

# Hypocondriaque, un malade imaginaire ?

**Être hypocondriaque, c'est se croire en permanence malade alors que l'on est en excellente santé. Mais cela peut devenir une vraie maladie ! Pour soi et aussi pour les autres...**

L'hypocondrie se définit comme une préoccupation excessive de sa propre santé avec la crainte obsédante d'être malade. En clair, l'hypocondriaque scrute les moindres manifestations de son corps et les interprète comme des symptômes. Ses craintes peuvent se porter sur un organe particulier, par exemple le cerveau, ou sur une fonction, comme l'appareil digestif. Elles peuvent aussi être liées à des maladies fortement médiatisées comme le sida ou le cancer.

N'en déplaise à ceux qui ont la moquerie facile : les hypocondriaques sont de vrais malades. Sauf que leur maladie est avant tout psychique et non physique, comme ils le pensent en premier lieu. "Pourtant, je tiens à souligner que ces personnes ressentent effectivement des douleurs physiques, précise Michèle Declerck, psychologue et auteur de "Le malade malgré lui, comprendre et aider un hypocondriaque". Mais **ils prêtent une attention excessive à ces douleurs du quotidien** qui, pour la plupart des gens, passent inaperçues."

On reconnaît un hypocondriaque au temps qu'il passe, chaque semaine, chez les médecins en tous genres. © Kurhan - Fotolia.com

Un point de côté ? Tout de suite, l'hypocondriaque est persuadé de développer un cancer du foie. Des fourmis dans le bras gauche ? C'est sûrement un infarctus. Ou alors la sclérose en plaques. Bref : tous les petits symptômes a priori sans importance sont exacerbés et provoquent une inquiétude, réelle, complètement démesurée.

Résultat : on reconnaît un hypocondriaque au temps qu'il passe, chaque semaine, chez les médecins en tous genres. "**Toute sa vie tourne autour de sa santé**, explique Michèle Declerck. Il ne parle que de ça, ne pense qu'à ça et passe son temps à pratiquer toutes sortes d'exams médicaux. Le fait qu'on ne décèle aucune pathologie ne le rassure pas du tout. Au contraire, il est persuadé que les médecins ne sont pas suffisamment compétents ou que la science médicale n'est pas encore assez avancée pour trouver de quoi il souffre."

## **Le cancer, LA maladie terrorisante**

Radio, IRM, prises de sang et examens en tous genres font partie du quotidien de ces personnes malades. "Si vous rencontrez quelqu'un qui, dans la même semaine, a été chez un dermatologue, chez son kiné, son ostéopathe, a consulté deux ou trois spécialistes, a priori, vous avez affaire à un hypocondriaque", résume Michèle Declerck. Bizarrement, le seul médecin dont il aurait besoin mais qu'il rechigne à aller voir, c'est justement un psychothérapeute.

Mais de quel type de douleur souffre donc l'hypocondriaque ? C'est très variable d'une personne à l'autre. **Ses souffrances peuvent concerner tout ou partie du corps.** Reviennent souvent les douleurs abdominales. Le mot "hypocondriaque", inventé du temps d'Hippocrate, désigne d'ailleurs une douleur qui se situerait sous les côtes, au niveau du foie. Autre symptôme fréquent chez ces malades : une fatigue incommensurable, qui les empêche d'avancer. Quant à la pathologie qui leur fait peur par excellence ? Le cancer, bien sûr. Il se développe en silence, dans n'importe quelle partie du corps et, souvent, quand les douleurs apparaissent, c'est qu'il est déjà développé. C'est LA maladie terrorisante quand on a tendance à s'inquiéter pour sa santé.