# Du violoncelle contre la douleur

Zitouni IMOUNACHEN - 2016-07-18 00:48:53 - Vu sur pharmacie.ma

Le Dr Gomas, coordinateur du Centre Douleurs Chroniques et Soins Palliatifs de l'hôpital parisien, a été convaincu de l'intérêt de l'art-thérapie grâce à sa rencontre avec la violoncelliste musicothérapeute Claire Oppert. La jeune femme, qui travaillait alors auprès de patients atteints d'Alzheimer dans des EHPAD (Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes), accepte de participer à un projet structuré visant à mesurer les effets bénéfiques de séances de musique vivante chez des patients en soins palliatifs, souvent soumis à des soins douloureux (pansement d'escarre, toilette, pose de cathéter veineux…). « Les premiers résultats sont extraordinaires, la plupart des patients sont touchés au plus profond d'eux-mêmes », explique la musicienne.

Financé par le Fondation Apicil qui lutte contre la douleur, le projet a débuté en 2014. Il s'est fixé comme objectif de mesurer les effets d'une à trois séances de musique vivante jouée en direct lors d'actes douloureux, dans les chambres de 200 patients. Chaque séance, d'une durée moyenne 15 à 20 minutes, se construit en collaboration avec l'équipe médicale et la famille.

Claire Oppert précise avoir choisi le violoncelle car c'est un instrument proche de la voix humaine, « avec des fréquences facilement accessibles » quel que soit le niveau socioculturel ou l'état cognitif du patient. L'idée est de provoquer une « contre-stimulation sensorielle », soit réduire un excès de stimulation chez des patients confrontés à des douleurs aiguës ou chroniques, explique le Dr Gomas. Sont notamment évalués la tension artérielle et la fréquence respiratoire, mais aussi le ressenti émotionnel du malade et de son entourage. La douleur est estimée soit par des échelles d'autoévaluation, soit comportementales. Des résultats préliminaires de l'étude font état d'une atténuation de la douleur de 10 à 30 %.

Ces expériences viennent s'ajouter aux autres méthodes recommandées par la Haute Autorité de Santé (HAS) comme la sophrologie, l'hypnose ou la relaxation pour le soulagement des douleurs.