

# Hypnose par réalité virtuelle pour démasquer la pseudo-hypertension artérielle en ambulatoire

Philippe Di Cicco

Master thesis in Master of Medicine

**Introduction.** La mesure de la pression artérielle fait partie de l'examen clinique cardiologique de base et est souvent élevée dans les consultations ambulatoires. En effet, la mesure est influencée par des facteurs de stress physiques et mentaux qui peuvent conduire à une pseudo-hypertension. Cependant, cette mesure est essentielle pour adapter la médication. Nous avons cherché à savoir si une courte relaxation par réalité virtuelle pouvait révéler les patients souffrant de pseudo-hypertension.

**Objectif.** Évaluer l'effet hémodynamique d'une hypnose par réalité virtuelle de 5 minutes chez des patients hypertendus ( $>140/90$  mm Hg) en pratique cardiologique ambulatoire. On a testé si une courte relaxation en réalité virtuelle (RV) pouvait aider à identifier les patients avec une pseudo-hypertension.

**Méthode et Résultats.** Entre octobre 2021 et octobre 2022, 40 patients (24 hommes, âge moyen  $65\pm 14$ ) souffrant d'hypertension en consultation ont été soumis à une séance d'hypnose en RV. Le protocole consistait à trois mesures de la PA (PA de base moyenne :  $159\pm 17/90\pm 10$  mm Hg) avant l'immersion, une mesure de la PA trois minutes après l'immersion, et une mesure après le retrait du masque de RV. Le protocole a été réalisé avec le système HealthyMind (Paris) en utilisant l'un des sept scripts d'hypnothérapie basé sur l'environnement, la musique d'accompagnement et les fonctions de relaxation pour encourager la respiration profonde. La pression artérielle a été mesurée à l'aide d'un tensiomètre numérique capable d'enregistrer les mesures. La pression après l'hypnose en RV était significativement plus basse ( $146\pm 23/88\pm 12$  mmHg). Vingt patients ont normalisé leur pression systolique après l'hypnose en RV ( $127\pm 9$  mm Hg), 11 patients avaient une hypertension de grade 1 ( $154\pm 7$  mm Hg,  $p<0.01$ ), et 9 patients avaient une hypertension de grade élevé ( $178\pm 13$  mm Hg,  $p<0.01$ ), Figure 16. Les normalisateurs étaient plus souvent des hommes ( $p<0,01$ ).

**Conclusion.** La pseudo-hypertension est fréquente en cardiologie. L'hypnose par réalité virtuelle pourrait être utile pour repérer la pseudo-hypertension en cardiologie.

Directeur et superviseur : Prof. Dr. med. Stéphane Cook,  
Médecin-Chef, Cardiologie, Université et Hôpital, Fribourg.  
Expert: PD Dr. med. Diego A. Arroyo et PD Dr. med. Serban G. Puricel,  
Médecins-adjoints, Cardiologie, Université et Hôpital, Fribourg.