenades, en présence du 2^e RMA de Bruz, des gendarmes et la préparation militaire de la Marine. Outre les autorités et les élus locaux, l'association des orphelins de guerre était présente et réclame des indemnités au même titre que les autres victimes de guerre (lire page 7).

Jeanne Catros a reçu la médaille militaire pour avoir servi l'armée lors de la guerre 39-45, puis la guerre d'Algérie au sein du service de cinéma et de photographie. Une médaille décernée en 1964 qui ne lui a été remise qu'hier. Jean-Yves Chabrien a reçu la croix du combattant volontaire avec la barrette Afrique du Nord. Le lieutenant de vaisseau Erwann Ribouchon, commandant de la base marine des Côtes-d'Armor, a été décoré de la médaille d'argent de la Défense nationale.

Une charte pour favoriser le retour à l'emploi



Les différents acteurs économiques et les collectivités ont signé la charte d'engagement destinée à promouvoir la clause d'insertion.

150 000 heures d'insertion ont été réalisées sur le pays de Saint-Brieuc. Ce qui illustre l'efficacité du dispositif mis en place par le conseil général, Saint-Brieuc agglomération et la maison de l'emploi du pays de Saint-Brieuc pour développer l'emploi durable.

Ces trois structures ont décidé de renforcer leur partenariat avec les donneurs d'ordres et les acteurs économiques au travers d'une charte locale d'engagement. L'objectif est de conforter et poursuivre le développement de la politique d'intégration des clauses sociales afin de favoriser le retour à l'emploi des personnes qui

en sont le plus éloignées.

Pour Christine Orain, vice-présidente du conseil général et présidente de la maison de l'emploi, « il ne suffit pas qu'une politique de l'emploi soit décidée au niveau national. Il faut que les territoires et les acteurs concernés s'en emparent ». D'où son souhait de « pouvoir réunir des groupes de travail ».

Selon Michel Brémont, vice-président du conseil général, « il faut que les gens en insertion aient leur première expérience. On se doit de les former, pour que le jour où l'emploi redémarrera, ils puissent répondre à la demande de la société ».

Pôle emploi : une agence fermera en janvier

En début d'année, il ne restera plus que deux antennes au lieu de trois. L'agence de la Croix-Lambert ferme.



Pôle emploi revêt le découpage de son territoire dans les Côtes-d'Armor. Le 18 janvier, une antenne ouvrira à Lamballe. Le projet était dans les cartons « depuis deux à trois ans », précise Pascal Connan, directeur territorial de Pôle emploi dans le département. Cette implantation à 20 km entraîne la fermeture d'un point brioche.

« Aujourd'hui, nous avons trois antennes à Saint-Brieuc », explique Pascal Connan. L'agence sud, rue Jules-Vallès, l'agence de la Croix-Lambert, rue des Gallois, et l'agence ville, rue Théodule-Ribot. Les deux premiers sites sont à peine distants de 800 m. Dans une ville de 40 000 habitants, cela créait un peu de confusion chez le public. L'agence sud reste ouverte

et l'agence ville devient l'agence ouest. » L'agence de la Croix-Lambert ferme donc ses portes.

Bertrand, les agents de l'antenne ouest déménageront dans de nouveaux locaux, en cours de construction à quelques mètres de là, en juin. Quarante personnes exerceront dans chaque antenne brioche. « Nous aurons un meilleur équilibre dans le département », estime le directeur, qui supervisera toujours sept centres Pôle emploi dans les Côtes-d'Armor.

Landerneau (Finistère) en 2011, Combourg (Ille-et-Vilaine) cette année et Lamballe en 2013... Ces créations résultent de « la réflexion engagée après la fusion de l'ANPE et des Assedic ».

Soizic QUÉRO.

EXPLOR

SALON DU RECRUTEMENT & DE LA FORMATION CONTINUE

QUIMPER - 22 novembre 2012
ST-BRIEUC CÔTES D'ARMOR - 29 novembre 2012

- VOUS RECRUTEZ DE NOUVEAUX COLLABORATEURS ?
- VOUS SOUHAITEZ COMMUNIQUER SUR VOS FORMATIONS CONTINUES ?

UN ÉVÈNEMENT

ouest france **PRECOM**

Contact : exploemploi@precom.fr
Delphine Bagot : 02 99 32 50 08.
www.exploemploi.fr

DERNIERS JOURS POUR RÉSERVER VOTRE STAND

VENTE MASSIVE

du mercredi 7 au samedi 17 novembre

jusqu'à **-50%***

Nos marques à prix soldés :

POUR ELLE	Betty Barclay	Lacoste
	Gerry Weber	Marlboro classics
	Christine Laure	Pierre Cardin
	Street One	Mexx
	Bruno Saint-Hilaire	Vestiaires

lecoindre boutique

LAMBALLE - Place du Martray