

# MEME PAS MAL !

## L'HYPNOSE AU QUOTIDIEN EN PÉDIATRIE

Catherine VOINEAU

Cet article est la déclinaison éditoriale du mémoire de Catherine Voineau soutenu dans le cadre du D.U. d'Hypnose Médicale coordonné par le Dr Fabrice Lakdja au C.H.U. de Bordeaux.

L'après-midi est déjà avancée, et des cris d'enfant dans la rue précèdent un coup de sonnette. Des parents amènent pour la première fois un petit de deux ans terrorisé, hurlant devant la porte du cabinet.

Etonnée, je propose des jouets, essaie de le rassurer mais rien n'y fait. Le papa explique : « *Tout a commencé avec les vaccins. Il a fallu le tenir sur la table et malgré la mise en place de la crème anesthésiante, il a peur depuis, dès qu'on l'amène en consultation et même chez le coiffeur, il hurle !* ».

« Ah ! »

« D'ailleurs, précise-t-il pour moi, c'est pareil. Je ne supporte rien ; j'ai eu trop mal une fois et depuis je vais même plus chez le dentiste. Au laboratoire, la semaine dernière j'étais si paniqué que j'ai perdu connaissance. »

Cette anecdote humoristique, peut-être caricaturale, mais bien réelle, est malheureuse-

ment bien fréquente. Les enfants sont heureusement de mieux en mieux suivis, mais avec le risque de multiplier les actes douloureux ou considérés comme tels et des phobies peuvent se créer. Selon le dernier calendrier vaccinal, nous savons qu'au minimum les filles seront vaccinées 14 fois et les garçons 11 fois avant 15 ans. Sans oublier les analyses, bilans biologiques, séances de kinésithérapie respiratoire, tous importants mais générant chez l'enfant et surtout chez le petit un stress ou une peur anticipatoire pour le futur.

Or comme le dit D. Annequin (1) « *La douleur provoquée par une opération, une ponction lombaire, une paracentèse... n'a jamais rendu mature, bien au contraire. Ces « petites choses » peuvent induire de profondes difficultés à l'âge adulte, qui peuvent aller de l'évitement du dentiste, à une intense phobie des piqûres, des consultations médicales, des hospitalisations.* »

Suivre médicalement des enfants, les voir grandir, c'est également approcher leurs souffrances et chercher comment au mieux les soulager. Avoir peur du médecin, des piqûres, de la maladie, vivre certains actes comme très douloureux ou s'en souvenir comme tels, est-ce une fatalité ?

### POUVONS-NOUS FAIRE AUTREMENT ?

Après une première approche de l'hypnose sur Paris, la participation au Diplôme Universitaire d'Hypnose Médicale de Bordeaux organisé par le Docteur Fabrice Lakdja m'a permis d'approfondir ces techniques. Il a su nous motiver, nous obliger avec bienveillance à réaliser des séances filmées et ainsi à pratiquer plus régulièrement au cours de notre activité professionnelle.

Puis la réalisation d'un travail de mémoire, grâce à l'aide du Docteur Chantal Wood, a pu montrer comment dans un cabinet médical, au rythme des consultations nous pouvons par notre comportement, notre langage et avec l'aide de quelques supports ludiques modifier le vécu de nos petits patients.

Certaines observations publiées dans ce mémoire ont été reprises pour cet article choisies comme les plus représentatives et aussi les plus faciles à réaliser et à utiliser quotidiennement.

Les techniques hypnotiques, grâce à une approche globale des différentes composantes



MAXENCE

Quelle image les enfants garderont-ils de leur médecin ?

CATHERINE VOINEAU

Pédiatre libéral. Diplôme d'Hypnose Médicale de Bordeaux sous la direction du Dr Fabrice Lakdja. Formée à l'hypnose et aux thérapies brèves avec le Dr Victor Simon.



catherine.voineau@club-internet