

DERMATILLOMANIE trituration pathologique de la peau

Les personnes atteintes de dermatillomanie se triturent la peau de façon répétée, induisant des plaies.

Cependant, les dermatillomanes peuvent se sentir nerveux ou anxieux juste avant de le faire, et l'acte de se triturer la peau peut soulager ce sentiment.

Conseil médical validé par: Direction médicale de Livi France - Conseil médical validé

La dermatillomanie, également appelée excoriation compulsive, est un trouble de la santé mentale qui se caractérise par la compulsion de se gratter, se piquer ou se gratter la peau de manière excessive, entraînant des lésions cutanées. Un suivi psychologique et des techniques de gestion du stress peuvent être utiles pour gérer ce trouble.

Qu'est-ce que la dermatillomanie ?

La dermatillomanie ou grattage pathologique ou trituration pathologique de la peau est une pathologie mentale qui fait partie des Troubles Obsessionnels Compulsifs (TOC)

Elle se définit par le fait de se triturer la peau de manière répétitive, ce qui entraîne des lésions, et d'essayer d'arrêter sans y parvenir.

Cela correspond à une décharge impulsive des tensions psychologiques. Le trituration a généralement lieu le soir ou avant le coucher, moment de la journée où les tensions sont les plus importantes.

La zone de trituration est variable selon les personnes : cuir chevelu, mains, nuque, épaules, visage, poitrine, ventre, région pubienne, jambes... et peut évoluer au cours du temps.

La dermatillomanie apparaît en général à l'adolescence et atteint 1.5% de la population. Dans ¾ des cas, il s'agit de femmes.

Quelles sont les causes de dermatillomanie ?

La dermatillomanie est un trouble psychologique de cause inconnue. Elle est souvent aggravée par l'anxiété, le stress ou l'ennui.

Elle peut être associée à d'autres troubles psychologiques comme la trichotillomanie (arrachage des cheveux), une dépression ou d'autres Troubles Obsessionnels Compulsifs (TOC)

Quels sont les symptômes de la dermatillomanie ?

Les symptômes de la dermatillomanie sont :

- la présence de lésions sur la peau : plaies, croûtes, cicatrices ;
- un trituration, un frottement, des morsures ou des perforations de la peau ;
- des difficultés à résister à l'envie de triturer sa peau ;

- un sentiment de détresse ou de honte devant l'état de la peau. La conséquence peut être l'évitement de certaines situations ou activités ainsi que la dissimulation (par du maquillage par exemple) ;
- l'utilisation d'objets spécifiques pour triturer la peau (aiguille, pince à épiler) ou de rituels de trituration. (Gestes effectués dans un ordre précis) ;
- la montée d'une tension avant le triturage, une sensation d'apaisement ou de satisfaction pendant le geste et une honte ou une culpabilité après.

Quelles sont les complications possibles ?

La trichotillomanie peut entraîner les complications suivantes :

- des saignements ;
- une infection locale ;
- une infection généralisée à l'ensemble de l'organisme (septicémie).

Existe-t-il un test pour la diagnostiquer ?

Pour faire le diagnostic de trichotillomanie, il n'est pas nécessaire de réaliser d'examen complémentaire.

Le diagnostic sera établi par le médecin et repose sur l'association de plusieurs critères :

- trituration répétée de la peau aboutissant à des lésions cutanées ;
- tentatives répétées pour diminuer ou arrêter le triturage de la peau ;
- trituration de la peau entraînant une détresse psychologique ;
- trituration de la peau non imputable aux effets d'une substance (drogue ou médicament) ou à une autre pathologie (autisme par exemple).

Quelle prise en charge en cas de dermatillomanie ?

En cas de dermatillomanie, il existe différents moyens de prise en charge :

- Une prise en charge psychologique par une Thérapie Cognitive-Comportementale (TCC) notamment la technique de renversement des habitudes qui permet :
 - de devenir plus conscient de ses actes ;
 - d'identifier les situations qui déclenchent le triturage ;
 - d'utiliser des stratégies qui aident à arrêter ce triturage.
- Certains antidépresseurs (les Inhibiteurs Sélectifs de la Recapture de la Sérotonine).
- La N acétyl-cystéine.

Les traitements médicamenteux doivent s'accompagner d'une prise en charge psychologique afin d'avoir une efficacité.