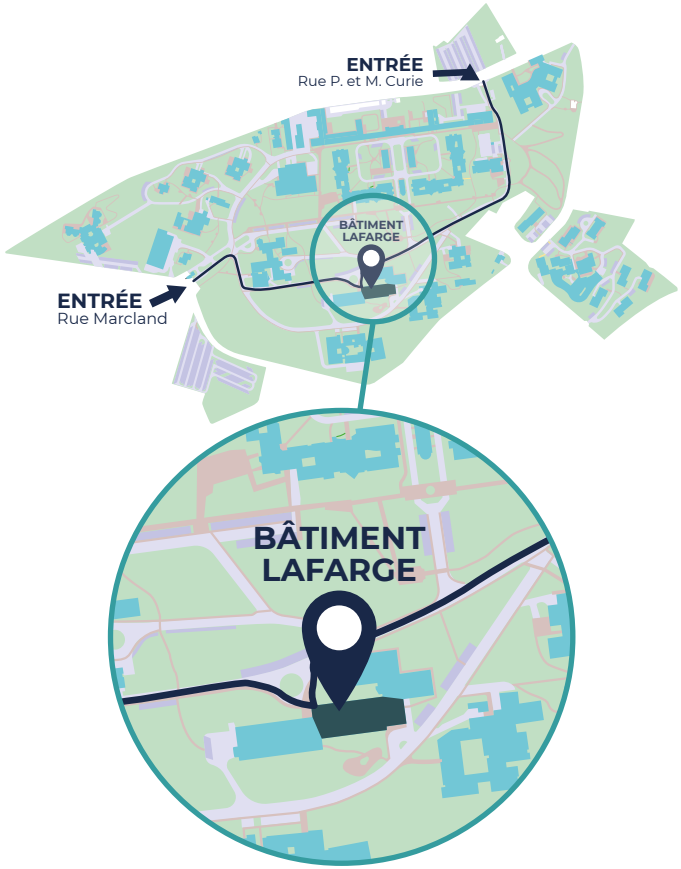
UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE

Médecins Psychiatres

Infirmier coordinateur

Infirmiers



CENTRE HOSPITALIER
ESQUIROL
LIMOGES

Unité de Relaxation
Bâtiment Lafarge
Centre Hospitalier Esquirol
15 Rue du Docteur Raymond Marcland
BP 61730 – 87025 Limoges Cedex

www.ch-esquirol-limoges.fr

IN-COM-054 ▪ Décembre 2024 ▪ Création et impression CH Esquirol ▪ Images Freepik ▪ Ne pas jeter sur la voie publique

RELAXATION PSYCHOTHÉRAPIQUE HYPNOSE THÉRAPIES BRÈVES

Unité du Pôle d'Activités Transversales

CENTRE HOSPITALIER
ESQUIROL
LIMOGES

C'EST QUOI ?

La relaxation psychothérapique est une psychothérapie à médiation corporelle qui utilise les liens qui existent entre le tonus musculaire et la vie émotionnelle pour soigner la souffrance psychique.

L'hypnose est un état modifié de conscience dans une relation thérapeutique qui a de multiples applications dans les domaines de la médecine de la douleur et des troubles psychiques.

Les thérapies brèves, appelées aussi thérapies stratégiques, visent à atténuer ou faire disparaitre des symptômes sur une durée relativement courte.

PAR QUI ?

Par des psychothérapeutes formés à ces techniques exerçant dans les différentes unités d'hospitalisation et de consultation du centre Hospitalier Esquirol.

INDICATIONS

Les indications pour les patients adultes :

- Troubles anxieux
- Troubles dépressifs
- Etat de stress post-traumatique
- Troubles psychosomatiques
- Addictions
- Troubles de la personnalité
- Douleurs
- Troubles du sommeil

COMMENT ?

Modalités d'accès

Ces thérapies sont des actes de soins nécessitant un avis médical.

En interne, adressage par fiche de prescription informatisée Cariatides.

La fréquence des séances et la durée sont déterminées par les techniques utilisées et les problématiques à résoudre.

Les séances peuvent être individuelles ou en groupe.

PRISE DE RENDEZ-VOUS

05 55 43 12 65