



**Le CHRU de Tours dispose de lunettes de relaxation. Un dispositif proposé aux patients qui le souhaitent avant une opération afin de les détendre. Le résultat est concluant.**

Un passage à l'hôpital est rarement synonyme de bonnes nouvelles, surtout avant une opération. Il est fréquent que certains patients soient tendus juste avant l'intervention au bloc. Pour les apaiser, les médecins emploient plusieurs techniques avant l'heure H comme... des lunettes vidéo.

## Diminution de l'utilisation de produits antalgiques

Vous avez bien lu, des lunettes de relaxation sont testées au CHRU de Tours. Ces lunettes plutôt non imposantes disposent d'un écran à la place des verres, qui diffuse des médias de relaxation.

Est-ce que ça marche ? « L'expérimentation a également été menée à Bordeaux, précise René-Paul Demon, cadre de santé au CHRU de Tours. L'utilisation de produits antalgiques a diminué de 80 % ».



## « Ce n'est ni de la 3D, ni de l'hypnose »

Comment ça fonctionne ? « L'appareil comporte deux écrans. L'un dans les lunettes du patient et l'autre sur une tablette avec laquelle l'infirmière ou le praticien peut interagir pour mettre la vidéo sur pause. Tout ça s'accompagne d'un casque Bluetooth dans lequel nous diffusons une musique qui accompagne l'image ».

Un dispositif qui permet de garder un contact avec le patient et de l'accompagner avant son passage au bloc opératoire. Précision importante, il ne s'agit ni d'hypnose, ni de 3D. Cela pourrait poser quelques problèmes.

## Détendu en trois minutes



Le plus simple pour prendre la mesure du dispositif, c'est de le tester. J'ai donc enfilé ces fameuses lunettes.

À l'intérieur, j'ai choisi de projeter un film me faisant voyager dans les pôles. Des glaciers défilent sous mes yeux à faible vitesse pendant que le casque audio diffuse une musique calme et apaisante. Progressivement, la mâchoire se décrispe, je relâche les épaules, les paupières sont lourdes, puis je décroche un long bâillement. « Bon, on va vous retirer les lunettes ». Ces lunettes m'ont détendu en trois minutes montre en main. Expérience concluante donc.



« Ces lunettes viennent s'imbriquer dans le parcours de soin, détaille René-Paul Demon, cadre de santé au CHRU de Tours. C'est quelque chose à proposer au patient en amont de l'opération pour pouvoir l'accompagner vers son opération. Et ça fonctionne, car certains patients qui ont expérimenté ces lunettes et qui sont revenus pour une opération m'ont demandé ce dispositif ».

Le projet est pour le moment testé à l'hôpital, mais pourrait être élargi à d'autres domaines d'ici quelques années. « Ça pourrait servir dans les vols, par exemple, afin de détendre les personnes inquiètes à l'idée de prendre l'avion ou bien en entreprise sur l'axe de la qualité de vie au travail.