

L'approche psychosomatique: un dernier rempart contre la douleur

Qu'est ce que l'approche psychosomatique ?

L'approche psychosomatique est une méthode de soin qui vise à réharmoniser le lien entre le corps (soma) et l'esprit (psyché). Il est très largement admis, à l'heure actuelle, que certains maux exprimés par les patients, ne trouvent pas leurs causes uniquement au travers d'un dysfonctionnement purement anatomique ou physiologique, mais aussi dans des problèmes psychiques voire psychologiques. C'est à ces tableaux cliniques que s'intéressent la psychosomatique.

Comment cela fonctionne ?

À l'issu d'un bilan sous forme d'entretien avec le patient, le thérapeute établit un plan de soin adapté au patient. Ce plan de soin compte des outils thérapeutiques variés: l'**Écoute-Soutien**, le **Massage**, la **Mise en Mouvement**, la **Danse**, le **Dessin** et la **Relaxation**. Les séances durent 45 minutes et sont différentes à chaque fois car, par essence, la psychosomatique s'adapte à chaque circonstance.

Quelles en sont les indications et les contre-indications?

On peut considérer que toutes les pathologies ont une part (parfois minime) psychosomatique. Cependant l'approche psychosomatique est particulièrement indiquée pour les pathologies suivantes: la **Douleur chronique**, les **Algoneurodystrophies (ou syndrome douloureux régional complexe)**, les **Fibromyalgies**, patients dans une **impasse thérapeutique**...

Ce type de soin est compatible avec une prise en charge classique, et peut être combiné avec des séances de kinésithérapie. C'est encore plus bénéfique pour le patient lorsqu'il s'intègre dans un travail en réseau inter-disciplinaire.



Informations:

Me **GRANIER Caroline**. MKDE, DU psychosomatique et médiation corporelle (Montpellier) ZI Epsilon 2. Saint Raphaël. 06-16-62-48-01
carolinegranierciuti@gmail.com