

LES TROUBLES ANXIEUX

15% de la population et associé à la dépression dans 50% des cas.

GENERALITES :

Dans la CIM 10 et le DSM IV, on ne parle plus de névroses mais de troubles anxieux. Au temps de la psychanalyse c'était considéré comme des troubles de la personnalité (conflit intrapsychique).

Les symptômes sont permanents et récidivants et sont invalidants. Le patient est conscient de ses troubles, il n'a pas de perte de contact avec la réalité (conscience des troubles). Ils ont une conscience de la pathologie des symptômes, une absence de contrôle des troubles et une demande d'aide.

Anxiété = état pathologique qui se définit par un sentiment d'appréhension souvent associés à une symptomatologie somatique ; « une peur sans objet ».

On sait que l'émotion est un processus physiologique, ce qui donne lieu par exemple à des crises d'anxiété (attaque de panique). L'anxiété a aussi un rôle adaptatif selon la situation. Cette anxiété est présente sur le somatique, sur le psychologique et sur le corps. Elle devient pathologique quand elle est intense ou inadaptée (ex : phobie sociale). C'est une crainte tournée vers le futur, sans objet.

SYMPTOMATOLOGIE GENERALES DE L'ANXIETE :

- **Cardiovasculaire** : palpitation, tachycardie, douleur précordiale, HTA
=> Majore le risque cardiovasculaire
- **Respiratoire** : dyspnée, étouffement, pesanteur thoracique, hyperventilation.
- **Neurologique** : vertige, céphalée, douleur musculaire, paresthésie, trouble du sommeil, difficultés de concentration et de mémoire, tremblements, hyper vigilance.
- **Digestif** : difficultés de déglutition, douleur épigastrique ou abdominale, diarrhée, bouche sèche
- **Autres** : sueur, rougeur...
- **Difficultés psychologiques** : appréhension, anticipation, inquiétude, tension, peur, irritabilité, impatience, panique,
- **Réaction du corps** : inhibition, agitation, fuite, évitement, agressivité, alcoolisation

Evènements	Emotions	Pensées automatique
Sortir	Peur, angoisse	Ex : ne m'aime pas

L'anxiété devient pathologique dès lors ou il y a un phénomène répétitif. L'anxiété est déclenchée face à certains stimuli.

SYMPTOMES ASSOCIES :

Asthénie

Troubles sexuels : impuissance, trouble érection, frigidity...

Trouble du sommeil : insomnie, hypersomnie...

Hypocondrie

Inhibition : ralentissement des fonctions motrices allant jusqu'à la stupeur

Agressivité et trouble du caractère.

Troubles relationnels

DIAGNOSTIC ETIOLOGIQUE :

Anxiété réactionnelle

Affection médicale

Toxiques (café, alcool, drogue...)

Troubles psychiatriques

Classification :

- trouble panique avec agoraphobie
- trouble panique sans agoraphobie
- phobies spécifiques ou sociale

Diagnostic différentiel :

- trouble dépressif
- schizophrénie
- troubles bipolaires (anxiété +++ phases maniaques)
- trouble de l'adaptation (stress psychosocial)
- affection médicale et neurologique (tumeur cérébrale, traumatisme crânien, trouble endocrinien, maladie inflammatoire comme polyarthrite, lupus...)
- affections diverses : hypoglycémie, métastase, syndrome pré menstruel, affection toxique (sevrage...)

TROUBLE ANXIEUX GENERALISES – ANXIETE GENERALISE :

= souffrances subjectives avec préoccupations fréquentes et difficultés de contrôle et donc altération du fonctionnement socio professionnel.

Epidémiologie :

2-6% de la population générale

Fréquente, femme ++

Comorbidités associées

Tableau clinique :

La durée de l'anxiété est hors de proportion avec la probabilité d'un événement redouté (anxiété démesurée). Il y a une impossibilité à empêcher ses pensées et a des difficultés à arrêter de se faire du souci (inquiétude permanente). Il y a des troubles somatique associés :

- tension musculaire et douleur
- tremblements
- transpiration
- mains froides
- nœud dans la gorge, difficultés de déglutition
- bouche sèche

Critères diagnostiques : (DSM IV)

- anxiété et soucis excessif (attentes avec appréhension) survenant la plupart du temps pendant au moins 6 mois.
- Difficultés à contrôler ses préoccupations
- Anxiété et soucis souvent associés à au moins 3 des symptômes suivants : agitation, sensation d'être survolté ou à bout, fatigabilité, difficultés de concentration ou de mémoire, irritabilité, tension musculaire, perturbation du sommeil
- Objet de l'anxiété n'est pas limité aux manifestations des autres troubles (phobie, TOC...)
- Anxiété ou symptômes physiques entraîne une souffrance cliniquement significative (altération du fonctionnement social, professionnel...)
- Perturbation n'est pas due aux effets physiologiques d'une substance ou d'une affection médicale

Diagnostic différentiel :

Affection médicale générale.

Substances toxiques.

Trouble panique.

Phobie sociale, TOC...

Anorexie mentale.

Hypochondrie.

Anxiété de séparation.

Stress post traumatique.

Troubles de l'humeur.

Troubles psychotiques.

TROUBLE PANIQUE – ATTAQUE DE PANIQUE :

= attaque faisant suite à un facteur déclenchant

Sans agoraphobie :

Epidémiologie :

2%

2 femmes pour 1 homme

Caractéristiques :

Présence d'attaques de panique récurrente et inattendue suivi de la crainte persistante d'avoir une nouvelle attaque (anticipation).

Préoccupations quant aux implications d'apparition d'un autre trouble panique.

Critères diagnostiques :

- Attaque récurrentes et inattendus : crainte persistante d'avoir une autre attaque, préoccupations à propos des implications de l'attaque ou de ses conséquences.
- Changement de comportements importants.
- Absence d'agoraphobie.
- Absences d'autres troubles psychiatriques.

Avec agoraphobie :

Caractéristiques :

Début brutal.

Souvent nocturne.

Limité dans le temps.

Symptômes somatiques au premier plan qui entraîne des consultations urgentes (perte de contrôle, déséquilibre...)

Peur de mourir, IDM, AVC, de perdre connaissance, de se faire remarquer...

Agoraphobie = anxiété lié au fait de se retrouver dans un endroit ou des situations où il peut être difficile de s'échapper dans lequel on ne pourrait pas trouver de secours. Certaines situations sont évitées ou vécues dans une souffrance extrême (avion, train...). Elles sont facilitées s'il y a un accompagnateur. L'anxiété n'est pas due à une phobie spécifique, à un stress post-traumatique ou à une anxiété de séparation.

Situations anxiogènes : transport en commun, centres commerciaux, être seul, foule, faire la queue, ascenseur...

- Symptômes présents (au moins 4) :**
- palpitations, tachycardie
 - transpiration
 - tremblements, secousses musculaires
 - sensation de souffle coupé, sensation d'étouffement
 - sensation d'étranglement
 - douleur ou gêne thoracique
 - nausées, gêne abdominale
 - sensation de vertige, instabilité, de tête vide, d'évanouissement
 - déréalisation, dépersonnalisation
 - perte de contrôle de soi
 - peur de mourir
 - paresthésie
 - frissons, bouffées de chaleur

Evènements	Emotions	Pensées automatiques	Comportement	Pensées alternatives
Je suis dans le train	Anxiété, peur de mourir, peur de devenir fou	Le train va dérailler.	Fuite, évitement	Déramatiser la situation de stress,

TROUBLE PHOBIQUE :

TROUBLE OBSESSIONNEL DU COMPORTEMENT :

STRESS POST TRAUMATIQUE (PTST) :