

L'hypochondrie ou la peur des maladies graves

Écrit par Danny

Jeudi, 09 Août 2012 14:38

L'hypochondrie est un trouble de nature anxieuse qui consiste en une peur chronique des maladies graves

La maladie au centre des préoccupations

Pour la personne **hypocondriaque**, la maladie devient une préoccupation obsédante. Au moindre symptôme physique, elle a besoin de trouver des explications et des réponses. Les hommes et les femmes hypocondriaques consultent très fréquemment les médecins, voire de nombreux médecins et demandent des examens approfondis. Toutefois, malgré les réponses qu'ils reçoivent ils ne sont jamais rassurés. Ils peuvent notamment s'alarmer au simple fait que quelqu'un leur parle de maladie et doivent s'assurer qu'ils n'en ont pas les symptômes. Pour eux, la maladie fait partie de leurs uniques préoccupations quotidiennes et de leurs conversations.

Les causes de l'hypochondrie sont mal connues

Certains pensent qu'elle pourrait se déclencher dans l'enfance, dans les situations suivantes :

- Parents qui réagissent avec excès à la maladie (parents surprotecteurs)
- Enfants qui ont vécu une expérience familiale où l'un des membres était atteint d'une maladie grave
- Enfants qui ont été souvent malade dans leur jeunesse

Les comportements et les conséquences de la maladie

Les personnes souffrant de cette maladie adoptent souvent les comportements suivants :

- Sentiments de ne pas recevoir les soins adéquats
- Sentiments d'incompréhension de la part de leur médecin
- Sentiments d'incompréhension de la part de l'entourage
- Refus d'envisager une origine psychologique à leur problème
- Demande continuelle d'examens, diagnostics supplémentaires
- Absentéisme au travail conduisant à des difficultés professionnelles
- Incapacité de travail totale dans certains cas

Les traitements :

Psychothérapie

Il existe plusieurs formes de psychothérapie, dont la psychothérapie cognitivo-comportementale qui semble la plus efficace dans ce type de problématique. Elle

consiste à faire prendre conscience au patient de son mode de fonctionnement, afin qu'il puisse interrompre la recherche incessante des causes de ses préoccupations. Le succès de la psychothérapie est liée à la capacité de la personne à admettre qu'une partie au moins de leurs symptômes ont une origine psychique.

Médicaments

On fait appel aux antidépresseurs dans les formes sévères de la maladie. On les prescrits selon les modalités appliquées dans le traitement des troubles obsessionnels compulsifs (TOC) auxquels s'apparente l'hypocondrie.

Dans les formes légères, la prescription de benzodiazépines (famille du valium) qui sont des anxiolytiques, peut s'avérer suffisante.