

La relaxation au cœur de la réa



La colonne à bulles est l'un des matériels nécessaires à l'étude menée par Anthony Lamy et Aurélie Girault.

Et si de véritables séances de détente pouvaient favoriser la convalescence des patients en réanimation de chirurgie cardiaque ? C'est l'objet de l'étude lancée par deux soignants du CHU de Poitiers. Baptisée Réa'relax, elle devrait débuter en 2022.

■ Claire Brugier

Entre le bruit des scopes, des pousse-seringues, des alarmes, les allers et venues du personnel, les effets des anesthésiants et autres éléments perturbateurs, la quiétude des patients en réanimation de chirurgie cardiaque est mise à rude épreuve et leur sommeil souvent haché. A la fatigue s'ajoutent l'anxiété, la douleur et parfois des troubles neuro-comportementaux appelés « délirium ».

Forts de ce constat, Aurélie Girault et Anthony Lamy, respectivement infirmière et aide-soignant dans le service de réanimation en chirurgie cardiaque du CHU de Poitiers, s'apprêtent à lancer une étude. Baptisée Réa'relax, elle ambitionne de réconcilier réanimation et relaxation afin d'améliorer le confort des patients en post-opératoire. « L'idée est de modifier l'envi-

ronnement du patient grâce à de la lumière et de la musique douces », résume Anthony Lamy. Pour établir leur projet, soutenu financièrement par le Fonds Aliénor et le Girci Soho (Groupeement interrégional de recherche clinique et d'innovation Sud-Ouest Outre-mer hospitalier), les deux professionnels se sont appuyés sur des études antérieures portant sur les effets de l'un ou l'autre, jamais les deux simultanément. Une dotation de la commission innovation du CHU leur a d'ores et déjà permis d'acheter le matériel nécessaire, en l'occurrence « une colonne à bulles et un projecteur avec disque à huile », note Aurélie Girault. Cet équipement est complété pour la musique par une clef USB connectable au téléviseur du box.

Se détendre pour mieux guérir

« On mobilise les sens disponibles du patient : l'ouïe et la vue. » Et les autres ? « L'odorat est souvent perturbé par l'arrivée d'oxygène. Pour ce qui est du goût, les patients sont souvent à jeun et le toucher est difficile à mettre en place au niveau de l'hygiène. » Les séances de détente ont une durée d'une demi-heure, stores fermés et scopes (écrans) en mode privé évidemment. Aurélie Girault et Anthony Lamy ont prévu une fréquence quotidienne, à partir du lendemain de l'arrivée en

réanimation. « La lumière et la musique ont un effet hypnotique », analyse l'infirmière. Si le patient se concentre sur autre chose, ses muscles vont se détendre, il sera moins anxieux et aura moins mal. » Et ce sans recours à un traitement médicamenteux ni interférence avec les soins classiques.

Passé le temps des autorisations réglementaires, les premiers patients devraient intégrer l'étude à partir de 2022. Le projet prévoit une cohorte de 110 patients (sur environ 500 accueillis chaque année en chirurgie cardiaque), inclus sur un an selon des critères préétablis. La personne doit être majeure, ne doit pas être en urgence vitale, ne pas souffrir de troubles neuro-comportementaux, ne pas avoir de traitement spécifique... Selon le principe de la randomisation, certains bénéficieront des temps de détente Réa'relax, les autres non.

Aurélie Girault et Anthony Lamy présenteront leur projet lors des Journées francophones de la recherche en soins, à Angers, les 25 et 26 novembre prochains. Selon les résultats obtenus, lesquels feront l'objet d'une publication scientifique, l'étude pourrait ultérieurement être étendue à d'autres services de réanimation.

Vous souhaitez soutenir cette étude ? Faites un don sur fonds-alienor.fr.