

*Hypnose et  
membre fantôme  
Présentation d'un  
cas : Florence*

---

# Florence

- Elle a plus de 50 ans, est médecin.
- Elle a été amputée au-dessus de son genou droit suite à un accident de moto fin août 2013
- Nous sommes en octobre . Elle est hospitalisée dans un centre de rééducation et de réadaptation.

# Motifs de la consultation

- Je la rencontre à sa demande. Elle décrit des douleurs du membre fantôme. Notamment dans son genou et dans sa cheville. Ce qui retarde son appareillage et la gêne dans sa rééducation
- Elle a du mal le soir en particulier lorsqu'elle se retrouve seule. Elle pleure. Elle déteste son image, sa « laideur »

# Description des séances

- Je fixe l'objectif « *être aussi bien que possible quelque soient les circonstances* »
- Nous parlons de ce qui lui procure du plaisir et je veille à équilibrer le temps de parole entre le temps des plaintes, des changements, des contraintes et celui de ses ressources : *moto, lire, peindre, faire de la mosaïque contemporaine, sa famille et ses amis*

# Hypnose séance 1

- Après une induction dans le VAKOG de la chambre, avec un va et vient entre le près et le loin, je l'invite à fixer son attention sur sa respiration, les sensations du membre fantôme et de me les décrire en restant dans cet état d'hypnose. Elle décrit les douleurs. Je propose de mettre un miroir imaginaire en m'inspirant du travail de Ramatchandran. Elle visualise son pied et sa jambe droite se reflétant dans le miroir.

# Hypnose séance 1

- Résultat : « *Ça ne change rien* ». Elle ressent toujours ses sensations désagréables.
- Je propose alors d'accueillir les sensations présentes dans chaque partie de son corps en les décrivant intérieurement, de sentir qu'elle respire continuellement
- En revenant sur le membre fantôme, je lui demande d'évaluer ses sensations sur l'échelle graduée de douleur

# Hypnose séance 1

- Elle parle de 7 ou 8. Je lui propose de modifier ces douleurs dans le sens de l'amplification, ce qu'elle parvient à faire
- Je lui demande de me décrire ce qui est présent dans cette partie là

# Hypnose séance 1

- Je lui propose de sentir sa respiration, de savoir qu'elle est là et de nouveau de modifier les sensations en les diminuant maintenant. Elle parvient à le faire à un niveau acceptable pour elle et je l'encourage.
- Comme avec les autres patients, je lui suggère d'enregistrer la séance de sorte qu'elle puisse la refaire dès qu'elle en éprouve le besoin.

# Hypnose séance 1

- Je lui demande d'une part d'évaluer sur l'échelle de confort à combien elle se situe et d'autre part de décrire les sensations. Elle me parle de fourmillements, de chaleur.
- Elle parvient à faire remonter cette douce chaleur fourmillante dans le haut de sa jambe, dans sa cuisse. Elle fait circuler tout cela dans son corps.

# Hypnose séance 1

- Elle ouvre les yeux et n'en revient pas de la transformation des sensations. Elle me demande ce qu'elle peut lire sur l'hypnose !
- En sortant de la chambre, elle me formule cette remarque « *je ne sais pas encore si je vais vivre* » et je lui réponds « *vous n'avez pas le choix, vous êtes vivante* »
- Est ce utile de vous dire combien cette séance est émouvante ?

# Hypnose séance 2

- Je reviens à sa demande 10 jours plus tard. Elle est beaucoup mieux. Elle ressent des « *fourmillements picotants et brillants le soir au pied* ». Elle utilise « *l'image du bouton de la gazinière avec l'intensité de la flamme qui monte et descend* » !
- Elle me demande si l'hypnose peut quelque chose pour qu'elle puisse s'endormir le soir. Nous enregistrons la séance.

# Hypnose séance 2

Nous travaillons sur :

- Sa sensibilité à la compassion des autres
- Son prochain retour le weekend chez elle et sa réintégration dans le centre la semaine
- Son examen pour lui permettre de conduire

# Hypnose séance 2

- En quittant Florence, je lui propose d'envisager de travailler sur l'acceptation quand elle sera prête

# Hypnose séance 3

- Je retourne la voir, à sa demande, 15 jours plus tard.
- Elle a des difficultés avec l'appui tibial, le manchon et la prothèse. Je lui demande de m'expliquer. Je la questionne et elle me décrit ce qui existe. Le matériel recommandé et sélectionné par le centre ne lui convient pas. Elle me dit qu'elle va contacter d'autres fournisseurs

# Hypnose séance 3

- Nous discutons sur le beau et le laid. Je vous rappelle son goût pour l'art. Je tâche d'introduire du « jeu » dans ses représentations et recommande un livre ! L'encyclopédie du beau et du laid d'Umberto Eco
- A sa demande, notre séance va porter sur l'acceptation. Car elle m'avait dit combien cette partie d'elle était extrêmement difficile, inacceptable.

# Hypnose séance 3

- Je lui propose : « *Ma cuisse : je l'aime, c'est elle qui va me permettre de poursuivre, d'accueillir la prothèse.* » Elle me dit à l'issue de la séance : « *Je me réconcilie avec moi-même* »
- Florence me dit écouter les séances souvent. Elle se met en autohypnose très facilement et l'utilise souvent
- Elle envisage de reprendre le vélo, ses consultations, sa vie différemment d'avant

# Quatre mois après

- Je revois Florence. Elle a oublié de poursuivre l'hypnose ! On peut aisément imaginer sa vie et ses contraintes : la rééducation en hôpital de jour 3 fois par semaine, la reprise de ses activités à la maison.
- Elle conduit pour faire de petits trajets autour de chez elle
- Elle va faire son premier remplacement début mars

# Quatre mois après

- La prothèse a du être adapté plus de 15 fois.
- Elle a du passer devant des commissions diverses sur le plan administratif
- Elle est demandeuse d'hypnose pour ses douleurs fantômes, grands douleurs lorsqu'elle retire sa prothèse le soir
- Elle a des difficultés à dormir surtout lorsqu'elle ne se couche pas à l'heure habituelle

# Quatre mois après

- Florence utilise l'hypnose avec succès pour ses douleurs, pour s'endormir
- Nous faisons une séance où elle est debout et marche, marche comme avant...
- Florence utilise donc l'hypnose pour sa vie de tous les jours et en rééducation
- « *C'est incroyable le cerveau ! Me dit-elle* »

# Cinq mois plus tard

- Nous sommes en avril 2014, nous avons repris rdv. En effet, Florence a repris des médicaments pour ses douleurs le soir et la nuit
- Elle a repris son activité de remplacement et trouve : « *cette expérience m'a rendu encore plus empathique et profonde* »
- Elle se sert de l'autohypnose

# Cinq mois après

- Florence se sert quotidiennement de l'hypnose. Elle me dit ne pas avoir besoin d'amplifier les sensations. « *Je transpose ce que je ressens à gauche à droite et ça suffit.* »
- Elle souhaite que l'on travaille sur ses sensations de pression à l'extrémité de la cuisse. « *J'ai l'impression que c'est l'os alors je sais qu'il y a un coussin de chair et muscle qui amortit* ». « *Quand quelque chose me gêne au niveau du pied, je retire mon pied en soulevant* »

# Cinq mois après

- Je lui suggère de faire ce qu'elle sait faire et qui fonctionne bien. Je lui suggère : d'oublier tout ça et de profiter de cet oubli, d'intégrer toutes ces sensations fonctionnelles , utiles
- « *A chaque pression répétée, je peux boîter en en fin de journée; ça produit trop de stimulations à l'extrémité de la cuisse, ça la meurtrit par successions de pressions »*

# Cinq mois après

- Je suggère à Florence : je récupère à chaque fois que je pose ma jambe gauche, mon coussin amortisseur se regonfle, je remarque la succession des amortis. J'apprécie de pouvoir marcher sur mon coussin très fonctionnel, très amortisseur. Mon corps apprécie et conserve en mémoire. Mon corps retient tout ce qui est utile. C'est bien. Je ne sens rien au bout de ma cuisse

# Discussion

- Qu'est ce qui a été aidant pour Florence ? La qualité de l'alliance thérapeutique ? Le contenu des séances ? La liberté dans les suggestions proposées ?
- Finalement, je ne fais que la suivre...
- Qu'est ce qui n'a pas fonctionné dans la séance 1 avec la proposition du miroir de Ramatchandran ? Elle ressent et je lui propose de voir ...

# Discussion

- Comment notre dialogue l'a t-il aidé pour avancer ?
- Comment s'est elle ré-associée en refusant le matériel proposé et en cherchant elle-même d'autres fabricants
- Nous pourrions nous poser la question de pourquoi l'oubli ??

# Conclusion

- La vie c'est la vie. L'accepter avec toutes ses facettes est le seul moyen pour poursuivre
- Florence aura évidemment d'autres moments de doute, de déprime, de comparaison, de questionnement ... elle sait faire et reprendre le cours, l'initiative, l'action

# Conclusion

*Merci de votre attention*

*Place aux exercices*