

QUID DE LA PARANOÏA ?

Sommaire

- Qu'est-ce que la paranoïa ?
- Quels sont les symptômes de la paranoïa ?
- Quels sont les facteurs de risque de la paranoïa ?
- Quels sont les traitements ?
- Les approches complémentaires de la paranoïa

Qu'est-ce que la paranoïa ?

Le terme paranoïa, qui tire son origine des mots grecs para et noos, signifie « à côté de l'esprit ». La personne atteinte de paranoïa est méfiante, elle se sent constamment menacée et persécutée par des personnes inconnues, ou même par son entourage. Elle interprète les situations, les paroles, les comportements de façon erronée. Un mot ou un regard peuvent suffire à éveiller en elle le sentiment de persécution. Ce fonctionnement peut passer inaperçu auprès de son entourage lorsqu'il est relativement modéré.

Ce trouble du fonctionnement mental peut se manifester sous plusieurs formes :

Celui d'un trouble de la personnalité, où le fonctionnement paranoïaque se trouve être constant et constitutif de la personnalité. On parle alors de personnalité paranoïaque, qui est un type de personnalité pathologique.

Celui d'un délire paranoïaque : épisode de paranoïa aigu chez une personne n'ayant pas forcément une personnalité paranoïaque.

Le terme paranoïa, qui tire son origine des mots grecs para et noos, signifie "à côté de l'esprit" La personne atteinte de paranoïa est méfiante, elle se sent constamment menacée et persécutée par des personnes inconnues, ou même par son entourage. Une tendance paranoïaque : manière de penser s'apparentant à la paranoïa sans pour autant constituer un trouble de la personnalité.

Il existe plusieurs théories visant à définir les causes de la paranoïa. Certaines affirment que la maladie résulte d'une blessure narcissique, une blessure de longue date que le sujet a gardé enfouie au fond de lui et qui le rend particulièrement vulnérable.

D'autres avancent que des microlésions cérébrales seraient à l'origine de la maladie. Un traumatisme crânien, la consommation d'alcool ou d'une substance toxique, le stress ou un manque d'oxygénation au niveau du cerveau pourraient être responsables de ces lésions.

Comment la diagnostiquer ?

Le diagnostic est établi par un psychiatre, car entre une personne méfiante, soupçonneuse mais non malade et une personne vraiment paranoïaque de manière pathologique, il n'est pas facile à une personne peu habituée aux pathologies mentales de faire la différence. Par ailleurs, les signes de la maladie peuvent orienter le médecin vers une autre pathologie mentale comprenant des éléments de paranoïa. Le psychiatre se base essentiellement sur les propos et le comportement du patient.

Quels sont les symptômes de la paranoïa ?

Voici les critères de définition d'une personnalité paranoïaque qui se retrouvent en permanence chez les personnalités pathologiques, de manière ponctuelle lors des crises de paranoïa aiguës, ou en moindre importance chez les personnes ayant une tendance paranoïaque :

Méfiance exagérée. Une personne paranoïaque est convaincue que les personnes qui l'entourent cherchent à la tromper, l'exploiter, lui nuire, la manipuler.

Le doute : elle doute de l'amitié, de la fidélité, de la bienveillance de son entourage, familial, amical ou professionnel.

La tendance au secret : la personne paranoïaque se confie très peu de crainte que ce qu'elle dit soit utilisé contre elle.

Interprétation négative. Une parole, un soupir, un silence, une action, un comportement banal, tout est interprété de manière négative. La personne paranoïaque interprète tout et croit voir partout des sous-entendus humiliants, agressifs, menaçants pour elle.

La rancœur : se sentant (le plus souvent à tort) blessée, humiliée, utilisée, voire insultée, cette personne ne pardonne pas à celui qu'il estime avoir été agressif à son encontre.

L'agressivité : cette personne se sentant sans cesse menacée, humiliée, blessée, réagit facilement par la colère ou l'agressivité, réaction souvent incompréhensible pour l'entourage.

Le soupçon : l'entourage est soupçonné de tromper, de comploter. Son conjoint, par exemple est souvent soupçonné d'infidélité.

Entrent en jeu également :

La psychorigidité : persuadé qu'il a raison, l'individu souffrant de paranoïa réfléchit de manière logique à partir de postulats faux. Il est impossible de le raisonner car si vous tentez de le faire, il pensera que vous cherchez à le manipuler.

Une surestimation de soi et sous estimation des autres.

L'orgueil démesuré.

L'autoritarisme tyrannique.

L'absence d'autocritique.

Un trouble des relations sociales.

Les plaintes hypochondriaques : peur de maladies diverses, avec menaces de procès aux médecins.

Les réactions passionnelles à des événements réels ou supposés : menaces de procès, histoires d'argent, jalousies, rivalités...

Une dépression majeure avec possibilité de passage à l'acte violent (suicide à plusieurs).

Quels sont les facteurs de risque de la paranoïa ?

Les personnes de plus de 40 ans ont plus de risque d'être touché par la paranoïa. En effet, l'âge joue un rôle dans le déclenchement de cette pathologie. Une consommation excessive d'alcool, de cocaïne et d'autres substances psychoactives entrent également en jeu.

Sont également plus exposées les personnes à personnalité, dite paranoïaque, autrement dit les personnes :

Susceptibles

Qui se surestiment

Méfiantes

Autoritaires

Qui jugent souvent de façon erronée

Qui n'ont pas recours à l'autocritique

Les hommes sont plus fréquemment atteints que les femmes.

Quels sont les traitements de la paranoïa ?

Traiter une paranoïa est un processus difficile car la personne atteinte ne se sent pas malade. Elle est dans le déni et se méfie de tous, y compris du médecin.

Les neuroleptiques sont parfois prescrits lorsque la paranoïa va vers le délire, mais ces médicaments ne traitent pas le fond du problème, c'est-à-dire la manière de penser anormale. La psychothérapie ne peut être efficace que si la personne atteinte est d'accord pour se faire accompagner de cette manière ce qui est rarement le cas.

L'hospitalisation peut être nécessaire, parfois sous contrainte, car une personne paranoïaque peut dans certains cas se révéler agressive et dangereuse envers elle-même (suicide) ou autrui (agression physique parfois très grave).

Les approches complémentaires de la paranoïa

Plusieurs thérapies complémentaires sont traditionnellement proposées pour aider les personnes paranoïaques, dont certains remèdes à base de plantes. Néanmoins, il ne faut pas trop en attendre, et tout faire pour mettre en place un suivi psychiatrique, du fait de la complexité et la dangerosité potentielle de cette pathologie, notamment en cas d'existence d'un persécuteur désigné.

Homéopathie

Le remède homéopathique le plus indiqué en cas de paranoïa est Hyoscyamus niger. Conçu à partir de la jusquiame noire en fleur, il conviendrait aux personnes qui délirent, sont particulièrement bavardes, cyclothymiques et aux personnes paranoïaques. Elle aide essentiellement à calmer la nervosité qui accompagne le délire.

Les fleurs de Bach sont des élixirs floraux destinés à aider les gens à dépasser leurs troubles émotionnels. Dans le cadre de la paranoïa, le remède le plus intéressant serait Willow (saule) qui permet de régler les problèmes de sentiments d'injustice et de malchance pouvant entraîner une forme de paranoïa.