

# Hypnosédation



toutes les questions  
que vous vous posez  
sur l'hypnose





## SOMMAIRE

---

### Page 2

Pourquoi cette brochure ?  
L'hypnosédation

### Page 3

Qu'est ce que l'hypnose ?  
Qu'est ce que l'hypnosédation ?

### Page 4

Qui pratique l'hypnose ?  
De l'idée à la réalisation

### Page 5

Le jour de l'intervention

### Page 6

Vous vous posez les questions  
suivantes

### Page 8

Les avantages

## Pourquoi cette brochure ?

L'hypnose reste encore pour chacun d'entre nous énigmatique et amène toutes sortes de questions

Pourtant, de plus en plus d'hôpitaux français et européens proposent aux patients des chirurgies sous hypnose (CHU de Liège, CHU de Nantes, certains hôpitaux parisiens, certains services du CHU de Bordeaux) ; l'Institut Bergonié s'inscrit dans cette démarche depuis 2003 afin de proposer aux patients opérés une autre technique à leur disposition :

## L'hypnosédation

Vous allez être opéré chez nous ; suivant le type de chirurgie prévue et en accord avec le chirurgien, vous pourrez demander une hypnosédation ou une anesthésie générale au médecin anesthésiste que vous rencontrerez à la consultation de pré anesthésie

Si l'acte chirurgical le permet et que votre chirurgien est d'accord, vous pourrez opter pour une chirurgie sous hypnosédation. Afin de vous guider dans votre choix d'anesthésie, nous avons élaboré ce fascicule sur l'hypnose, l'hypnosédation et son intérêt en chirurgie.





## Qu'est-ce que l'hypnose ?

Contrairement aux idées reçues, l'hypnose est un état particulier naturel, situé entre l'état de veille et de sommeil, c'est un état d'hyper concentration sur une thématique choisie avec soin, nous permettant ainsi de nous extraire de la réalité dans laquelle nous nous trouvons. Ce n'est donc ni un don ni un pouvoir particulier mais simplement un état que nous connaissons bien, puisque sans le savoir, nous le rencontrons régulièrement : quand vous regardez un film passionnant, ne vous est-il jamais arrivé d'être totalement absorbé par le film et de ne plus sentir (voir, entendre) ce qui se passe autour de vous ? A ce moment, votre esprit est en hyper vigilance, concentré sur un unique sujet : l'intrigue de votre film.



## Qu'est-ce que l'hypnosédation ?

C'est une technique d'anesthésie au même titre que l'anesthésie générale et l'anesthésie péridurale. Elle associe l'hypnose à une sédation intraveineuse consciente et à une anesthésie locale.

- L'hypnose, nous venons de la définir

- **Qu'est-ce que la sédation intraveineuse consciente ?**

le médecin anesthésiste-réanimateur injecte une substance médicamenteuse dans une veine de la main ou de l'avant-bras, à des doses 10 fois inférieures aux doses pratiquées au cours d'une anesthésie générale, de telle sorte que le patient reste conscient ( contrairement à une anesthésie générale), moins stressé, moins anxieux et moins douloureux pendant toute la durée de la chirurgie.

- **Qu'est-ce qu'une anesthésie locale ?** Elle n'endort que la partie du corps à opérer, elle est pratiquée par le chirurgien rendant ainsi la région opérée insensible à la douleur

## Qui pratique l'hypnose ?

L'hypnosédation est toujours pratiquée par un médecin anesthésiste réanimateur ; ce dernier a passé un diplôme universitaire en hypnose lui apprenant à maîtriser et à utiliser la technique. Le choix de ces médecins de pratiquer l'hypnosédation découle de leur besoin incessant de cultiver et d'améliorer la relation entre le soignant et le soigné, règle fondamentale pour qu'une relation de confiance s'instaure entre ces deux protagonistes.

Pourquoi est-il impératif que ce soit un médecin anesthésiste réanimateur qui pratique l'hypnose ? Car il possède les compétences:



- pour évaluer votre confort -pour injecter la sédation intraveineuse consciente décrite ci-dessus), voire d'autres médicaments
- pour surveiller vos fonctions vitales (respiration, rythme cardiaque, tension artérielle...)
- pour réaliser une anesthésie générale si cette dernière s'avère nécessaire pour vous.

Il est de ce fait le garant de votre sécurité.

## De l'idée à la réalisation ...

Avant l'opération, vous rencontrez le médecin anesthésiste en consultation de pré-anesthésie, n'hésitez pas à lui faire part de votre intérêt pour une hypnosédation. Si ce médecin n'est pas apte à vous renseigner sur l'hypnosédation (peu de médecins anesthésistes sont formés à la technique au sein du département d'anesthésie), il vous adressera à un de ses confrères compétent ; ce dernier vous rencontrera à distance de l'intervention, afin de vous donner des explications et répondre à toutes les questions que vous vous posez concernant votre anesthésie sous hypnose.

## Le jour de l'intervention ...



Le médecin anesthésiste s'assure que vous êtes toujours d'accord pour l'hypnosédation ; il vous prescrit 1h30 avant votre intervention un comprimé qui vous permettra d'arriver au bloc opératoire plus serein ; il vous accueille au bloc opératoire avec un infirmier anesthésiste ; l'équipe anesthésio-chirurgicale s'assure que vous êtes confortablement installé sur la table d'opération et que vous êtes bien réchauffé ; vous êtes préparé et surveillé comme pour une anesthésie générale : une perfusion est posée, deux petites sondes à oxygène sont positionnées au niveau de vos narines, nous surveillons votre rythme cardiaque grâce à un système d'électrodes collées sur la poitrine, votre tension artérielle grâce à un brassard à tension qui se gonflera et se dégonflera régulièrement pendant la durée de l'intervention, votre respiration par une pince placée sur un doigt qui mesure votre degré d'oxygénation.

Tout en prenant soin de vous, afin de parfaire votre sécurité, une série de questions importantes avant le démarrage de toute intervention vous sera posée (vérification de vos nom, prénom et date de naissance, êtes-vous à jeun ? portez-vous une prothèse dentaire ou oculaire ou auriculaire amovible ? De quel côté êtes-vous opéré ?)

Nous plaçons un arceau en métal qui nous (vous et l'équipe anesthésique) sépare pendant la durée de la chirurgie de l'équipe chirurgicale

Ces préparatifs étant faits, la séance peut commencer, le médecin anesthésiste vous invite à relâcher une partie des muscles de votre corps et à respirer confortablement ; 10 mn après le début de la séance, un fond de musique de relaxation vous accompagne, si vous le souhaitez, et une infirmière de bloc opératoire va désinfecter la zone à opérer (contact frais) ; le médecin va ensuite vous suggérer la thématique que vous aurez choisie, vous ne parlez pas, mais c'est vous qui, sans effort, tout naturellement, vous connectez avec le vécu agréable.

Au cours de la séance, il se peut qu'un inconfort lié à l'acte chirurgical survienne : c'est à vous de communiquer au médecin anesthésiste-réanimateur, grâce à un signe que vous aurez convenu ensemble avant l'intervention (un froncement des sourcils, un signe de la main, voire une parole...). Le chirurgien en sera averti par l'anesthésiste et supprimera cet inconfort local par une réinjection d'anesthésie locale.

Quand l'opération est terminée, l'anesthésiste-réanimateur vous invite à ouvrir les yeux et à réintégrer le bloc opératoire.

# Vous vous posez

## **L'hypnose est-elle efficace ?**

Si les indications sont bien posées par l'équipe anesthésio-chirurgicale et si vous êtes motivé, le taux de réussite est alors important, supérieur à 90%

## **Et si je n'arrivais pas à entrer en état d'hypnose ?**

Tout le monde peut entrer en état d'hypnose surtout si vous êtes motivé et si vous avez pleinement confiance dans l'équipe anesthésio-chirurgicale. Cependant, si pour une quelconque raison, vous n'y parvenez pas, vous pourrez toujours solliciter le médecin anesthésiste sur l'utilité d'une anesthésie générale.



## **Ne risque-t-on pas de se réveiller ?**

Vous ne pouvez pas vous réveiller puisque vous n'êtes pas endormi ! Cependant, en cours d'intervention, vous allez passer par différents degrés d'hypnose : un état d'hypnose légère puis moyenne, et enfin un état d'hypnose profonde, et inversement, ces différentes phases seront fonction de vos besoins, à savoir la recherche de votre meilleur confort.

## **Ressent-on des douleurs ?**

L'anesthésie locale endort la région opérée, l'hypnose diminue également la douleur ; si malgré cela vous ressentez un quelconque inconfort (traction, picotement ou autre) pendant l'intervention, vous pouvez le signaler à l'anesthésiste-réanimateur qui le transmettra au chirurgien ; ce dernier réinjectera de l'anesthésique local et/ou lâchera la traction

# les questions suivantes ...

## Et si je ne veux pas ?

C'est vous qui choisissez car l'hypnose ne peut se faire en aucun cas contre votre volonté et le médecin anesthésiste respectera votre choix.

## Les médecins sont-ils assez expérimentés ?

Les médecins anesthésistes-réanimateurs ont été formés par un diplôme universitaire français sur une année pour l'aspect théorique, et sur une deuxième année pour l'aspect pratique. Plus de 50 interventions ont été réalisées sous hypnosédation à l'institut Bergonié



## Risque-t-on d'avoir des séquelles ?

Une hypnose pratiquée par un médecin formé et compétent en hypnose semble comporter moins de risques que l'anesthésie générale.

## Y-a-t-il des contre-indications à l'hypnosédation ?

Oui, mais elles sont toutefois limitées :

- vous avez plus de 80 ans
- vous présentez une allergie aux anesthésiques locaux,
- vous ne parlez pas ou peu et comprenez pas ou mal le français,
- vous êtes porteur d'une surdité importante,
- vous être porteur d'une pathologie psychiatrique grave,
- votre chirurgien n'est pas d'accord pour réaliser l'acte chirurgical sous hypnosédation,
- le contact entre vous et le médecin anesthésiste n'a pas été bien établi,
- vous souhaitez pratiquer votre chirurgie sous hypnosédation par simple curiosité.

# Les avantages à réaliser votre chirurgie sous hypnosédation ...

1. Vous restez conscient pendant toute la durée de la chirurgie, vous pouvez ainsi communiquer avec les différents intervenants du bloc opératoire (le médecin anesthésiste, le chirurgien, les infirmières de bloc opératoire). Vous participez activement et avec confort à votre chirurgie.
2. De ce fait, vous récupérez rapidement de votre chirurgie, ce qui vous permet de boire et manger juste après l'intervention, et de rentrer rapidement à votre domicile (si l'acte chirurgical le permet).



Brochure réalisée par les médecins anesthésistes-réanimateurs  
et l'équipe d'infirmiers anesthésistes

**Département Anesthésie Réanimation**

**INSTITUT BERGONIÉ**

229 cours de l'Argonne - CS 61283 - 33076 Bordeaux cedex  
[www.bergonie.fr](http://www.bergonie.fr)

Cette brochure est accessible sur le site internet de l'Institut Bergonié

décembre 2009 – repro février 2018