

Hôpital privé St-Claude

La luminothérapie au service du bien-être des patients

À l'hôpital privé Saint-Claude, le bien-être des patients est une priorité absolue. "C'est effectivement pour nous une préoccupation de tous les jours, souligne Philippe Guibon, le directeur. Surtout pour nos patients en soins palliatifs ou qui suivent des traitements extrêmement lourds, à l'image d'une chimiothérapie." Dernièrement, l'établissement a ainsi investi dans un dispositif tout à la fois original et innovant avec l'acquisition de lunettes PSiO qui combinent la luminothérapie et la relaxation auditive. Une sorte de yoga de l'esprit!

✓ Ces lunettes d'un genre nouveau dissimulent dans leurs branches un lecteur MP3 et un diffuseur de lumières. Pilotées par des programmes enregistrés, elles émettent des stimulations de lumière colorée, afin de faciliter la détente et le "lâcher prise". Dans le même temps, à l'aide de musiques combinées à des voix, des métaphores et des vibrations de couleurs, les lunettes PSiO suscitent chez les patients un état de relaxation apaisant...

✓ "En plus des soins médicaux et paramédicaux, nous



Philippe Guibon et Clément Maillard entourés d'une partie de l'équipe du service de médecine.

avons à cœur de proposer aux patients des soins de support, qui améliorent leur prise en charge", insiste Philippe Guibon. Du reste, le dispositif PSiO peut être considéré comme un "audiocament", c'est-à-dire qu'il peut être une alternative à la prise de thérapeutique médicamenteuse. "C'est un atout indéniable dans la mesure où la prise de médicaments s'accompagne toujours d'un risque d'effets indésirables", estime Clément Maillard, le responsable des services de médecine et de chimiothérapie à l'hôpital privé Saint-Claude.

✓ En outre, les lunettes PSiO se présentent comme un remède efficace contre la dépression et les troubles du sommeil. "Bien sûr, l'effet est variable d'un patient à l'autre, note Clément Maillard. Mais après avoir testé ce dispositif, bon nombre de patients sont très demandeurs pour en bénéficier avant ou pendant un soin." Pour l'heure, une certaine de patients ont eu recours aux lunettes PSiO dans les services de médecine et de chimiothérapie.

✓ Vous l'aurez compris, au sein de l'hôpital privé Saint-Claude, l'objectif principal est d'utiliser les bienfaits de la luminothérapie et de la relaxation auditive pour améliorer la prise en charge et la qualité de vie des patients. L'avantage de ces lunettes, c'est qu'elles s'adaptent aux besoins du ma-

HÔPITAL PRIVÉ SAINT-CLAUDE

- ✓ L'hôpital privé Saint-Claude est un établissement du groupe Elsan. Tél. : 03 59 753 754
- ✓ 1, bd du Docteur-Schweitzer à Saint-Quentin
- ✓ Web : www.saint-claude.groupe-elsan.com
- ✓ Rejoignez-nous sur Facebook ! 

lade pour l'aider à se détendre. À l'arrivée, cela peut accroître la qualité de son sommeil et son sentiment de bien-être, tout en atténuant ses ressentis douloureux et son état potentiellement déprimé. "En plus de la luminothérapie, nous avons également recours à l'aromathérapie, qui favorise elle aussi la relaxation", précise Philippe Guibon. Notons enfin que la méthode PSiO est sans effet secondaire et a obtenu le certificat d'innocuité totale pour les yeux par le Laboratoire National Français de mesure (LNE). ■

DEUX TYPES DE PROGRAMME

- ▼ Après avoir chaussé les lunettes PSiO, les patients peuvent conserver les yeux ouverts ou fermés, la lumière passant à travers les paupières. Ils ont au choix deux types de programme :
 - ✓ L'un utilise la "lumière pulsée", qui favorise l'arrêt de la rumination mentale en cas de trouble du sommeil ou de stress.
 - ✓ L'autre privilégie la "lumière continue", utilisée fréquemment pour lutter contre la dépression.

