

témoignage

Atelier de toucher-massage® en hôpital de jour gériatrique

Infirmière depuis quatorze ans, dont six à l'hôpital de jour (HDJ) gériatrique accueillant majoritairement des patients atteints de maladies d'Alzheimer et apparentées, j'ai compris que le toucher était le sens le plus tardivement altéré. Au cœur des évolutions de cette pathologie, les manifestations de grande angoisse comme les demandes incessantes de ces patients interpellent quotidiennement l'équipe, l'invitant à adopter une approche sécurisante. Convaincue des bienfaits du toucher-massage® comme du fait que celui-ci fait partie intégrante des soins et après avoir renforcé mes compétences¹, j'ai formalisé le projet d'un atelier de toucher-massage®, en partenariat avec le cadre référent et avec l'aide de deux collègues aides-soignantes de l'HDJ, toutes deux également formées.

FINALITÉ DU PROJET

Dédié à la communication passant par le toucher, l'atelier a pour objectif d'apporter détente et bien-être, notamment aux patients très angoissés par leur pathologie, risquant un manque de concentration pour les actes de la vie quotidienne, ce qui fragilise leur maintien au domicile. La prise en charge des patients et les modalités des séances sont décidées lors de la réunion pluridisciplinaire hebdomadaire, selon le même principe de programmation que les autres ateliers proposés, individuels ou en groupe. Nous informons les patients et attendons leur accord.

MODALITÉS PRATIQUES DE L'ATELIER

L'atelier de toucher-massage® a lieu chaque jeudi après-midi et dure environ une heure. La salle est préparée à l'avance (fauteuils de détente, diffuseur d'odeurs et de musique), créant une ambiance de paix permettant une détente optimale.

■ **Les patients sont installés avec le plus grand soin** à l'aide de coussins, repose-pieds, etc., en veillant à respecter une bonne ergonomie dans leurs positions comme dans les nôtres. Des signes simples, adaptées aux troubles présentés, sont rappelées. La séance se déroule dans le silence car un temps de parole est réservé en fin d'atelier. Nous déterminons ensemble la partie du corps choisie puis débutons par 20 minutes de relaxation guidée (exercices de respiration et de relâchement musculaire) qui permet aux patients d'être plus

réceptifs au toucher-massage® qui suit, effectué à l'aide d'huiles essentielles sur une durée d'environ 20 minutes également. La séance se termine par une lente reprise et l'échange des ressentis.

■ **Ainsi avons-nous accueilli** en particulier lors de ces ateliers :

- **Mme D., atteinte de troubles psychiatriques associés à des troubles de mémoire aggravants** que son mari a du mal à accepter, la maladie étant source de conflits familiaux. Elle prend plaisir à participer à l'atelier, oubliant son quotidien l'espace d'un instant.
- **Mme B., réticente à l'approche proposée et apparemment au toucher**, qui ne voulait faire que « *de la stimulation cognitive* ». Ses troubles de la mémoire la rendent très anxieuse et en état de tension constante. Bien que les premières séances aient été difficiles, elle dit être « *tellement bien* » après quelques sessions qu'elle ne veut plus « *laisser sa place* ».

RÉSULTATS ET PERSPECTIVES

Le relâchement des tensions et les manifestations non verbales de détente (souplesse, respiration plus ample, position plus relâchée, diminution du flux verbal, etc.) sont observables dans le temps du toucher-massage® comme dans l'après-soin. La satisfaction exprimée par les patients revêt plusieurs formes, la volonté de continuer étant en soi un critère positif. « *Nul besoin d'être spécialiste pour être initié à l'art du "toucher-massage"®. Chaque personne peut s'y former, acquérir la confiance et la technique nécessaire pour l'utiliser dans quelque domaine que ce soit.* »²

CONCLUSION

Avec du recul, nous constatons que cet atelier remporte un grand succès, ce qui nous encourage à le proposer à un plus grand nombre de patients. Étant donné les locaux et l'organisation des soins actuels, nous ne pouvons accueillir que six patients par séance. Peut-être aurons-nous la possibilité de développer un autre atelier dans le futur. ■

Marie-Pascale Aure, infirmière,
Sarah Bordey, aide-soignante,
Sophie Urréa, aide-soignante, hôpital de jour (HDJ) gériatrique, pôle gériatrie, hôpital Corentin-Celton (AP-HP), Issy-les-Moulineaux (92)
pascal.langlade@ccl.aphp.fr

NOTES

1. **Formation** réalisée dans le cadre de la formation continue, s'articulant autour de deux formations : formation locale des référents toucher, cycle Toucher-massage® (Institut Joël Savatovski).
2. **Joël Savatovski**, <http://toucher-massage.com>