

# LE GARDE-BARRIÈRE DE L'INTESTIN

Jean-Christophe Le Danvic St Malo 2016

# LE SYNDROME DE L'INTESTIN IRRITABLE

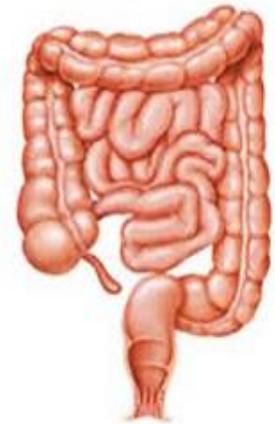
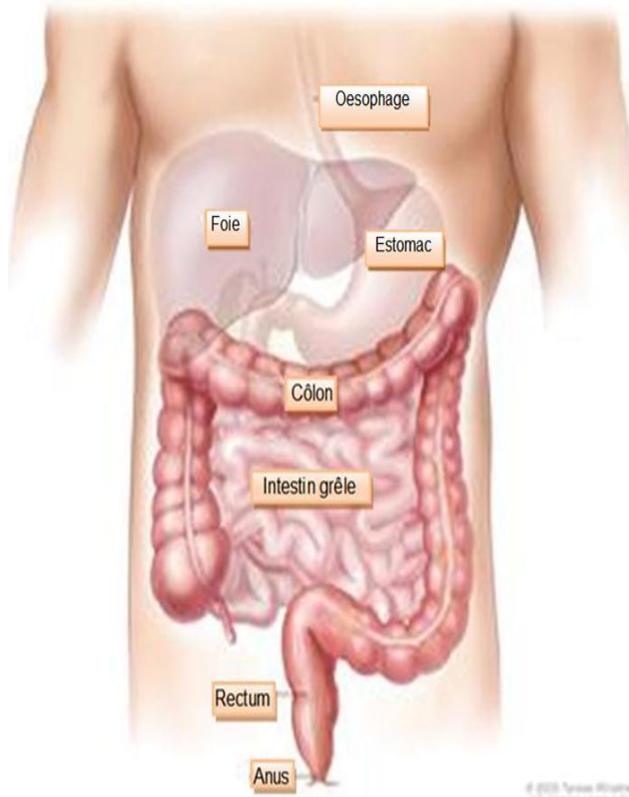
- AUJOURD'HUI 20% DE LA POPULATION FRANÇAISE (Institut de Recherche en Santé Digestive, IRSD, Toulouse 2016)
- TROUBLE FONCTIONNEL (Pas d'inflammation, pas d'altération de la structure de la muqueuse intestinale)
- DOULEUR, DIARRHÉE ET/OU CONSTIPATION
- TROUBLES DE L'HUMEUR, ANXIÉTÉ, DÉPRESSION

# LE SYNDROME DE L'INTESTIN IRRITABLE

- ❑ CONTRACTIONS ANORMALES ET DOULOUREUSES DE L'INTESTIN.
- ❑ SENSIBILITÉ ANORMALEMENT ÉLEVÉE AUX MOUVEMENTS DE L'INTESTIN, HABITUELLEMENT IMPERCEPTIBLES.
- ❑ LA SÉROTONINE EST UN NEUROTRANSMETTEUR STIMULANT LA MOTILITÉ INTESTINALE ET LA GESTION DE L'HUMEUR.
- ❑ PLUS DE 80% DE LA SÉROTONINE EST PRODUITE DANS L'INTESTIN. UN TAUX ANORMAL DANS LE TUBE DIGESTIF POURRAIT ÊTRE LA CAUSE DU SYNDROME, ET EXPLIQUER QUE LES PATIENTS SOUFFRENT D'ANXIÉTÉ OU DE DÉPRESSION.

# EXPLIQUER AU PATIENT UNE NOUVELLE FAÇON DE VOIR LES CHOSES...

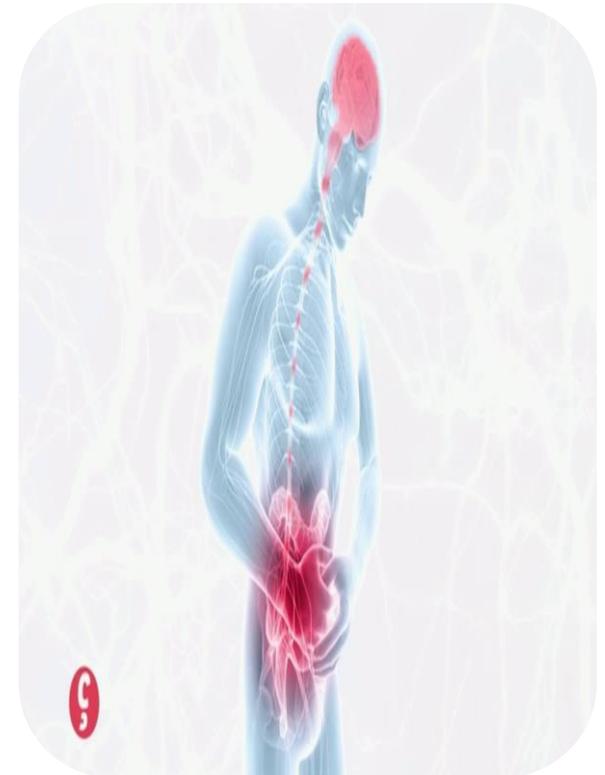
## □ MONTRER DES IMAGES



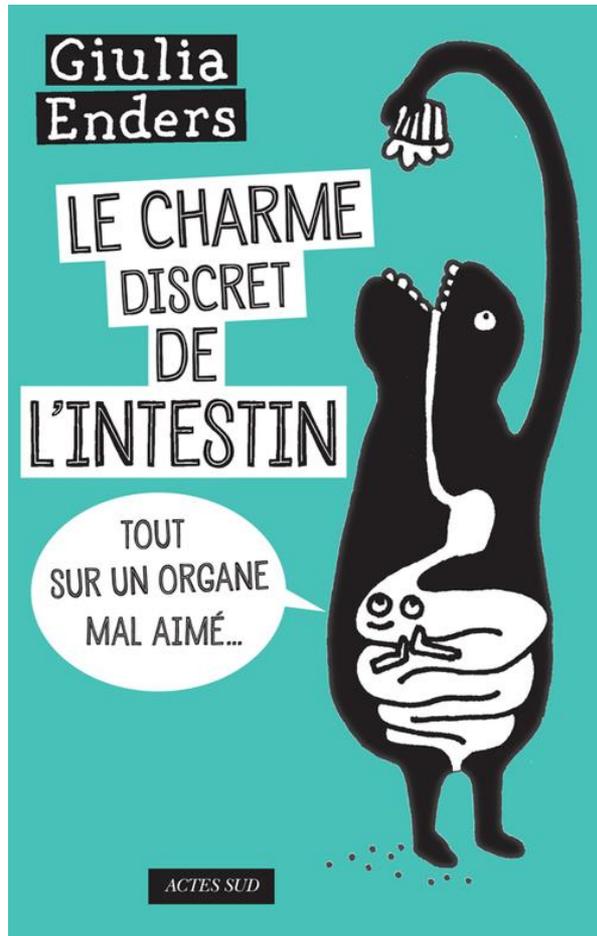
# EXPLIQUER AU PATIENT UNE NOUVELLE FAÇON DE VOIR LES CHOSES...

## □ LES AVANCÉES DE LA RECHERCHE

- ▣ 200 MILLIONS DE NEURONES DANS LE TUBE DIGESTIF
- ▣ LE CERVEAU ENTÉRIQUE
- ▣ LE NERF VAGUE



# EXPLIQUER AU PATIENT UNE NOUVELLE FAÇON DE VOIR LES CHOSES...

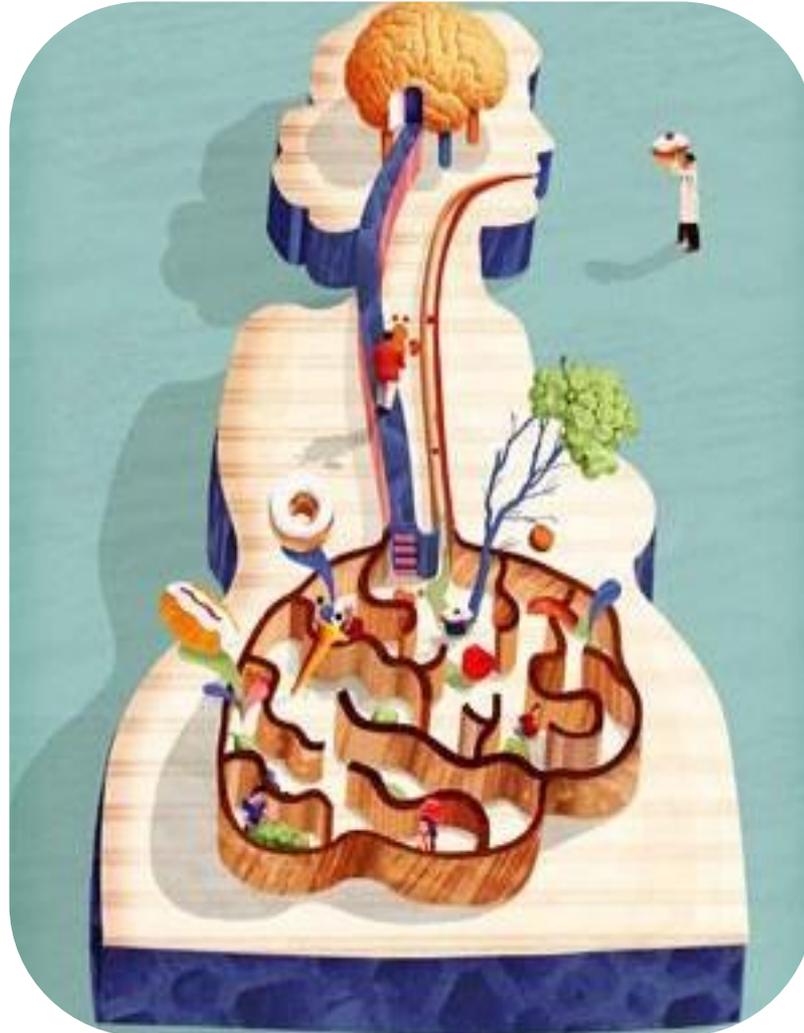


« ...Pour collecter ces informations, l'intestin dispose non seulement d'un système nerveux conséquent, et aussi d'une surface si vaste qu'elle fait de lui l'organe sensoriel le plus étendu du corps. A côté de lui, les yeux, les oreilles, le nez ou l'épiderme sont des petits joueurs. » (Giulia Enders)

# EXPLIQUER AU PATIENT UNE NOUVELLE FAÇON DE VOIR LES CHOSES...

- « Le nerf vague c'est un peu la ligne de téléphone qui relie l'intestin à la centrale téléphonique et lui permet de rendre compte de ses impressions. »
- « Un intestin en bonne santé n'utilise pas le nerf vague pour transmettre des signaux digestifs insignifiants, il les traite en interne, avec son propre cerveau, ce n'est pas pour rien qu'il en a un. Cela dit si quelque chose lui semble de la première importance il transmet l'information au cerveau du haut. »
- « Ces stimuli obtiennent un laissez-passer parce qu'ils sont jugés dignes d'intérêt par le garde-barrière de l'intestin. »
- « Quand on souffre du syndrome du l'intestin irritable, il y a un défaut de communication entre l'intestin et le cerveau, et cela peut-être pesant psychologiquement. »

# EXPLIQUER AU PATIENT UNE NOUVELLE FAÇON DE VOIR LES CHOSES...



# COMMENT FAIRE ?

## □ APPELER LE GARDE BARRIÈRE

- ▣ SONNETTE
- ▣ FRAPPER À SA PORTE
- ▣ SIMPLEMENT L'APPELLER



# COMMENT FAIRE ?

## □ À QUOI RESSEMBLE T-IL?

- UN HOMME, UNE FEMME, UN ENFANT
- VÊTEMENTS, COULEUR ...
- CHEVEUX, CASQUETTE, CHAPEAU ...

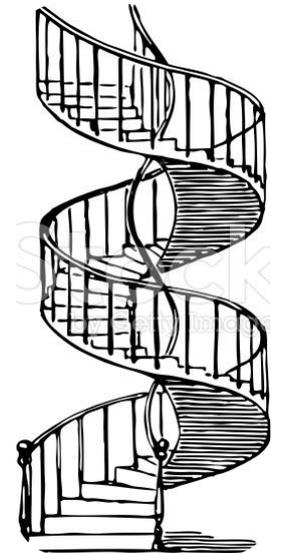


# COMMENT FAIRE ?

## □ PROPOSER UNE PREMIÈRE MISSION

### □ L'ESCALIER

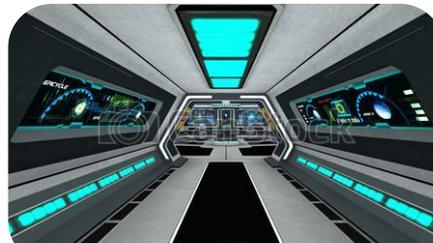
- LE DÉCRIRE
- MONTER OU DESCENDRE UNE MARCHE À CHAQUE RESPIRATION



# COMMENT FAIRE ?

## □ PROPOSER UNE PREMIÈRE MISSION

- LA PORTE (DESCRIPTION)
- OBSERVER SA SENSATION
- LA SALLE DE CONTRÔLE
  - LE PUPITRE, LA CONSOLE
  - LE BOUTON DE RÉGLAGE AVEC SON NOM



© Can Stock Photo - csp25811343



# COMMENT FAIRE ?

- BAISSER LE NIVEAU D'INTENSITÉ
  - ▣ D'ABORD, L'AUGMENTER D'UNE GRADUATION
  - ▣ PUIS, BAISSER ÉTAPE PAR ÉTAPE
  - ▣ OBSERVER LE CHANGEMENT
    - PHYSIOLOGIQUE
    - CORPOREL

# COMMENT FAIRE ?

## □ REMERCIEMENTS

- FERMER LA PORTE
- REPRENDRE L'ESCALIER
- LE REMERCIER RESPECTUEUSEMENT



wiseGF



# AUTO-HYPNOSE

- APPRENTISSAGE
- PROVOQUER UNE TRANSE POSITIVE
- OBJECTIF THÉRAPEUTIQUE

« Retrouver de la tranquillité avec le silence des organes. »

(André Comte-Sponville)

# SÉCURITÉ, SÉCURITÉ, SÉCURITÉ

- APPRENTISSAGE, ENTRAINEMENT
  - TRANSMISSION
- LIEU PROTÉGÉ
  - VAKOG
  - TÉLÉPHONES
  - PRÉVENIR LES PROCHES (SMS SI BESOIN)
  - ÉTOUFFER LE CHAT
- RETOUR EN URGENCE
  - GOKAV

# SÉCURITÉ, SÉCURITÉ, SÉCURITÉ

## □ DURÉE LIMITÉE

- ENTRE 10 ET 20 MINUTES
- REPÈRE EXTERNE DE LA DURÉE DE LA SÉANCE

## □ FRÉQUENCE

- DE TEMPS EN TEMPS RÉGULIÈREMENT AU DÉBUT
- PUIS SELON LES BESOINS

## □ RESPECTER LE PROTOCOLE

- INSTALLATION SÉCURISÉE PAR LE VAKOG
- INDUCTION PAR GRANDE INSPARATION
- PHASE ACTIVE AVEC LE GARDE-BARRIÈRE
- SORTIE DE TRANSE AVEC LE GOKAV

# MERCI POUR VOTRE ATTENTION



« Utiliser chaque ressource disponible, nourrir votre curiosité, communiquer, noter, observer, puiser dans nos ressources inconscientes, se connecter à nous même, faire confiance à notre esprit non conscient, croire en notre propre capacité à devenir, à observer, où nous sommes MAINTENANT. »

(Roxanna Erickson Klein)