



Musique et Médecine en Nouvelle Calédonie: 10 ans d'expérience

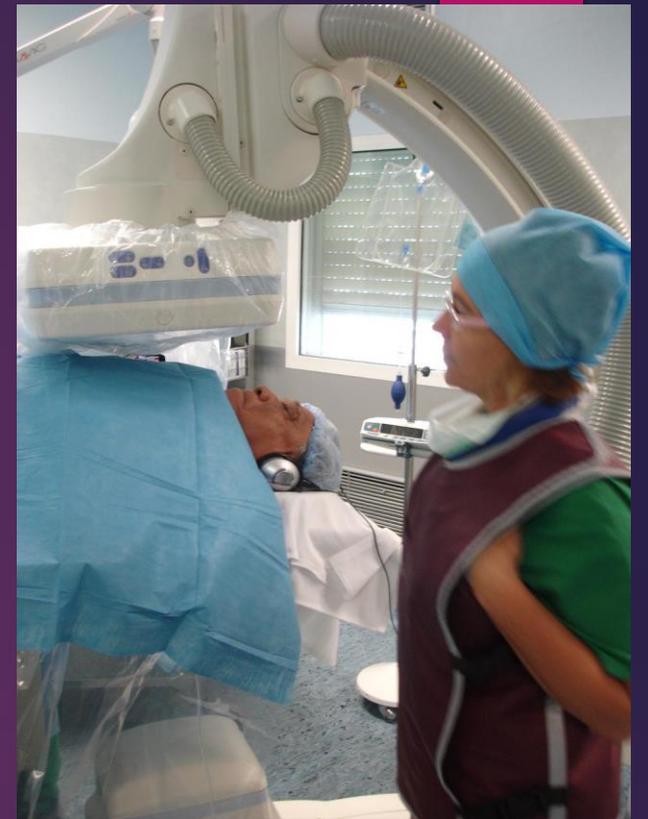
LUC BRUN

STÉPHANE GUÉTIN



2009





Nouvelle-Calédonie

Santé. Le CHT innove pour calmer les douleurs des patients

De la musique sur des maux

Le CHT s'apprête à innover en restaurant la musicothérapie dans six de ses services. Des séances d'écoute sur mesure qui ont déjà démontré leur efficacité : le patient a moins mal et prend moins de médicaments. Accouchement, soins dentaires, ponctions, troubles du sommeil, lombalgies... La musique comme un véritable antidouleur.

Morchine, antalgiques et autres analgésiques n'ont-ils bien sa teneur : la musique débarque à l'hôpital et pourrait bien leur faire un peu d'ombre. Depuis une séance de repos n'ameliorer rien, un trim de jazz peut diversifier pour la douleur d'une lombalgie. C'est testé et prouvé scientifiquement. Après dix ans de recherche en France, c'est ce qui est venu expliquer lundi 5 septembre Guénin, docteur en psychologie à l'Inserm à Montpellier, lors d'une formation dispensée aux membres du Comité de lutte contre la douleur (CLUD) du CHT.

Cinq services pilotes de l'hôpital vont ainsi être équipés de terminaux de musicothérapie : les salles d'accouchement, le stomatologie, la cardiologie, la radiologie interventionnelle et l'unité de médecine ambulatoire.

Le principe est simple. Masque sur les yeux et casque sur les oreilles, le patient s'allonge pour une séance d'écoute de vingt minutes. Une séquence de musique composée spécialement et strictement instrumentale, dont le style est choisi au goût du patient (classique, jazz, musiques du monde, reggae...). Le tout a une cadence à été bâtie « en U ». Le rythme est stimulant au départ pour recréer l'état de tension du pa-



Le chiffre

2

Scien les donne de l'espérance de vie, les séances d'écoute ont un impact positif sur la douleur, mais elles ne sont pas encore assez étudiées pour être recommandées.

Repères

Une première pour l'accouchement

Les études américaines montrent que ça marche, mais le CHT sera le premier hôpital en France à utiliser la musicothérapie pendant le travail d'accouchement. « Cela peut diminuer les douleurs, les angoisses et les crises d'angoisses, notamment pendant le pré-travail, se rappelle déjà Merveille, sage-femme à Magenta. La musique peut également être utile pour les femmes qui ne peuvent pas bénéficier de la péridurale, et pour mieux gérer le stress dans le cas des grossesses pathologiques. »

Étaient des séances de kanaké ?

Pour les séances de musicothérapie, l'infirmier dispose d'une vingtaine de séquences différentes conçues spécialement par des compositeurs renommés, tels qu'Arnold Baxhou (chef de l'orchestre symphonique de Tunisie) ou Vin Gordon (troubadour des Wallons). Pas de panique pour les indonésiens locaux, il est envisagé d'écouter les séances à la Nouvelle-Calédonie en composant des séquences de kanaké et de musique polynésienne.

d'oiseaux ou de petits sur l'eau. La fréquence respiratoire et cardiaque diminue, de même que l'état de vigilance cérébrale. Par son pouvoir « de distraction et d'hypnose », la musique amoindrit ainsi le ressenti de la douleur. « Celle-ci est liée aux émotions. Le lien entre l'esprit et le corps est fondamental. La musique crée ce lien », poursuit Stéphane Guénin.

Pour les douleurs liées aux soins, comme les ponctions, les soins dentaires, les alèses ou les pansements, la musicothérapie « sans prescription aux patients avant toute intervention. Cette technique d'appoint pourra éviter des anesthésiques et la prise de médicaments. Nous utilisons peut-être davantage pour les gastroscopies et les arthroscopies », se dit le docteur Luc Brun, président du CLUD et chef de l'unité de traitement des douleurs chroniques.

Cette dernière sera également concernée par le dispositif, par exemple pour les

lombalgies, les fibromyalgies et les troubles du sommeil. De quoi diviser le docteur par deux ou trois, d'après les résultats obtenus dans les hôpitaux de Montpellier et de Béziers, précurseurs en la matière. « L'objectif, en termes, sera que certains patients, obéses et fatigués pour ça, utilisent cette méthode à domicile via internet », annonce le docteur Brun.

Une des alternatives aux médicaments

Le CHT, l'un des premiers des îles à offrir cette alternative à l'usage des médicaments, est devenu un véritable laboratoire de recherche. Les innovations sont tous les jours à l'œuvre. « L'objectif est de réduire la consommation de médicaments et d'augmenter le confort des patients », dit le docteur Brun.

convaincu par son expérience pionnière lorsqu'il pratiquait à l'hôpital de Béziers. Quand la douleur se chronicise, le patient entre dans un cercle vicieux qui aggrave le vécu de la douleur. La musicothérapie pour rompre cet état, ou du moins son simple effet calmant immédiat. « Et si, mieux qu'une aspirine, un peu de reggae vous aide à vous sentir mieux ? Sylvain Amiotte

La musicothérapie est réellement efficace contre la douleur, la dépression et le stress. C'est ce que souligne le docteur Luc Brun, président du Comité de lutte contre la douleur au CHT, et Stéphane Guénin, docteur en psychologie à l'Inserm.



2013

2013

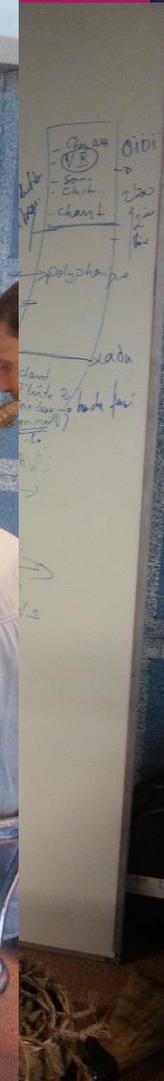


Photo Vin et Tuyada et JT 20h

2013

France Girard

Nouméa,
histoire du centre hospitalier
Gaston-Bourret

D'un hôpital colonial à un hôpital territorial



L'Harmattan



2016

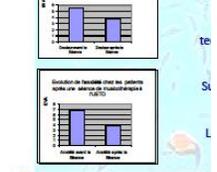
Musicothérapie réceptive personnalisée à l'UETD Nouméa : utilisation en ambulatoire et à domicile

L. Brun¹, M. Deniaud¹



Méthode : Les patients sont sélectionnés par leur douleur chronique ou aiguë. Un entretien préalable est réalisé. Une série de 4 séances de 20 minutes est effectuée à domicile ou en ambulatoire.

Résultats : 37 patients (116 séances). Au niveau de la douleur : 29 patients ont eu une diminution de 1,8 à 2 points. Au niveau de l'anxiété : 14 patients ont eu une diminution de 1,8 à 2 points. 63,3% des séances entraînent une diminution de la douleur.



Conclusion : La musicothérapie à domicile des patients douloureux chroniques réguliers est nécessaire pour élaborer un protocole de soins.

Mise en place d'une technique pour lutter contre la douleur dans un CH : Expérience de la Nouvelle-Calédonie

Dr Brun, Dr Baumier, Dr Clerc, M Guétin, M Fouché, Mme M

Méthode : Journée Mondiale de la Douleur 2010. Formation des équipes de 4 secteurs pilotes en janvier 2010.

Résultats : Douleur provoquée par les soins = priorité nationale. Musicothérapie réceptive personnalisée. Priorité CLUD 2009. Montage en U validé pour douleurs chroniques et aiguës, anxiété et dépression.



Méthode : Protocole validé selon les recommandations de l'OMS. Infirmières, aides-soignants, et médecins mettent en place les séances après la séance. Paramètres de douleur (EVA) et indice d'anxiété.

Conclusion : Etudes prospectives pour valider le type de soins douloureux réalisés, l'efficacité de la méthode, et la diffusion à d'autres services de l'établissement.

Une Nouvelle technique non pharmacologique pour la douleur liée à l'accouchement : la musicothérapie

Brun L¹, Mériaudeau M¹

Méthode : Douleur provoquée par les soins = priorité nationale. Musicothérapie réceptive personnalisée. Priorité CLUD 2009. Formation des équipes de 4 secteurs pilotes en janvier 2010.

Résultats : Douleur provoquée par les soins = priorité nationale. Musicothérapie réceptive personnalisée. Priorité CLUD 2009. Formation des équipes de 4 secteurs pilotes en janvier 2010.

Conclusion : Faisabilité aisée dans les 4 services. La musicothérapie semble efficace pour l'accouchement : diminution significative de la moitié des patients, score de satisfaction élevé. Elargissement à 5 nouveaux services.



Conclusion : La musicothérapie réceptive personnalisée est probablement efficace pour la douleur liée à l'accouchement.

MUSICOTHERAPIE EN OBSTETRIQUE

« Utilisation intentionnelle des propriétés et du potentiel de la musique et de son impact sur l'être humain. »

Mario S., Mouton M. Music therapy in palliative care. Can Med Assoc J. 1978;119 : 1029-1034

Il s'agit d'une technique de soins non médicamenteuse

Évaluation de la musicothérapie sur le stress et le burnout chez le personnel soignant

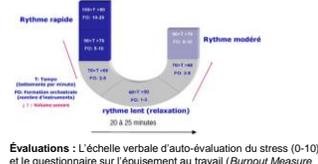
Marlene HORST¹ | Philippe CHALAYE² | Stéphane GUÉTIN³

1 Centre Hospitalier territorial de Nouméa, Nouvelle-Calédonie; 2 Université de Sherbrooke, Québec, Canada; 3 Université Paris-Descartes, Paris, France

Introduction : Les personnes travaillant en milieu hospitalier sont particulièrement exposées au stress et à l'épuisement professionnel (burnout). Il est essentiel de mettre en place des mesures de prévention pour limiter les risques psycho-sociaux chez le personnel hospitalier. Des études cliniques et neurophysiologiques ont démontré que Music Care, une application musicale numérique, entraîne un état de relaxation progressif, et permet ainsi de diminuer l'anxiété et le stress.¹⁻³

Objectif : L'objectif de cette étude est d'évaluer l'effet de l'application numérique Music Care sur le stress et l'épuisement professionnel chez le personnel soignant travaillant au centre hospitalier territorial (CHT) de Nouméa, Nouvelle-Calédonie.

Méthode : Participants : Trente-six personnes (43,7 ± 8,6 ans; 2 hommes, 34 femmes) travaillant au CHT de Nouméa ont reçu de 1 à 5 sessions avec l'application numérique Music Care à une semaine d'intervalle. Intervention musicale : Écoute d'un montage musical de 20 à 25 minutes adapté selon les préférences musicales individuelles (classique, jazz, monde, etc.). Chaque session est décomposée en plusieurs phases menant progressivement à un état de relaxation (séquence en « U »).

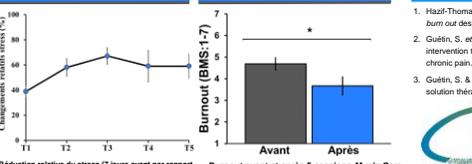
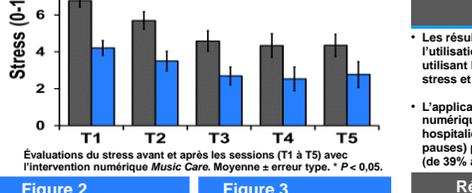


Résultats

Tableau 1

Nombre (%) de participants ayant reçu de 1 à 5 (T1 à T5) séances d'utilisation de l'application numérique Music Care.

# Séance	T1	T2	T3	T4	T5
N (%)	36 (100%)	26 (72%)	18 (50%)	15 (42%)	13 (36%)



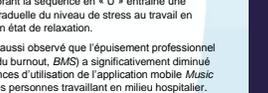
Conclusions : Nos résultats montrent que l'utilisation de l'application mobile Music Care produit une réduction statistiquement significative du stress au travail chez le personnel travaillant en milieu hospitalier après chacune des 5 séances par rapport au niveau de stress avant l'intervention. Les évaluations de stress ont progressivement diminué après l'écoute de l'intervention musicale par rapport au niveau initial (avant), ce qui suggère que l'application numérique Music Care incorporant la séquence en « U » entraîne une diminution graduelle du niveau de stress au travail en produisant un état de relaxation. Nous avons aussi observé que l'épuisement professionnel (évaluation du burnout, BMS) a significativement diminué après 5 séances d'utilisation de l'application mobile Music Care chez les personnes travaillant en milieu hospitalier.

Discussion

Conclusions : Les résultats de cette étude suggèrent que l'utilisation de l'application numérique Music Care utilisant la séquence en « U » permet de réduire le stress et le burnout chez le personnel soignant. L'application mobile Music Care est un outil numérique qui pourrait être intégré au milieu hospitalier (avant / après le travail et durant les pauses) pour diminuer considérablement le stress (de 39% à 67%) et l'épuisement professionnel (22%).

Références bibliographiques :

- Hazi-Thomas, C. et al. (2009) Quelles stratégies thérapeutiques adopter face au burn out des soignants? NPQ Neurologie-Psychiatrie-Gériatrie. 5:251-5.
- Guétin, S. et al. (2016) A patient-controlled, smartphone-based music intervention to reduce pain—a multi-center observational study of patients with chronic pain. European journal of integrative medicine. 8(3):182-7.
- Guétin, S. & Touchon, J. (2017). Musique et douleur : la séquence en « U », une solution thérapeutique standardisée et validée. Douleur et Analgésie.



CENTRE HOSPITALIER TERRITORIAL GASTON-BOURBET
NOUMÉA - N. CALÉDONIE
LE SOIN PAR LA MUSIQUE

LA MUSICOTHÉRAPIE SE DÉPLOIE

La « sortie » de cinq séquences de musique locale dédiées au soin et une quinzaine de remobilisations et de formations du 18 au 29 septembre ont permis de mettre la musicothérapie sur le devant de la scène. Introduite au CHT par le Dr Luc Brun il y a bientôt dix ans, la musicothérapie s'est répandue, *piano ma ostinato*, de l'unité Douleur à une douzaine de services pilotes. L'arrivée au Médipôle et l'équipement de chaque lit en TMM¹ offrent à tous les services l'occasion de se mettre à l'unisson.



Autour du Dr Luc Brun (blouse blanche), chef de service de l'unité d'évaluation et de traitement de la douleur, de g. à d., Maëlle Denlaud, psychologue à l'unité Douleur et référente formation Music Care, Julie de Stoutz, musicothérapeute et directrice de la formation professionnelle chez Music Care, et le Dr Stéphane Guélin, fondateur de Music Care, laboratoire de psychologie clinique et psychopathologie (université Paris V, Inserm, CHRU de Montpellier).

2017

« Il est bon le médicament quand il passe par les oreilles. » Ce commentaire d'un patient du service

Il peut prendre une forme active (pratique musicale) ou réceptive (écoute). Celle déployée au CHT est la « relaxation par induction musicale »,



CONCERT D'INAUGURATION 2017

2018



DOULEUR
NC
ASSOCIATION DE PROFESSIONNELS DE LA SANTE



2019





Les perspectives





DO KAMO

ÊTRE ÉPANOUI

PLAN D'ACTION SANTÉ 2017

*Participons
aux améliorations,
soyons acteur !*

MERCI DE VOTRE ATTENTION

<http://www.gouv.nc/plan-sante-DOKAMO>

