



Rire et médecine

petite revue non exhaustive...pour rigoler

C. Lanier (SMPR) – Juillet 2015



Généralités

- ▶ Une des formes de communication les plus fondamentales → rarement solitaire
- ▶ 2nd à des stimuli imprévus ou incongrus, soulagement après un danger écarté
- ▶ Rôle de liant social
- ▶ Aculturel
- ▶ Contagieux

Plan

- ▶ Généralités
- ▶ Physiologie
- ▶ Impact sur la santé
- ▶ Toujours bénéfique?
- ▶ Peut-on rire au travail?
 - Peut-on rire avec les patients?
 - De tout?
- ▶ Conclusion

Généralités

PubMed.gov
US National Library of Medicine
National Institutes of Health

PubMed

Display Settings: Abstract

Cent Afr J Med, 1963 May;9:167-70.

An epidemic of laughing in the Bukoba district of Tanganyika.

RANKIN AM, PHILIP PJ.

PMID: 13973013 [PubMed - indexed for MEDLINE]

MeSH Terms

Généralités

- ▶ Développement de l'enfant et interaction avec la mère.

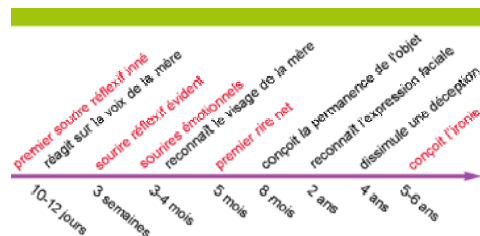


Figure 1. Quelques points de repère à propos du développement de la communication non verbale du nouveau-né et du petit enfant
En particulier: le rire, les pleurs, l'humour.

Hess, RMS 2007



Généralités

- ▶ Certains comportements similaires également présents chez les animaux.
- ▶ Aspect hiérarchique. « Quand le chef rit tout le monde rit »
- ▶ Séduction
- ▶ Les orateurs rient 46% de plus que les auditeurs.
- ▶ Les personnes de bonne humeur rient 100-400x/j (comme les enfants)

Kesselring. Forum Med Suisse 2011

Physiologie

Pas le même cheminement que les voies motrices volontaires. Suivant les lésions: dissociation automatico-volontaire.

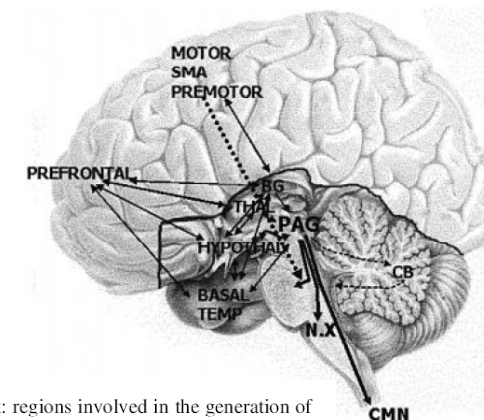


Fig. 1 The laughter network: regions involved in the generation of normal and pathological laughter. Note that in the mesencephalic and pontine regions the fibres from the PAG, which probably transmit the signal to laugh, are located dorsally/tegmentally, whereas the fibres from the frontal motor areas run ventrally, probably inhibiting facial emotional expressions. BASAL TEMP = basal temporal lobe including amygdala; CB = cerebellum; CMN = cervical motor neurons; BG = basal ganglia; HYPOTHAL = hypothalamus; MOTOR = motor area; N.X = vagal nerve nucleus; PREFRONTAL = medial and dorsolateral prefrontal cortex; PREMOTOR = premotor area; THAL = thalamus.

Physiologie

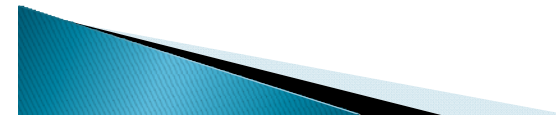
- ▶ Diaphragme et cordes vocales stimulés
- ▶ Contraction musculature faciale (*grand zygomatique, releveur profond de la lèvre supérieure, risorius, triangulaire des lèvres, orbiculaire des lèvres, buccinateur ...*) et certains muscles abdominaux
- ▶ Obstruction partielle du larynx par l'épiglotte
- ▶ Activation des glandes lacrymales.
- ▶ Expiration en staccatos de même force
- ▶ Inspiration continue
- ▶ Syllabes de 75msec avec intervalles réguliers de 210msec
- ▶ Fréquence de base de 502Hz chez la femme et 276Hz chez l'homme.



Physiologie

- ▶ 20 secondes de rire = 3 minutes d'aviron rapide
- ▶ 10 minutes de rire = 40 minutes de jogging

Kissling. Primary Care 2008
Kesselring. Forum Med Suisse 2011



Impact sur la santé

- ▶ « L'arrivée d'un clown dans une ville a une influence plus salutaire sur sa santé que vingt ânes chargés de médicaments »

(Thomas Sydenham)



Impact sur la santé

- ▶ Libération d'endorphines à effet euphorisant
- ▶ 1° pulsations et perfusion sanguine augmentée → accélération combustion graisses du sang
- ▶ Respiration forcée augmente la captation O2 sanguine
- ▶ 2°: diminution de la FC et de la TA par dilatation artérielle
- ▶ Stimulation du système immunitaire
- ▶ Diminution de la sensibilité à la douleur
- ▶ Bien-être général

Clayton 1997





Rire pathologique

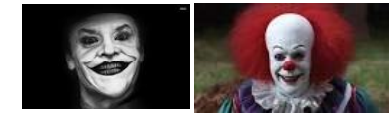


Tableau 2 Lésions vasculaires qui causent le fou rire prodromique

- A. Hémisphères**
- Lésions unilatérales des noyaux gris centraux
 - Lésions bi- ou unilatérales du genou de la capsule interne (Carrel et al. 1997, Uzunca et al. 2005)
- B. Tronc cérébral**
- Lésions bi- ou unilatérales du pont
 - (Féré et al. 1903, Wali et al. 1993, Assal et al. 2000, Gondim et al. 2006)
 - stimulation haute fréquence (inhibitrice) sous-thalamique (Krack et al. 2001)

Tableau 1 Rires (et pleurs) pathologiques

- 1 Fou rire prodromique
- 2 Rires et pleurs spasmodiques
- 3 Crises épileptiques gélastiques
- 4 Médicaments sédatifs/narcotiques (par exemple : gaz hilarant)

Tableau 3 Rire/sourire anormal dû aux émotions perturbées

- Mécanismes:** 1. libération lésionnelle ou 2. irritation paroxystique.
- A. Causes organiques**
- Rire pathologique et labilité émotionnelle (voir **tableau 1**)
 - Compréhension perturbée de l'humour : lésion fronto-polaire droite
 - Manie de plaisanter (moria = Witzelsucht) : lésion fronto-basale droite
 - Euphorie pathologique due au manque d'O₂, gaz hilarant, cocaïne, alcool, etc.
 - Rire de l'imbécile
 - Aboulie - apathie - aprosodie totale : manque d'émotion (lésion du gyrus cingulaire antérieur ou cortex fronto-basal gauche)
- B. Causes psychiatriques**
- Rire hystérique (= hystérique)
 - Rire parathymique (et paramimie) du schizophrène
 - Rire maniaque

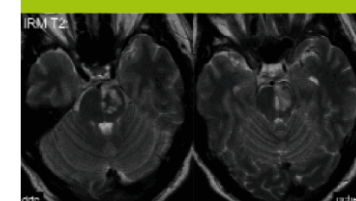


Figure 3 Apoplexie cérébrale pontine gauche précédée d'un fou rire prodromique chez un malade de 47 ans

Le patient présenta soudainement des épisodes de rires et pleurs inadéquats, un comportement euphorique et a développé une hémiparésie droite. IRM trois jours après l'admission.

Rire pathologique

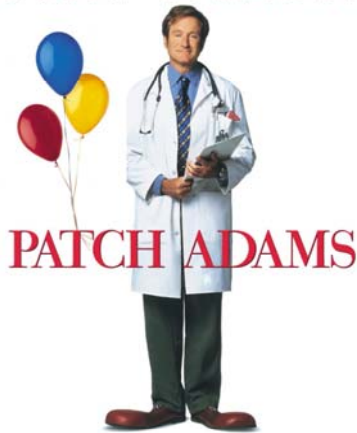
- ▶ Chronique: perte d'inhibition du tronc cérébral supérieur par cortex
- ▶ Psychiatrique (schizophrénie, hystérie), paralysie pseudobulbaire, SEP, SLA, syndromes tronculaires vasculaires, épilepsie, encéphalopathie spongiforme transmissible kuru (laughing death)
- ▶ Lobe frontal nécessaire à la compréhension de l'humour

Rire au travail/Rire en médecine



Peut-on rire avec les patients?

ROBIN WILLIAMS



Therapeutic clowning

Therapeutic clowning in paediatric practice

Clinical Child Psychology and Psychiatry
2014, Vol. 19(4) 596–605
© The Author(s) 2013
Reprints and permissions:
sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav
DOI: 10.1177/1359104513492746
ccp.sagepub.com

Fiona Finlay¹, Anna Baverstock² and Simon Lenton¹

¹Child Health Department, Sirona Care and Health, UK

²Paediatric Department, Taunton and Somerset Hospital, UK

...help children to adapt to their hospital surroundings and can distract from, and demystify, painful or frightening procedures through 'doses of fun' to complement traditional clinical interventions.

Reduction in anxiety level in Children and parents

Therapeutic clowning c/o adulte

- ▶ The effect of medical clowning on pregnancy rates after in vitro fertilization and embryo transfer.
- ▶ [Friedler S¹](#), [Glasser S](#), [Azani L](#), [Freedman LS](#), [Raziel A](#), [Strassburger D](#), [Ron-El R](#), [Lerner-Geva L](#).
- ▶ ...found that the pregnancy rate in the intervention group was 36.4%, compared with 20.2% in the control group (adjusted odds ratio, 2.67; 95% confidence interval, 1.36–5.24).

Peut-on rire avec les patients?

- ▶ Rire avec l'autre engendre, crée ou nourrit un rapport de confiance et inscrit la relation dans la durée. Il permet aussi de dédramatiser une situation, la capacité de rire étant liée à celle de jouer, d'imaginer, de tolérer l'ambiguïté, l'incongruité et l'absurdité, et de voir le côté amusant de certaines situations.
Le rire s'adresse à la partie non malade de la personne. Le patient ne se résume pas à sa maladie, mais est aussi un être à part entière qui décide s'il veut rire ou non.

Peut-on rire avec les patients?

- ▶ Humour bien présent en hospitalier sauf en 3 circonstances:
 - manque de coopération médecin-patient,
 - patient très fâché,
 - interaction avec les proches d'un patient mourant.
- ▶ 2 formes: spontanée vs préparée
- ▶ L'humour est largement utilisé. Souvent inconsciemment.
- ▶ Les patients en sont plus sensibles (stress)

Emerson 1963, Joshua 2005, Penson 2005, Hassed 2001

Peut-on rire avec les patients?

- ▶ [Palliat Support Care](#). 2004 Jun;2(2):139-48.
- ▶ **Humor and laughter in palliative care: an ethnographic investigation.**
- ▶ [Dean RA¹](#), [Gregory DM](#).
- ▶ Humor and laughter were widespread and ...An overall attitude of good humor prevailed.
- ▶ humor served myriad functions.
 - building relationships,
 - contending with circumstances,
 - and expressing sensibility.
 - Humor among patients, families, and staff most commonly served to build therapeutic relationships, relieve tension, and protect dignity and a sense of worth.
 - Humor was particularly significant in maintaining collegial relationships, managing stressful situations, and maintaining a sense of perspective.

Peut-on rire avec les patients?

- ▶ Peut aider à supporter des situations difficiles (soins palliatifs). Pour les patients ou soignants
- ▶ « Se distancer de sa propre mort en permettant simultanément une acceptation de sa condition »

Herth 1990, 1995

Peut-on rire avec tous les patients?

- ▶ [Heart Lung](#). 2011 Jul-Aug;40(4):310-9.
- ▶ **Effects of humor and laughter on psychological functioning, quality of life, health status, and pulmonary functioning among patients with chronic obstructive pulmonary disease: a preliminary investigation.**
- ▶ [Lebowitz KR¹](#), [Suh S](#), [Diaz PT](#), [Emery CF](#).
- ▶ Sense of humor among patients with COPD is associated with positive psychological functioning and enhanced quality of life, but laughing aloud may cause acute deterioration in pulmonary function secondary to worsened hyperinflation.

Peut-on rire avec tous les patients? – Santé mentale

- ▶ Établissement d'une relation de confiance
- ▶ Réduit le stress
- ▶ Augmente la perception du soutien environnemental
- ▶ Peut mener à de la confusion et des conflits si mal interprété (CAVE patients paranoïaques)
- ▶ Sentiment de marginalisation si on est la seule personne du groupe à ne pas rire

Gildberg 2014, Ziv 2010

Peut-on rire avec les patients? De tout?

- ▶ Pas de règle absolue
- ▶ Relation de confiance préalable nécessaire
- ▶ A introduire progressivement
- ▶ Approprié (contenu et timing) et respectueux
- ▶ **Eviter les blagues à l'insu des patients (laughing with vs laughing at)**
- ▶ Abandonner si pas réaction positive

Penson 2005, Rosenheim 1986, Ebstein 1997

Peut-on rire avec les patients? Pièges

- ▶ La sur utilisation de l'humour peut être utilisée pour éviter les sujets sensibles
- ▶ Parfois utilisé lors de l'anxiété du thérapeute débutant (compenser sentiment d'inadéquation)

Joshua 2005

Acad Psychiatry (2014) 38:75–81
DOI 10.1007/s40596-013-0018-2

IN DEPTH ARTICLE: COMMENTARY

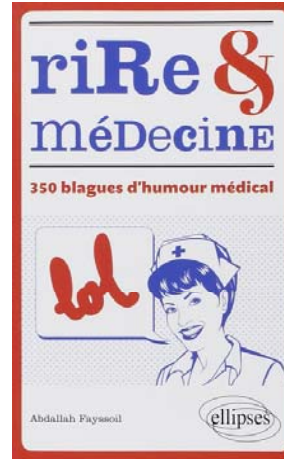
Can the Use of Humor in Psychotherapy be Taught?

Lisa Valentine · Glen O. Gabbard

- L'humour (bien placée) serait une sorte de communication non-verbale:
- Communication cerveau droit–cerveau droit (théorie neurones miroirs) = résonance mutuelle
- Connexion relationnelle très puissante: « Now » Moments (of meeting)
- L'important n'est pas « d'apprendre des blagues » mais de ressentir que le patient est réceptif (radar empathique sur l'état émotionnel du patient)
- Mentalizing in the therapeutic relationship
- Pas de bénéfice clairement démontré sur l'efficacité thérapeutique (workshop...)

Comment appelle-t-on une personne qui ne dort pas ?
 Un insomniaque. Une personne qui dort trop ?
 Un hypersomniaque. Une personne qui alterne
 insomnie et hypersomnie ?
 Un médecin de garde !

Qu'est-ce qui différencie un psychiatre de son PATIENT ?
 Un diplôme



Club du rire – Yoga du rire

Animateur	Rigologue
2 jours de formation	5 à 35 jours de formation plus une supervision
Anime un Club de Rire, activité de loisirs, pour les personnes en bonne santé qui souhaitent le rester.	Anime un Club de Rire mais aussi intervient, suivant la durée de sa formation, dans les entreprises, dans l'enseignement et auprès de patients et de personnes en insertion sociale.

Bienvenue sur le site officiel de l'École Internationale du Rire
 Retrouvez les Clubs de Rire sur le site complet de l'École Internationale du Rire en cliquant ici
www.ClubdeRire.ORG www.ClubdeRire.com www.EcoleduRire.ORG www.Ricoches.ORG www.Livre4Rire.ORG
 Copyright © L'ÉCOLE INTERNATIONALE DU RIRE® et Corinne Casseron - Tous droits réservés

Conclusion

- ▶ Est de toute façon présent dans les relations humaines (en avoir conscience) et fait partie de la vie
- ▶ (High risk)–High Gain (Gabbard 1994)
- ▶ Ne pas forcer. Authenticité nécessaire