



André Moreau T.S., M.A., h.h.d.



## Asthme, allergies et hypnose



Le site passeport-santé stipule que l'allergie, aussi appelée hypersensibilité, est une réaction anormale du **système immunitaire** contre des éléments étrangers à l'organisme (allergènes), mais inoffensifs. Elle peut se manifester dans différentes régions du corps : sur la peau, aux yeux, dans le système digestif ou encore dans les voies respiratoires. Les

types de symptômes et leur intensité vont varier selon l'endroit où l'allergie se déclare, et en fonction de plusieurs autres facteurs, propres à chaque personne. Ils peuvent être très discrets, comme l'apparition de rougeurs sur la peau, ou potentiellement mortels, comme le choc anaphylactique. Les principaux types de manifestations allergiques sont : les allergies alimentaires, l'asthme allergique, l'eczéma atopique, la rhinite allergique, certaines formes d'urticaire et l'anaphylaxie. Les personnes allergiques le sont rarement à un seul allergène. La réaction allergique peut se manifester de plusieurs façons chez une même personne. Alors que les mécanismes entraînant l'allergie nasale ne sont pas encore bien compris, une étude japonaise a tenté de comprendre comment le stress pouvait favoriser le développement d'allergies dans la cavité nasale. Ainsi, des chercheurs de l'Université de la ville d'Osaka au Japon ont tenté de comprendre comment le stress pouvait être un facteur aggravant des allergies. Publiés dans l'International Journal of Molecular Sciences, les résultats de l'étude démontrent ainsi que la corticotropine, l'hormone du stress, peut induire la production de mastocytes (MC), les agents impliqués dans le développement d'allergies dans la cavité nasale. « *Dans ma pratique quotidienne, je rencontre de nombreux patients allergiques qui disent que leurs symptômes se sont aggravés en raison du stress psychologique* », explique le professeur Mika Yamanaka-Takaichi de l'Université d'Osaka qui a mené cette étude. Le Centre d'études Sur le Stress Humain confirme l'impact négatif des hormones de stress sur le système immunitaire et sur la formation des réactions allergiques.

# Il est maintenant démontré que les hormones du stress favorisent le développement d'allergie dans la cavité nasale.

**Il semble que l'autohypnose pourrait compléter l'action des médicaments classiques pour soulager les symptômes du rhume des foins. Les résultats d'une récente étude menée à l'Université de Bâle, en Suisse, sont encore préliminaires, mais selon les chercheurs, ils sont suffisamment intéressants pour justifier des recherches plus approfondies.**

Site [passeport-sante.net](http://passeport-sante.net)

(J. Wyler-Harper & al., 1994) ajoutent que ces dernières années, nos connaissances sur le système immunitaire et la pathogenèse des troubles immunitaires ont augmenté. De nombreuses recherches ont été menées sur les liens complexes entre la psyché, le système nerveux central et le système immunitaire et sur l'effet de l'humeur sur les processus morbides. Cet article passe en revue les preuves des effets de l'hypnose sur la réaction allergique au test cutané, sur les allergies, en particulier les allergies respiratoires et le rhume des foins, et sur l'hyperréactivité bronchique et l'asthme. L'hypnose, qui est généralement considérée comme un état de conscience altéré associé à la concentration, à la relaxation et à l'imagination, et entre autres caractéristiques une réactivité accrue à la suggestion, a longtemps été considérée comme efficace dans l'amélioration de divers troubles corporels. Il a semblé que l'état d'hypnose est capable d'une fonction de pontage ou de médiation dans le prétendu dualisme entre l'esprit et le corps. Il y a eu une grande variation dans les procédures expérimentales et cliniques telles que le type d'intervention hypnotique employée, la formation des sujets et le moment de l'intervention. En outre, la variabilité du type d'allergène utilisé et de son mode d'application est évidente. Mais malgré ces limites, de nombreuses études ont montré un lien entre l'utilisation de l'hypnose et une réponse modifiée à un stimulus allergique ou à une hyperréactivité bronchique réduite. Il n'y a pas encore d'explication claire de l'efficacité de l'hypnose, mais il existe des preuves d'une influence sur la composante neurovasculaire de la réponse allergique. Il y a eu une grande variation dans les procédures expérimentales et cliniques telles que le type d'intervention hypnotique employée, la formation des sujets et le moment de l'intervention. En outre, la variabilité du type d'allergène utilisé et de son mode d'application est évidente. Mais malgré ces limites, de nombreuses études ont montré un lien entre l'utilisation de l'hypnose et une réponse modifiée à un stimulus allergique ou à une hyperréactivité bronchique réduite. Il n'y a pas encore d'explication claire de l'efficacité de l'hypnose, mais il existe des preuves d'une influence sur la composante neurovasculaire de la réponse allergique.

## **Asthme**

(T. Ewer & D. Steward, 1986) ont fait une étude sur des patients souffrant d'asthme modéré après un traitement par une technique hypnotique. Cette étude montre l'efficacité d'une technique hypnotique chez les asthmatiques adultes modérément à fortement sensibles à l'hypnose.

De nombreuses études ont montré un lien entre l'utilisation de l'hypnose et une réponse modifiée à un stimulus allergique ou à une hyperréactivité bronchique réduite. Il n'y a pas encore d'explication claire de l'efficacité de l'hypnose, mais il existe des preuves d'une influence sur la composante neurovasculaire de la réponse allergique.

## Sources et références

(T. Ewer & D. Steward, 1986)

Article intitulé : Amélioration de l'hyperréactivité bronchique chez les patients souffrant d'asthme modéré après traitement par une technique hypnotique : un essai contrôlé randomisé. Bibliothèque Nationale de médecine USA PUBMED

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1341848/>

(J. Wyler-Harper & al., 1994)

Article intitulé : L'hypnose et la réponse allergique Publié dans National Library of Medicine NIH, PUBMED.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8073242/>

## Site Internet

Passeport-santé

Site d'information générale sur la médecine et la santé

<https://www.passeportsante.net>

Centre d'études sur le stress humain

Le CESH est en rapport étroit avec l'Institut Universitaire en santé mentale de Montréal. Il a pour mission d'améliorer la santé physique et mentale des individus en leur fournissant une information scientifique de pointe sur les effets du stress. <https://www.stresshumain.ca/>