

# L'Art-Mot-Nie-des Maux

Guillaume DOLPIERRE  
 Aurélie MONTANA

## 1. Introduction

La prise en charge du patient par une équipe SMUR se fait toujours dans un contexte d'urgence. **La sophrologie** permet une prise en charge plus sereine du patient et de son entourage ainsi que de l'équipe SMUR.

## 2. Matériels et méthodes

### L'ambulancier

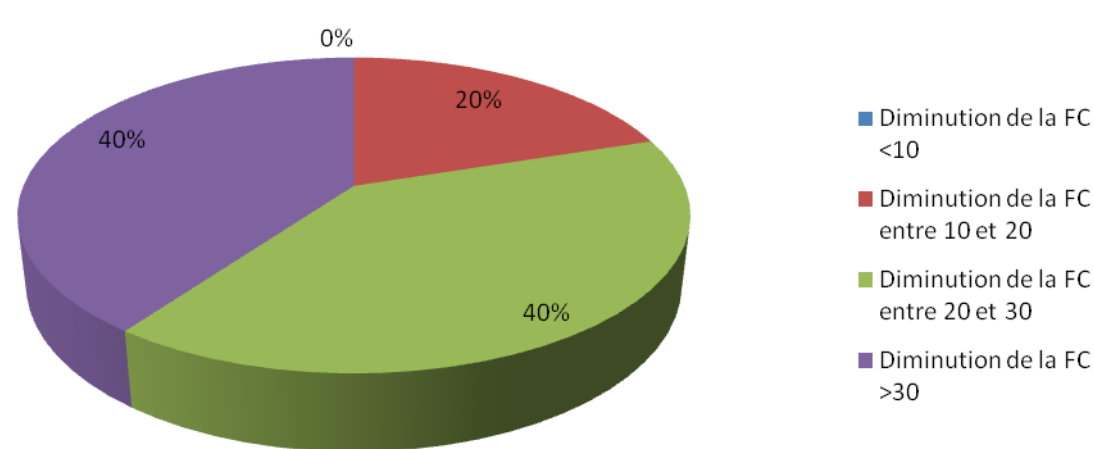
**sophrologue** propose l'utilisation de :

- Techniques respiratoires
- L'imagerie mentale ou visualisation positive
- Relâchement musculaire



## 4. Évaluation

Impact de la sophrologie sur la diminution du rythme cardiaque des patients pris en charge par le SMUR pour une douleur thoracique



## 5. Discussion

### → PERSPECTIVES

- Mise place d'un projet de recherche
- Formation des personnels du SMUR et du CRRA

## 6. Bibliographie

- « Je suis ambulancier et sophrologue », Magasin SOPHROLOGIE PRATIQUES ET PERSPECTIVES, Guillaume DOLPIERRE, N°10 Janvier-Février-Mars 2016
- -LA SOPHROLOGIE AU TRAVAIL et autres techniques pour rester zen, Laurence ROUX-FOUILLET, éditions Le passeur des possibles, mars 2013

## 3. Résultats

- Diminution de l'anxiété
- Amélioration de la prise en charge de la douleur

→ **Meilleure qualité des soins**

→ **Impact physique et psychique**