

PHOBIE DE LA DOULEUR – ALGOPHOBIE

L'algophobie est la peur de la douleur, une sensation pénible (mais hélas très commune) qui se manifeste en un point précis ou une région du corps. Elle affecte les algophobes à tel point qu'elle les empêche de mener une vie normale.

Symptômes de l'algophobie

L'algophobie entraîne souvent une attitude d'évitement face à toute situation susceptible de provoquer une douleur. Or, celles-ci sont nombreuses, surtout si l'on inclut toutes les douleurs aiguës même minimales, inhérentes aux incidents de la vie courante. Se cogner contre une porte, se pincer le doigt dans une fermeture Éclair ou encore se tordre la cheville : voilà autant de petits maux sans conséquences graves pour la santé. Mais dans l'esprit d'un algophobe, toutes ces douleurs provoquent des réactions de panique caractérisées par des sueurs intenses, des frissons voire des accès de tremblements.

Traitement de l'algophobie

L'angoisse ainsi suscitée peut avoir un impact important sur la qualité de vie, puisque l'algophobe risque de s'isoler totalement du monde extérieur. Par crainte de souffrir, il ne sort plus du tout de chez lui. Pour venir à bout de ce problème, une psychothérapie comportementale et cognitive est encore le traitement le plus efficace.

Source : *interview de Rachel Bocher, psychiatre au CHU de Nantes, mai 2012 ; Le nouveau Petit Robert de la langue française, édition 2009*