Comprendre la psychose

Fiche d'information

Qu'est-ce que la psychose?

La psychose se réfère à une collection de symptômes qui ont un impact particulier sur les pensées, où un individu perd le contact avec la réalité. Pendant un épisode de psychose, les pensées et les perceptions sont perturbées. Les gens qui entrent en psychose peuvent éprouver des difficultés à reconnaître ce qui est réel, et ce qui ne l'est pas.

Qui développe une psychose?

C'est difficile de savoir le nombre exact de gens qui vivent une psychose. Des études estiment qu'entre 15 et 100 par 100,000 personnes développent une psychose chaque année. La psychose débute souvent pendant la phase jeune adulte, c'est-à-dire entre la fin de l'adolescence et les mi-vingtaines. Cependant, la psychose peut survenir à n'importe quel âge, et aussi comme signe d'une condition sous-jacente. Par exemple, des adultes plus âgés qui présentent un trouble neurologique peuvent être à plus haut risque de psychose.

Quels sont les signes et symptômes d'une psychose?

Les gens atteints d'une psychose vont typiquement éprouver de délires (c'est-à-dire de fausses croyances – par exemple, que les gens sur la télévision envoie des messages spéciaux, ou qu'ils essaient de leur faire du tort), ou d'hallucinations (voir ou entendre des choses que d'autres personnes ne peuvent pas, tels que des voix qui leurs disent d'entreprendre une action, ou même des voix qui leurs critiquent). Autres symptômes peuvent inclure un discours incohérent ou absurde et un comportement inapproprié pour la situation réelle. Cependant, une personne atteinte d'une psychose va souvent démontrer des changements dans leur comportement avant le développement de la psychose, tel que décrit ci-haut. Des signes d'alarme qui avertissent qu'une psychose est probable incluent :

- Méfiance, idées paranoïaques, ou inquiétudes face aux autres

Translated from National Institute of Mental Health (2024). The information in this publication is in the public domain and may be reused or copied without permission.

- Troubles à penser clairement et logiquement
- Isolement social et le vouloir de passer plus de temps seul
- Des idées excessivement intenses ou inhabituels, de sentiments étranges, ou un manque d'émotions
- Une régression face à l'hygiène personnelle et les soins d'autrui
- Perturbations de sommeil, incluant une difficulté à tomber endormi et une réduction d'heures de sommeil
- Difficultés à distinguer la réalité d'une fantaisie
- Un discours confus ou un trouble de communication
- Un soudain déclin de performance académique ou professionnelle

En plus de ces symptômes, une personne atteinte d'une psychose peut aussi éprouver de changements plus généraux face à leur comportement, incluant :

- Dérangement émotionnel
- Anxiété
- Manque de motivation
- Perturbations du fonctionnement global

Dans certains cas, une personne qui fait preuve d'un épisode de psychose peut se comporter de façon étrange et difficile à prédire. Les personnes atteintes d'une psychose sont à risque de faire du mal à elles-mêmes ou aux autres. Le risque de violence et de suicide descend avec un traitement pour la psychose, alors c'est essentiel de demander de l'aide. Si vous trouvez que vous avez récemment remarqué quelques changements tels que décrits chez votre comportement ou celui d'un proche, et qu'ils commencent à s'intensifier ou qu'ils ne cessent pas, demandez de l'aide d'un professionnel de la santé.

Quelle est la cause d'une psychose?

Il n'y a pas une seule cause connue d'une psychose. Il semble que la psychose est le résultat d'une combinaison complexe de facteurs de risque, tels qu'un risque génétique, des différences dans le développement du cerveau, et l'exposition au stress et des traumas. La psychose peut être un symptôme d'une condition de santé mentale, telle que la schizophrénie, le trouble bipolaire, ou même la dépression sévère. Cependant, une personne peut être atteinte d'une psychose sans jamais être diagnostiquée avec la schizophrénie ou autres troubles de santé mentale.

Pour des adultes plus âgés, les symptômes de psychose peuvent faire

Translated from National Institute of Mental Health (2024). The information in this publication is in the public domain and may be reused or copied without permission.

partie d'une condition physique ou mentale/émotionnelle qui survient plus tard dans la vie. La psychose peut aussi être symptôme de troubles d'âge avancé, tels que le trouble de Parkinson, de l'Alzheimer, et des démences liées.

Autres causes possibles incluent une privation de sommeil, certains médicaments prescrits, et la consommation excessive de drogues ou d'alcool. Une condition de santé mentale, telle que la schizophrénie, est typiquement diagnostiquée en ayant exclu ces dernières causes.

Un professionnel qualifié en santé mentale (tel qu'un psychologue, psychiatre, ou travailleur social) peut atteindre un diagnostic à la suite d'une évaluation approfondie. Trouvez des conseils pour se préparer et bien bénéficier de votre rencontre à www.nimh.nih.gov/talkingtips. Pour des ressources additionnelles, incluant des questions à demander à votre fournisseur de soins, veuillez visiter l'Agence pour la recherche et la qualité des soins de santé au lien suivant : www.ahrq.gov/questions.

Comment traiter la psychose?

Des études ont démontré que c'est commun pour une personne de manifester des symptômes de psychose pour au-dessus d'un an avant d'avoir reçu un traitement. Réduire cette durée de psychose non traitée est essentielle, puisque l'intervention rapide et précoce a souvent démontré de meilleurs résultats de récupération. Un psychologue, psychiatre, ou travailleur social qualifié peut faire un diagnostic et aider à développer un plan de traitement.

Le traitement d'une psychose inclut habituellement l'administration d'un médicament antipsychotique. Il y a plusieurs différents types de médicaments antipsychotiques, qui portent tous leurs propres effets secondaires uniques. Cela dit, c'est important de travailler de près avec un fournisseur de soins qualifié pour déterminer le médicament qui est le plus efficace avec le moins d'effets secondaires.

Le traitement inclut aussi souvent d'autres éléments. Il y a une abondance de recherches qui démontre l'efficacité de soins coordonnés spécialisés. Ceux-ci comprennent une équipe interdisciplinaire qui est orientée vers la récupération par le traitement de la psychose, et qui favorise l'accès facile aux soins et la prise de décision partagée entre les spécialistes, la personne atteinte de la psychose, et des membres de la famille. Des gens ont de meilleurs résultats provenant de soins coordonnés spécialisés s'ils

Translated from National Institute of Mental Health (2024). The information in this publication is in the public domain and may be reused or copied without permission.

commencent le traitement au plus bref délai de temps après les symptômes de la psychose sont déclenchées.

Les soins coordonnés et spécialisés comprennent de multiples éléments :

- La psychothérapie individuelle ou de groupe est individualisée aux buts de récupération de l'individu. Les thérapies cognitives et comportementales mettent l'accent sur le développement de connaissances et de compétences nécessaires à cultiver la résilience et des stratégies d'adaptation face à certains aspects de psychose, tout en maintenant et atteignant des buts personnels.
- Les programmes de soutien et d'éducation familiale enseignent aux membres de la famille au sujet de la psychose, ainsi que des stratégies d'adaptation, de communication, et des compétences de gestion de conflits. Les membres de la famille qui sont informés et impliqués sont souvent mieux préparés à aider leurs proches à travers du processus de récupération.
- La pharmacothérapie désigne le processus d'individualiser les médicaments aux besoins uniques d'un individu en choisissant le type de médicament approprié, ainsi que la meilleure dose pour réduire les symptômes de psychose. Comme tout médicament, les antipsychotiques ont des risques et des bénéfices. Les effets secondaires, les coûts associés, et les préférences de dosage (une pilule au quotidien versus une injection mensuelle) devraient être discutés avec un fournisseur de soins.
- Les services d'emplois et d'éducations avec support se concentrent sur un retour au travail ou à l'école en utilisant les supports d'un coach pour aider les gens d'atteindre leurs buts académiques et professionnels.
- La gestion des cas surmonte des opportunités pour les gens atteints de psychose à travailler avec un gestionnaire de cas afin d'adresser les problèmes pratiques qui peuvent survenir avec la psychose. Ils fournissent de l'aide face à l'accès aux services de support.

Conclusions

Les gens atteints de psychose devraient être impliqués dans la planification de leur traitement, et devraient aussi être consultés pendant la prise de décision par rapport à leur traitement. Leurs besoins et buts devraient être au centre de leur programme de traitement, qui leur permettra de rester engagés tout au long des phases de récupération.

C'est important de trouver un professionnel de santé mentale qui est

Translated from National Institute of Mental Health (2024). The information in this publication is in the public domain and may be reused or copied without permission.

entraîné dans le traitement de la psychose, et également qui permet à la personne de se sentir confortable. Avec un diagnostic précoce et un traitement approprié, c'est possible de pleinement se récupérer d'une psychose. Certaines personnes qui reçoivent un traitement précoce n'ont jamais encore un autre épisode de psychose. Pour d'autres personnes, la récupération veut dire l'habileté de mener une vie qui est épanouissante et productive, même si les symptômes de psychose réapparaissent de temps en temps.

Translated from National Institute of Mental Health (2024). The information in this publication is in the public domain and may be reused or copied without permission.