

Les études scientifiques sur l'hypnose

Cette liste d'études scientifiques sur l'hypnose n'est pas exhaustive, puisque de nouvelles voient le jour chaque année, et que la Science est sans cesse amenée à faire évoluer son point de vue avec le temps.

Voici un échantillon de celles qui concernent mon activité :

Stress/Anxiété

Dans un rapport par David Spiegel dans la Harvard Mental Health Letter, il a été cité que les méthodes d'hypnose ont été utilisées avec succès pour l'anxiété associée à des procédures médicales. 241 patients ont été soumis à des procédures percutanées vasculaires et rénales et ont été testés au hasard sur trois régimes d'essai, dont l'un était l'hypnose. Les patients ont évalué leur douleur et l'anxiété sur des échelles de 1-10 avant, toutes les 15 minutes pendant et après les procédures. La douleur est restée stable sur la durée du temps de la procédure dans le groupe hypnose, la douleur a augmenté linéairement avec le temps dans les deux autres groupes. L'anxiété a diminué au fil du temps dans les trois groupes; la plus forte baisse a été dans le groupe qui a été hypnotisé. La procédure étaient significativement plus courte dans le groupe hypnose. En outre, l'hypnose s'est révélé être supérieur dans l'amélioration de la stabilité hémodynamique.

Réactions phobiques

Dans un rapport par David Spiegel dans la Harvard Mental Health Letter, la recherche suivante a été citée: Une étude réalisée sur sept ans a montré que 50% des patients qui avaient peur de l'avion ont été guéris ou ont connu une amélioration après un traitement d'hypnose.

Dépression

Dans une étude neurochimique du contrôle hypnotique de la douleur menée par Domangue (1985), les patients souffrant de douleurs arthritiques ont montré une corrélation entre les niveaux de douleur, l'anxiété et la dépression. L'anxiété et la dépression ont été inversement proportionnels à des niveaux plasmatiques de norépinéphrine. La dépression a été corrélée avec les niveaux de dopamine et une corrélation négative avec les niveaux de sérotonine et de l'endorphine bêta. Après l'hypnothérapie, il y avait statistiquement et cliniquement une diminution significative de la dépression, l'anxiété et la douleur, et l'augmentation des bêta endorphines substances analogues.

Autres études :

La plupart des études sont en anglais puisque faites à l'international. La France avance tout doucement concernant les recherches sur les courants des thérapies brèves, étant donné que la notion d'individu joue dans les variables scientifiques. *Encore une fois, cette liste est loin d'être exhaustive.*

- Shakibaei F, Harandi AA, et al. **Hypnotherapy in management of pain and reexperiencing of trauma in burn patients**. Int J Clin Exp Hypn. 2008;56(2):185-97.
- Patterson DR, Jensen MP. **Hypnosis and clinical pain**. Psychol Bull. 2003;129(4):495-521.

- Lang EV, Rosen MP. Cost analysis of adjunct hypnosis with sedation during outpatient interventional radiologic procedures. Radiology. 2002;222(2):375-82.
- Lang EV, Benotsch EG, et al. Adjunctive non-pharmacological analgesia for invasive medical procedures: a randomised trial. Lancet. 2000;355(9214):1486-90.
- Faymonville ME, Mambourg PH, et al. Psychological approaches during conscious sedation. Hypnosis versus stress reducing strategies: a prospective randomized study. Pain. 1997;73(3):361-7.
- Ashton C Jr, Whitworth GC, et al. Self-hypnosis reduces anxiety following coronary artery bypass surgery. A prospective, randomized trial. J Cardiovasc Surg (Torino). 1997;38(1):69-75.
- Marc I, Rainville J, et al. Hypnotic analgesia intervention during first-trimester pregnancy termination: an open randomized trial. Am J Obstet Gynecol 2008;199(5):e1-5.
- Blankfield RP. Suggestion, relaxation, and hypnosis as adjuncts in the care of surgery patients: a review of the literature. Am J Clin Hypn. 1991;33(3):172-86.
- Greco CD. Management of adolescent chronic pelvic pain from endometriosis. A pain center perspective. J Pediatr Adolesc Gynecol. 2003;16(3 Suppl):S17-9.
- Kohen DP, Olness KN, et al. The use of relaxation-mental imagery (self-hypnosis) in the management of 505 pediatric behavioral encounters. J Dev Behav Pediatr. 1984;5(1):21-5.
- Goldmann L, Ogg TW, Levey AB. Hypnosis and daycase anaesthesia. A study to reduce pre-operative anxiety and intra-operative anaesthetic requirements. Anaesthesia. 1988;43(6):466-9.
- Montgomery GH, Weltz CR, et al. Brief presurgery hypnosis reduces distress and pain in excisional breast biopsy patients. Int J Clin Exp Hypn. 2002;50(1):17-32.
- Enqvist B, Bjorklund C, et al. Preoperative hypnosis reduces postoperative vomiting after surgery of the breasts. A prospective, randomized and blinded study. Acta Anaesthesiol Scand. 1997;41(8):1028-32.

- Schnur JB, Bovbjerg DH, et al. **Hypnosis decreases presurgical distress in excisional breast biopsy patients**. *Anesth Analg*. 2008;106(2):440-4, table of contents.
- Rainville P, Duncan GH, et al. **Pain affect encoded in human anterior cingulate but not somatosensory cortex**. *Science*.
- Whorwell PJ, Prior A, Faragher EB. **Controlled trial of hypnotherapy in the treatment of severe refractory irritable-bowel syndrome**. *Lancet*. 1984;2(8414):1232-4.
- Whorwell PJ, Prior A, Colgan SM. **Hypnotherapy in severe irritable bowel syndrome: further experience**. *Gut*. 1987;28(4):423-5.
- Houghton LA, Heyman DJ, Whorwell PJ. **Symptomatology, quality of life and economic features of irritable bowel syndrome-the effect of hypnotherapy**. *Aliment Pharmacol Ther*. 1996;10(1):91-5.
- Galovski TE, Blanchard EB. **The treatment of irritable bowel syndrome with hypnotherapy**. *Appl Psychophysiol Biofeedback*. 1998;23(4):219-32.
- Harvey RF, Hinton RA, et al. **Individual and group hypnotherapy in treatment of refractory irritable bowel syndrome**. *Lancet*. 1989;1(8635):424-5.
- Vidakovic-Vukic M. **Hypnotherapy in the treatment of irritable bowel syndrome: methods and results in Amsterdam**. *Scand J Gastroenterol Suppl*. 1999;230:49-51.
- Gonsalkorale WM, Houghton LA, Whorwell PJ. **Hypnotherapy in irritable bowel syndrome: a large-scale audit of a clinical service with examination of factors influencing responsiveness**. *Am J Gastroenterol*. 2002;97(4):954-61.
- Gonsalkorale WM, Miller V, et al. **Long term benefits of hypnotherapy for irritable bowel syndrome**. *Gut*. 2003;52(11):1623-9.
- Kearney DJ, Brown-Chang J. **Complementary and alternative medicine for IBS in adults: mind-body interventions**. *Nat Clin Pract Gastroenterol Hepatol*. 2008;5(11):624-36.
- Shen YH, Nahas R. **Complementary and alternative medicine for treatment of irritable bowel syndrome**. *Can Fam Physician*. 2009;55(2):143-8.

- Gholamrezaei A, Ardestani SK, Emami MH. **Where does hypnotherapy stand in the management of irritable bowel syndrome? A systematic review.** J Altern Complement Med. 2006;12(6):517-27.
- Wilson S, Maddison T, et al. **Systematic review: the effectiveness of hypnotherapy in the management of irritable bowel syndrome.** Aliment Pharmacol Ther. 2006;24(5):769-80.
- Webb AN, Kukuruzovic RH, et al. **Hypnotherapy for treatment of irritable bowel syndrome.** Cochrane Database Syst Rev. 2007(4):CD005110.
- Miller V, Whorwell PJ. **Hypnotherapy for functional gastrointestinal disorders: a review.** Int J Clin Exp Hypn. 2009;57(3):279-92.
- Maudoux A, Bonnet S, et al. **Ericksonian hypnosis in tinnitus therapy.** B-ENT. 2007;3 Suppl 7:75-7.
- Ross UH, Lange O, et al. **Ericksonian hypnosis in tinnitus therapy: effects of a 28-day inpatient multimodal treatment concept measured by Tinnitus-Questionnaire and Health Survey SF-36.** Eur Arch Otorhinolaryngol. 2007;264(5):483-8.
- Cope TE. **Clinical hypnosis for the alleviation of tinnitus.** Int Tinnitus J. 2008;14(2):135-8.
- Grondahl JR, Rosvold EO. **Hypnosis as a treatment of chronic widespread pain in general practice: a randomized controlled pilot trial.** BMC Musculoskelet Disord. 2008;9:124.
- Haanen HC, Hoenderdos HT, et al. **Controlled trial of hypnotherapy in the treatment of refractory fibromyalgia.** J Rheumatol. 1991;18(1):72-5.
- Spiegel D, Bloom JR. **Group therapy and hypnosis reduce metastatic breast carcinoma pain.** Psychosom Med. 1983;45(4):333-9.
- Spiegel D, Bloom JR, et al. **Effect of psychosocial treatment on survival of patients with metastatic breast cancer.** Lancet. 1989;2(8668):888-91.
- Cuellar NG. **Hypnosis for pain management in the older adult.** Pain Manag Nurs. 2005;6(3):105-11.

- Jensen MP, Hanley MA, et al. **Hypnotic analgesia for chronic pain in persons with disabilities: a case series**. *Int J Clin Exp Hypn*. 2005;53(2):198-228.
- Gerik SM. **Pain management in children: developmental considerations and mind-body therapies**. *South Med J*. 2005;98(3):295-302.
- Wild MR, Espie CA. **The efficacy of hypnosis in the reduction of procedural pain and distress in pediatric oncology: a systematic review**. *J Dev Behav Pediatr*. 2004;25(3):207-13.
- Lioffi C, Hatira P. **Clinical hypnosis in the alleviation of procedure-related pain in pediatric oncology patients**. *Int J Clin Exp Hypn*. 2003;51(1):4-28.
- Uman LS, Chambers CT, et al. **A systematic review of randomized controlled trials examining psychological interventions for needle-related procedural pain and distress in children and adolescents: an abbreviated cochrane review**. *J Pediatr Psychol*. 2008;33(8):842-54.
- Wood C, Bioy A. **Hypnosis and pain in children**. *J Pain Symptom Manage*. 2008;35(4):437-46.
- Lioffi C, White P, Hatira P. **A randomized clinical trial of a brief hypnosis intervention to control venepuncture-related pain of paediatric cancer patients**. *Pain*. 2009;142(3):255-63.
- Butler LD, Symons BK, et al. **Hypnosis reduces distress and duration of an invasive medical procedure for children**. *Pediatrics*. 2005;115(1):e77-85.
- Calipel S, Lucas-Polomeni MM, et al. **Premedication in children: hypnosis versus midazolam**. *Paediatr Anaesth*. 2005;15(4):275-81.
- Huth MM, Broome ME, Good M. **Imagery reduces children's post-operative pain**. *Pain*. 2004;110(1-2):439-48.
- Richardson J, Smith JE, et al. **Hypnosis for nausea and vomiting in cancer chemotherapy: a systematic review of the research evidence**. *Eur J Cancer Care (Engl)*. 2007;16(5):402-12.
- Schauble PG, Werner WE, et al. **Childbirth preparation through hypnosis: the hypnoreflexogenous protocol**. *Am J Clin Hypn*. 1998;40(4):273-83.

- Oster MI. **Contemporary methods in hypnotic preparation for childbirth**. Crna. 2000;11(4):160-6.
- Davidson JA. **An assessment of the value of hypnosis in pregnancy and labour**. Br Med J. 1962;5310:951-3.
- Harmon TM, Hynan MT, Tyre TE. **Improved obstetric outcomes using hypnotic analgesia and skill mastery combined with childbirth education**. J Consult Clin Psychol. 1990;58(5):525-30.
- Jenkins MW, Pritchard MH. **Hypnosis: practical applications and theoretical considerations in normal labour**. Br J Obstet Gynaecol. 1993;100(3):221-6.
- Martin AA, Schauble PG, et al. **The effects of hypnosis on the labor processes and birth outcomes of pregnant adolescents**. J Fam Pract. 2001;50(5):441-3.. J Fam Pract. 2001;50(5):441-3.
- Freeman RM, Macaulay AJ, et al. **Randomised trial of self hypnosis for analgesia in labour**. Br Med J (Clin Res Ed). 1986;292(6521):657-8.
- Mairs DAE. **Hypnosis and pain in childbirth**. Contemporary Hypnosis. 1995;12(2):111-18.
- Brown DC, Hammond DC. **Evidence-based clinical hypnosis for obstetrics, labor and delivery, and preterm labor**. Int J Clin Exp Hypn. 2007;55(3):355-71.
- Cyna AM, McAuliffe GL, Andrew MI. **Hypnosis for pain relief in labour and childbirth: a systematic review**. Br J Anaesth. 2004.
- Mehl LE. **Hypnosis and conversion of the breech to the vertex presentation**. Arch Fam Med. 1994;3(10):881-7.
- Baram DA. **Hypnosis in reproductive health care: a review and case reports**. Birth. 1995;22(1):37-42.
- Viswesvaran C, Schmidt FL. **A meta-analytic comparison of the effectiveness of smoking cessation method**. J Appl Psychol. 1992;77(4):554-61.
- Green JP, Lynn SJ. **Hypnosis and suggestion-based approaches to smoking cessation: an examination of the evidence**. Int J Clin Exp Hypn. 2000;48(2):195-224.

- Abbot NC, Stead LF, et al. **Hypnotherapy for smoking cessation**. Cochrane Database Syst Rev. 2000(2):CD001008.
- Carmody TP, Duncan C, et al. **Hypnosis for smoking cessation: a randomized trial**. Nicotine Tob Res. 2008;10(5):811-8.
- Younus J, Simpson I, et al. **Mind control of menopause**. Womens Health Issues. 2003;13(2):74-8.
- Elkins G, Marcus J, et al. **Randomized trial of a hypnosis intervention for treatment of hot flashes among breast cancer survivors**. J Clin Oncol. 2008;26(31):5022-6.
- Shenefelt PD. **Complementary psychocutaneous therapies in dermatology**. Dermatol Clin. 2005;23(4):723-34.
- Stewart AC, Thomas SE. **Hypnotherapy as a treatment for atopic dermatitis in adults and children**. Br J Dermatol. 1995;132(5):778-83.
- Sokel B, Kent CA, et al. A comparison of hypnotherapy and biofeedback in the treatment of childhood atopic eczema. Contemp Hypnosis. 1993;10(3):145-154.
- Fried RG. **Nonpharmacologic treatments in psychodermatology**. Dermatol Clin. 2002;20(1):177-85.
- Huntley A, White AR, Ernst E. **Relaxation therapies for asthma: a systematic review**. Thorax. 2002;57(2):127-31.
- Anbar RD. **Hypnosis in Pediatrics: Applications at a Pediatric Pulmonary Center**. BMC Pediatr. 2002;2(1):11.
- Hackman RM, Stern JS, Gershwin ME. **Hypnosis and asthma: a critical review**. J Asthma. 2000;37(1):1-15.
- Anbar RD. **Self-hypnosis for anxiety associated with severe asthma: a case report**. BMC Pediatr. 2003;3(1):7.
- Anbar RD, Geisler SC. **Identification of children who may benefit from self-hypnosis at a pediatric pulmonary center**. BMC Pediatr. 2005;5(1):6.
- Abramowitz EG, Barak Y, et al. **Hypnotherapy in the treatment of chronic combat-related PTSD patients suffering from insomnia: a randomized, zolpidem-controlled clinical trial**. Int J Clin Exp Hypn. 2008;56(3):270-80.