

Un paradigme hybride

La profession infirmière et les états non ordinaires de conscience

Les recherches sur l'apport des substances psychédéliques sur la santé ont à nouveau le vent en poupe. Cet article déconstruit certaines idées reçues et dessine les contours d'un futur rôle infirmier dans un domaine qui requiert des compétences cliniques élevées et une relation privilégiée avec les patients.

Texte: Quentin Ulveling

Les conditions permettant l'accès à des états non ordinaires de conscience sont multiples et variées. Ceux-ci peuvent être spontanés ou induits par des techniques élaborées à travers les siècles dans des cultures très diverses. Les techniques amenant à des états de trances peuvent par exemple être les battements répétitifs d'un tambour, l'hyperventilation, la méditation, la danse extatique ou encore un effort physique important. Les substances psychédéliques permettent également l'émergence de ces états non ordinaires de conscience. Parmi celles-ci figurent le LSD, la MDMA, l'ayahuasca, l'iboga, la kétamine et les champignons hallucinogènes contenant la psilocybine, pour n'en citer que quelques-unes. Ces substances bénéficient d'un intérêt grandissant dans la recherche fondamentale et clinique ces dernières années.

Préjugés et amalgames

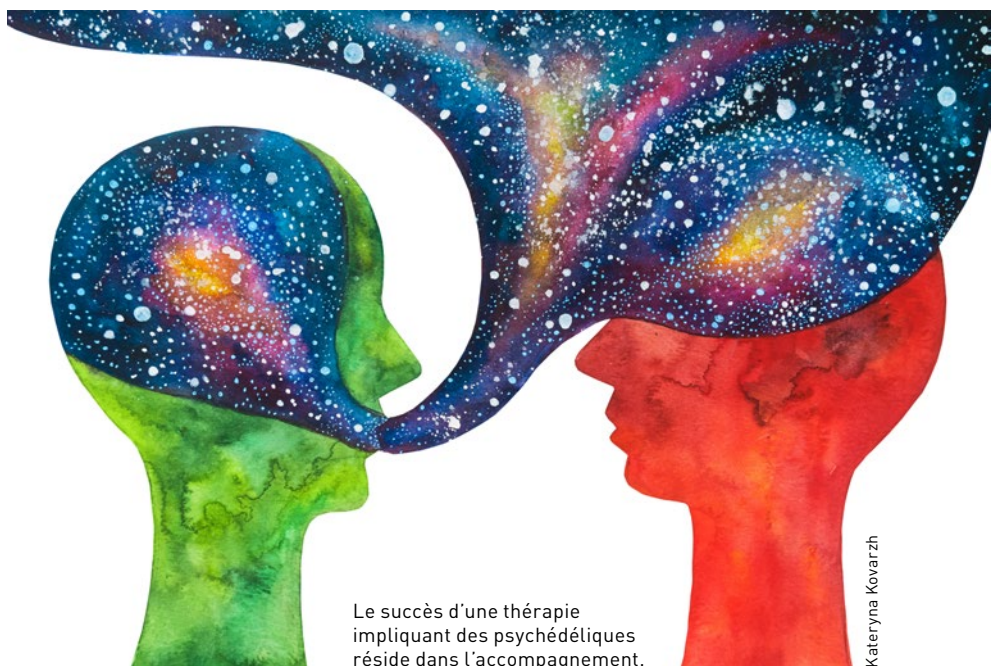
De nombreux préjugés entourent les psychotropes, en particulier quand ils sont utilisés sans encadrement. Par manque de connaissances, le risque d'amalgame est présent. Et pourtant, un fossé sépare les psychédéliques des autres produits qui amènent aux addictions, aux troubles du comportements, à l'excès et aux risques pour la santé. Comme l'explique Alexandre Lehmann, chercheur en neurosciences cognitives, les recherches indiquent que les psychédéliques classiques ne provoquent pas de dépendance ni de neurotoxicité, contrairement à des substances telles

que la cocaïne, les amphétamines ou l'alcool. Il précise que des études préliminaires suggèrent que l'ibogaïne – un alcaloïde hallucinogène qui est utilisé dans des cérémonies traditionnelles au Gabon – peut supprimer les symptômes de sevrage chez les personnes souffrant d'abus de substances, ce qui la rend indiquée dans le traitement des addictions (Corkery, 2018).

Mais l'usage des substances psychédéliques n'est pas recommandé pour tout un chacun. En cas de prédisposition à une maladie mentale ou d'antécédents psychiatriques, le risque de décompensation psychotique existe (Salthun-Lassalle, 2020).

Intérêt helvétique bien présent

Avec la découverte du LSD par le chimiste suisse Albert Hofmann en 1943 à Bâle, l'exposition sur le LSD en 2018 à la Bibliothèque nationale de Berne et le nombre grandissant de médecins recevant des autorisations par l'Office fédérale de la santé publique pour travailler avec la MDMA ou le LSD, tout porte à penser que la Suisse a un rôle important à jouer en matière d'utilisation à des fins thérapeutiques des états non ordinaires de conscience induits par les psychédéliques. Ansgar Rougemont-Bücking, psychiatre et privat-docent à l'Université de Fribourg, fait partie des médecins en Suisse romande ayant reçu une autorisa-



Le succès d'une thérapie impliquant des psychédéliques réside dans l'accompagnement.

Kateryna Kovarzh

tion de l'OFSP. Il souligne que ce n'est pas l'effet de la substance elle-même mais avant tout l'accompagnement thérapeutique avant, pendant et après une telle expérience qui est responsable du succès – ou de l'échec – de l'intervention.

Des quêtes existentielles aux soins palliatifs

La législation helvétique actuelle limite les possibilités de recherches impliquant ces substances et leur usage clinique. Pourtant, certaines personnes n'utilisent pas seulement les psychédéliques pour se soigner ou de manière ludique, mais également dans un but d'exploration de leur conscience, pour trouver des réponses à leurs questionnements existentiels. Selon Michael Ljuslin, médecin spécialiste en médecine palliative aux Hôpitaux universitaires de Genève, les psychédéliques pourraient même avoir un rôle à jouer dans l'accompagnement des personnes en fin de vie pour diminuer tant la souffrance physique et psychique que spirituelle. Dans une étude utilisant la psychothérapie assistée par

protecteur dans la détresse existentielle – en quelque sorte de manière opposée au potentiel destructeur de l'événement traumatique.

Dans un pays où il est autorisé pour certaines personnes de mettre fin à leurs jours parce qu'elles se trouvent dans une situation qui n'offre plus aucun espoir, ne devrait-il pas y avoir la possibilité de leur proposer une alternative? Au mois d'août 2020, le Canada a fait un premier pas dans cette direction en donnant le droit à quatre Canadiens en fin de vie de prendre de la psilocybine pour les aider dans leur détresse (National Post & Riches, 2020).

Quelle place pour l'infirmière?

Alors que de plus en plus de psychiatres, psychologues et psychothérapeutes s'investissent en Suisse et au-delà dans la recherche sur les états non ordinaires de conscience en psychothérapie assistée par psychédélique, la question de la place de la profession infirmière dans ce domaine se pose.

Dans le milieu médical, les infirmières, infirmiers, ASSC et aide-soignants sont en première ligne. Lorsqu'il est question d'administrer des antalgiques morphiniques, ce sont les infirmières qui évaluent leur efficacité et la réponse du patient.

Avec leur expertise, les médecins effectuent des diagnostics et prescrivent les traitements avec un suivi ponctuel. Les psychothérapeutes accompagnent les patients sans leur administrer de médicaments. Dans ce nouveau paradigme, il faut à la fois une expertise médicale pour administrer la substance, surveiller les constantes vitales mais également accompagner avec compassion, attention et présence humaine pour permettre à l'expérience de se dérouler et faciliter son effet thérapeutique.

Alors que l'effet des psychédéliques peut durer de trente minutes à douze heures, les infirmières et infirmiers sont à même de combiner ces deux rôles puisqu'ils ont l'expérience dans l'administration, la surveillance, l'accompagnement et la prévention auprès des personnes ayant recours aux psychotropes. Ainsi, de par ses compétences cliniques et relationnelles, la profession infirmière est bien placée pour prendre en soin des patients sous l'effet d'un psychédélique. D'ailleurs, notre profession est déjà impliquée

dans ce domaine lors de l'administration de la kétamine en anesthésie, qui induit également un état non ordinaire de conscience – rappelons d'ailleurs que la kétamine est reconnue pour avoir une efficacité dans le traitement de la dépression chronique. Assurément, la profession infirmière est appelée à développer ses aptitudes dans le champ de l'accompagnement des états non ordinaires de conscience.

Une première romande

Eleusis, association de Suisse romande qui s'intéresse au mouvement psychédélique, a été fondée en 2020 pour tenter de répondre à ces questions. Elle réunit déjà de nombreux professionnels: psychiatres, psychothérapeutes, psychologues, médecins spécialiste en médecine palliative, infirmières et infirmiers ou encore universitaires. L'association œuvre à une meilleure compréhension des psychédéliques en encourageant le dialogue et la recherche. Elle ne procède à aucun prosélytisme ou militantisme. En revanche, des recommandations concernant la réduction des risques, des témoignages ainsi que des échanges et un soutien pourraient être proposés. L'association souhaite participer, de façon raisonnable, objective et prudente, aux discussions et débats portant sur la place et le statut des substances psychédéliques dans la société.

Quels sont les compétences, le savoir-faire et le savoir-être pour appuyer de manière optimale une personne lors d'expériences potentiellement transformatives suite à l'absorption de ces substances? Ces questions sont pour l'heure sans réponse, mais la longue expérience infirmière dans l'accompagnement apportera sûrement des éléments de réflexion opportuns.

Informations sur www.eleusis-society.ch ou via contact@eleusis-society.ch.

.....



Les références en lien avec cet article peuvent être consultées dans l'édition numérique sur www.sbk-asi.ch/app

L'auteur

Quentin Ulveling, infirmier dans un EMS fribourgeois, membre du comité d'Eleusis. Contact: q.ulveling@protonmail.com.

“
Les psychédéliques classiques ne provoquent pas de dépendance ni de neurotoxicité.
”

psilocybine pour traiter l'anxiété liée à une maladie oncologique avancée, un groupe de chercheurs de l'Université de New York a démontré qu'une seule dose permet de réduire les symptômes d'anxiété de 60 à 80 pourcents, et que, de manière surprenante, les effets bénéfiques peuvent persister plusieurs années (Ross et al., 2016). Michael Ljuslin ajoute que la mobilisation des ressources spirituelles de l'individu au travers des expériences mystiques induites par les psychédéliques semble faire partie des mécanismes d'action possibles. Ces expériences mystiques semblent jouer un rôle bénéfique, transformateur et même