

CARMINOPHOBIE Peur de flatuler

ou érubophobie

Traitement de l'érubophobie (Peur de "péter")

Dans nos sociétés, le pet est associé à la saleté et à un manque de contrôle de soi. Socialement, tout un chacun a tendance à réprouber, à différer son envie. Lorsque l'individu est dans un milieu plus personnel (amis, famille, proches), le pet est toléré voire considéré avec ironie, humour.

Chez le phobique, le pet est tabou. Le patient considère qu'il s'agit là du summum du ridicule et fait tout pour éviter de péter et/ou que les autres ne s'en aperçoivent pas. Dans certains cas, le phobique a peur de situations bien spécifiques ; dans d'autres cas, il s'agit de tous les contextes. Le phobique en fait parfois une obsession et les gaz deviennent sa principale préoccupation. Sa nourriture peut même s'en trouver modifier. Il peut également prendre certains médicaments pour atténuer les gaz, et cela sans aucun avis médical.

Quel traitement psychologique de l'érubophobie ou la carminophobie ?

Une grande partie du traitement consiste à ce que le patient se rende compte qu'il s'agit bien d'une phobie. Autrement dit, que ses croyances ne sont pas fondées et sont totalement excessives et irraisonnées. Ensuite, une thérapie cognitivo-comportementale est préconisée. La plupart du temps, on arrive à obtenir de très bons résultats avec un soulagement du patient.

© <https://www.vaincre-phobie.com/1055-Erubophobie-ou-carminophobie-peur-de-peter-teleconsultation-telephone-visio.html>