



LA SONOTHERAPIE POUR ACCOMPAGNER LES PROCHES DES PATIENTS HOSPITALISES EN SOINS PALLIATIFS

Le service de Soins palliatifs du CHU de Saint-Etienne propose différents soins de supports, comme la sonothérapie pour compléter non seulement l'accompagnement des patients hospitalisés mais également de leurs proches.

Dans le cadre du débat actuel sur la fin de vie, le CHU privilégie l'accompagnement des proches en leur proposant cette expérience originale. Elle revêt une résonance particulière en prenant en compte l'entourage et en faisant partager l'expérience de cette activité proposée aux patients.

Des soins pour accompagner le patient

Le service de Soins palliatifs prend en charge des patients présentant une maladie grave évolutive et terminale.

En complément des traitements médicamenteux, et dans un souci d'amélioration constante du confort et du mieux-être des patients, l'équipe soignante a développé des approches plurielles et complémentaires : présence de bénévoles, soins en diététique, relaxation/sophrologie, balnéothérapie, ostéopathie (en partenariat avec l'école d'ostéopathie de Saint-Etienne) et la sonothérapie.

Les sons comme thérapie

La sonothérapie s'est progressivement développée dans le service sous l'impulsion de Cathy Lefebvre, sonothérapeute.

Depuis fin 2011, à raison de deux après-midi par semaine, l'activité est proposée aux patients en séance individuelle.

La sonothérapie utilise les sons dans une visée thérapeutique de relaxation et de mieux-être. Les instruments ont des sonorités douces, comme le carillon, le tambour de la mer (qui imite le son du ressac), le bâton de pluie, les bols chantants... La visée est de procurer aux patients des sensations agréables tant pour le corps que pour l'esprit.

Le ressenti du son, peut induire un apaisement, une détente, une paix intérieure, un moment de calme et de sérénité.

Des séances pour les proches

Devant l'intérêt, la curiosité et le questionnement des proches pour les séances, l'équipe a réfléchi à la mise en place de séances qui leur sont consacrées. Un premier temps de découverte permet une meilleure compréhension et perception de la sonothérapie. Un

questionnaire d'auto-évaluation est remis en fin de séance.

Le projet, validé par l'équipe médicale et paramédicale, est proposé depuis l'automne 2014.

Les séances « entourage proche » ont lieu sur proposition de l'art-thérapeute après avis de l'équipe paramédicale. Elles se déroulent dans un lieu dédié et au « calme » pour favoriser la détente. Une enquête de satisfaction auprès de l'entourage qui a pu en bénéficier montre des retours très positifs et conforte l'intérêt de cet accompagnement.

Les participants expriment une diminution de divers symptômes liés au stress, comme la sensation de peur, l'estomac noué, l'anxiété, les tensions et l'énerverment. L'humeur s'améliore également.