

Le CHE innove dans la prise en charge du psychotraumatisme

Depuis janvier 2021, une équipe pluridisciplinaire du centre hospitalier d'Erstein (CHE) s'occupe des personnes souffrant de psychotraumatisme. La théorie dite d'exposition est au cœur de ce nouveau parcours de soins qui traite simultanément les aspects psychiques et psychocorporels.

Le centre hospitalier d'Erstein (CHE) offre depuis plusieurs mois un nouveau parcours de soins dédié aux adultes ayant subi une ou plusieurs situations traumatiques (guerre, agression physique ou sexuelle, violence intra-familiale, attentat, accident...) pouvant induire des troubles psychiques durables et complexes.

« Jusqu'ici, ce vécu traumatique n'était pas pris en compte de manière spécifique »

Point de départ de ce dispositif unique dans la région ? « La forte prévalence chez les patients suivis par les équipes du centre médico-psychologique (CMP) d'antécédents traumatiques sexuels adultes et infantiles, indique le Dr Amandine Klipfel, médecin référent. Nous sommes donc partis de l'hypothèse que ces derniers avaient forcément un impact sur leurs souffrances actuelles. Or, jusqu'ici, ce vécu traumatique n'était pas pris en compte de manière spécifique. »

Un protocole à durée limitée, basé sur une prise en charge simultanée des aspects psychologiques et psychocorporels ne nécessitant pas d'hospitalisation, a ainsi été imaginé par une équipe pluridisciplinaire de 15 personnes. Il débute par une phase de stabilisation.

« Cette étape prend une à trois semaines en fonction des patients,



Depuis 17 mois, le centre hospitalier d'Erstein (CHE) offre un nouveau parcours de soins dédié à la prise en charge du psychotraumatisme. Photo DNA/Valérie WACKENHEIM

confie Cindy Breysach, infirmière référente. On aborde avec eux des notions théoriques, on présente la symptomatologie : autant d'éléments qui leur permettent de faire des liens avec leur propre situation. » À ce stade, l'objectif est d'établir un lien de confiance pour les préparer au mieux à la deuxième étape, celle de l'exposition au souvenir traumatique. » Et si traitement médicamenteux il y a, « il peut être réévalué et adapté lors de consultations médicales. »

Cette phase dite « d'exposition » est au cœur de cette nouvelle offre de soins. « Elle comporte six à dix séances en fonction de l'ampleur et du nombre de traumatismes », explique le Dr Amandine Klipfel. Le

principe ? « Le patient, accompagné par une infirmière, y expose de manière factuelle et par écrit ses souvenirs traumatiques. Il va relire cette narration à haute voix lors de chaque rendez-vous jusqu'à obtention de ce qu'on appelle l'habituation. »

Enfin, les victimes d'agressions physiques et sexuelles se voient proposer un parcours de « réparation ». Il comprend, entre autres, des ateliers psycho-corporels de lutte contre la sidération traumatique, des ateliers d'escalades et d'équithérapie. « Le cheval fait ici office de médiateur. Il permet de travailler la confiance en soi et en l'autre, détaille Cindy Breysach. Sa force et sa puissance renvoient à la figure paternelle et permettent de calmer les patients à tendance colériques. Sa douceur évoque quant à elle l'aspect maternel. Toucher l'animal, le masser permet de rassurer et d'apaiser les personnes anxieuses. »

Escalade, shiatsu, équithérapie, hypnose, aromathérapie

Dans ce cadre, fin 2021, des séances de théâtre ont aussi été proposées. « Pour l'heure, elles ont été suspendues, faute de moyen », confie la médecin référente. Pour le relancer, le CHE d'Erstein a répondu à un appel d'offres auprès de l'Agence régionale de santé (ARS),

qui s'est soldé par une réponse négative. Le fonds pour les femmes de l'Oréal a également été sollicité : « Le dossier est en cours d'analyse », confie Véronique Lecomte, directrice adjointe du CHE.

Tout au long de ce parcours, les patients bénéficient également de séances de Shiatsu, d'aromathérapie ou l'hypnose. « Des séances d'escalade individuelle peuvent également être programmées dès la phase de stabilisation afin d'améliorer la confiance en soi et de faciliter l'entrée dans la phase d'exposition », précise Christine Ruch, éducatrice spécialisée. Au fil des séances, durant lesquelles un infirmier est présent, l'évolution est incroyablement. C'est la discipline qui veut ça : elle demande à la fois la maîtrise et l'engagement de soi. Elle mène, pas à pas les patients qui sont souvent dans l'hyper-contrôle, vers le lâcher prise. Pour beaucoup, elle permet de se vider la tête et de ne plus souffrir sur l'instant. Une fois en haut du mur, il faut aussi faire confiance à celui qui vous assure pour la descente. »

Les patients présentant un traumatisme complexe, c'est-à-dire répétés, infantiles, entravant le neuro-développement émotionnel et relationnel de l'individu jusqu'à aboutir à des troubles chroniques et fortement handicapants à l'âge adulte, bénéficient d'une prise en charge personnalisée dans laquelle la phase de stabilisation est renfor-

85 % de taux de réussite

Jusqu'à 64 personnes, dont 85 % de femmes, ont déjà suivi la nouvelle trajectoire de soins proposée par le CHE. 72 % des traumatisés concernaient des violences sexuelles, avec 18 % de cas d'incestes et 38 % de cas d'agressions sexuelles sur mineurs. L'âge moyen des patients au moment de la prise en charge est de 35 ans. Chez 85 %, d'entre elles, le protocole a permis la disparition des symptômes post-traumatiques. Un tiers des patients ont progressivement pu arrêter leur suivi au centre médico-psychologique du CHE. Les patientes, une fois ce parcours terminé, peuvent être mises en lien avec une sage-femme libérale pour continuer, entre autres, le travail de réappropriation du corps.

cée. Ceux présentant un traumatisme simple, survenu une fois dans leur existence et impactant fortement leur quotidien, peuvent à leur demande, intégrer les premières étapes de ce nouveau parcours. Dans les deux cas, il arrive que les patients soient déjà suivis dans la file active de soins du CMP du CHE.

« Notre équipe est jeune et dynamique, poursuit le Dr Amandine Klipfel. Pour améliorer la prise en charge, nous nous appuyons quotidiennement sur l'expérience clinique et les retours de nos patients afin de bien coller à leur problématique et de créer une offre de soins pour leur venir en aide. D'un point de vue scientifique, nous avons déjà publié deux articles et participé à plusieurs congrès. Ce parcours permet aussi de désigmatiser la psychiatrie, de développer une approche moderne, ouverte à différentes méthodes. »

Par la suite, l'art-thérapie devrait être développée au sein du parcours de réparation. « Nous souhaiterions aussi nous doter de moyens humains supplémentaires afin de pouvoir répondre à une demande croissante de prise en charge », déclare le Dr Amandine Klipfel.



« Des séances d'escalade individuelle peuvent également être programmées dès la phase de stabilisation afin d'améliorer la confiance en soi et de faciliter l'entrée dans la phase d'exposition », précise Christine Ruch, éducatrice spécialisée. Archives DNA/Jean-Paul KAISER

« Écouter les bleus de l'âme »

À toutes les étapes du nouveau parcours de soins dédié au psychotraumatisme, les patients peuvent bénéficier d'un accompagnement en shiatsu, aromathérapie et/ou hypnose.

« Le shiatsu est une technique japonaise d'inspiration chinoise qui a vu le jour en 1947 dans le contexte de la Seconde Guerre mondiale (Nagasaki et Hiroshima), explique Laurence Schwoob, infirmière et maître en la discipline. Elle consiste en des pressions douces et non-invasives, c'est-à-dire sans aiguille, et réalisées avec les doigts. L'objectif est d'apaiser le patient et de l'aider à se reconnecter à son corps. On définit avec lui la prise en charge et les points que l'on va faire. »

Au fil des séances, « certains symptômes – cystite, règles doulou-



Tout au long du parcours de soins, les patients peuvent bénéficier de séance de shiatsu, d'aromathérapie et d'hypnose. Archives DNA/Alain DESTOUCHES

reuses – disparaissent. Et, petit à petit, de lui-même, le patient arrive

à évoquer sans retenue le pourquoi de la consultation. Je dis souvent

que nous sommes là pour écouter les bleus de l'âme et que la maladie est un message que le thérapeute interprète. L'aromathérapie constitue aussi un très bon levier qui permet de travailler sur le cerveau limbique, le cerveau de nos émotions. »

Quant à l'hypnose ? « Une personne de l'équipe est déjà formée, indique Carmen Schenk, cadre supérieure de santé engagée dans ce nouveau dispositif. Et deux autres sont en cours de formation. » Cette technique a déjà prouvé son efficacité dans le traitement du psychotraumatisme. « Elle permet de faire émerger des souvenirs, de les mettre à distance via l'appel d'images positives », précise Laurence Schwoob.