

Praticien responsable



Docteur Jocelyne BOREL-KUHNER

Praticien hospitalier

Equipe mobile d'accompagnement
douleur et de soins palliatifs

Urgentiste

Spécialisée en pharmacologie et
toxicologie clinique, médecine de
catastrophe et des milieux extrêmes
Diplômée en Yoga-Thérapie (IDYT Pa-
ris) et méditation & neuroscience
(DUMMN Strasbourg)

Professeur de YOGA (FFHY)

Membre du comité de lutte contre la
douleur et soins palliatifs

**Pour prendre rendez-vous
Equipe mobile d'accompagnement
douleur et de soins palliatifs :**

01 34 06 65 80

Hôpital Simone Veil

14 rue de Saint Prix
95600 EAUBONNE

**Bâtiment Changeux,
Rez de chaussée, couloir C**

● ● ● Modalités d'accès

En voiture :

De Paris :

Porte de la Chapelle ou Porte Maillot-Suivre direction Cergy
-Pontoise-Prendre A15 Cergy/Pontoise/Argenteuil/
Orgemont-Prendre la sortie A115 direction de Calais/
Amiens/Beauvais/Ermont/Franconville-Centre/A16
Prendre la sortie 2 vers Eaubonne

De Cergy Pontoise :

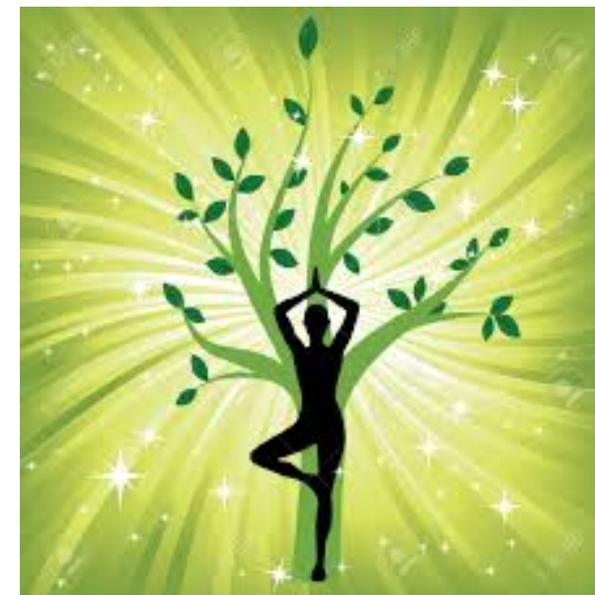
A15 direction Paris - Sortie 7—Puis A115 - direction Paris/
Taverny/Bessancourt - Prendre la sortie 2 vers Eaubonne

Par les transports en commun :

TER : Paris NORD, direction Pontoise ou Persan Beaumont/
Valmondois-descendre à la gare Ermont-Eaubonne

Puis BUS de la gare d'Ermont-Eaubonne : les cars roses n°38
-01-01 ou 38-01-14 ou 38-04

Consultation de Yoga-Thérapie



📞 **Secrétariat : 01 34 06 65 80**
Fax : 01 34 06 63 85

La consultation de YOGA-THERAPIE

C'est quoi la Yoga-Thérapie ?

L'utilisation du yoga et /ou de la méditation à des fins médicales est largement validée au travers de nombreuses études médicales et scientifiques.

La Yoga-Thérapie s'appuie sur les connaissances actuelles couplées aux outils et expériences du yoga, elle part de l'idée que le corps est capable d'autorégulation. Ce n'est pas un substitut aux thérapies conventionnelles, c'est au contraire un ensemble d'outils complémentaires utilisables conjointement aux traitements médicaux en collaboration étroite avec les acteurs du protocole de soins.

Une action spécifique sur la prise en charge de la douleur se base sur les connaissances neurophysiologiques récentes. Ainsi, les moyens utilisés en Yoga-Thérapie dans ce domaine agissent sur les récepteurs périphériques, sur les neuromédiateurs, les endorphines et les substances inflammatoires.



Comment se déroule la consultation ?

Chaque patient est adressé par un médecin du parcours de soins. Son dossier médical hospitalier est à disposition du thérapeute à défaut une lettre explicative du spécialiste ou du médecin traitant doit être transmise.



- **Une première consultation médicale**

La première consultation dure environ 45 minutes. Elle se déroule au sein de l'unité de consultations de médecine de l'hôpital (bâtiment Changeux). Un bilan complet est réalisé et un objectif principal est ciblé en accord avec le patient. D'autres rendez-vous sont alors pris pour un suivi régulier (une fois par semaine).

- **Les consultations suivantes**

Elles durent 30 minutes et sont au nombre de 5 à 10. La méthode Yoga-Thérapie est appliquée au cas par cas, avec un apprentissage progressif.

Il peut s'agir de mobilisations douces, de respirations spécifiques, de relaxation...

Une ordonnance de traitement est remise au patient afin qu'il l'applique à domicile jusqu'au prochain rendez-vous. Le patient devient participatif et actif.

Pour qui?

Elle est adaptable quelles que soient les possibilités physiques, à partir du moment où la personne relevant de la consultation de Yoga-Thérapie est prête à se prendre en charge dans sa démarche de traitement ou simplement de prévention.

Cette consultation médicale et scientifique, est garante d'une vue globale du patient et de sa pathologie, sur les plans physique, psychique et émotionnel.



Au fil du temps et des séances ?

Le travail est toujours mené en étroite collaboration avec les différents acteurs de soins.

Le patient devient autonome de la méthode. Régulièrement, les objectifs sont réévalués et adaptés. A tout moment le patient peut sortir de la prise en charge.

Dès que possible les séances sont espacées et la prise en charge peut devenir collective (groupes cohérents de Yoga-Thérapie, hôpital de jour, cours collectif de yoga ...).