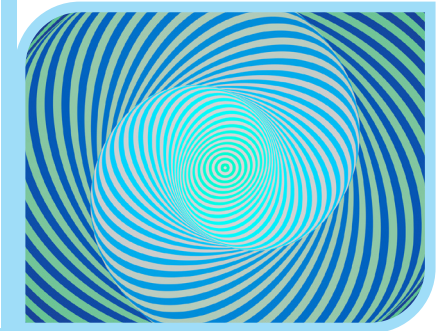


# CONSULTATION HYPNOSE MÉDICALE



Pôle Bloc opératoire-Prélèvements  
d'organes - Anesthésie - Réanimation-  
Surveillance continue

## Consultation sur rendez-vous :

Infirmières anesthésistes  
Hypnopraticiennes diplômées

### Site de Meaux

**Valérie FLAYEUX** tel : **07 66 04 73 17**

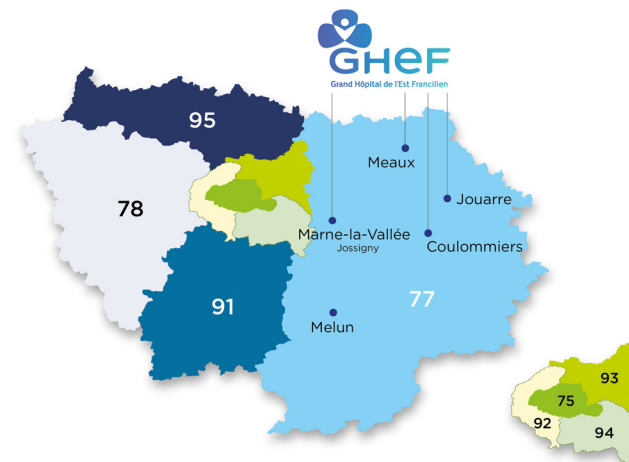
*Pour une consultation NatiFiv (PMA) prise de rendez-vous possible sur Doctolib.*

### Site de Marne-la-Vallée

**Valérie BOIS** tel : **07 69 92 55 74**

**La confiance, la volonté,  
la participation active du  
patient sont des conditions  
essentielles à la réussite.**

Pour de plus amples renseignements :  
Annuaire des thérapeutes – IFH.



SITE de MEAUX (siège social) : 6-8 rue Saint-Fiacre - BP 218 - 77104 Meaux cedex  
SITE de MARNE-LA-VALLÉE : 2-4 Cours de la Gondoire - 77600 Jossigny  
SITE de COULOMMIERS : 4 rue Gabriel Péri - 77527 Coulommiers cedex  
SITE de JOUARRE : 18 rue Petit Huet - 77264 Jouarre cedex

# QU'EST-CE QUE L'HYPNOSE ?

C'est un état de conscience modifiée qui permet d'autres possibilités d'action dans une situation en mobilisant les ressources de la personne.

L'hypnose est un état naturel et banal que nous vivons tous à différents moments de la journée.

Spontanément, il peut survenir devant un film, une lecture passionnante, un trajet en voiture, un travail sur ordinateur, mais aussi lors de l'observation d'un paysage ou d'un tableau, etc.

Durant une séance d'hypnose, on éprouve des sensations et des émotions **qui nécessitent au préalable obligatoirement votre adhésion** car on ne peut pas être mis en état d'hypnose contre notre volonté.

La personne reste toujours consciente.

L'hypnose médicale peut vous être proposée pour :

- la gestion du stress,
- la gestion d'une douleur aiguë ou chronique,
- certaines interventions chirurgicales,
- la préparation à des examens (fibroscopie, coloscopie, IRM, soins dentaires, etc.),
- la préparation à l'accouchement, suivi NatiFiv (PMA),
- le suivi en cancérologie, etc.

Il existe différentes techniques pour induire un état hypnotique.

L'hypnopraticien choisira avec vous celle qui vous convient le mieux et qui est la plus adaptée à votre situation et prise en charge.

## L'hypnose conversationnelle

- Communication thérapeutique utilisant des notions de confort, de sécurité et de confiance en soi.

## L'hypno-analgésie

- Association d'hypnose et d'analgésique local ou intraveineux.
- Accompagnement sous hypnose pendant que le chirurgien pratique une anesthésie locale ou l'anesthésiste une anesthésie locorégionale ou intraveineuse.

## L'hypno-sédation

- Association d'hypnose et de sédation.
- Accompagnement sous hypnose du patient pendant que l'anesthésiste pratique l'endormissement.

## L'ÉTAT HYPNOTIQUE PERMET DE :

### ▶ GÉRER SON STRESS

L'hypnose **modifie la perception** d'une situation vécue comme stressante.

### ▶ GÉRER SA DOULEUR

L'hypnose est une thérapie complémentaire au traitement habituel. La douleur diminue et même disparaît. Elle permet une diminution des doses de médicaments.

### ▶ AU BLOC OPÉRATOIRE

Le praticien installe l'hypno-analgésie ou hypno-sédation selon la technique choisie. À tout moment, une anesthésie générale peut être réalisée si nécessaire. Les patients bénéficient des **mêmes conditions de préparation et de surveillance que pour une anesthésie générale.**

### ▶ COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE

Après un interrogatoire précisant les motifs et les objectifs de la consultation, le patient est confortablement installé pour vivre la séance. Lorsqu'il est détendu, le praticien l'accompagne et adapte la séance selon l'indication et la personne. L'hypnose est une thérapie brève et personnalisée.

### ▶ AUTOHYPNOSE

Le praticien conduit le patient vers l'autonomie. Ainsi, régulièrement pratiquée avec plaisir, **l'autohypnose vous ouvrira un champs infini de possibilités** au regard de situations douloureuses ou stressantes, de l'insomnie, etc.