

*Préambule : Le résumé suivant est rédigé à partir de notes prises au vol. Des erreurs ou fautes de frappe sont possibles.*

Voici le lien pour visualiser les visioconférences HUG-CHUV (nouveau) :

<https://mediaserver.unige.ch>

Une fois sur la page d'accueil, taper dans le champ de recherche « Visio » et choisissez la bonne année académique. Puis entrer les identifiants suivants :

user : visioR, password : 2020

## **Colloque de pédiatrie Lausanne-Genève du mardi 28 mars 2023**

### ***Trucs et astuces hypnotiques pour les pédiatres installés***

Orateurs : Dr Benjy Wosinski et Dre Nuria Gracia Segarra

L'hypnose peut être considérée comme une musculation du cerveau, avec possibilité d'activer ou d'éteindre des parties du cerveau. Il a été prouvé que l'auto-hypnose permet un développement du cerveau.

Le cas d'un enfant de 13 ans et demi présentant des douleurs sert de cas prétexte. Il s'agit d'une fille en bonne santé habituelle, perfectionniste.

En 2021 elle a présenté des hyperménorrhées, des cycles irréguliers nécessitant des traitements de Duphaston et de cyklokapron. Ce problème a nécessité de multiples consultations, un traitement antalgique par ibuprofène, et il en a résulté une anémie ferriprive nécessitant une supplémentation avec tolérance digestive médiocre.

En mai 2022, elle a présenté des douleurs épigastriques. On relevait un stress scolaire, un traitement d'oméprazole pour une gastrite de stress a été introduit. Il est proposé un suivi psychologique.

Fin 2022, les perturbations du cycle menstruel sont réapparues, avec un absentéisme scolaire, des douleurs abdominales.

Un bilan complet a permis d'écarter une cœliaquie, il persistait une carence martiale. Il y a eu de multiples consultations pour des douleurs différentes. L'échographie abdominale est normale, la calprotectine fécale normale.

Début 2023, un diagnostic de problème fonctionnel a été posé. Comment prendre en charge ce problème ? Un traitement d'hypnose est envisagé.

Différentes techniques d'hypnose sont présentées.

L'âge cible idéal est de 7 à 12 ans, car l'enfant est très dans le moment présent. Il est également possible de prendre en charge des enfants moins âgés, ou des enfants plus âgés, où la communication est plus utilisée. Chez les plus âgés, l'aspect rationnel peut entraîner une gêne avec un doute sur l'hypnose. Chez le plus jeune, une approche avec le dessin, les peluches, sont possibles.

Les techniques par dessin peuvent prendre du temps, jusqu'à 45 minutes. Les exercices peuvent être répétés.

Différentes techniques sont expliquées :

**La machine** : La machine s'attache à une partie du corps ou à un problème, comme par exemple la machine à toux, ou la machine à douleur, ou la machine sociale.

**La salle de contrôle** : Le dessin de la salle de contrôle permet le réglage de la douleur, du stress.

**Le monde magique** : Par exemple, il y a le monde des smiley, où le smiley magique donne son énergie dans le corps. Il peut aussi avoir le monde du stress, avec illustration métaphorique des problèmes pour les résoudre.

**La fleur du calme (ou de la confiance, ou de l'énergie)** : Une fleur est dessinée avec de grands pétales. On inscrit un mot important au centre, puis l'enfant suit avec le doigt le dessin de chaque pétale avec inspiration et expiration. Cette technique est très utile pour la gestion du stress.

**La maison des émotions**. Une maison est dessinée avec de multiples pièces, une chambre pour la colère, une autre pour la tristesse, la peur, la joie. L'aménagement est important. Il y a également un moyen de transport pour aller dans la maison. Et des aménagements externes.

**Les boîtes** : Boîtes à peur, boîtes à colère. Il est possible de dessiner le problème puis de jeter le dessin dans la boîte.

**Les balles aspirateurs** : Elle permet un travail sur les émotions désagréables, le stress, la douleur. On invite le magicien par l'imaginaire pour rendre une balle magique. Ensuite il faut activer la balle. Puis il y a une exploration de tout le corps, à la recherche de douleur, ou de peur, ou de colère. Ensuite, ces émotions sont mises dans la balle. Ensuite une formule magique permet de les éliminer.

**Le nettoyage des souvenirs** : Il peut y avoir un blocage à cause d'un souvenir ou d'une pensée en boucle, et faire une élimination est favorable. Néanmoins cette technique peut être risquée au-dessus de 12 ans car il y a un risque de réactiver les souvenirs. Il s'agit d'une exploration de la mémoire qui est considérée comme une grande bibliothèque, les mauvais souvenirs sont jetés, puis finalement on fait un nettoyage à l'aspirateur.

**Transformation d'un problème avec des formes et des couleurs**. Le problème est trouvé, puis il faut le dessiner (formulation par le dessin), puis transformer le problème. La technique permet de contourner les mots. Ensuite il y a une discussion et explications.

Les limites de ces différentes méthodes sont un manque de motivation de l'enfant. Bien cerner les besoins et l'intérêt de l'enfant.

Compte-rendu du Dr Vincent Liberek

[vliberek@bluewin.ch](mailto:vliberek@bluewin.ch)

Transmis par le laboratoire MGD

[colloque@labomgd.ch](mailto:colloque@labomgd.ch)