

Questions Réponses

Quand emmener son enfant aux urgences ?

Les urgences pédiatriques des hôpitaux sont saturées par de "fausses" alertes, les vraies ne concernant que 5 % des cas. Résultat : des délais d'attente inacceptables et un risque accru d'infection pour les tout-petits.

Quel est le rôle des services d'urgences pédiatriques ?

Ils accueillent et prennent en charge des enfants en situation d'urgence réelle, dont la vie est en jeu (détresse respiratoire, maladie neurologique...). Mais aussi des tout-petits avec une forte fièvre, une diarrhée ayant évolué dans un temps très court ou dont le comportement a brutalement changé. Autant de cas pour lesquels il faut pratiquer des gestes thérapeutiques ou des examens qu'un médecin ne peut effectuer dans son cabinet.

Dans quelles situations faut-il s'abstenir d'aller aux urgences ?

C'est une affaire de bon sens. Une diarrhée débutante chez un bébé de plus de 9 mois ne nécessite pas une consultation urgente. Seulement 5 % des diarrhées aiguës sont susceptibles de conduire à une déshydratation. Idem pour les bronchiolites aiguës du nourrisson : 95 % peuvent être traitées en ville. Ces consultations inappropriées sont autant d'entraves à la prise en charge des vraies urgences. Et parfois, des nouveaux sont amenés aux urgences pour des problèmes mineurs au risque d'être contaminés par les virus des plus grands.

Existe-t-il des projets d'alternative aux urgences pédiatriques ?

On pourrait créer des centres de proximité ouverts jusqu'à minuit, avec des généralistes ou des pédiatres travaillant en collaboration avec les urgences. Il en existe déjà à Marseille et dans le Nord. Ou développer des consultations pédiatriques par téléphone, comme à l'hôpital Ambroise-Paré, dans la banlieue parisienne.

Pr Antoine Bourmillon, chef du service de pédiatrie générale à l'hôpital Robert-Debré, à Paris*

* Auteur du livre « Nos enfants sont-ils bien soignés ? », aux éditions Masson.



70%
de succès
si vous voulez
arrêter de fumer

80%
de succès
si vous souffrez
de troubles du
comportement
alimentaire

70%
de succès
en cas de phobie



Un moyen de soulager la douleur

L'hypnose donne aussi des résultats plutôt prometteurs dans le traitement des douleurs aiguës ou chroniques, notamment chez les enfants.

Hypnose médicale peut-on y croire ?

Pratique médicale assez méconnue, l'hypnose offre souvent de vraies solutions. En France, cinquante médecins ou psychologues hypnothérapeutes la proposent à leurs patients.

un quelconque pouvoir sur le patient. D'ailleurs nous tenons beaucoup à préciser que nos patients ne sont pas "sous hypnose", mais "en hypnose". Ce qui change le fondement même de notre pratique. « Les hypnothérapeutes n'utilisent pas l'hypnose de façon systématique. Ils la proposent lorsqu'ils sentent que leurs patients pourraient y trouver une réponse à leur problème. Dans d'autres cas, c'est le patient qui est demandeur.

Une relaxation profonde

« Notre cerveau gauche est le siège du conscient et de la rationalisation, explique le docteur Joly. En hypnose, nous déconnectons cette partie du cerveau pour faire "parler" la partie droite, siège de l'imagination. On dépotentialise le conscient du patient en évoquant, par exemple, un souvenir heureux. Il peut alors entrer dans une sorte de transe légère, moyenne ou profonde, mais il garde la maîtrise de son état et ne dort pas. Il s'agit d'une hyperacuité sensorielle durant laquelle les phases de vigilance ondulent. Nous guidons ainsi la personne afin qu'elle aille là où elle veut aller pour exploi-

ter ses ressources inexploitées. L'hypnose permet au patient de restaurer une meilleure communication avec lui-même. »

Pour les accros au tabac

Parmi les nombreux moyens proposés pour arrêter de fumer, l'hypnose donne de bons résultats : le taux de succès se situe autour de 70 %. Mais la motivation est indispensable. « Une grande partie de la première séance est consacrée à l'analyse des motivations. Je cherche à connaître l'importance des dépendances comportementales, physique et psychologique, souligne le docteur Jean-Pierre Joly. Puis la séance se termine par de l'hypnose permettant une relaxation profonde. Je ne demande jamais à mes patients d'arrêter d'un seul coup de fumer. Trois jours avant le deuxième rendez-vous, je leur demande de me rapporter une feuille sur laquelle ils ont écrit leurs motivations et leurs éventuels freins à l'arrêt du tabac. Cette séance se passe en hypnose en utilisant leur liste. »

L'hypnose est aussi parfaitement indiquée dans les cas de phobies, car elle permet de faire sor-

tir la personne de son enfermement en faisant justement appel aux ressources de son inconscient. Dans 70 % des cas, sept à huit séances sont indispensables pour ne plus être phobique.

Boulimie, anorexie...

Les troubles du comportement alimentaires, la boulimie et certaines anorexies, trouvent des réponses très satisfaisantes dans 75 à 80 % des cas, en quatre à cinq séances. Les maladies de peau, comme le psoriasis ou l'eczéma, et les allergies, sont aussi très souvent atténuées, voire soignées, en quatre à cinq séances. L'hypnose est pratiquée par des médecins en cabinet privé. Mais les hôpitaux sont de plus en plus nombreux à ouvrir leurs services à des hypnothérapeutes. Ceux-ci apportent leurs compétences pour soulager la douleur chronique, celle des enfants atteints de cancer ou celle des grands brûlés par exemple. ■

Rosine Depoix



J'ai arrêté de fumer après deux séances

Après avoir tenté seule d'arrêter de fumer, après ma deuxième grossesse, je me suis adressée à un hypnothérapeute. J'étais très motivée. Durant les deux séances d'une heure environ, je n'ai jamais perdu conscience. J'étais dans un état de relaxation proche de l'endormissement. Le médecin me parlait de choses très personnelles sur mes envies et mes motivations. La deuxième séance a eu lieu une dizaine de jours après. C'était il y a un mois. Depuis, je n'ai pas repris une seule cigarette. Il me reste encore des automatismes et des moments délicats, mais le dégoût et la motivation sont plus forts que l'envie. Hélène, Lille.

Lundi prochain
Cardiologie : les biotechnologies arrivent