

Coups de bistouri sous hypnose : quels bienfaits ?

Troquer une anesthésie générale pour de l'hypnose : la pratique n'est plus une illusion. Elle permet de se remettre plus vite sur pied mais n'est pas adaptée à tout type d'intervention et de patient.

CLARA VAN REETH

Quelques minutes avant l'entrée en bloc opératoire, un stress plus ou moins léger commence à ténailleur vos entrailles. Une émotion naturelle, sauf que cette fois-ci, plutôt que de poser un masque d'oxygène sur votre visage avant le décompte à voix haute de dix à zéro, l'anesthésiste vous demande de penser à un lieu, un souvenir ou une activité qui vous procure du bonheur. C'est là – sur une plage, à la montagne, à cheval ou au coin du feu – que votre esprit vagabondera, dissocié de votre corps allongé sur le billard.

Troquer l'anesthésie générale pour de l'hypnose : la pratique est de plus en plus répandue dans les blocs opératoires des hôpitaux belges. Indiquée pour des chirurgies de surface, comme celle de la thyroïde, du sein (y compris la mastectomie) ou encore la chirurgie plastique, son utilisation est bien sûr limitée : « L'hypnose n'est pas envisageable pour tout ce qui a trait à la chirurgie profonde (intra-abdominale, intra-thoracique ou orthopédique lourde) », précise d'emblée Christine Watremez, spécialiste de l'hypnose médicale en Belgique et médecin anesthésiste aux cliniques Saint-Luc (où près d'un tiers des opérations de la thyroïde et plus d'un quart des interventions en chirurgie du sein se font désormais sous hypnose).

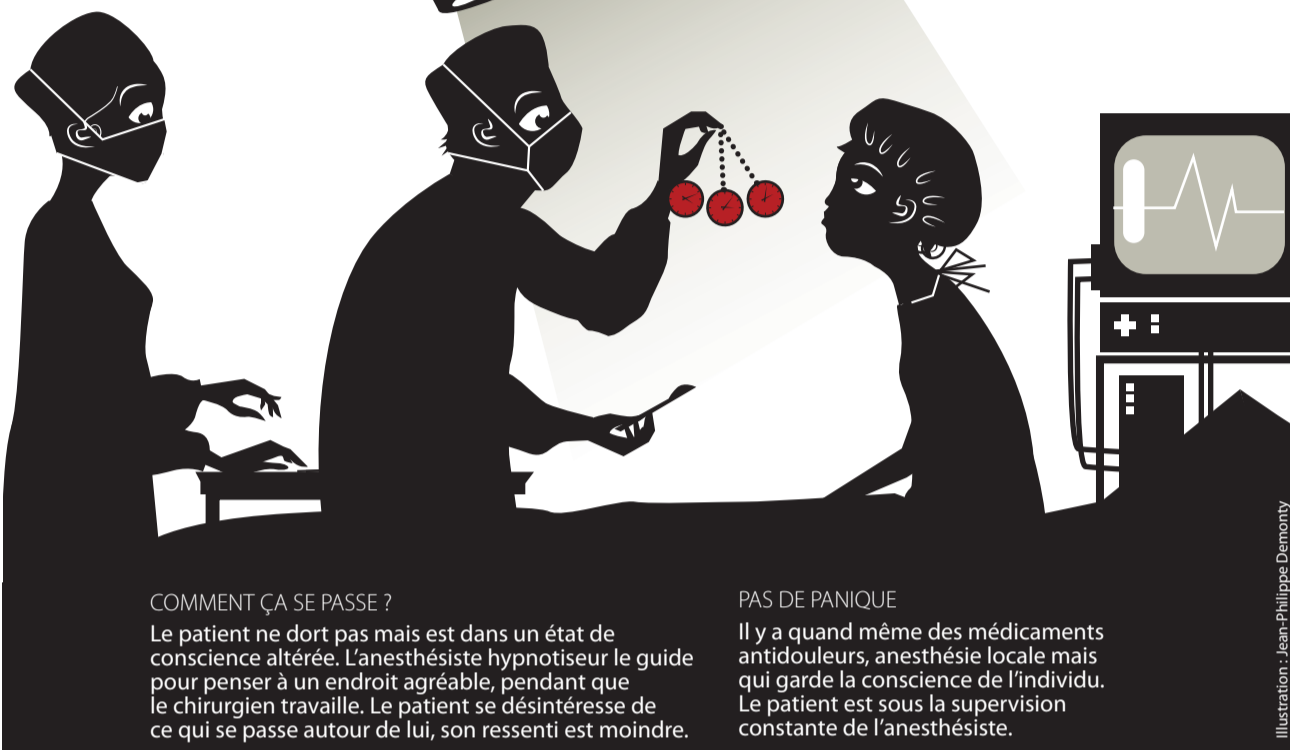
Contrairement aux apparences, le patient hypnotisé ne dort pas. « Il est dans un état de conscience altérée, son esprit est ailleurs », explique la médecin. Durant l'opération, l'anesthésiste guide par la parole et supervise en permanence son

Une pratique ancienne

Les premières traces d'une pratique s'apparentant à l'hypnose remontent à 3.000 ans avant notre ère, au sein de la civilisation sumérienne. Son avènement en tant qu'outil médical a quant à lui lieu au XVIII^e siècle : « L'anesthésie n'existait pas encore et la moitié des patients mouraient de douleur pendant leur intervention », retrace Christine Watremez. Le recours à l'hypnose permet alors de « faire chuter le taux de mortalité péri-opératoire à 5 % ».

Après l'apparition de l'anesthésie générale en 1843, l'hypnose quitte les blocs opératoires et se cantonne aux divans de la psychiatrie (Sigmund Freud, notamment, la pratique). Puis, dans les années 60, le psychiatre américain Milton Erickson modifie son usage, la rendant ainsi plus accessible à d'autres spécialistes. Ce qui ouvre finalement la voie à son application au sein des salles d'opération, « à partir des années 90 en Belgique, grâce au travail de Marie-Élisabeth Faymonville », conclut Christine Watremez. CL.V.R.

L'hypnose est de plus en plus utilisée dans les hôpitaux belges. Elle permet une récupération plus rapide mais elle n'est pas adaptée pour tout type d'intervention et de patient.



COMMENT ÇA SE PASSE ?

Le patient ne dort pas mais est dans un état de conscience altérée. L'anesthésiste hypnotiseur le guide pour penser à un endroit agréable, pendant que le chirurgien travaille. Le patient se désintéresse de ce qui se passe autour de lui, son ressenti est moindre.

PAS DE PANIQUE

Il y a quand même des médicaments antidouleurs, anesthésie locale mais qui garde la conscience de l'individu. Le patient est sous la supervision constante de l'anesthésiste.

patient, tandis que le chirurgien entame ses coups de bistouri.

Mais pas de panique pour les plus douillettes : des antidouleurs et une anesthésie locale sont évidemment administrés.

Les quatre composantes de la douleur

Si elle a le pouvoir de faire voyager le patient dans des souvenirs heureux, l'hypnose n'est pas sans conséquence sur le personnel médical, contraint de chuchoter et interdit de tout geste brusque. « Beaucoup d'hôpitaux en Wallonie maîtrisent l'outil mais la pratique reste confinée car elle modifie fort les habitudes de travail », observe Marie-Élisabeth Faymonville, du CHU de Liège. Cette anesthésiste, qui a révélé et démocratisé l'hypnose en salle d'opération en Belgique, a formé plusieurs centaines de médecins à la pratique et mené une série

d'études démontrant ses bienfaits.

Le principal atout de l'hypnose est d'éviter le coma pharmacologique, plus connu sous le nom d'anesthésie générale. Même si ses risques sont limités, les médicaments qui la composent peuvent causer des dépressions respiratoires, nausées, vomissements et chute de la tension artérielle. L'hypnose permet ainsi une remise sur pied plus rapide après l'opération.

Grâce aux récentes études, son action sur le cerveau est désormais connue : « En temps normal, l'information de la douleur parvient à la moelle épinière via de fins filets nerveux, avant d'être envoyée vers différentes régions du cerveau. Chacune de ces régions correspond à l'une des quatre dimensions de la douleur – la sensation, l'émotion, la pensée et le comportement. L'hypnose permet de réduire l'activation de ces zones et agit ainsi sur les quatre composantes

LES AVANTAGES

Éviter l'anesthésie générale qui peut causer des dépressions respiratoires, des nausées, vomissements, et des risques de chute de la tension artérielle. L'avantage de l'hypnose est qu'elle permet une récupération plus rapide après opération.

de la douleur », détaille Marie-Élisabeth Faymonville.

Tous les patients ne sont néanmoins pas égaux. « Il y a des échelles d'hypnotisabilité », souligne Christine Watremez. En effet, « l'hypnose est une dissociation de la conscience ; une partie de celle-ci voyage ailleurs et l'autre reste présente, pour assurer la sécurité. Or chez certaines personnes, cette part de conscience vigilante est plus importante et l'effet de l'hypnose peut être moindre. » L'hypnose est en outre déconseillée aux patients présentant des pathologies psychotiques ou névrotiques.

Si son utilisation dans les salles d'opération est la plus spectaculaire, l'outil a également fait ses preuves dans d'autres services hospitaliers comme en fertilité, en pédiatrie, pour les grands brûlés ou chez les patients atteints de douleurs chroniques.

petite gazette

Du ghetto au studio

Décors aux couleurs acidulées, présentatrices avenantes : à première vue, la chaîne hongroise de télévision Dikh TV ressemble à toutes ses concurrentes privées, avec ses talk-shows, ses émissions de cuisine et ses programmes pour enfants. Mais le slogan lancé par l'équipe aux caméras du petit studio annonce la différence : « Sur les Roms, mais pas uniquement pour les Roms ! » Dikh TV – « Regardez » en langue romani – est la première chaîne rom de Hongrie. Depuis le mois de septembre, des millions de foyers peuvent découvrir sur le câble l'univers de cette minorité encore récemment pointée du doigt par le Premier ministre nationaliste Viktor Orban. Son fondateur, Elek Balogh, 48 ans, entend « apporter la culture et les traditions roms à un public plus large ». AFP

Repos des Chasseurs le 14/02

Menu 49,50 € également servi tout le week-end : amuses bouche ; foie gras ou carpaccio saumon ; bisque de homard ; filet de marassin ou filet de bar et petits légumes ou filet de boeuf aux champignons ; fromages ; Cœur St-Valentin. Soirée dansante. Av. Ch.-Albert, 1 à 1170 Bxl. T. 02-660.46.72

Dixit

Rien n'est indifférent, rien n'est impuissant dans l'univers ; un atome peut tout dissoudre, un atome peut tout sauver ! GÉRARD DE NERVAL

Fausses réservations

La police japonaise a arrêté une mère et son fils pour une série de fausses réservations dans des hôtels, lesquels ont subi selon des médias locaux un préjudice supérieur à 950.000 euros, afin d'engranger des milliers d'euros en points de fidélité. La police de la région de Kyoto a confirmé détenir une femme âgée de 51 ans et son fils de 31 ans pour de fausses réservations effectuées dans trois hôtels, causant aux établissements concernés un préjudice de 95.000 yens (792 euros). Mais ces accusations pourraient bien n'être que la partie émergée de l'iceberg. Selon plusieurs médias, le duo a procédé à quelque 3.250 réservations dans des hôtels à travers le Japon depuis un an via un service en ligne, ensuite annulées pour non présentation, causant un préjudice de 115 millions de yens (958.000 euros) à ces établissements. Grâce à ces transactions, ils ont engrangé des points de fidélité d'une valeur de 2,5 millions de yens (environ 21.000 euros). AFP



Ses huitièmes et derniers Jeux olympiques à 44 ans

Oksana Chusovitina disputera à Tokyo ses huitièmes Jeux olympiques et améliorera son propre record d'il y a quatre ans : celui de la gymnaste la plus âgée de l'histoire des Jeux. L'Ouzbèke, qui avait découvert les JO en 1992 à Barcelone, est un miracle permanent dans une discipline dominée par les adolescent.e.s prodiges. A Barcelone, elle remporta l'or au concours général par équipes et à Pékin, en 2008, elle décrocha une médaille d'argent individuelle au saut de cheval. PHOTO AFP

Des Mormons tolérants...

Une commission du Sénat de l'Utah a adopté à l'unanimité un projet de loi visant à décriminaliser la polygamie, encore pratiquée par des milliers de familles dans cet Etat de l'ouest américain berceau de la religion des Mormons. Le texte, qui va être soumis à l'approbation de l'ensemble des sénateurs, modifie une loi de 2017 faisant de la polygamie un « crime » passible de prison.

... envers la polygamie

Le projet de loi ne remettrait pas en cause ces dispositions en cas d'abus ou autres crimes, mais elle relèguerait la polygamie entre des adultes consentants au rang de simple « infraction », passible d'une amende de 750 dollars. L'Église officielle mormone a interdit la polygamie en 1890, mais des fondamentalistes, regroupés dans des cultes dissidents, sont toujours polygames. AFP

Des « œuvres d'art »...

Allongé sur une passerelle enjamant la Tamise, Ben Wilson finalise sa dernière création : une peinture miniature réalisée... sur un chewing-gum collé à la structure en acier. Cet Anglais de 57 ans parcourt Londres depuis 15 ans pour sculpter et repeindre les bouts de chewing-gum jetés par les passants. Plus qu'un hobby insolite, il s'agit d'« art environnemental », assure-t-il par une matinée ensoleillée d'hiver, alors qu'il travaille sur une marche menant de la cathédrale Saint Paul au Millennium Bridge, passerelle piétonne au cœur de la capitale britannique.

Un cousin du T-Rex...

Ce serait le plus ancien membre de la terrifiante famille : une nouvelle espèce de tyrannosaure, proche des T-Rex, qui peuplait les plaines d'Amérique du Nord il y a 80 millions d'années, a été découverte au Canada, selon une étude parue dans la revue *Cretaceous Research* lundi. Surnommé « le faucheur de la mort », « Thanatotheristes degrootorum », se trouvait au sommet de la chaîne alimentaire et pouvait mesurer jusqu'à 8 mètres de long. C'est la première fois en 50 ans qu'une nouvelle espèce tyrannosauride est découverte au Canada.

... à base de chewing-gum

Ses créations, à peine plus grandes qu'une pièce de 50 pence, sont disséminées un peu partout sur le Millennium Bridge mais aussi tout autour de Saint Paul. A moins de regarder de très près, elles passent inaperçues. Beaucoup sont des représentations miniatures de la cathédrale qui les surplombe. D'autres sont des dessins très colorés, souvent dédiés à des datés. « Je trouve ça bien de pouvoir créer quelque chose qui vient de l'environnement plutôt que d'imposer quelque chose à l'environnement », explique l'artiste. AFP

... découvert au Canada

Le carnivore géant, dont seules des parties du crâne d'environ 80 cm ont été retrouvées, serait le plus ancien membre de la famille des T-Rex connu dans le Nord de l'Amérique, suggère l'étude. Le spécimen remonte à au moins 79 millions d'années, quand le T-Rex, immortalisé par Steven Spielberg dans *Jurassic Park*, vivait il y a environ 66 millions d'années. « Du fait de la composition de la chaîne alimentaire, ces grands prédateurs étaient rares comparés aux herbivores », explique Darla Zelenitsky, paléontologue de l'Université de Calgary. AFP