

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

L'hypnose médicale pour soulager la dyspnée : première preuve expérimentale

Paris, le 11 octobre 2024,

Une étude expérimentale menée par une équipe de chercheuses et de chercheurs de Sorbonne Université, de l'Inserm et de l'AP-HP a permis de démontrer que l'hypnose médicale peut soulager la dyspnée chez les patients atteints de maladie respiratoires chroniques. Soulager la souffrance respiratoire constitue un enjeu clinique et éthique fondamental. Malheureusement, c'est un domaine dans lequel peu de solutions sont disponibles et peu de recherches sont effectuées, d'où l'importance de cette nouvelle étude expérimentale faisant l'objet d'une publication dans [European Respiratory Journal](#).

Les patients atteints de maladies respiratoires chroniques (10 millions de personnes en France¹) souffrent d'avoir du mal à respirer ("dyspnée"). Ce symptôme peut persister malgré les traitements, lorsque les anomalies pulmonaires ne peuvent pas être guéries, constituant une source majeure de handicap. Il convient alors de traiter la souffrance elle-même en plus du traitement de la cause, comme on le fait dans la douleur chronique. Ce traitement symptomatique peut être médicamenteux (essentiellement la morphine, dont l'efficacité est modérée, et qui présente de nombreux inconvénients) ou non-médicamenteux. L'hypnose médicale est donc une réponse logique au traitement de la dyspnée persistante, au regard de ses effets démontrés sur la douleur chronique.

L'étude a été menée au sein de l'unité de recherche *UMRS 1158 Neurophysiologie Respiratoire Expérimentale et Clinique* dirigé par Thomas Similowski, en collaboration avec une équipe composée de Capucine Morélot-Panzini, Cécile Arveiller-Carvalho, Isabelle Rivals, Nicolas Wattiez, Sophie Lavault, Agnès Brion, Laure Serresse, Christian Straus et Marie-Cécile Niérat. Ensemble, ils ont testé l'effet de l'hypnose médicale sur la souffrance respiratoire induite expérimentalement chez des volontaires sains (en les faisant respirer dans une sorte de paille ou dans un sac rempli de dioxyde de carbone), et comparé cet effet à celui d'une distraction visuelle.

L'hypnose s'est avérée capable de soulager la dyspnée chez les participants, même lorsque le dispositif à l'origine de ce symptôme était toujours en place, comme c'est le cas chez certains patients dont les lésions sont irréversibles. En revanche, la distraction visuelle n'a montré aucun effet. Parallèlement, l'hypnose a atténué des modifications de l'électroencéphalogramme caractéristiquement associées à la dyspnée.

Il s'agit de la première étude montrant que l'hypnose médicale peut soulager la dyspnée. Ces résultats prometteurs permettent de justifier la réalisation d'études cliniques chez des patients.

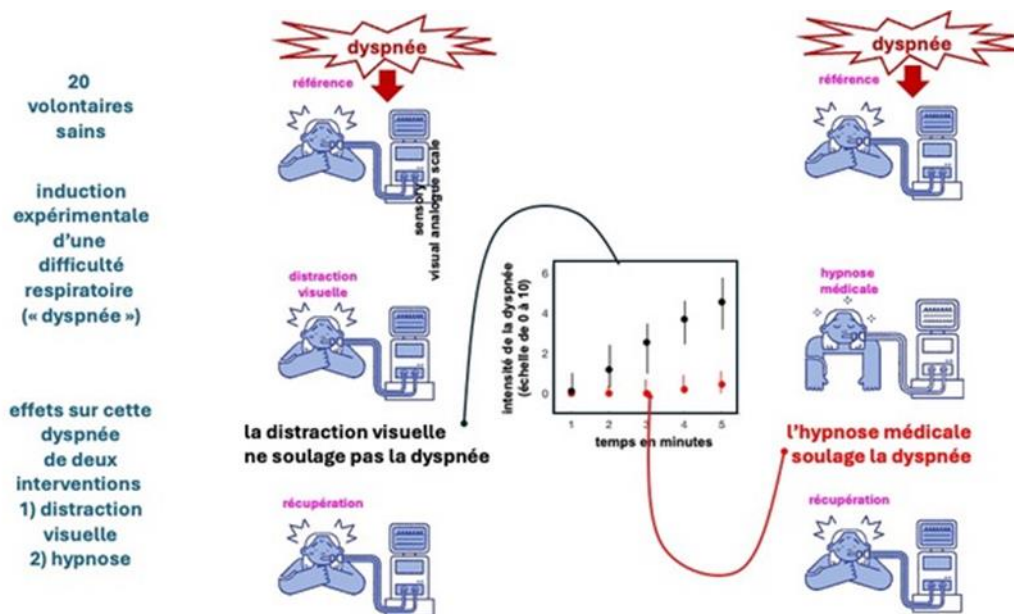


Schéma récapitulatif de l'étude publiée dans l'European Respiratory Journal. Sur le graphique au centre, les points noirs indiquent l'augmentation de l'intensité de la dyspnée à mesure que le temps passe lors d'une stimulation provocatrice de dyspnée, dans la condition "distraction visuelle". Les points rouges montrent que dans la condition "hypnose", il n'y a pratiquement pas de dyspnée.

¹ Source : Thomas Similowski, Guillaume Jacquement. Les superpouvoirs de la respiration, chapitre 7. Albin Michel, Paris, 2024.

À propos de Sorbonne Université :

Sorbonne Université est une université pluridisciplinaire de recherche intensive de rang mondial couvrant les champs disciplinaires des lettres et humanités, de la santé, et des sciences et ingénierie. Ancrée au cœur de Paris et présente en région, Sorbonne Université compte 53 000 étudiants, 7 100 personnels d'enseignement et de recherche, et plus d'une centaine de laboratoires. Aux côtés de ses partenaires de l'Alliance Sorbonne Université, et via ses instituts et initiatives pluridisciplinaires, elle conduit et programme des activités de recherche et de formation afin de renforcer sa contribution collective aux défis de trois grandes transitions : approche globale de la santé (One Health), ressources pour une planète durable (One Earth), sociétés, langues et cultures en mutation (One Humanity). Sorbonne Université est investie dans les domaines de l'innovation et de la deeptech avec la Cité de l'innovation Sorbonne Université, plus de 15 000 m² dédiés à l'innovation, l'incubation et au lien entre recherche et entrepreneuriat mais aussi Sorbonne Center of Artificial Intelligence (SCAI), une « maison de l'IA » en plein cœur de Paris, pour organiser et rendre visible la recherche multidisciplinaire en IA. Sorbonne Université est également membre de l'Alliance 4EU+, un modèle novateur d'université européenne qui développe des partenariats stratégiques internationaux et promeut l'ouverture de sa communauté sur le reste du monde. <https://www.sorbonne-universite.fr>

Contacts presse

Manon Durocher - Sorbonne Université
01 44 27 92 49 - 06 20 38 01 63
presse@sorbonne-universite.fr

Paulina Ciucka-Laurent

01 44 27 75 21 - 06 19 95 80 61
presse@sorbonne-universite.fr

Claire de Thoisy-Méchin – Sorbonne Université
01 44 27 23 34 - 06 74 03 40 19
presse@sorbonne-universite.fr