

DARTROPHOBIE Peur des boutons sur la peau

Traitement de la dartrophobie (Peur des boutons sur la peau)

La peur des boutons sur la peau peut englober plusieurs difficultés, parfois totalement distinctes l'une de l'autre. En voici quelques exemples :

- peur que les boutons ne soient le **signe d'une maladie grave**,
- peur que les boutons ne **renferment un "nid" d'insectes**,
- peur d'être disgracieux, d'être jugé négativement, d'être ridicule,
- peur d'être "**infesté**" de boutons (visage et/ou corps),
- peur/dégoût du bouton en lui-même.

La dartrophobie peut provoquer différents comportements inadaptés :

- "grattage" des boutons,
- tentatives multiples de le(s) dissimuler,
- **consultations intempestives** auprès du médecin traitant et/ou de dermatologues,
- observation scrupuleuse de sa peau,
- achat de produits cosmétiques en tous genres.

Souvent les grattages répétés, les multiples crèmes utilisées sans avis médical peuvent créer des rougeurs ou des réactions cutanées diverses. **Le patient se trouve renforcé dans sa phobie**, il a en effet "la preuve visuelle" d'avoir un problème de peau ce qui alimente et renforce sa phobie.

Quel traitement psychologique de la dartrophobie ?

Contrairement à ce que le patient pense parfois, le traitement de la dartrophobie est relativement aisé. En effet, la majorité du travail thérapeutique est fait lorsque le patient se rend compte qu'il s'agit d'un problème psychologique. A partir de là, le psychologue va simplement guider le patient au travers de techniques simples à vaincre sa phobie.