

## Hypnose et Fécondation in Vitro

L'hypnose ? cette technique commence à faire parler d'elle dans le domaine de l'infertilité. A ce jour peu d'expériences scientifiques sont faites en France sur ce thème. Il en existe une qui répond à nos attentes.

Une équipe à l'hôpital Beer Sheva en Israël, a réalisé une étude dont les résultats ont été publiés en 2006 dans la revue *Fertility & Sterility*. (*Fertility and Sterility*, mai 2006, vol. 85, n° 5, p. 1.404-1.408)

Cette étude démontre que, dans le cas d'une fécondation in vitro, le recours à l'hypnose pouvait avoir un effet positif lors du transfert d'embryon dans l'utérus.

Le taux de réussite pour les femmes du groupe témoin qui ont bénéficié de séances d'hypnothérapie au transfert a été de 53.1% contre 30.2% pour les autres femmes du groupe témoin, qui n'avait pas suivi d'hypnothérapie.

Les auteurs ont expliqué que **l'hypnothérapie diminue le stress, réduit de ce fait l'activité utérine, et améliore l'interaction entre l'embryon et l'utérus, tout en augmentant les chances d'implantation de l'embryon.**

Dans le cas d'un transfert lors d'une fécondation in vitro, une séance d'hypnose pourrait être utile pour favoriser l'implantation de l'embryon. Certains couples recourent en parallèle, afin de mettre toutes les chances de leur côté, à l'ostéopathie et à l'acupuncture (notamment pour favoriser la vascularisation de l'utérus, le positionnement du bassin, etc.). Il n'en demeure pas moins que les raisons du succès ou de l'échec d'une tentative sont inexpliquées...

Les statistiques démontrent que l'hypnose semble avoir une influence positive, mais peu de recherches encore sont menées dans ce domaine afin de confirmer ces premiers résultats positifs.

Cependant, nous savons que certains hôpitaux pratiquent des séances d'hypnose, pour éviter les anesthésies générales, un hôpital à Aix en Provence, notamment qui pratique l'hypnose pour lutter contre la douleur ou diminuer le stress avant une opération.

Alors pourquoi ne pas généraliser cela dans les centres AMP et offrir aux patients des alternatives parallèles aux traitements qui sont lourds ?

N'hésitez pas à témoigner auprès des médecins des centres PMA si vous avez bénéficié d'accompagnement d'hypnose lors de vos protocoles, quels en sont vos ressentis et les avantages qu'ils ont pu vous apporter.

## LES BIENFAITS DE L'HYPNOSE LORS D'UNE FIV

Une équipe **israélienne de l'hôpital de Beer Sheva** a publié une étude 5 mai 2006 visant à déterminer si l'utilisation de l'hypnose pouvait avoir un impact positif lors des transferts d'embryons :

Un groupe témoin a suivi le protocole standard de transfert tandis qu'un second groupe bénéficiait de réimplantation avec hypnose. Les résultats principaux consistent en la comparaison des taux cliniques de grossesse et d'implantation entre les deux groupes. 52 grossesses cliniques sur 98 cycles (53,1%) soit **un taux implantatoire de 28%** ont été constatées **dans le groupe de l'hypnose** tandis que le groupe témoin obtenait un taux de grossesse de 29/96 (soit 30,2%) pour un taux d'implantation de **14,4%**.

Dans le même temps, le taux global de grossesse du programme FIV était de 32% sur la même période.

**En conclusion, cette étude originale suggère que l'utilisation de l'hypnose pendant le transfert d'embryons peut améliorer significativement les résultats d'un traitement FIV avec transfert en termes d'implantation accrue et taux cliniques de grossesse.** En outre, il semblerait que le vécu des patients soit plus positif. Comme toute étude, celle-ci devra être confirmée.

A ce sujet, à Paris, feu Dr Paul Cohen-Bacri, directeur du laboratoire Eylay Unilabs (Clinique de la Muette) a tenté l'expérience lors de transferts d'embryons lorsque la patiente était nerveuse ou stressée. Un membre de son équipe avait été spécialement formé pour cela.

Chez les femmes qui ont un col de l'utérus légèrement coudé, l'effet relaxant de l'hypnose aide à le redresser, ce qui favorise l'implantation et améliore sans doute le taux de réussite.

L'hypnose est pratiquée en routine dans des centres de PMA en Suisse, en Autriche et en Allemagne.

## COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE ?

Un premier bilan d'infertilité est demandé afin de savoir si une **cause connue** et avérée existe. Par la suite, il est demandé à la patiente comment elle s'explique le **blocage** : blocage au niveau de la paroi de l'utérus, difficultés pour l'ovocyte et le spermatozoïde de se rencontrer...

Puis la patiente est mise sous hypnose. Elle doit se laisser aller, en étant guidée par la voix de l'hypnothérapeute. Celui-ci l'amène à **visualiser** le nid prêt à accueillir le futur embryon ou au contraire de détendre et relâcher un ventre trop tendu.

Bien sûr, chaque ce n'est qu'une généralité, et chaque séance est adaptée aux besoins de chaque patiente. La pratique est de 2 à 3 séances, chacune à une semaine d'intervalle, dont la durée est de 45 minutes environ. Elle peut avoir lieu à n'importe quel moment, mais il est préférable que la dernière ai lieu 1 à 2 semaines avant le transfert d'embryons.



Cabinet Frédéric Garcia  
Hypnose – PNL  
15 Rue Fanny – 26320 St Marcel Lès Valence  
07 55 61 51 00 – frederic@hypnosevalence.com