

PYROTECHNOPHOBIE Peur des feux d'artifice

*Phobie non officielle, non reconnue, non spécifique,
non classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11
DSM-5 Phobie spécifique de type maladie/blessure ou trouble anxieux
CIM-11 6B03 — Phobie spécifique, ou 6B23 — Anxiété liée à la santé*

La peur des feux d'artifice ne possède pas de nom clinique unique et universellement reconnu, mais elle est souvent rattachée à plusieurs phobies spécifiques :

- **Ligyrophobie** (ou phonophobie) — peur des bruits forts et soudains (c'est souvent la composante principale)
- **Pyrophobie** — peur du feu
- **Astraphobie** — peur des explosions et des éclairs (partagée avec la peur de l'orage)

On parle parfois informellement de **pyrotechnophobie**.

Pourquoi cette peur apparaît-elle ?

Origine	Explication
Sensorielle	Les détonations sont imprévisibles, soudaines et très intenses
Traumatique	Expérience négative passée (accident, frayeur)
PTSD	Fréquent chez les vétérans de guerre ou victimes de violences
Génétique/tempérament	Hypersensibilité aux stimuli sensoriels
Apprise	Réaction transmise par un parent anxieux

Symptômes typiques

- Anxiété anticipatoire (avant même l'événement)
- Palpitations, sueurs, tremblements
- Besoin de fuir ou de se cacher
- Crises de panique

Traitements efficaces

- **TCC** (Thérapie Cognitive et Comportementale)
- **Désensibilisation progressive** (exposition graduelle aux sons)
- **EMDR** (surtout si origine traumatique)
- **Relaxation / cohérence cardiaque**
- Dans certains cas, un traitement médicamenteux ponctuel

Cette peur est aussi très fréquente chez les **animaux domestiques** (chiens, chats), qui peuvent montrer des signes de détresse intense lors des feux d'artifice.