

La spasmophilie

La spasmophilie est française

La spasmophilie est une pathologie typiquement française, tout au moins par sa dénomination ; dans les pays anglo-saxons on parle de syndrome d'hyperventilation.

La spasmophilie touche surtout les femmes. Les enfants sont aussi affectés. Souvent, il existe d'autres cas dans la famille.

La spasmophilie n'est pas bien expliquée sur le plan biologique

Ce syndrome serait plutôt un trouble psychologique peut-être associé à un déséquilibre minéral : pas assez de calcium, pas assez de magnésium ou de phosphore. En tout cas, elle survient généralement chez des personnes anxieuses, inquiètes de nature, voire déprimées.

Des crises plus ou moins typiques

Une crise de spasmophilie peut se manifester sous plusieurs formes plus ou moins associées: soit c'est une crise typique de spasmophilie dominée par des signes musculaire : des spasmes, une tétanie (c'est-à-dire une contracture d'un ou plusieurs groupes musculaires), soit la crise est dominée par des signes neurovégétatifs avec des palpitations, des sueurs, des troubles de la respiration voire un malaise ou alors la crise peut correspondre à un authentique trouble anxieux, une attaque de panique chez une personne parfois déprimée.

Des signes avant-coureurs

La crise de spasmophilie se présente sous la forme de contractures musculaires douloureuses des extrémités des membres, mains ou/et pieds, du visage et pouvant se généraliser. Elle se manifeste dans un moment de peur, d'angoisse.

Le malade sent que la crise va arriver, grâce à des signes avant-coureurs : des fourmillements au niveau du visage, au niveau des lèvres, sous le nez, dans les mains et les pieds. Il sent la crise venir, se met à respirer rapidement, à haleter. Il s'affole, tremble, son cœur bat vite, il a une boule dans la gorge qui l'étouffe. Une ou les deux mains peuvent se contracturer fortement et prendre la forme de la « main d'accoucheur » les doigts resserrés, un peu pliés, le pouce rentré. La bouche, si elle est touchée par la contracture prend la forme d'un « museau de tanche ».

La tête dans le sac

Une crise de spasmophilie peut être spectaculaire et affoler l'entourage. La seule chose à faire est de tranquilliser tout le monde, d'isoler le malade et de lui proposer de respirer calmement. Si la crise ne cesse pas il est parfois utile de faire respirer le malade dans un sac en papier ou en plastique éventuellement ; il se concentrera ainsi plus facilement sur sa respiration et la crise cessera. Attention, ce geste doit être fait en présence de quelqu'un ; si la personne en « abuse » et s'évanouit avec le sac sur la tête, elle peut étouffer.

En général, la crise aura cessé avant que le médecin n'arrive.

La prise en charge d'un patient spasmophile

La spasmophilie n'est pas une maladie grave, les crises n'ont pas de risque vital.

Pour traiter une spasmophilie il est possible de prescrire du magnésium associé à de la vitamine B6, du calcium voire des oligo-éléments mais aucun de ces traitements n'a fait la preuve de son efficacité. C'est vrai qu'un déficit en magnésium ou en calcium n'a jamais été prouvé.

Par contre la prise en charge psychologique ou médicamenteuse d'une dépression ou de troubles anxieux peut soulager un certain nombre de spasmophiles.

A retenir

La spasmophilie n'est pas une maladie grave.

Elle survient chez des personnes angoissées, parfois déprimées.

Elle se manifeste bruyamment par des contractures musculaires et des troubles respiratoires essentiellement, pratiquement toujours dans une situation de stress.

Il est impératif de rassurer le patient, de lui demander de respirer calmement, éventuellement dans un sac si la crise ne cesse pas.

Si la spasmophilie est une manifestation d'un syndrome dépressif ou anxieux il peut être utile de proposer un traitement de fond : une psychothérapie (voire des médicaments).