

« L'anxiété les empêche d'aller chez le médecin » : à Rennes, la réalité virtuelle au service de jeunes handicapés

Chez certains porteurs de handicaps mentaux ou cognitifs, les visites médicales sont une épreuve insurmontable. À moins que la réalité virtuelle ne les aide à dépasser leurs appréhensions ? C'est le pari du pôle Saint-Hélier, à Rennes (Ille-et-Vilaine), qui expérimente un casque immersif pour familiariser les patients avec les soins.



Le pôle Saint-Hélier de Rennes expérimente l'habituance aux soins en réalité virtuelle, pour les jeunes porteurs de handicaps. Ici, à l'institut médico-éducatif (IME) Le Triskell, à Bruz. | OUEST-FRANCE

L'aiguille qui s'approche du bras pour faire un vaccin. Le bruit strident du détartrage chez le dentiste. [Ces petits gestes médicaux ne sont agréables pour personne](#). Chez certains porteurs de handicaps cognitifs ou déficients mentaux, ils sont carrément impossibles. L'anxiété les empêche d'aller chez le médecin. On peut se retrouver en situation d'échec de soins, rapporte Marie Dandois, cheffe de projet au Lab Saint-Hélier.

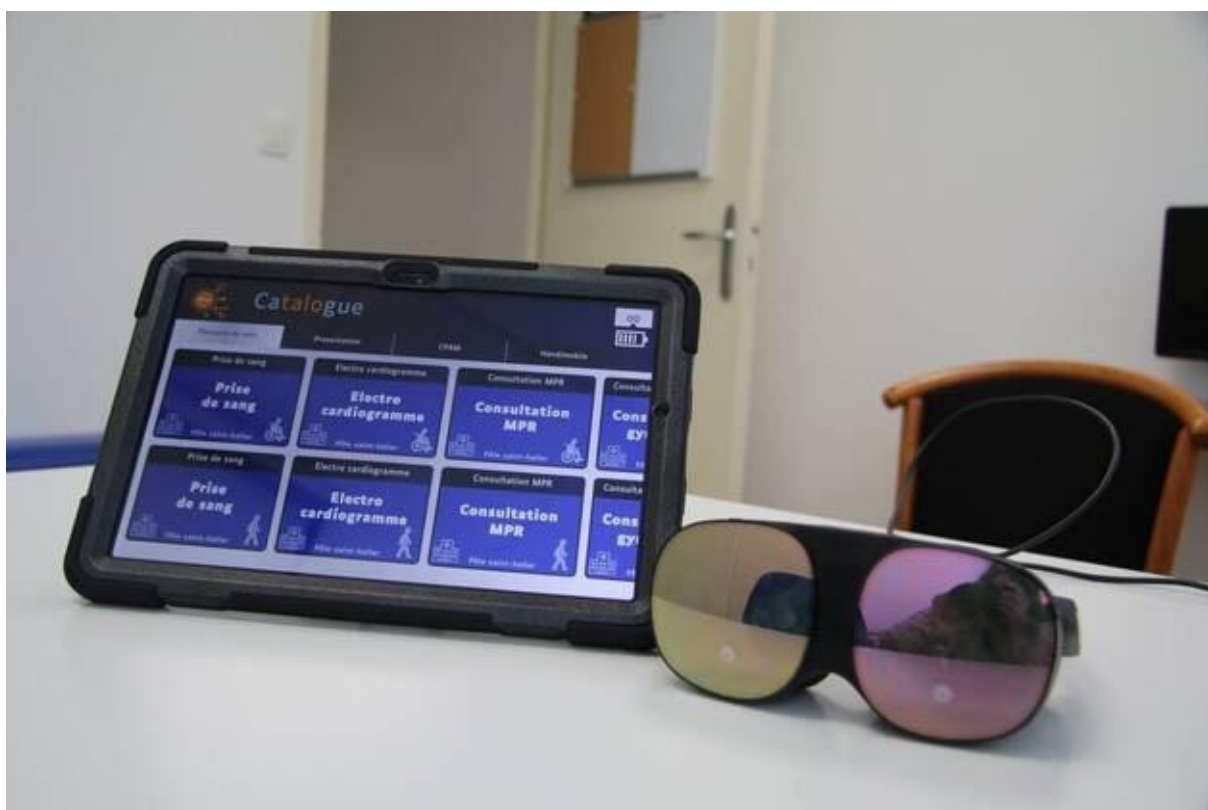
[C'est face à ce constat que l'équipe pôle Saint-Hélier, à Rennes](#) (Ille-et-Vilaine), a réfléchi à une nouvelle manière de familiariser les jeunes avec l'univers médical. De les désensibiliser, pour

diminuer leur stress et éviter des réactions agressives. C'est ce qu'on appelle de l'habituation aux soins, pointe l'ergothérapeute. La réalité virtuelle s'est vite imposée comme une solution prometteuse.

Lire aussi : [« Il a appris à mettre des mots sur ce qu'il voulait dire », se réjouit cette maman d'un enfant autiste](#)

« Impossible de lui faire les vaccins »

Voilà plus d'un an que Véronique Martin, infirmière à [l'institut médico-légal \(IME\) Le Triskell](#) à Bruz, expérimente le casque de réalité virtuelle avec ses patients. Le dispositif est tout simple, décrit-elle. Un casque immersif, une tablette qui propose neuf scénarios de soins. Visite dentaire, ophtalmologie, prise de sang, consultation gynécologique...



Le pôle Saint-Hélier de Rennes a équipé une dizaine de structures adaptées d'un kit de réalité virtuelle. | OUEST-FRANCE

Ce mardi 16 juin 2026, Eliott, 15 ans, répète le scénario prise de sang. L'adolescent, atteint d'un [trouble du spectre de l'autisme \(TSA\)](#), est dyscommunicant. Il a la phobie des piqûres. Impossible de lui faire les vaccins, chuchote l'infirmière. Le jeune homme enfle le casque de réalité virtuelle et se retrouve plongé dans le [bâtiment du pôle Saint-Hélier](#). L'arrivée au parking, l'accueil, la salle de soin, les médecins qui lui parlent...

Il regarde en haut, en bas, de tous les côtés. Il aime bien. C'est un outil très ludique. Eliott devra revivre toutes ces scènes plusieurs fois avant de pouvoir, peut-être, sauter le pas d'un vrai rendez-vous.



Eliott, 15 ans, lors d'une séance d'habituatation aux soins en réalité virtuelle. | OUEST-FRANCE

« Je suis déjà venue ici »

Marie Dandois a remarqué que l'appréhension va au-delà du geste médical. Le premier élément anxiogène, c'est l'arrivée sur le parking. Avec le bruit des voitures. Elle se souvient d'une jeune fille autiste tétanisée devant l'ascenseur. Grâce au casque de réalité virtuelle, la patiente a fini par monter dedans. Elle a dit « je suis déjà venue ici », sourit l'ergothérapeute.

Ailleurs sur le web

Découvrez le Nissan Qashqai Nouveau e-POWER Nissan

Au tour de Coline, 19 ans, de faire une séance d'habituatation. La jeune fille porte les séquelles d'un AVC néonatal. Le médecin va prendre votre tension, entend-on à travers le casque. L'adolescente tend mécaniquement le bras.