

Afin de rendre le patient acteur de son mieux-aller, le recours à un espace d'apaisement spécialement aménagé doit permettre d'améliorer le vécu du séjour et diminuer les actes d'agressivité, première cause de rédaction de fiches d'événements indésirables dans l'établissement.

L'existence d'un espace d'apaisement au sein d'un service hospitalier permet de diminuer les situations de tension psychique et relationnelle et donc le recours aux mesures d'isolement et de contention. Ainsi, les patients peuvent accéder librement et spontanément, ou sur proposition des professionnels, à l'espace d'apaisement lorsqu'ils ressentent une tension psychique et des difficultés à contenir ou canaliser des émotions fortes.

Les espaces thérapeutiques de la société « Wavecare » peuvent être utilisées en santé mentale, pour atteindre un bien-être par l'apaisement de certains symptômes, du stress et de l'anxiété

Ces espaces thérapeutiques associent des effets lumineux, des effets sonores à la projection de films pour stimuler les sens visuels et auditifs. Les thèmes reproduisant des scènes de nature apaisante, ont été développés dans un but de relaxation.

Contrairement aux salles de stimulation multisensorielles (par exemple salles Snoezelen), le concept thérapeutique « Wavecare » ne fournit que des ambiances apaisantes et douces dont les effets sur le traitement quotidien des personnes vulnérables ont été prouvés :

- Utilisation intuitive
- Les patients peuvent y accéder sans la présence d'un thérapeute
- Pas besoin de « profil sensoriel » du patient avant utilisation
- Libération des ressources en personnel

Les objectifs stratégiques

- Améliorer le bien-être des patients en souffrance psychique
- Rendre le patient acteur de sa gestion du stress en lui permettant l'accès à un espace d'apaisement contractualisé avec l'équipe.
- Favoriser un rétablissement plus rapide, diminuer la durée de séjour.
- Éviter le recours à la chambre d'isolement.
- Diminuer les situations de tensions internes et interpersonnelles, générant parfois de l'escalade de stress et agressivité entre patients ou envers les soignants.

Les objectifs opérationnels

- Diminuer la durée de séjour
- Améliorer la qualité du séjour du patient
- Réduire le recours aux chambres d'isolement
- Proposer une aide thérapeutique supplémentaire aux équipes de soins pour limiter les passages à l'acte agressifs des patients
- Contractualiser avec le patient son passage en espace d'isolement apaisement, quand il en ressent le besoin et augmenter l'alliance thérapeutique.

L'articulation du projet avec les orientations de la politique régionale de santé :

Le Projet Régional de Santé de la région Grand-Est 2018-2023 définit les objectifs opérationnels du parcours en santé mentale, avec plusieurs axes correspondant au projet :

- Objectif 6 du PRS (p 72) : faciliter l'accès aux soins intégrés, à la prévention et à la réduction des risques et des dommages pour l'ensemble des personnes en souffrance psychique.
- La culture de la bonne pratique de prescription des psychotropes, des anxiolytiques et hypnotiques en particulier, doit encore s'améliorer à l'aide du développement des thérapies non médicamenteuses et d'une meilleure accessibilité aux avis spécialisés pour la médecine générale.
- L'éducation thérapeutique du patient et/ou la psychoéducation ne sont pas suffisamment reconnues, valorisées et développées en psychiatrie et en santé mentale.

L'installation d'un espace d'apaisement vise clairement à développer une approche non médicamenteuse et à limiter le risque de dommages de la personne en souffrance psychique en limitant le recours à une période d'isolement thérapeutique/contention mécanique, rarement vécue comme entièrement bénéfique dans les débriefings des patients, à posteriori.

Wavecare en psychiatrie au Danemark :

Depuis 2014, le ministère de la Santé Danois a fixé comme objectif la réduction de la contention non volontaire des patients admis en psychiatrie. Ce qui s'est traduit par de nouvelles procédures permettant d'éviter la montée en stress.

La chambre d'apaisement Wavecare est l'un des outils de ce processus.

En 2014, le service psychiatrique de la région de Copenhague a missionné Wavecare pour développer les premiers espaces d'apaisement installés dans 4 hôpitaux psychiatriques.

Diminution du nombre de contentions par ceinture au niveau national au Danemark.

Entre 2014 et 2019, le Danemark est parvenu à réduire de moitié les contentions en psychiatrie avec un taux passant de 6,8 % des hospitalisations à 3,6 % (1).

Parmi différentes stratégies, des espaces Wavecare ont été déployées dans les hôpitaux.

Une étude pilote (2) a recueilli les avis de professionnels exerçant en psychiatrie (infirmières et ergothérapeutes notamment) et montré que ces espaces offrent de nouvelles opportunités pour les soins et les traitements des patients.

Très simple d'utilisation pour les soignants (une simple pression du doigt suffit à activer un thème combinant scène de nature, ambiance musicale et visuelle), le dispositif permet de transformer une pièce anonyme en un lieu accueillant et chaleureux, avec des programmes sur-mesure et adaptables. Des objets (couette à balles, sièges de massage...) peuvent y être installés.

Le but est de renforcer la capacité des patients à réduire leur stress et leur anxiété, en se concentrant sur les ambiances diffusées.

S'appuyant sur des études conduites avec des patients souffrant de schizophrénie, stress post-traumatique et autres symptômes, Wavecare a conçu des thématiques de relaxation impliquant différents niveaux de stimuli et d'éveil.

L'entreprise a perfectionné ces outils en échangeant régulièrement avec les soignants mais aussi avec les usagers. D'après l'étude pilote (2), ces espaces ont plusieurs fonctions :

- utilisées de façon systématisée, elles permettent de proposer aux patients d'apprendre à gérer leurs émotions et à développer des stratégies de gestion du stress ;
- libres d'accès, elles constituent un espace alternatif à la chambre, pour se reposer ;

– de façon préventive, elles peuvent être utilisées pour installer le patient agité dans un lieu calme, afin d’engager une désescalade de l’anxiété et du stress et de réduire la consommation de médicaments. Les soignants constatent également que ces chambres facilitent l’échange et favorisent l’alliance thérapeutique.

Si cette étude ne fournit pas de preuves scientifiques de l’efficacité de ces lieux, ses résultats positifs incitent à poursuivre expérimentation et recherche.

1– Chiffres de l’Autorité danoise de la santé et des médicaments. 2– Salle sensorielle Wavecare dans le domaine psychiatrique, région du sud de Danemark, département de psychiatrie Odense University Hospital, I. Borch, 2018, trad. J.L. Marcellin, 2021.





Fin 2020, 75 chambres d'apaisement Wavecare équipaient 16 hôpitaux psychiatriques dans les 5 régions Danoises.

La transformation de l'approche du soin et la diminution du recours à l'isolement

Le caractère innovant d'un tel projet réside dans la transformation de l'approche de la crise aboutissant à de l'agressivité, bien en amont de la montée de l'angoisse.

Le patient est amené à gérer son angoisse et à recourir à l'espace d'apaisement en lien avec l'équipe médico-soignante.