



L'hypnose : un confort supplémentaire au cabinet

Le recours aux techniques hypnotiques permet de gérer l'anxiété de son patient et de faciliter le déroulement du traitement.

Quel chirurgien-dentiste ne rêve pas de pouvoir soigner un patient toujours rassuré et détendu ? L'hypnose permet de mieux communiquer avec son patient, d'apaiser ses crispations et donc de faciliter la réalisation du traitement. L'hypnose au cabinet dentaire est en constant développement car elle peut accompagner son exercice au quotidien, tout en changeant le point de vue d'un patient inquiet, si ce n'est très anxieux à l'idée de s'asseoir sur le fauteuil.

Une variété de formations s'offre pour se former à l'hypnose dans le cadre de la pratique dentaire. Tout d'abord quelques diplômes universitaires délivrent des formations complètes pour mettre en place les techniques hypnotiques dans son cabinet. Si l'on souhaite consacrer un nombre d'heure plus limité à cet apprentissage, on peut s'adresser à des instituts et des

centres de formation privés. Ils proposent des cours axés sur des thèmes différents, selon les buts ciblés et les compétences visées.

COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE EFFICACE

Le premier objectif est de pouvoir mettre en place une communication thérapeutique efficace afin d'améliorer le confort du patient. On peut aller plus loin dans l'apprentissage par l'acquisition des compétences permettant d'induire une transe hypnotique pendant l'intervention. La maîtrise des techniques d'hypnose et d'autohypnose donne enfin la possibilité de réduire pour soi-même le stress et les risques de *burn-out* au cours de sa carrière. ■■■

Agnès Taupin

L'hypnose : « Une meilleure alliance thérapeutique avec le patient »



Dr Brice Lemaire, chirurgien-dentiste, formateur principal du DU d'hypnose dentaire de la faculté de Nice.

Dentoscope : Quels sont les principaux atouts de l'hypnose dans la pratique dentaire ?

Dr Brice Lemaire : L'hypnose permet de prendre en charge le patient au-delà du soin dentaire, dans sa globalité. L'hypnose est un changement de paradigme, elle permet d'obtenir une meilleure coopération et alliance thérapeutique avec le patient. Elle octroie aussi un gain de temps, de confort, et d'énergie. Elle donne également la possibilité de fidéliser sa patientèle car elle va apporter une plus-value humaine au soin prodigué.

On va utiliser deux types d'hypnoses, l'hypnose opératoire et l'hypnose thérapeutique. L'hypnose opératoire permet de mettre le patient dans un état de transe hypnotique profonde pendant le traitement où le patient est dans un état que l'on nomme « dissocié » (son esprit est ailleurs). Elle va permettre de gérer l'analgésie, la sédation et les fonctions automatisées : la salivation, les processus vasculaires et immunitaires. On va aussi optimiser les fonctions postopératoires et de récupération. L'hypnose permet enfin de créer une distorsion spatio-temporelle : le temps opératoire aura semblé beaucoup plus court au patient qu'il ne l'a été en réalité.

Un autre versant est l'hypnose thérapeutique, utile pour les patients phobiques qui ne peuvent ouvrir la bouche sur un fauteuil sans être dans un état de stress aigu. Elle peut aussi être employée dans le cadre d'un sevrage tabagique, d'un bruxisme, ou pour les stratégies d'autohypnose pour le chirurgien-dentiste et toute l'équipe soignante.

Quel type de formation peut-on choisir ?

Aujourd'hui, en France, on trouve essentiellement des formations d'hypnose dentaire dites néo-ericksoniennes, c'est-à-dire conversationnelles. Il s'agit surtout de communication, sans transe profonde. Le DU que nous avons créé avec le Dr Pouysségur à Nice est axé sur l'hypnose opératoire et non l'hypnose thérapeutique. Devant le nombre important de demandes en hypnose opératoire de la part de soignants de différentes disciplines, j'ai fondé un institut privé, le Dave Elman Hypnosis Institute France, qui est axé sur l'hypnose elmanienne, médicale et opératoire moderne. J'ai d'autre part noué un partenariat avec Zedental pour un programme de formation en hypnose opératoire et thérapeutique en *e-learning* et en présentiel.

Trois dimensions de formation peuvent être distinguées. La première, qui facilite la communication, est axée sur des techniques classiques d'hypnose ericksonienne conversationnelle. Mais elle ne permet pas de soigner un patient en transe profonde. La seconde est basée sur des techniques avancées de PNL permettant d'exercer une influence. Enfin, l'hypnose formelle, qui nécessite un apprentissage spécifique, porte sur des stratégies médicales, psychologiques et physiologiques. Selon moi la fin justifie les moyens : en fonction du but envisagé, on peut choisir une formation plus ou moins poussée. ■