

# ÉTAT DE STRESS POST TRAUMATIQUE

## OÙ POST TRAUMATIC STRESS DISORDER

Trouble anxieux sévère qui se manifeste à la suite d'une expérience vécue comme traumatisante.

En psychopathologie , ce trouble est aussi appelé névrose traumatique .

Le trouble de stress post traumatique (aussi désigné syndrome de stress post-traumatique ou état de stress post-traumatique) est une réaction psychologique consécutive à une situation durant laquelle l'intégrité physique et/ou psychologique du patient et/ou de son entourage a été menacée et/ou effectivement atteinte (accident grave, mort violente, viol, agression, maladie grave, guerre, attentat,...).

La réaction immédiate à l'événement doit s'être traduite par une peur intense, par un sentiment d'impuissance ou par un sentiment d'horreur. Le ESPT survient parfois à la suite de la réaction aiguë de stress à la situation anxiogène mais il peut aussi apparaître beaucoup plus tard (après plusieurs semaines, ou plusieurs mois).

Si un terrain psychologique ou psychiatrique fragile (dépression, anxiété, ...) peut augmenter le risque de développer un ESPT, une expérience traumatisante peut, à elle seule, faire apparaître un ESPT chez des personnes ne présentant aucun antécédent.

En particulier, les enfants et les personnes âgées seraient plus vulnérables. L'**ESPT** est typiquement un état autohypnotique négatif que l'on subit et qui se crée par des phénomènes hypnotiques. ainsi, l'hypnose et l'EMDR sont les techniques les plus efficaces.