

## Bénéfices de la chirurgie avec hypnose

Pratiquer l'anesthésie avec hypnose permet de réaliser une intervention sans anesthésie générale et éviter ainsi les troubles transitoires de la mémoire et de la concentration qui sont parfois observés après les AG.

L'hypnose vous permet d'être acteur de votre soin ou de votre chirurgie, ce qui permet de diminuer l'anxiété ainsi que le ressenti de la douleur.

L'hypnose est proposée pour certaines interventions :

- par le chirurgien ou,
- par le médecin anesthésiste à la consultation d'anesthésie.

Dans notre équipe, plusieurs infirmiers anesthésistes et médecins anesthésistes sont déjà formés ou en cours de formation.

### Consultations d'anesthésie

Groupe Hospitalier de la Haute-Saône  
Site de Vesoul - Porte 13  
2 rue Heymès

Tel secrétariat : 03 84 96 69 82



Groupe Hospitalier  
de la Haute - Saône

# L'anesthésie avec hypnose



## Qu'est-ce-que l'hypnose médicale ?

C'est un état de conscience modifié, une absorption de l'attention sur un souvenir agréable, une situation confortable. Ce n'est pas un état de sommeil.

C'est un état de conscience naturel que chacun a déjà expérimenté dans sa vie quotidienne.

C'est le fait d'être concentré sur un spectacle, une manifestation sportive, une activité précise et de ne plus se rendre compte de ce qui passe autour de soi.

Comme lorsque vous réalisez un trajet régulier en voiture, il vous est arrivé de vous retrouver à un certain endroit du trajet sans vous souvenir d'une partie précédente de ce trajet. A ce moment vous étiez dans un état de transe spontanée, une partie de vous (votre corps et votre esprit) conduisait la voiture et une autre partie de vous (de votre esprit) pensait à autre chose.

## Quelles sont les interventions réalisables avec hypnose?

- Les coloscopies,
- les interventions pour contraception tubaire (essure),
- les curetages évacuateurs,
- les interventions sous anesthésie loco régionale,
- certaines interventions d'hernie inguinale,
- en complément de l'anesthésie locale pour d'autres interventions ...

A tout moment il est possible de compléter l'hypnose par des petites quantités de médicaments destinés à lutter contre la douleur ou à augmenter la relaxation.

Si la technique d'hypnosédation s'avérait insuffisante, l'équipe d'anesthésie est là pour réaliser une anesthésie générale.

## Principe de l'hypnose pour le patient

La focalisation de votre attention se fait à partir d'un souvenir très agréable que vous aurez choisi.

Il peut s'agir d'un souvenir de vacances, d'une activité que vous avez aimé faire, d'un endroit que vous aimez particulièrement, etc.

Un échange avec l'hypnothérapeute vous est proposé de quelques jours avant l'intervention, jusqu'à la veille, soit par téléphone, soit lors d'une rencontre aux consultations d'anesthésie si vous le souhaitez.

En cas d'impératif horaire particulier pour vous joindre, merci de nous en informer au 03 84 96 69 62.

Lors de cet échange, vous présenterez à l'hypnothérapeute le thème que vous aurez choisi. Vous devrez le décrire avec un maximum de détail : ce que l'on y peut voir, entendre, ressentir, ou même sentir et goûter.

### Impératifs pour le patient :

Les conditions d'entrée à l'hôpital sont les mêmes quelque soit la technique d'anesthésie choisie :

- respect du jeûne et des conditions d'hygiène,
- pas de possibilité de conduire le jour même.