

ACCOUCHEMENT EN TRANSE HYPNOTIQUE

Dr Roland Delaunay, Anesthésiste

Le Mans

PREMIER ENTRETIEN

Femme de 33 ans, mère d'une petite fille de 6 ans ayant accouché dans un autre établissement que celui où j'exerce, madame L... m'est adressée par un obstétricien de la clinique qui ne sait plus comment rassurer la future maman qui n'a de cesse de lui dire qu'elle a peur de l'accouchement et qu'elle regrette cette grossesse.

Comme pour chaque consultation d'anesthésie, je reçois madame L... avec un fond sonore musical basé sur un CD «Piano Cascades».

«Que puis-je faire pour vous ?»

ANAMNESE

Madame L... me raconte qu'elle est porteuse d'une maladie de Willebrand type I (déficit et anomalie qualitative du facteur Willebrand VIII Rco associé à un déficit en VIII antigène et VIIIc avec allongement du TS et TCA dont le rôle essentiel est d'intervenir dans l'agrégation plaquettaire), qu'elle a accouché une première fois, qu'elle a hésité pendant très longtemps puis accepté de faire un deuxième enfant, plus sous la pression familiale que de son propre chef et que maintenant elle a peur de revivre un accouchement comme le premier.

Fait des cours de sophrologie, pratique le yoga et fait de la piscine pour, dit-elle «maîtriser mon corps», mais ajoute aussitôt «je n'arrive pas à me maîtriser dans ma tête» dès qu'elle pense à sa grossesse et à son accouchement futur, «je panique»..

Que s'est-il passé ?

D'abord, cette patiente n'a pas vu d'anesthésiste en consultation préalable, donc n'a pas été avertie qu'elle n'aurait pas de péridurale alors qu'elle pensait en avoir une ; ce n'est qu'au dernier moment qu'elle a appris qu'il y avait une contre-indication à savoir : son Willebrand.

Accouchement long et douloureux, anesthésie générale juste avant la naissance avec épisiotomie et forceps, révision utérine, suture de l'épisiotomie, saignement important. Grande déception de madame L... qui n'a pu assister à la naissance de sa fille et reste douloureuse pendant de nombreuses heures après l'accouchement.

A la question «Etes-vous heureuse d'avoir eu ce 1er enfant», la réponse est «oui, mais j'ai peur de l'accouchement et je ne voudrais pas revivre ce que j'ai vécu la première fois, je préfère qu'on m'endorme»; «A quoi préférez-vous penser comme souvenir pour ce premier accouchement, à l'accouchement lui-même ou au bonheur que vous avez eu de voir cet enfant que vous aviez attendu presque 9 mois» «A ma fille bien sûr...»; "Et ce nouvel enfant."; " Il y a des moments où je me dis que j'aurais mieux fait de ne pas le faire, où je regrette presque".

Cette angoisse est d'autant plus forte que déjà cette patiente a connu un épisode marquant lorsqu'elle a été opérée des amygdales dans sa prime jeunesse et qu'elle se souvient avoir cru mourir (sur le carnet de santé, il est marqué qu'elle aurait fait une hémorragie importante après l'intervention avec malaise (?) ayant nécessité une perfusion et la prescription de Minirin)

GENOGRAMME

Après avoir posé ces questions qui amenaient des réponses délicates, j'interroge madame L... sur ses habitudes de vie, son niveau culturel et social, ses rapports habituels avec ses parents, le retentissement de cette grossesse sur son entourage. J'apprends que madame L... est une femme vivant dans un système familial et social équilibré, ouvert, mais qu'après ce premier accouchement où elle a subi un «chaos» d'où elle est sortie manifestement angoissée et désorganisée alors qu'elle s'attendait à un phénomène heureux, son univers a été bouleversé et que «je me suis isolée pendant plusieurs mois et je ne voulais plus voir personne». Je lui demande les répercussions directes de cet événement. Elle me confie qu'elle a eu pendant plusieurs mois des problèmes de relation sexuelle avec son mari car traumatisée physiquement et par peur de faire un autre enfant même avec une contraception.

Au cours de ce premier entretien je lui demande de me raconter un des plus beaux moments de sa vie avec son mari (et non pas seule) . Après une longue réflexion voici ce qu'elle évoque :

Une balade en forêt un jour «comme les autres», balade qui les mènent dans une clairière avec vision d'une biche et de son faon.

Description de la balade en forêt....racontée par madame L...

"C'était un jour de fin de printemps, en fin de soirée", ils étaient jeunes mariés, dans la forêt de B... Partis au hasard, ils se sont arrêtés devant une grande allée forestière. Personne pour troubler la quiétude de cet endroit, en cette fin de journée, tout semblait dormir, un léger souffle de vent balançait doucement la cime

des arbres... "je me souviens qu'on entendait pas beaucoup d'oiseaux et que tout était si calme que la forêt semblait s'être endormie ou qu'elle essayait de ne pas faire de bruit pour ne pas troubler notre promenade..."»

(Madame L... a fermé les yeux et semble partie dans un rêve ou dans une transe ...)

Et madame L... va me raconter ainsi pendant 5 bonnes minutes son plus beau voyage, marchant en silence dans cette grande forêt, avec ses grandes allées illuminées par le soleil couchant, pour arriver à un détour du chemin ou s'ouvre une clairière et là... elle aperçoit une biche et son faon, immobiles, qui les fixent du regard, «...et c'était un moment merveilleux que je n'oublierai jamais...». Je pense que je suis à cet instant précis, moi aussi en transe...

Madame L... est en position basse...

Question : «Si vous deviez comparer cette balade en forêt à votre 1er accouchement, comment la décririez-vous ?»

«Je ne peux pas» «Essayez...»

Madame L... reste muette pendant un long moment, «Racontez-moi...» et finalement me dit ceci :

«Ce serait une belle forêt mais le temps serait nuageux, puis gris et froid et il se mettrait à pleuvoir, les allées seraient boueuses et il n'y aurait pas d'oiseaux. Il y aurait bien une clairière mais la biche et son 'enfant' se seraient enfuis tout de suite...» Madame L...a un visage qui se ferme, un peu douloureux et triture ses mains de façon très significative (geste autocentré), la voix s'éteint presque, les mots venant comme à regret. Pourquoi a-t-elle utilisé le mot 'enfant' pour désigner le petit de la biche.

Y-aurait-il eu quand même un peu de soleil ? «Oui, à la fin», mais madame L... se met à pleurer et de dire «.. je n'y arriverai pas». Long silence...

(Anticiper les changements, donner un travail)

Je lui demande de repenser à cette promenade et d'aller la refaire une fois seule, une fois avec son mari et une fois avec son mari et son 'premier' enfant, même s'il pleut et de préférence sous la pluie, avant de revenir me revoir et lui dit que la prochaine fois (dans une semaine) nous essaierons de revivre un instant particulier dans cette forêt, sous transe hypnotique. Elle me répond «D'accord ...».

J'ajoute que le temps presse, que l'accouchement est proche et qu'il va falloir nous revoir souvent.

Je donne les références du CD «Piano Cascades» à madame L... en lui demandant de l'écouter pour se détendre.

Je propose à madame L... un enregistrement vidéo pour la prochaine fois. Elle ne veut pas mais acceptera peut-être un enregistrement audio, à condition que je lui donne après.

Conclusion. L'accueil, l'écoute et le respect de la patiente m'ont paru au cours de ce premier entretien, primordiaux. Le contact s'est bien passé et je pourrai compter sur la pleine coopération de madame L... pour la suite.

Elle m'a donné un excellent sujet de transe, la balade en forêt.

Rechercher à anticiper la naissance de son 2ème enfant et la projeter au-delà de l'événement craint, son accouchement.

DEUXIEME ENTRETIEN

Fond musical sonore basé sur le CD «Piano Cascades».

Madame L... a bien fait les promenades comme demandé et m'avoue qu'elle a pris énormément de plaisir à les faire, même le jour où «il pleuvait un peu» et que la promenade qu'elle a préférée était celle faite avec sa fille, main dans la main.

Nous commençons une transe hypnotique basée sur la promenade en fixant une photographie d'une allée forestière que j'ai amenée dans mon bureau.

(Recherche de ressources)

Début de transe classique, «ici et maintenant...»

Après quelques minutes, au cours de la transe j'essaie d'introduire un autre personnage «...et peut-être pouvez vous vous imaginer, dans cette forêt... accompagnée de deux enfants...la main de votre fille...dans une de vos mains... celle de votre fils...tenue dans l'autre...».

Vive réaction du visage et des mains de Madame L...qui sort de la transe et me dit «Je ne peux pas imaginer ça, ça n'est pas encore fait». «Quoi ça ?» «Mon enfant...».

Après quelques instants je dis à madame L...que se me sens bien seul dans la balade et lui demande si elle veut bien revenir avec moi. Elle accepte.

Nouveau départ dans la transe «...et vous pouvez avoir envie de bouger, de parler...et votre respiration se fait... à nouveau plus lente...et vous êtes là...avec ma voix qui vous accompagne...dans cette forêt.....»

(Questionnement sous transe amenant des réponses négatives pour maintenir la position basse, permettre à madame L... de résister et mieux lui faire accepter ensuite une suggestion ouverte).

«Voulez-vous vous promener avec 2 enfants dans cette forêt ?»

«Non» (catégorique...)

«Pouvons-nous, vous et moi, ensemble, essayer d'imaginer cela ?» «Non... je ne sais pas... non»...

«Le voulez-vous ?» «...non...»

«Peut-être n'avez vous pas envie de le faire maintenant» «Non»...(madame L...a répondu non sans réfléchir au sens de la question).

«Pouvez-vous imaginer seule cela ?» «Non»...

(Induction d'une séquence d'acceptation)

«Peut-être pourriez vous avoir envie de le faire à un moment donné...». Long silence. «Peut-être...»...

«Si je vous accompagne, peut-être auriez vous la possibilité de le faire».... «Oui... si vous m'aidez».

«Vraiment ?» «...oui sans doute...»

«Vous pouvez avoir envie ?» «Oui...» «..Et si on essayait maintenant...» «Si vous voulez...»

Ré-approfondissement de la transe par ratification et implication «...et dans un instant vous allez prendre 2 ou 3 respirations profondes...pour vous détendre encore plus...toujours plus détendue...avec ma voix qui vous accompagne...avec ma voix qui vous guide ...» (implication)

J'arrive à introduire dans la transe, sans réaction cette fois, l'existence de 'l'autre' enfant :

«...et vous n'êtes pas obligée d'imaginer cette promenade avec un autre enfant que votre fille...peut-être n'avez –vous pas envie de le faire du tout...maintenant... ou même... plus tard...ou bien peut-être aurez-vous envie... de le faire... à un moment... que vous choisirez... vous-même...quand vous le voudrez...dans un

instant de...sérénité... plus profonde... calme...apaisée...votre esprit libéré...votre imagination libérée...» (double lien)

«...et ce serait tellement bien de le faire...peut être accompagnée...de deux enfants...»

«...et vous êtes dans cette forêt... accompagnée de qui vous voulez ...peut-être de deux enfants» (saupoudrage concernant la promenade)

«...et vous marchez... calmement...lentement...pas à pas...et vous écoutez... les bruits de la forêt... et vous entendez... les oiseaux... et vous vous détendez...» (Yes Set)

«...et vous pouvez prendre beaucoup de plaisir à ce que vous vivez en ce moment... dans cette promenade...dans la forêt...calme...détendue...si bien accompagnée...de ces deux enfants...» (connotation positive)

«...et une sensation...nouvelle... peut...apparaître...maintenant...ou...dans quelques instants...sensation de...bien être...de...détente...de... plaisir...» (proposition ou suggestion)

«...et peut-être quand vous le voudrez, votre inconscient pourra-t-il vous emmener à nouveau dans cette forêt ou vous vous sentez si bien... si agréable... et retrouver ces sensations de détente... de calme... de bien-être... d'apaisement... d'accompagnement... de bonheur simple...» (suggestions ouvertes)

La sortie de la transe s'effectue sans problèmes et je fixe rendez-vous à madame L... dans 5 jours en lui souhaitant de bonnes promenades et en lui demandant de me les raconter quand elle reviendra.

TROISIEME ENTRETIEN

Fond musical sonore basé sur le CD «Piano Cascades».

Madame L... est satisfaite de l'entretien précédent et me demande d'emblée si on peut faire une séance d'hypnose basée sur la promenade en forêt en l'imaginant "accompagnée de ma fille et de mon fils..."

"Pourquoi ?" "Pour m'imprégner..." «Pourquoi votre fils ?» «Parce que c'est bien un garçon...».

Séance courte de 5 minutes, qui se termine par une connotation positive...et vous pouvez prendre beaucoup de plaisir si bien accompagnée de vos deux enfants...et vous pourrez refaire cette promenade quand vous le voudrez...»

A la sortie de la transe madame L... me dit : «Finalement je suis pressée d'arriver à l'accouchement»

Cette affirmation soudaine me surprend agréablement.

Justement, comment se préparer au travail même avec toutes les méthodes de relâchement utilisées qui pourront permettre de supporter les douleurs des contractions?

Je propose à madame L... d'envisager cet aspect le plus désagréable du travail car elle m'avoue qu'elle a peur de ne pas savoir se maîtriser jusqu'à la fin.

J'induis chez madame L... une transe hypnotique simple basée sur la catalepsie de son bras gauche pensant amener une dissociation car elle est gauchère, yeux fermés, ici et maintenant, avec ma voix qui l'accompagne «...et votre respiration est un peu plus lente...plus basse... plus ...profonde... et vous allez sentir... cet air frais quand vous inspirez...qui peut diffuser dans tout votre corps... vous procurant une sensation... agréable... de bien être... de rafraîchissement...cet air plus chaud quand vous expirez, vous procurant une sensation d'apaisement...de tranquillité... de calme... de détente...et votre rythme cardiaque s'apaise doucement... et plus votre respiration est calme... et plus vous vous sentez détendue... apaisée...et votre main gauche devient... plus légère... très légère...tellement légère...»en lui demandant, une fois la transe bien installée, de répondre aux questions que je vais lui poser «...et vous pourrez répondre...si vous le voulez...ou si une partie de vous-même le veut...aux questions que je vais vous poser...»

Viennent les questions que je pose un peu au hasard en cherchant l'inspiration et parmi elles une qui va m'amener avec beaucoup de chancevers une métaphore toute faite, et possibilité d'utiliser une réification.

Comment, avec le souvenir de son premier accouchement, pourrait-elle imaginer son ventre lors des contractions ? «Comme un gros ballon trop gonflé».

Je propose alors à madame L... de considérer son utérus comme un objet ballon, ce qu'elle accepte (réification).

Comment pourrait-on enlever cette sensation de ballon trop gonflé ? Pas de réponse

Je suggère «en dégonflant le ballon ?», réponse «oui»

Je lui suggère alors d'imaginer une petite valve, au centre du ballon (à l'endroit de son ombilic) et de faire avec sa main droite (ce qui va s'avérer difficile car elle est gauchère) le mouvement de dévisser cette valve. En dévissant la petite valve le ballon se dégonfle, se détend et devient mou.

Ainsi j'essaie de lui proposer la modification d'une sensation sans pour autant déplacer l'objet.

Les deux premières tentatives à quelques minutes d'intervalle se soldent par un échec avec sortie de transe mais ré-induction rapide grâce au bras catalepsié. En fait madame L... n'arrive pas à imaginer ce geste car «je n'arrive pas à me rappeler l'effet que ça faisait quand mon ventre était tendu».

Toujours dans la transe je lui suggère alors ceci : «...cette rondeur...dans le ventre...comme un ballon...peut être très gonflé...tendu...très tendu...à la limite du supportable...même parfois insupportable...» pour tenter de lui rappeler les sensations qu'elle a vécu mais dont elle ne veut pas se rappeler, «...et avec le majeur de votre main droite...en appuyant doucement...et tournant doucement ... vous allez...dégonfler ce ballon...et vous sentir plus à l'aise...le ballon va se dégonfler...doucement... comme cela...voilà...c'est bien...»

Ce troisième essai est le bon et la séance se termine par «...et ce que vous faites en ce moment peut vous être utile...plus tard...même si vous ne savez pas comment...et votre inconscient...plus tard...quand vous en aurez besoin...vous permettra-t-il de refaire ce geste...et d'avoir cette sensation ...de détente...c'est tellement agréable...» anticipation, ancrage, ratification.

Je demande à madame L... si nous pouvons essayer d'entrer et sortir de transe rapidement, en quelques secondes afin de la préparer à gérer des contractions qui seront rapprochées le jour de l'accouchement et qui l'obligeront, si elle s'en sert, à le faire plusieurs fois rapidement.

Durée de ce troisième entretien 40 minutes desquelles madame L... et moi sortons épuisés.

Nouveau rendez-vous dans 5 jours pour parler du moment «le plus extraordinaire», celui de la naissance.

QUATRIEME ENTRETIEN

Fond musical sonore basé sur le CD «Piano Cascades».

Première transe sur la balade en forêt réclamée par madame L...

Sortie de transe et discussion sur le déroulement de l'accouchement. J'explique à madame L... que tout un bilan de coagulation sera fait un jour fixé et qu'en fonction du résultat elle sera déclenchée, ce protocole devant avoir lieu au minimum 15 jours avant la date présumée du terme c'est à dire dans 10 jours.

Deuxième transe sur le ballon qui se dégonfle. Madame L... m'avoue avoir eu quelques contractions après une séance de ménage quelque peu virulente et qu'elle a appliqué seule et sans problèmes la métaphore du ballon pour «m'entraîner et me rassurer». «J'ai bien senti que le ballon se dégonflait». En fait les quelques contractions se sont passées toutes seules sans problèmes, mais madame L... a été rassurée sur sa capacité à gérer psychologiquement ce problème.

Faut-il envisager de gérer la poussée au moment de l'expulsion.

Apparemment non car madame L... va faire la poussée en expiration.

Mais je suggère une transe hypnotique basée sur la métaphore suivante :

Un meuble devant une porte, cache cette porte, empêche de l'ouvrir. Derrière la porte une grande pièce toute illuminée, pleine de soleil, comme une clairière dans la forêt, avec dedans un berceau et dans le berceau un enfant, son enfant, un fils, son fils. Il faut pousser le meuble pour que la porte puisse s'ouvrir.

La transe se fait sans problèmes mais sans conviction.

Prochain rendez-vous, le jour de l'accouchement.

L'ACCOUCHEMENT

Le jour J, madame L... est déclenchée par Propess puis Syntocinon avec un facteur von Willebrand à 65% de sa valeur normale. Toutes les précautions ont été prises sur le plan de la coagulation et du traitement d'un éventuel saignement. Je suis de garde ce jour là, ayant assuré la patiente de ma présence.

Fond musical sonore basé sur le CD «Piano Cascades» écouté par baladeur.

Pendant 1 heure environ madame L... ne ressentira rien, les contractions étant peu importantes. Elle... lit et écoute la musique en restant tout à fait sereine.

Au bout d'une heure, madame L... que je suis passé voire 3 fois me fait demander pour l'aider car elle panique un peu, non pas à cause de la douleur, mais à cause «de ce qui va suivre».

Induction d'une transe hypnotique avec la métaphore de la promenade en forêt, transe qui dure environ 10 minutes.

Sortie de la transe obligée par les contractions qui deviennent tout à coup plus fortes et qui nécessitent dans un premier temps une respiration adéquate.

Toujours présent dans la salle d'accouchement, je vois à un moment donné madame L... qui met son index droit sur son ombilic et qui mime le mouvement de tourner, apparemment sans succès car elle grimace.

J'induis alors juste avant la contraction suivante, une transe hypnotique très courte avec la métaphore du ballon et madame L... exécute sans problèmes le geste et je décide de terminer la transe en ajoutant «...et vous allez pouvoir continuer ainsi maintenant ... dès que vous en sentirez le besoin...dans la détente...le calme...la sérénité...». Madame L... sort de transe sans problèmes très rapidement, comme nous l'avons déjà fait lors du troisième entretien..

Dans la suite, la patiente va dès le début d'une contraction poser son doigt sur son ombilic en appuyant un peu et va très bien gérer sa douleur et supporter ses contractions sans faire appel à mes services.

Au moment de l'expulsion, je demande à Madame L... si elle veut que j'induisse une transe basée sur la métaphore de l'armoire devant la porte et elle me répond qu'elle n'en a pas besoin.

Madame L... accouche 4 heures après son déclenchement, sans problèmes, sans forceps ou ventouse, sans DA ou RU et m'avouera le lendemain qu'elle a été pratiquement tout le temps en transe plus ou moins légère, parfois profonde, bien aidée par la musique.

BILAN

J'ai essayé le plus possible de respecter la patiente qui n'a été qu'une seule fois contrainte (lors de l'introduction en cours de transe pour la première fois de son 2ème enfant). Je me suis rendu compte qu'il était facile de faire n'importe quoi.

J'ai été à son écoute permanente par de longs entretiens.

J'ai essayé de travailler sur ses solutions proposées directement ou indirectement, dans la douceur et l'empathie.

Ma récompense a été un grand merci ponctué d'un grand sourire... et un magnum de champagne.