

La relaxation à Trouseau

*Comment faire boire
l'âne qui n'a pas soif...*

Pr Daniel Annequin

- Psychiatre
- Médecin de la douleur
- Anesthésiste



Mission Impossible

Amener un adolescent en rupture avec la société,
adepte du passage à l'acte et placé en foyer à:

- s'allonger , respirer sereinement
- percevoir le poids, la chaleur de son corps
- écouter les consignes d'une psychologue et dialoguer sur ses soucis, ses colères, ses peurs, ses désirs...

1982 Ce premier contact avec la relaxation thérapeutique , dans un foyer de semi liberté a été déterminant pour moi

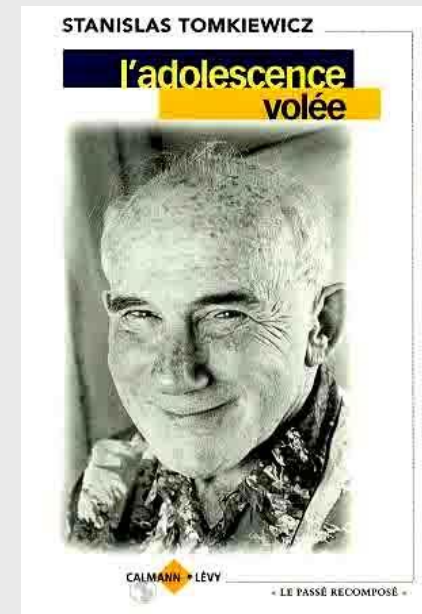
Dr Stanislaw tomkiewicz 1925- 2003

Pédiatre et psychiatre

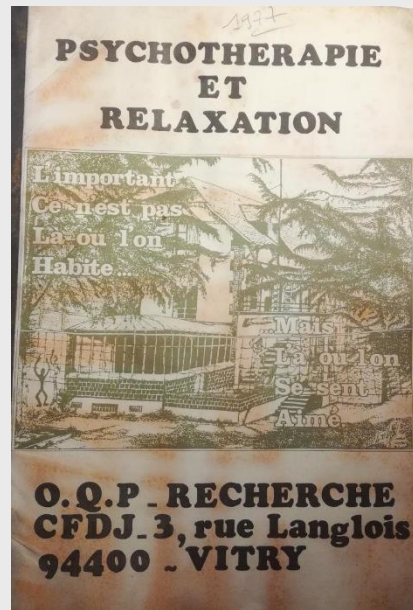
Directeur recherche INSERM U 69

- Polyhandicap
- Anorexie
- Adolescence
- Adolescents délinquants
- Maltraitance institutionnelle
- Droits des enfants

*Ce n'est que depuis 20 ans que les médecins ont commencé à percevoir ce que savaient très bien les enfants, les jeunes infirmières, les jeunes étudiants en médecine à savoir que **les hôpitaux pour les enfants étaient des véritables lieux de torture** . **Tas pas de raison d'avoir mal 2002***



Claude Martin 1940-1983



- Psychologue CFDJ
- 1963_1981
- Formée par J. Berges

Calendrier

- 1979 CES Anesthésie (Tenon puis Trousseau)
- 1983 apprenti psychiatre CFDJ
 - Michel Sapir
- 1989 CES psychiatrie
- 1993 création UFAP
 - Formation Berges
 - Douleur aiguë, PCA, MEOPA
 - Initiation migraine
- 1996 début relaxation Therap CB et ICL
 - Fonds associatifs

- 1998 Etude montrant les bénéfiques méthodes psycho corporelles.
- 1998 Première étude épidémiologique sur 1035 enfants scolarisés à Paris
- 2002 Creation du Centre de référence de la migraine
 - Modelé bio psycho social
 - 3 psy ETP
- 2004
 - DVD relaxation/hypnose chez l'enfant
 - Livret migraine enfant Sparadrap
 - www.migraine-enfant.org
- 2014 Ouvrage SPRINGER
- 2015 livret ado
- 2017 DA retraite, jeune psychiatre
- 2018...



Efficacité de deux moyens non pharmacologiques (la relaxation et l'hypnose) en traitement de fond chez l'enfant migraineux.

Étude randomisée contrôlée



- accord du CCPRB
- 41 enfants âgés de 6 à 15 ans (11.9 ± 2.4)
- au moins 3 crises mensuelles de migraine (IHS)
- même traitement de crise médicamenteux (AINS)
- randomisés en trois groupes :
 - Groupe contrôle (pas de traitement de fond)
 - Relaxation (12 sessions sur une période de 3 mois)
 - Hypnose (12 sessions sur une période de 3 mois)

Durée: six mois; à chaque crise :

- l'intensité douloureuse (0 - 10)
- la durée de la crise

Résultats

Nombre de crise/mois*

intensité douleur (0 -10)

Évaluation initiale

Contrôle	5.3 ± 2.0	7.6 ± 1
Hypnose	5.0 ± 2.0	8.1 ± 1.2
Relaxation	5.5 ± 2.2	8.5 ± 0.9

Évaluation à 3 mois

Contrôle	3.8 ± 0.9**	6.5 ± 1
hypnose	2.3 ± 1.6	5.8 ± 0.7
relaxation	2.4 ± 1.1	5.9 ± 2

Rapidité de l'effet***

30 %**
68.9 %
67 %

Evaluation à 6 mois

Contrôle	4.1 ± 2.7**	6.3 ± 1.0
hypnose 1	2.2 ± 0.9	5.0 ± 0.8
relaxation	2.1 ± 0.6	5.7 ± 1.5

Rapidité de l'effet (6 mois)

40.6 %**
75.1%
65.9 %

*moyenne (±SD).

** p<0.05 ANOVA sur 3 groupes.

*** Pourcentage de crises dont l'intensité diminue d'au moins 50 %, une heure après le traitement de crise



..... Accueil

Actualités

Bibliographie

- ▶ Publications principales
- ▶ Publications diverses
- ▶ Thèses inspirées
- ▶ Entre rêve et réalité
- ▶ Publications posthumes
- ▶ Articles en texte intégral
- ▶ Livres disponibles

Médias

- ▶ Photos
- ▶ Audio
- ▶ Vidéo

Les hommages

L'Association

- ▶ Statuts
- ▶ Le Bureau
- ▶ L'assemblée Générale
- ▶ Adhésions

Forum

Liens

Recherche :

Bienvenue sur le site de L'Association des Amis de Stanislaw Tomkiewicz.



ACTUALITES

Journée AFIREM - Paris - 24 Mai 2013
VIOLENCES INSTITUTIONNELLES
JOURNÉE EN HOMMAGE A STANISLAS TOMKIEWICZ

[Cliquez ici pour en savoir plus et pour vous inscrire](#)



www.migraine-enfant.org

