

L'hypnose



De plus en plus utilisée en médecine et en chirurgie, l'hypnose fait une entrée remarquée chez les dentistes. Avec un objectif : rassurer les patients anxieux et les soulager pendant les soins.

Le contexte

La dentisterie alimente chez beaucoup de patients un état morbide centré sur l'angoisse. Le recours à l'hypnose en médecine dentaire permettra de dépasser cette peur ainsi que de mieux gérer la douleur. En effet, l'hypnose peut être un adjuvant efficace pour contrer les effets du stress, de l'angoisse, de la peur et de la douleur, chez le patient.



Fonctionnement :

Décrocher du réel pour surmonter la peur :

L'objectif est de créer un environnement favorable où la personne se sent bien.

Le patient phobique rejoint ainsi mentalement un "lieu d'or" où il va trouver les ressources nécessaires à son bien-être.



Relation praticien & patient :

La volonté et la coopération du patient sont indispensables. Lorsque ce dernier confie au praticien sa peur et son angoisse du dentiste, le praticien peut lui proposer la solution de l'hypnose. Si le patient accepte l'expérience, un premier rendez-vous est convenu au cours duquel le dentiste, ou son assistante, invite le patient à raconter des souvenirs agréables, un lieu sécurisant (la mer, sa chambre...). Aucun soin ne sera alors réalisé.

La place donnée à l'amélioration du vécu du patient favorise une meilleure relation de confiance. Ainsi, l'hypnose modifie également la dynamique des rapports professionnels des dentistes avec les patients.

La relaxation facilite l'hypnose

Il est important de dissocier le patient du moment présent, en l'invitant à focaliser son attention sur le moment agréable et occulter la dentisterie qu'il appréhende. On utilise la relaxation et **un support** permettant l'association d'idées du moment présent avec une situation agréable : la musique est un très bon fil conducteur.



Ainsi, la relaxation va faciliter l'hypnose, permettant une détente complète, Cette relaxation, y compris au niveau du visage et des mâchoires, va faciliter les soins.

Protocole :

Le jour des soins, le praticien et le patient peuvent ouvrir une porte et rejoindre mentalement une situation précédemment évoquée pour se détendre et se détacher du contexte angoissant de la dentisterie.

L'intervention dure un peu plus longtemps, mais le bien-être obtenu (absence de douleur et de stress) le justifie pleinement.

L'hypnose n'empêche pas toujours l'anesthésie :

Dans certains cas, une anesthésie locale reste nécessaire, l'hypnose demeurant alors une aide précieuse. Même si on utilise un anesthésiant, on injecte moins de produit. La personne a moins peur, elle a aussi moins mal.



L'hypnose est une technique assez simple dont l'administration demande peu de temps et peut se faire avec la plupart des patients. La plus belle récompense : voir le patient se lever, le sourire aux lèvres.