

Qu'est-ce-que la psychose?



Programme d'intervention précoce en psychose

On utilise le terme « psychose » pour décrire les maladies qui touchent le cerveau et auxquelles on associe une certaine perte de contact avec la réalité.

Quand une personne éprouve des symptômes de psychose, on dit qu'elle vit un épisode de psychose. Les termes « psychose précoce » ou « premier épisode de psychose » signifient simplement que la personne vit un épisode de psychose pour la première fois.

La psychose a un effet sur les pensées, les sentiments et les comportements de la personne atteinte. L'expérience de psychose varie grandement d'une personne à l'autre. Autrement dit, deux personnes qui vivent un épisode de psychose peuvent présenter des symptômes très différents.

Qui peut être atteint de psychose?

- Environ 3 % des gens subiront un épisode de psychose au cours de leur vie.
- La psychose touche les hommes et les femmes également.
- En règle générale, les premiers épisodes de psychose se produisent chez les jeunes, entre la fin de l'adolescence et le milieu de la vingtaine.
- La psychose touche les gens de toutes les cultures et de tous les groupes socioéconomiques.

1. La phase prodromique

Quand on réfléchit à la période avant que la psychose ne soit devenue évidente, on remarque souvent l'apparition de changements sur le plan des sentiments, des

pensées, des perceptions et des comportements. On appelle cette période le « prodrome »; ces premiers changements sont appelés « symptômes prodromiques ».

Ces symptômes varient d'une personne à l'autre et certaines personnes pourraient ne pas vivre de prodrome. La durée de la phase prodromique est très variable, mais elle s'étend habituellement sur plusieurs mois.

Parmi les symptômes prodromiques les plus courants, mentionnons les suivants :

- manque de concentration et d'attention;
- perte de motivation et d'énergie;
- humeur dépressive;
- perturbation du sommeil;
- anxiété;
- retrait social;
- méfiance;
- détérioration du rôle qu'on joue habituellement (cesse d'aller à l'école ou au travail);
- irritabilité.

2. La phase aiguë

Pendant la phase aiguë, les symptômes psychotiques types se manifestent.

Dans bien des cas, ceux-ci sont séparés en catégories de symptômes « positifs » et « négatifs ».

Les symptômes positifs

On dit que ces symptômes sont « positifs » étant donné qu'on les perçoit comme un excès ou une distorsion du fonctionnement habituel de la personne.

Voici des exemples de symptômes positifs :

Les délires

Les délires, ce sont de fausses croyances auxquelles la personne atteinte tient fortement, mais qui ne correspondent pas avec son milieu culturel. Ces croyances sont d'une grande importance pour la personne psychotique, mais ne sont pas acceptées par les autres.

Certains des délires les plus courants donnent aux personnes atteintes l'impression :

- qu'elles se font suivre ou surveiller;
- que d'autres complotent contre elles;
- qu'elles ont des talents ou des « pouvoirs » spéciaux;
- que certaines chansons ou certains commentaires comportent un message caché;
- qu'elles se font contrôler par des forces ou d'autres personnes;
- que leurs pensées sont diffusées et que tout le monde peut les entendre.

Les hallucinations

On entend par hallucination le fait de voir, d'entendre, de ressentir, de sentir ou de goûter quelque chose qui n'existe pas. Le type d'hallucination le plus courant, c'est d'entendre des choses, comme des voix ou des sons particuliers.

Les paroles et les comportements désorganisés

Les paroles d'une personne psychotique peuvent être désorganisées – souvent, la personne peut passer d'un sujet à un autre ou ses paroles peuvent être si mal organisées qu'on ne les comprend pas.

Les comportements de la personne psychotique peuvent aussi être désorganisés et la personne pourrait avoir de la difficulté à accomplir des tâches quotidiennes (p. ex. cuisiner ou faire sa toilette) ou manifester des comportements ou des sentiments déplacés (p. ex. rire en décrivant une tragédie personnelle).

Les symptômes négatifs

Les symptômes négatifs reflètent une réduction ou une perte des fonctions normales. Dans bien des cas, ils sont moins évidents que les symptômes positifs et nécessitent une évaluation minutieuse afin qu'on puisse déterminer s'il s'agit bel et bien de symptômes de psychose ou s'ils sont associés à autre chose (p. ex. humeur dépressive ou effets secondaires d'un médicament).

Voici quelques exemples de symptômes négatifs :

- ne pas exprimer ses émotions;
- ne pas parler beaucoup;
- difficulté à trouver des idées ou à penser;
- capacité réduite d'entreprendre des tâches;
- manque de motivation.

Autres symptômes ou problèmes qui se manifestent pendant la phase aiguë

Il arrive souvent que d'autres symptômes ou problèmes s'ajoutent aux symptômes de psychose.

Voici quelques exemples d'autres problèmes qui peuvent survenir :

- dépression;
- anxiété;
- pensées ou comportements suicidaires;
- abus d'alcool ou d'autres drogues;
- difficulté à fonctionner;
- perturbation du sommeil.

3. La phase de rétablissement

« La psychose peut être traitée. On s'attend à ce que les gens s'en remettent. »

La grande majorité des personnes qui reçoivent le traitement nécessaire se remettent de leur premier épisode de psychose.

Une fois que la psychose a réagi au traitement, il faut traiter, pendant la phase de rétablissement, la dépression, les troubles anxieux, le manque d'estime de soi et la déficience sociale. La personne pourrait aussi avoir besoin d'aide en ce qui concerne son travail, ses études et ses autres responsabilités.

Le processus de rétablissement varie d'une personne à l'autre pour ce qui est de la durée et du degré d'amélioration de la capacité fonctionnelle. Certaines personnes se remettent de la psychose très rapidement et sont prêtes à reprendre leur vie et leurs responsabilités en un rien de temps, tandis que d'autres ont besoin de plus de temps pour réagir au traitement et pourraient devoir reprendre leurs responsabilités graduellement.

Après s'être remises de leur premier épisode de psychose, bon nombre de personnes n'en subiront jamais un deuxième (appelé rechute). Toutefois, le risque de rechute augmente considérablement si on cesse prématurément de prendre ses médicaments ou de suivre d'autres traitements.

On est beaucoup plus susceptible de se remettre si on reçoit le bon traitement.

Poser un diagnostic de psychose

La psychose est associée à plusieurs troubles physiques et mentaux.

Voici quelques-uns des diagnostics le plus souvent associés à la psychose :

- la schizophrénie;
- le trouble schizophréniforme;
- le trouble psychotique réactionnel bref;
- le trouble bipolaire;
- la dépression psychotique;
- le trouble schizoaffectif.

Il y a aussi des troubles qui peuvent être accompagnés de psychose.

Parfois, certains types spécialisés d'évaluations (comme une scintigraphie cérébrale ou une évaluation de la fonction cognitive) peuvent aider à préciser le diagnostic. On effectue ces examens si on croit qu'ils seront utiles.

Afin de bien diagnostiquer le type de trouble psychotique dont une personne est atteinte, il faut évaluer les tendances symptomatiques, souvent sur plusieurs mois. Par conséquent, l'établissement du diagnostic peut prendre un certain temps.