Schizophrénie

Fiche d'information

Qu'est-ce que la schizophrénie ?

La schizophrénie est une maladie mentale qui affecte la façon dont une personne pense, se comporte, et ressent ses émotions. Les personnes atteintes de schizophrénie peuvent sembler avoir perdu le contact avec la réalité, ce qui peut être pénible pour eux, leur famille et leurs amis. Les symptômes de la schizophrénie peuvent rendre difficile la participation aux activités quotidiennes habituelles, mais il existe des traitements efficaces. Le traitement peut aider les personnes à rester à l'école, à conserver leur emploi, à devenir indépendantes et à entretenir des relations personnelles.

Quels sont les signes et les symptômes de la schizophrénie ?

Il est important de reconnaître les symptômes de la schizophrénie et de chercher de l'aide le plus tôt possible. Les personnes atteintes de schizophrénie sont généralement diagnostiquées entre 16 et 30 ans, après le premier épisode de psychose. Commencer un traitement dès que possible après le premier épisode de psychose est une étape importante vers la récupération. Cependant, la recherche montre que des changements graduels dans la pensée, l'humeur et le fonctionnement social apparaissent souvent avant le premier épisode de psychose. La schizophrénie est rare chez les jeunes enfants.

Les symptômes de la schizophrénie peuvent varier d'une personne à l'autre, mais ils se répartissent généralement en trois grandes catégories : psychotiques, négatifs et cognitifs.

Symptômes psychotiques

Les symptômes psychotiques comprennent des changements dans la façon dont une personne pense, agit et vit le monde. Une personne présentant des symptômes psychotiques a souvent des pensées et des perceptions perturbées et peut avoir des difficultés à reconnaître ce qui est réel et ce qui ne l'est pas. Chez certaines personnes, ces symptômes apparaissent et disparaissent. Pour d'autres, les symptômes se stabilisent avec le temps. Les symptômes psychotiques comprennent des hallucinations, des délires et des troubles de la pensée.

► **On parle d'hallucinations** lorsqu'une personne voit, entend, sent, goûte ou ressent des choses qui n'existent pas. Entendre des voix est fréquent chez les personnes atteintes de schizophrénie. Les personnes qui entendent des voix peuvent les entendre pendant longtemps avant que la famille ou les amis ne remarquent un problème.

► **On parle de délire** lorsqu'une personne a des croyances fortes qui ne sont pas objectivement vraies et qui peuvent sembler irrationnelles aux yeux des autres. Par exemple, les personnes souffrant de délires peuvent croire que les personnes à la radio et à la télévision envoient des messages spéciaux qui nécessitent une certaine réaction, ou qu'elles sont en danger ou que

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.

d'autres personnes leur veulent du mal.

► **On parle de troubles de la pensée** lorsqu'une personne a des modes de pensée inhabituels ou illogiques. Les personnes souffrant de troubles de la pensée peuvent avoir des difficultés à organiser leurs pensées et leurs discours. Elles peuvent s'arrêter de parler au milieu d'une pensée, sauter d'un sujet à l'autre ou inventer des mots qui n'ont pas de sens.

Symptômes négatifs

Les symptômes négatifs comprennent la perte de motivation, la perte d'intérêt ou de plaisir dans les activités quotidiennes, le retrait de la vie sociale, la difficulté à montrer ses émotions et la difficulté à fonctionner normalement. Les symptômes négatifs sont les suivants:

- Difficulté à planifier des activités de routine, telles que faire les épiceries
- Difficulté à anticiper et à être motivé par le plaisir dans la vie quotidienne
- Parler d'une voix terne et montrer une expression faciale limitée
- Éviter les interactions sociales ou interagir de manière socialement maladroite
- Avoir très peu d'énergie et passer beaucoup de temps dans des activités passives. Dans des cas extrêmes, une personne peut cesser de bouger ou de parler pendant des périodes de temps, ce qui est une condition rare appelée catatonie.

Ces symptômes négatifs sont parfois confondus avec des symptômes de dépression ou d'autres maladies mentales.

Symptômes cognitifs

Les symptômes cognitifs comprennent des problèmes d'attention, de concentration et de mémoire. Ces symptômes peuvent rendre difficile le suivi d'une conversation, l'apprentissage de nouvelles choses ou la mémorisation des rendez-vous. Le niveau de fonctionnement cognitif d'une personne est l'un des meilleurs indicateurs de son fonctionnement quotidien. Les prestataires de soins de santé utilisent des tests spécifiques pour évaluer le fonctionnement cognitif.

Les symptômes cognitifs comprennent:

► Avoir des difficultés à traiter l'information pour prendre des décisions

► Avoir des difficultés à utiliser l'information immédiatement après l'avoir apprise

► Avoir des difficultés à se concentrer ou à prêter attention

Risque de violence

La plupart des personnes atteintes de schizophrénie ne sont pas violentes. Dans l'ensemble, les personnes atteintes de schizophrénie sont plus susceptibles d'être blessées par d'autres personnes que celles qui ne sont pas atteintes de la maladie. Pour les personnes atteintes de schizophrénie, le risque d'automutilation et de violence envers les autres est le plus important

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.

lorsque la maladie n'est pas traitée ou qu'elle s'accompagne d'une consommation d'alcool ou d'une toxicomanie. Il est important d'aider les personnes qui présentent des symptômes à se faire soigner le plus rapidement possible.

Schizophrénie et trouble dissociatif de l'identité

Bien que certains symptômes puissent sembler similaires à première vue, la schizophrénie n'est pas un trouble dissociatif de l'identité (autrefois appelé trouble de la personnalité multiple ou dédoublement de la personnalité). Les personnes souffrant d'un trouble dissociatif de l'identité ont deux identités indépendantes ou plus, avec des comportements et des souvenirs distincts.

Quelles sont les causes de la schizophrénie ?

Plusieurs facteurs peuvent contribuer au risque de développer une schizophrénie.

Les gènes

La schizophrénie est parfois héréditaire. Toutefois, ce n'est pas parce qu'un membre de la famille est atteint de schizophrénie que les autres membres de la famille le seront également. Des études suggèrent que de nombreux gènes différents peuvent augmenter le risque de développer une schizophrénie et qu'aucun gène n'est à lui seul à l'origine de la maladie.

Environnement

La recherche suggère qu'une combinaison de facteurs génétiques et d'aspects de l'environnement et des expériences de vie d'une personne peut jouer un rôle dans le développement de la schizophrénie. Ces facteurs environnementaux peuvent inclure la pauvreté, un environnement stressant ou dangereux, et l'exposition à des virus ou à des problèmes nutritionnels avant la naissance.

Structure et fonction du cerveau

Les recherches montrent que les personnes atteintes de schizophrénie sont plus susceptibles de présenter des différences subtiles dans la taille de certaines zones du cerveau et dans les connexions entre les zones cérébrales. Certaines de ces différences cérébrales peuvent se développer avant la naissance. Les chercheurs s'efforcent de mieux comprendre comment la structure et le fonctionnement du cerveau peuvent être liés à la schizophrénie.

Comment la schizophrénie est-elle traitée ?

Les traitements actuels de la schizophrénie visent à aider les individus à gérer leurs symptômes, à améliorer leur fonctionnement quotidien et à atteindre leurs objectifs personnels, tels que terminer leurs études, poursuivre une carrière et avoir des relations épanouissantes.

Médicaments antipsychotiques

Les médicaments antipsychotiques peuvent aider à rendre les symptômes psychotiques moins

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.

intenses et moins fréquents. Ce type de médicament est généralement pris tous les jours sous forme de pilule ou de liquide. Certaines formes peuvent être administrées sous forme d'injection une ou deux fois par mois. Pour en savoir plus sur les médicaments antipsychotiques, consultez le site **www.nimh.nih.gov/medications.**

Si les symptômes d'une personne ne s'améliorent pas avec les antipsychotiques habituels, on peut lui prescrire de la clozapine. Les personnes qui prennent de la clozapine doivent subir des analyses de sang régulières afin de détecter un effet secondaire potentiellement dangereux qui survient chez 1 à 2 % des patients.

Chaque personne réagit différemment aux médicaments antipsychotiques. Il est important de signaler tout effet secondaire à un professionnel de la santé. De nombreuses personnes prenant des médicaments antipsychotiques ressentent des effets secondaires tels que prise de poids, bouche sèche, agitation et somnolence lorsqu'elles commencent à prendre ces médicaments. Certains effets secondaires peuvent disparaître avec le temps, tandis que d'autres peuvent persister.

N'arrêtez pas de prendre un médicament sans en parler d'abord à un professionnel de la santé. Il peut travailler avec vous pour surveiller votre état de santé et ajuster votre plan de traitement de manière sûre et efficace. Certaines personnes peuvent avoir besoin d'essayer plusieurs médicaments avant de trouver celui qui fonctionne le mieux.

Lisez les informations les plus récentes sur les médicaments, leurs effets secondaires et les mises en garde sur le site Internet de la *Food and Drug Administration (FDA)* à l'adresse suivante: **www.fda.gov/drugsatfda.**

Traitements psychosociaux

Les traitements psychosociaux aident les personnes à trouver des solutions aux problèmes quotidiens et à gérer les symptômes tout en allant à l'école, en travaillant et en nouant des relations. Ces traitements sont souvent associés à des médicaments antipsychotiques. Les personnes qui suivent régulièrement un traitement psychosocial sont moins susceptibles de voir leurs symptômes réapparaître ou d'être hospitalisées.

Parmi les exemples de ce type de traitement figurent la thérapie cognitivo-comportementale, la formation aux compétences comportementales, l'emploi assisté et les interventions de remédiation cognitive.

Pour en savoir plus sur les traitements et thérapies psychosociaux, consultez le site **www.nimh.nih.gov/psychotherapies.**

Éducation et soutien de la famille

Les programmes d'éducation peuvent aider la famille et les amis à se familiariser avec les symptômes de la schizophrénie, les options de traitement et les stratégies d'aide aux proches atteints de la maladie. Ces programmes peuvent aider les amis et la famille à gérer leur propre détresse, à améliorer leurs capacités d'adaptation et à renforcer leur aptitude à apporter un soutien.

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.

Soins spécialisés coordonnés

Les programmes de soins spécialisés coordonnés (SSC) sont des programmes axés sur le rétablissement des personnes souffrant d'un premier épisode de psychose, un stade précoce de la schizophrénie. Des professionnels de la santé et des spécialistes travaillent en équipe pour fournir des soins spécialisés coordonnés, qui comprennent la psychothérapie, les médicaments, la gestion de cas, les services d'emploi et d'éducation, ainsi que l'éducation et le soutien de la famille. L'équipe de traitement travaille en collaboration avec l'individu pour prendre les décisions relatives au traitement, en impliquant autant que possible les membres de la famille.

Comparé aux soins habituels, le SSC est plus efficace pour réduire les symptômes, améliorer la qualité de vie et augmenter la participation au travail ou à l'école.

Traitement communautaire assertif

Le traitement communautaire assertif est conçu pour aider les personnes atteintes de schizophrénie qui risquent d'être hospitalisées plusieurs fois ou de se retrouver sans domicile fixe. Ce type de traitement est généralement dispensé par une équipe de prestataires de soins de santé qui travaillent ensemble pour fournir des soins aux patients dans la communauté.

Traitement de la toxicomanie et de l'alcoolisme

Les personnes atteintes de schizophrénie peuvent également avoir des problèmes de toxicomanie et d'alcoolisme. Un programme de traitement qui comprend à la fois le traitement de la schizophrénie et celui de la toxicomanie est important pour le rétablissement, car la toxicomanie peut interférer avec le traitement de la schizophrénie.

Comment puis-je trouver de l'aide ?

Si vous avez des inquiétudes concernant votre santé mentale, parlez-en à un prestataire de soins primaires. Il pourra vous orienter vers un professionnel de la santé mentale qualifié, tel qu'un psychologue, un psychiatre ou un travailleur social clinique, qui pourra vous aider à déterminer les prochaines étapes. Vous trouverez des conseils pour parler de votre santé mentale avec un prestataire de soins de santé sur le site **www.nimh.nih.gov/talkingtips.**

Pour en savoir plus sur la manière d'obtenir de l'aide, consultez le site **www.nimh.nih.gov/findhelp.** La Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) fournit des informations sur la recherche de soutien à l'adresse **https://findsupport.gov** et sur la localisation des services de santé mentale dans votre région à l'adresse https://findtreatment.gov.

Si vous ou une personne de votre entourage êtes en difficulté ou avez des pensées suicidaires, appelez ou envoyez un message au 988 Suicide and Crisis Lifeline au **988** ou chattez sur 988lifeline.org. En cas de danger de mort, composez le **911.**

Comment puis-je aider un ami ou un parent atteint de

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.

schizophrénie ?

Il peut être difficile de savoir comment aider une personne atteinte de psychose. Voici ce que vous pouvez faire :

► Aidez-la à se faire soigner et encouragez-la à poursuivre son traitement.

► Rappelez-vous que leurs croyances ou hallucinations leur semblent très réelles.

► Faites preuve de respect, de soutien et de gentillesse sans tolérer des comportements dangereux ou inappropriés.

► Recherchez des groupes de soutien et des programmes d'éducation familiale, tels que ceux proposés par la National Alliance on Mental Illness à l'adresse **www.nami.org/Support-Education.**

Essais cliniques

Les essais cliniques sont des études de recherche portant sur les moyens de prévenir, de détecter ou de traiter les maladies et les affections. Ces études permettent de déterminer si un traitement est sûr et efficace chez l'homme. Certaines personnes participent à des essais cliniques pour aider les médecins et les chercheurs à en savoir plus sur une maladie et à améliorer les soins de santé. D'autres, comme les personnes souffrant de problèmes de santé, s'inscrivent pour essayer des traitements qui ne sont pas encore largement disponibles.

Le NIMH soutient des essais cliniques dans tous les États-Unis. Parlez à un professionnel de la santé des essais cliniques et demandez-lui si l'un d'entre eux vous convient. Pour plus d'informations, consultez le site www.nimh.nih.gov/clinicaltrials.

Pour plus d'informations

Pour en savoir plus, visitez le site web du NIMH à l'adresse: **www.nimh.nih.gov/health.**

Traduit du *National Institute of Mental Health (2024)*. Les informations contenues dans cette publication sont du domaine public et peuvent être utilisées ou copiées sans autorisation.