

## Prescription de benzodiazépines à 12 mois d'une hypnothérapie chez des patients préalablement traités : une étude exploratoire de la méthode E2R

*Pr Eric MENER<sup>1,2</sup>, François MARTINEAU<sup>1</sup>, Dr Sarah Lou MAMOUNE<sup>1</sup>, Dr Benjamin BASTIAN<sup>1,2</sup>*

1. Département de médecine générale, UFR de médecine, Rennes
2. Inserm CIC 1414, Rennes

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
du  
CNGE

Centre  
des congrès  
de  
*Lyon*

## Liens d'intérêt

- Membre du CA du Collège Universitaire de Médecine Intégrative et Complémentaire
- Responsable DU hypnose clinique et thérapeutique – RENNES
- Co-Fondateur d'Hypnose et Santé Formation
- <https://www.archimede.fr/Dpi@Eric.Méner>



## Contexte

- Prescription benzodiazépines excessive <sup>1</sup>
- Troubles du sommeil => HAS<sup>2</sup> = Interventions non médicamenteuses en 1<sup>er</sup> lieu
- Hypnothérapie utilisée en MG<sup>3</sup>
- Revue de littérature : méthodes non décrites et non reproductibles<sup>4</sup>

1 - ANSM. Etat des lieux de la consommation des benzodiazépines en France; 2017.

2 - HAS. Développement de la prescription de thérapeutiques non médicamenteuses validées; 2011

3 - INSERM - Gueguen J, Barry C, Hassler C, Falissard B. Evaluation de l'efficacité de la pratique de l'hypnose; 2015

4 - Mamoune S, Mener E, Chapron A, Poimboeuf J. Hypnotherapy and insomnia: A narrative review of the literature. Complementary Therapies in Medicine. 1 mai 2022;65:102805

- Démarche scientifique IDEAL<sup>5</sup> :

- **Idea** : décrire la méthode innovante : Publication de la méthode d'hypnose E2R<sup>6</sup>
- **Development** : explorer **l'intérêt de développer la recherche** dans ce domaine
- **Exploration** : **évaluer la faisabilité** et/ou la tolérance d'une technique en vue d'une étude randomisée
- **Assessment** : **évaluer l'efficacité** de la technique par une étude randomisée
- **Long Term Study** : évaluer le **suivi à long terme** avec une cohorte des patients ayant bénéficié de la méthode

5 - McCulloch P, Feinberg J, Philippou Y, Koliaas A, Kehoe S, Lancaster G, Donovan J, Petrinic T, Agha R, Pennell C. [Progress in clinical research in surgery and IDEAL](#). Lancet. 2018 Jul 7;392(10141):88-94

6 - Mener E, Mener AC. The E2R (Emotion, Regression, Repair) method : A case study of this new pragmatic hypnotherapy technique, Complementary Therapies in Clinical Practice. 2022, 101701, ISSN 1744-3881

## OBJECTIF PRINCIPAL :

Estimer indirectement l'efficacité de la méthode E2R sur le taux de sevrage à 12 mois de patients consommant depuis plus de 3 mois des benzodiazépines ou apparentés dans une perspective exploratoire

## OBJECTIFS SECONDAIRES :

- Taux de sevrage à 3 et 6 mois
- Taux de sevrage des éventuels antidépresseurs associés à 3, 6 et 12 mois.

## MÉTHODE :

- Étude observationnelle rétrospective sur les bases de données patients de 21 MG hypnothérapeutes formés à l'hypnose E2R.
- Critères d'inclusion : adultes qui faisaient l'objet d'une prescription de benzodiazépines ou apparentés depuis au moins 3 mois pris en charge en hypnose E2R entre 01/01/2018 et le 01/10/2020.
- Recueil des données de prescription de bzd sur les ordonnances.
- N = 73 patients, âgés de 52 +/- 12,2 ans, 75 % de femmes, pris en charge à 72,6 % pour des troubles anxiodépressifs.

## RESULTATS :

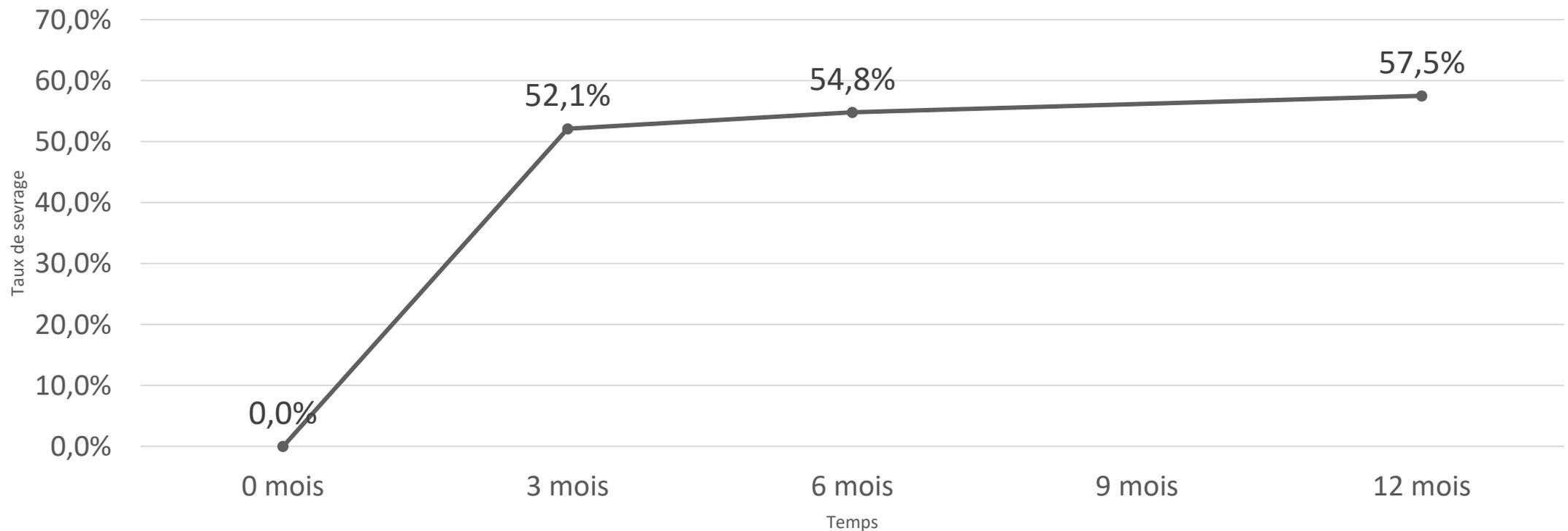
### Délaï depuis l'hypnothérapie (N = 73)

	Inclusion	12 mois
<b>Prescription de benzodiazépines et apparentés, n (%) [IC95]</b>		
<b>Prise systématique uniquement</b>	58 (79.5%) [68.4% - 88.0%]	16 (21.9%) [13.1% - 33.1%]
<b>Total (systématique et si besoin)</b>	73 (100.0%) [95.1% - 100.0%]	31 (42.5%) [31.0% - 54.6%]
<b>DME* moyenne en milligrammes, moyenne ± écart-type, [IC95]</b>		
<b>Systématique</b>	8.2 ± 8.6 [6.2 - 10.2]	2.6 ± 7.4 [0.8 - 4.3]
<b>Total (systématique et si besoin)</b>	14.2 ± 13.6 [11.0 - 17.4]	4.6 ± 9.4 [2.4 - 6.8]

**Taux de sevrage complet à M12 (CJP) : 57.5% [45.4% - 69.0%]**

\* diazepam milligram equivalent

## Evolution du taux de sevrage en benzodiazépines et apparentés après l'hypnothérapie E2R



## Résultats Secondaires

Prescription Antidépresseur (critère de jugement secondaire)	N = 73
à l'inclusion	36 (49,3% [37.4% - 61.3%])
à M12	23 (31.5% [21.1% - 43.4%])

- Analyse multivariée : la modélisation par régression logistique n'a pas retrouvé d'association significative entre le sevrage en benzodiazépines et apparentés à 12 mois et les variables d'intérêt :
  - Age
  - Genre
  - CSP
  - Nombre de séances 3 - 4
  - Durée moyenne des séances / 30 mn

## Discussion

- Peu d'études ont jusqu'ici évalué l'intérêt de l'hypnose dans le sevrage en benzodiazépines et apparentés
- L'évaluation à 12 mois a notamment permis une mesure de l'effet dans la durée (pas d'effet de rebond de la consommation)
- Caractère exploratoire donne une idée de l'efficacité pressentie...
- ...Mais ne préjuge pas d'une causalité
- Comparaison à littérature : résultats proches
- Moins de patients inclus que prévu (73/120) : peu de patients en pratique dans ces cabinets

## Discussion

### Le réseau :

- MG hypnothérapeutes d'un même réseau de formation = garantie d'une harmonie des pratiques, permettant l'évaluation de l'effet propre de la méthode employée.
- Mobilisation du réseau : 21/57
- Facile à mettre en œuvre en vue de préparer un ECR
- En cours de mise en place : Etude HypERR

# 23<sup>e</sup> CONGRÈS NATIONAL

CNGE COLLÈGE ACADÉMIQUE



Exercer  
et enseigner  
la médecine  
générale

29 NOV.  
1<sup>ER</sup> DÉC.  
2023

40 ANS  
du  
CNGE

Centre  
des congrès  
de *Lyon*

Je vous remercie  
pour votre attention