innovation

Soigner par la musique grâce à une application numérique

L'intérêt de la musique dans le traitement de la douleur est aujourd'hui reconnu. La séquence en U est une technique de musicothérapie spécifiquement développée à cet effet. Elle améliore la prise en charge globale de la douleur et facilite l'accompagnement des patients. Son utilisation standardisée par les soignants est rendue possible grâce au développement d'une application numérique.

© 2015 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

***Mots clés* - douleur ; médecine alternative ; musicothérapie ; séquence en U**

Pain management and music therapy.* *The benefit of music in the treatment of pain is now recognised. The U sequence is a music therapy technique specifically developed for this purpose. It improves the overall management of pain and facilitates patient support. Its standardised use by caregivers has been made possible thanks to the development of a digital application.

© 2015 Elsevier Masson SAS. All rights reserved

Keywords - alternative medicine; music therapy; pain; U sequence

Sophie Gwenaelle Hoareau[a,*]
infirmière douleur

Emmanuelle De Diego[a]
médecin, chef de service

Stéphane Guétin[b]
docteur en psychologie clinique et psychopathologie, créateur de Music Care©

[a] Consultation douleur chronique, CHU Groupement hospitalier Sud Réunion, hôpital Alfred Isautier, avenue du Président Mitterrand, 97410 Saint Pierre, La Réunion, France

[b] service de neurologie, Inserm U1061, CHRU Montpellier, 191 av. du Doyen Gaston Giraud, 34000 Montpellier, France ; Laboratoire LPCP EA4051 ; Université Paris V René Descartes, Paris, France

Une technique de musicothérapie réceptive (basée sur l'écoute) a été standardisée au CHRU de Montpellier (34). Elle s'intitule la séquence en U [1]. Se basant sur les principes de l'hypno-analgésie, la séquence musicale est décomposée en plusieurs phases qui amènent progressivement le patient à la détente [2-5]. La première phase se compose d'un rythme stimulant (conscience), la seconde d'un rythme lent (relaxation) et la dernière d'un ryhtme modéré (retour à l'éveil).

Amener à un état hypnotique par la musique

L'objectif est de modifier l'état de conscience par des suggestions positives. Les suggestions verbales sont ici remplacées par une induction musicale, modèle archaïque du langage, ce qui permet également une utilisation auprès des personnes parlant mieux une langue étrangère que le français ou auprès de personnes non communicantes, atteintes de démence de type Alzheimer (les capacités musicales étant généralement préservées jusqu'à la fin de l'évolution de la maladie). L'induction musicale, par des variations de rythme, de fréquence, de la formation orchestrale ou de volume, amène progressivement le patient à un état hypnotique et de relaxation.

Une innovation thérapeutique sur tablette

Music Care© a mis au point une application numérique téléchargeable qui donne accès, sur tablette, à une bibliothèque de séances musicales[1]. Elles sont toutes composées par des musiciens de renom dans chaque style de musique, selon le cahier des charges scientifique de la séquence en U.

Principalement utilisée dans le cadre de soins infirmiers, la méthode proposée et les objectifs sont expliqués aux patients au cours d'un premier entretien réalisé par un soignant formé.

Choix du style musical

Un questionnaire des préférences musicales est ensuite complété par le patient, ce qui permettra de choisir des séances adaptées à ses goûts. Le choix du style musical qui, dès la première séance, répond à la demande d'écoute des patients, favorise la personnalisation et la relation de confiance. La tablette propose plusieurs menus de sélection. Le patient choisit le but de sa séance d'abord avec l'aide d'une infirmière formée puis, éventuellement, seul.

Les différents types de séquences

Trois types de séquences sont proposés :

- la séquence en U classique pour la prise en charge de la douleur et ses composantes associées ;
- la séquence en L pour l'endormissement/l'anesthésie ;
- la séquence en J pour l'éveil/la réanimation.

Une fois le type de séquence sélectionné, le patient choisit dans la

Note

[1] Music Care© a remporté le 1er Prix de l'innovation des Soins I2C (Initiative to Care) en 2009 et a été nominé aux Victoires de la Médecine 2010 dans la catégorie neurologie.

*Auteur correspondant.
Adresse e-mail :
sophie-gwenaelle.hoareau@chu-reunion.fr
(S.-G. Hoareau).

© 2015 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés
http://dx.doi.org/10.1016/j.revinf.2015.10.025

© 2016 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés. - Document téléchargé le 06/04/2016 par SCD Paris Descartes (292681)

Mme A. a retrouvé le sommeil et la joie de vivre

Je suis infirmière en consultation douleur chronique au CHU Sud de la Réunion. Je me charge des séances d'intervention musicale au sein du service depuis la mise en place de cet outil en 2013. J'accueille les patients sur rendez-vous, afin de leur assurer mon entière disponibilité.

À l'accueil du patient, je m'enquiers de son état du jour et de la semaine écoulée. Une fois le patient confortablement installé, la séance peut commencer pour 20 à 30 minutes en fonction de sa demande ou du temps imparti. Après la séance, 5 à 10 minutes sont nécessaires pour accueillir les émotions du patient.

© Fotolia.com/Olly

✦ **Mme A., âgée de 72 ans, suivie depuis 2 ans pour lombalgie et douleurs diffuses,** a eu une vie familiale et maritale difficile, qui l'a conduite à l'isolement et à l'insomnie. Au début de sa prise en charge elle exprimait une peur persistante de son mari, pourtant décédé ; peur aussi de sortir seule de chez elle.

✦ **Mme A. vient une fois par semaine** à la consultation douleur pour des séances d'intervention musicale, depuis près de 2 ans.

✦ **Après une brève interruption,** elle a voulu reprendre les séances car, dit-elle, elles lui ont permis de *« se sentir vivante, heureuse »*, sensation qu'elle n'avait pas ressenti depuis plus de 30 ans, et d'aborder chaque jour, la vie sous un autre angle. Grâce aux séances elle a retrouvé un sommeil réparateur. *« Je peux même faire la sieste »*, dit-elle.

✦ **L'intervention musicale lui apporte sérénité et liberté,** elle se sent libre aujourd'hui d'exprimer ses émotions et ressentis à ses proches, ce qu'elle ne s'était jamais permis de faire jusqu'alors. L'amélioration se perçoit à tous les niveaux, autant physique qu'émotionnel. Ses peurs ont diminué, son espace de vie s'est enrichi, elle est de plus en plus souriante, plus mobile.

✦ **Aujourd'hui elle envisage de faire l'acquisition du matériel nécessaire** pour continuer les séances à la maison.

Sophie Gwenaelle Hoareau

bibliothèque proposée un style musical à sa convenance (classique, jazz, monde, moderne, etc.). Le lancement des programmes est intuitif. La présence du soignant pendant l'écoute musicale n'est pas nécessaire.

Le temps de la séance est adaptable au soin et une connexion internet n'est pas nécessaire.

Évaluation

L'application permet de contrôler le nombre de diffusions de séances par chambre et donc par patient, ainsi que le niveau de douleur avant et après séance. Une connexion par semestre permet l'installation des mises à jour et des nouvelles fonctionnalités ainsi que le recueil des relevés statistiques précis des séances effectuées.

Bénéfices dans la prise en charge de la douleur

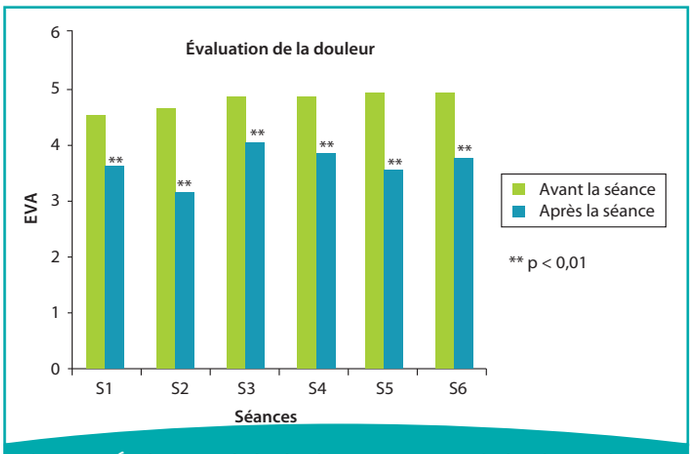
Cette technique de musicothérapie utilisant la séquence en U s'applique de façon individualisée.

Des études contrôlées, randomisées, intégrant les recommandations du consortium international sur la méthodologie ont permis de démontrer l'intérêt de cette technique dans la prise en charge de la douleur chronique et de la douleur aiguë [2,4-7].

Évaluation des pratiques soignantes

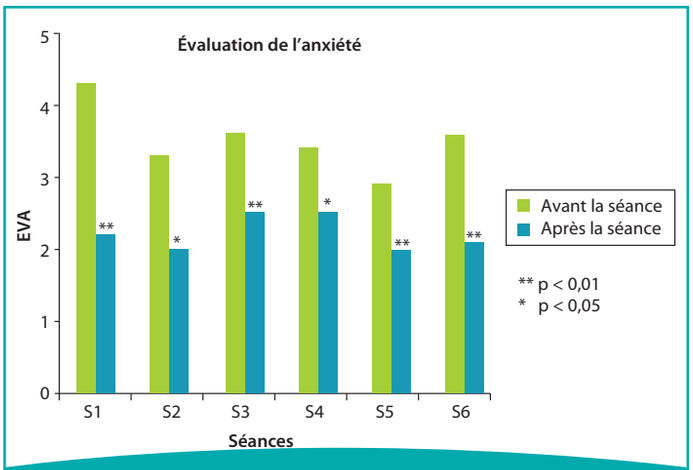
L'impact de la technique Music Care© a été évalué chez des patients pris en charge à la

© 2016 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés. - Document téléchargé le 06/04/2016 par SCD Paris Descartes (292681)



© DR

Figure 1. Évaluation de la douleur avant et après la séance de musicothérapie.



© DR

Figure 2. Évaluation de l'anxiété avant et après la séance de musicothérapie.

consultation douleur chronique du CHU de la Réunion. Une étude en soins courants a ainsi été menée dans le cadre d'une évaluation des pratiques professionnelles paramédicales présentant les résultats sur les 6 premières séances.

✦ **Au total, 24 patients** ont bénéficié d'une prise en charge pluridisciplinaire, associant au moins un suivi médical algologique spécialisé et de la musicothérapie au cours de séances menées par l'infirmière douleur. L'ensemble des patients a bénéficié d'une évaluation clinique et a répondu aux auto-évaluations de la douleur (échelle EVA) et de l'anxiété avant et après chaque séance de musicothérapie.

✦ **Le niveau de douleur s'est abaissé significativement** de 4,5 (± 2,9) à 3,6 (± 2,8) dès la première séance correspondant à une baisse de 20 % (p = 0,008). À la sixième séance, il s'est abaissé de 4,9 (± 2,5) à 3,7 (± 2,6) à la fin de la séance (baisse de 25 %). La différence observée est significative (p = 0,001) *(figure 1)*. Globalement, toutes séances confondues, le niveau de douleur s'est abaissé significativement de 4,7 (± 2,2) à 3,7 (± 2,0), correspondant à une baisse de 21 % (p < 0,0001).

✦ **Le niveau d'anxiété s'est abaissé significativement** de 4,3 (± 3,1) à 2,2 (± 2,1) dès la première séance correspondant à une baisse de 49 % (p = 0,0002) *(figure 2)*. À S6, il s'est abaissé de 3,6 (± 2,9) à 2,1 (± 2,1) à la fin de la séance (baisse de 42 %). La différence observée est significative (p = 0,0020). Globalement, toutes séances confondues, le niveau d'anxiété s'est abaissé significativement de 3,9 (± 2,9) à 2,4 (± 2,1) correspondant à une baisse de 38 % (p < 0,0001).

Conclusion

Music Care© est une solution efficace, simple d'application et à faibles coûts permettant de généraliser l'utilisation d'une thérapeutique non médicamenteuse dans la prise en charge de la douleur, de l'anxiété et de la dépression.

Aujourd'hui, de nombreux hôpitaux publics, cliniques et établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes ont recours à cette technique de musicothérapie. Ils participent à des études multicentriques amenant progressivement à une meilleure compréhension de l'effet de la musique sur le corps humain et particulièrement sur la douleur.

Le rôle de l'infirmière doit être reconnu et valorisé, notamment pour la mise en œuvre de soins non médicamenteux s'intégrant dans les médecines alternatives complémentaires. ●

Références

[1] www.music-care.com/fr/page/mode-d-emploi-2
[2] Guétin S, Coudeyre E, Picot MC, Ginies P, Graber-Duvernay B, Ratsimba D, Vanbiervliet W, Blayac JP, Hérisson C. Effect of music therapy among hospitalized patients with chronic low back pain: a controlled, randomized trial. Ann Readapt Med Phys 2005;48:217-24.
[3] Guétin S, Portet F, Picot MC, Pommié C, Messaoudi M, Djabelkir L, Olsen AL, Cano MM, Lecourt E, Touchon J. Effect of music therapy on anxiety and depression in patients with Alzheimer's type dementia: randomised, controlled study. Dement Geriatr Cogn Disord 2009;28:36-46.
[4] Jaber S, Bahloul H, Guétin S, Chanques G, Sebbane M, Eledjam JJ. Effects of music therapy in intensive care unit without sedation in weaning patients versus non-ventilated patients. Ann Fr Anesth Reanim. 2007;26:30-8.
[5] Guétin S, Giniès P, Siou DK, Picot MC, Pommié C, Guldner E, Gosp AM, Ostyn K, Coudeyre E, Touchon J. The effects of music intervention in the management of chronic pain: a single-blind, randomized, controlled trial. Clin J Pain 2012 ; 28 : 329-37
[6] Moher D, Schulz KF, Altman DG. The CONSORT statement: revised recommendations for improving the quality of reports of parallel-group randomised trials. Lancet 2001;357:1191-4.
[7] Boutron I, Moher D, Altman DG, Schulz KF, Ravaud P; CONSORT Group. Extending the CONSORT statement to randomized trials of nonpharmacologic treatment: explanation and elaboration. Ann Intern Med 2008 19;148:295-309.

Déclaration de liens d'intérêts
Stéphane Guétin est le fondateur de Music care©, il n'a pas été en contact avec les patients ou l'analyse des données.

© 2016 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés. - Document téléchargé le 06/04/2016 par SCD Paris Descartes (292681)