

# HYPNOSE en MEDECINE NUCLEAIRE

Mieux communiquer pour réduire anxiété et douleurs



Dr Sarah BLEICHNER –PEREZ &  
Mathilde SMAGGHE (MERM)



Avez-vous déjà été sous hypnose?

**OUI**  
**NON**



Vivre un état  
hypnotique...

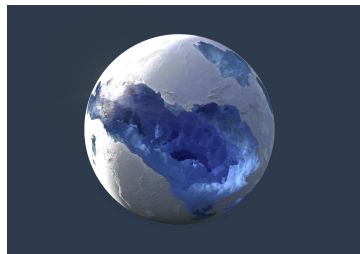
NATUREL



Absorbé par un roman



Arrivé sans s'en rendre  
compte



Dans la lune, ... puis  
surpris



Avez-vous déjà hypnotisé?

**OUI**

**NON**



Raconter une  
histoire



Bercer un bébé  
Parler tout doucement



L'hypnose est déjà  
présente dans notre  
communication  
quotidienne

Ces expériences....  
...sont des **états naturels de dissociation**,  
proches de l'hypnose

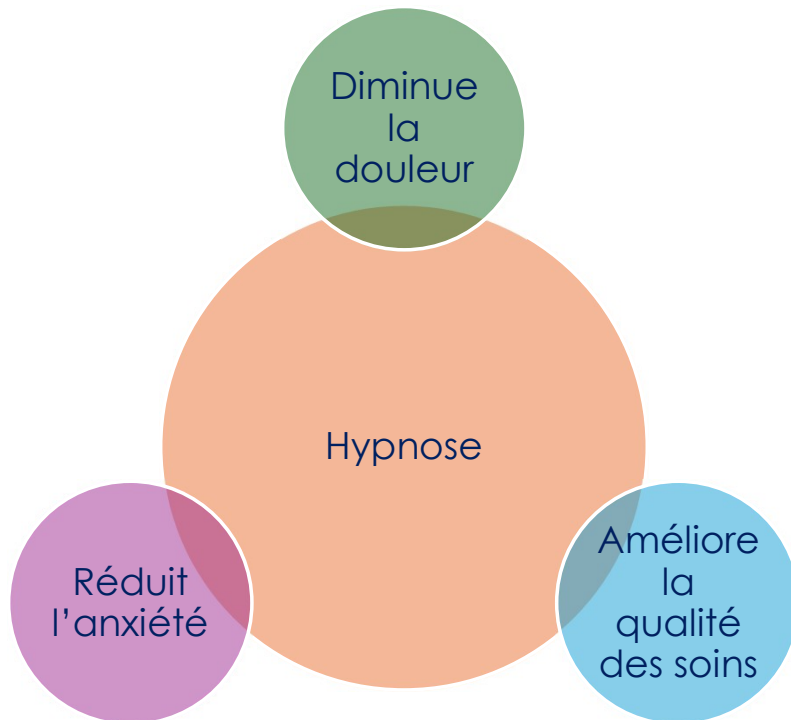




# L'hypnose médicale



# Qu'est ce?



« état modifié de conscience, au cours duquel une personne se dissocie temporairement d'une situation, tout en restant en contact avec le monde environnant »

Hypnose **Ericksonnienne**



# Le poids des mots



# Mieux communiquer pour prévenir l'anxiété et la douleur

✗ Ne bougez pas

✗ N'ayez pas peur

✗ Ça ne va pas faire mal

✗ J'ai les mains froides

✗ Pas de problèmes

✓ restez bien confortable

✓ soyez rassuré

✓ cela ne sera pas agréable

✓ J'ai les mains pas chaudes

✓ Il y a des solutions





# Hypnose en médecine nucléaire

Au quotidien



# Hypnose au quotidien



## Scintigraphie Ganglion sentinelle

- Hypnose conversationnelle
- Casque HypnoVR ®
- Kalinox ® / Méopa ®

« Le Kalinox ® / Méopa ® augmente de 36 % la suggestibilité »



## Pose de VVP

- Gant magique,
- Lieu de sécurité,
- Hypnose conversationnelle



## Claustrophobie

- Outils variés
- Choix du patient



# Hypnose en Pédiatrie

Pédiatrie : à tout âge, adapter les propositions et les suggestions en fonction de l'enfant



Tout-petits → bercements, chants





Petits enfants → doudou, bulles de savon, jeux



Enfants plus grands → le monde des fées, des super-héros, missions...



HypnoVR® •  Bulles •  Pop-it • +/- Méopa



# Le gant magique

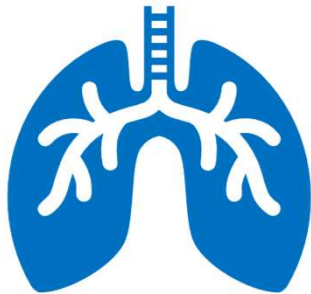
## Technique d'analgésie hypnotique

- ✓ Le patient perçoit toujours le contact
- ✓ Modifie la perception de la sensation

Objectif : **réduire**, voire **supprimer** les **sensations douloureuses**.



# Synchronisation yeux / respiration



## Objectifs:

- ✓ Focaliser l'attention
- ✓ Ralentir la respiration
- ✓ Diminuer l'anxiété



# Le Lieu de sécurité

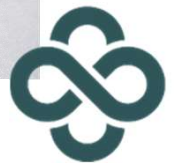
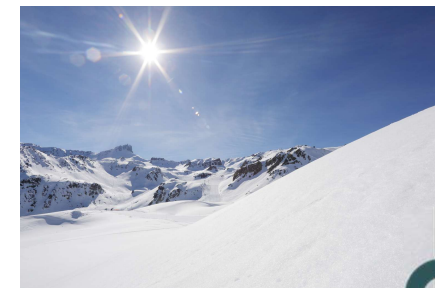
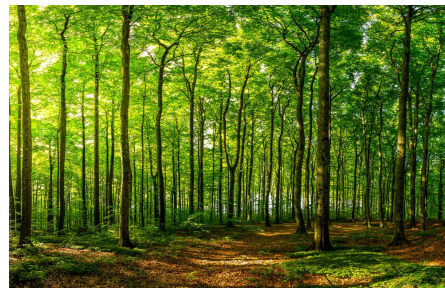
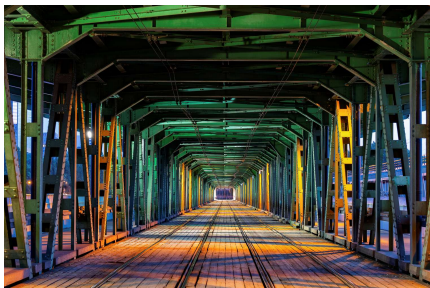
## Technique fondamentale

Endroit calme et agréable

Ressources personnelles du patient

Importance de détails : couleurs, odeurs, sons , température...

Renforce le **sentiment** de **sécurité**



# Supports complémentaires



Livres audios avec méditation, sons relaxants: Hombook® ou Morphée®



Méditation  
Sons relaxants



Casques de réalité augmentée, spécifiques au soin HypnoVR®



Univers immersif: plage, montagne, étoile...  
Accompagnement hypnotique  
Musique  
Durée: 10mn, 20mn, ou libre....



 hypnoVR



# LES AS DE LA JUNGLE

Conte métaphorique thérapeutique en VR

 **hypno**<sup>VR</sup> & **TAT**



# Formation

Intra hospitalière CH NOVO Pontoise

Extra hospitalière

- Emergences Formations
- Institut Français Hypnose

**Expériences personnelles:** sophrologie, méditation, vécu clinique





Quels bénéfices?



# Impact sur la **relation soignant-patient**

- ✓ Amélioration de la qualité de la relation
- ✓ Meilleure confiance
- ✓ Sentiment d'être écouté et accompagné



# Impact sur l'**organisation**

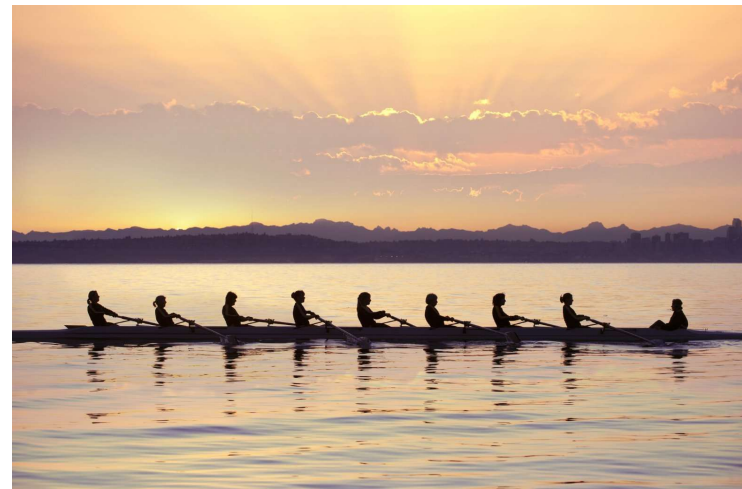


- ✓ Examens moins interrompus
- ✓ Moins de recours à la sédation
- ✓ Meilleure cohésion d'équipe



# Impact **positif** sur l'**équipe**

- ✓ Diminution du stress des soignants (situations moins tendues)
- ✓ Examens plus fluides: moins d'agitation, meilleure coopération du patient
- ✓ Moins d'échecs d'examens liés à la claustrophobie, l'anxiété, la douleur, l'âge
- ✓ Sentiments de compétence et de valorisation



# L'hypnose Simple Complémentaire Humain

L'hypnose ne change pas seulement l'expérience du patient,

elle améliore aussi le quotidien des soignants.



Merci de  
votre attention

