

A qui s'adresser ?

- Votre chirurgien lors de votre consultation
- Secrétaires médicales lors de votre consultation
- L'anesthésiste lors de la consultation préopératoire
- Personnel de l'ambulatorio
- Secrétaire lors de votre pré-admission

Maud Rinuccini (infirmière hypnothérapeute)

05 19 76 15 33

hypnotherapie@polyclinique-limoges.fr



Pôle Ophtalmologie Chénieux : 15 rue du Général Catroux - 87039 Limoges Cedex I

Accueil : 05 55 45 44 60

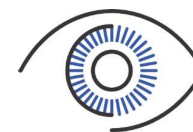
Infirmières : 05 55 45 44 80

polyclinique-limoges.com

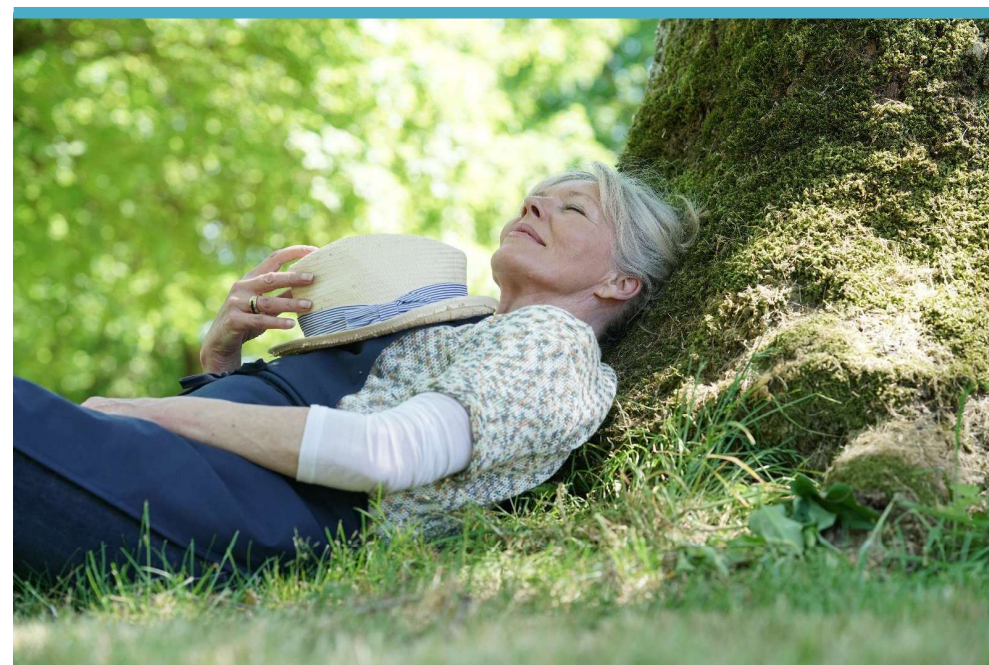
Polyclinique de Limoges - juin 2023- N° SIREN : 453 102 717 –
IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique



HYPNOSE CLINIQUE EN OPHTALMOLOGIE



**OPHTALMOLOGIE
CHÉNIEUX**



L'hypnose clinique aide à traverser plus confortablement certaines situations de soins.

Afin que vous puissiez en bénéficier, la Polyclinique de Limoges permet à une infirmière hypnothérapeute de pratiquer cette approche relationnelle.

C'est quoi l'hypnose ?

L'hypnose est utilisée pour atteindre un objectif thérapeutique précis.

Elle consiste à induire par la parole un **état de conscience modifié** pendant lequel l'attention se focalise et vous rend plus réceptif(ve) aux suggestions.

Cet état n'a rien de mystérieux. C'est une disposition naturelle du cerveau que nous avons déjà tous expérimentée par exemple dans des situations de la vie courante.

En fait, chaque fois que nous sommes très concentrés sur une activité en cours, nous sommes en état d'hypnose. Par exemple, pendant une lecture passionnante, notre attention est alors focalisée sur le texte au point de ne plus ressentir ce qui se passe autour de nous.

Cet état de conscience ne s'apparente pas au sommeil, mais plutôt à un rêve éveillé pendant lequel vous restez en lien avec la thérapeute et où vous prenez du temps pour vous.

Pour bénéficier pleinement de l'hypnose, préparez-vous à suivre ses suggestions et à lui faire confiance.

L'objectif de l'hypnose clinique est **d'améliorer votre bien-être**.

Quels sont les indications de l'hypnose clinique ?

- Consultation préopératoire
- Avant une chirurgie
- Durant une chirurgie
- Durant un soin externe
- Gestion du stress / crise de panique
- Consultation simple
- Séance de laser
- Lasik
- IVT (injection intravitréenne de médicaments)

La séance d'hypnose est-elle payante ?

Non. Lors d'une hospitalisation, d'une consultation ou d'une IVT, l'hypnose clinique est incluse dans votre forfait.

Si vous le souhaitez, vous avez la possibilité de choisir un box confort individuel pour plus de tranquillité et une meilleure prise en charge (tarif : à partir de 55€).

Combien de temps dure une séance d'hypnose ?

Une séance dure environ **30 minutes**.

Combien de séances sont-elles nécessaires ?

Une seule séance suffit pour une intervention ponctuelle (examens, soins).

Puis-je me faire manipuler par une ou un hypnothérapeute ?

Non. Il est impossible de forcer une personne sous hypnose à faire quelque chose contre sa volonté. **Une partie de vous-même reste en contrôle pendant toute la séance.** Et vous restez **libre** de choisir parmi les suggestions proposées celles que vous jugez bénéfiques pour vous.

Contrairement à certaines croyances, **on ne dort pas pendant l'hypnose.** Il est possible d'en sortir à tout moment.

L'hypnose clinique remplace-t-elle les autres traitements ?

Non. Elle ne se substitue en aucun cas aux traitements médicamenteux ou chirurgicaux et ne guérit pas un organe malade. Elle agit en association avec les traitements.

Cette approche est-elle reconnue scientifiquement ?

Oui. Des études d'imagerie cérébrale ont montré, par exemple, que lors des séances d'hypnose visant à **diminuer des sensations douloureuses**, l'activité des zones cérébrales impliquées dans la douleur est modifiée.

D'autres études ont confirmé **l'augmentation du bien-être** de la personne quand l'hypnose est utilisée dans un contexte de maladie ou de soins.