La sophrologie pour le patient

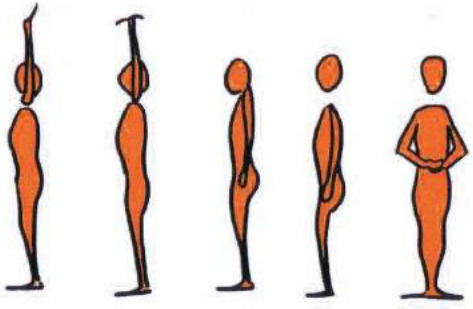
Le sophrologue accompagne le patient dans son parcours médical.

Il propose au patient des outils afin de l'aider dans son quotidien, que ce soit pour mieux gérer la douleur, le stress lié à un traitement, l'appréhension d'une intervention chirurgicale, le sommeil...

Le sophrologue intervient à la demande de l'établissement hospitalier, du médecin, du patient ou de la famille avec l'accord du chef de service en complément des soins pour une meilleure prise en charge, il n'interfère en aucun cas avec le corps médical.

Le champ d'application "clinique" permet d'aider le patient dans les domaines suivants

- Gestion du stress et des émotions
- Angoisse, anxiété
- Gestion de la douleur
- Préparation à l'accouchement
- Troubles du sommeil
- Préparation à un événement (examen médical, intervention chirurgicale, préopératoire, postopératoire...)
- Gestion post-traumatique, rééducation
- Sevrage des addictions
- Gestion des phobies
- Acouphènes, tics et TOC, attaques de panique...
- Accompagnement des changements de vie
- Prophylaxie
- Stimulation d'un état général positif



Dans le milieu hospitalier, la durée des séances à l'attention des patients est habituellement de 45' mais elle peut être adaptée en fonction de la problématique de chacun.

Des séances de groupe peuvent également être proposées aux patients, elles s'effectuent en position assise ou debout. Une salle calme avec des chaises est nécessaire au bon déroulement de la pratique.

Les séances peuvent être effectuées dans la chambre du patient ou dans une salle prévue à cet effet.