

9^{ème} journée régionale en Soins Oncologiques de Support

« Cognition et cancer »

-

Vendredi 18 juin 2021

LE SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION CÔTÉ PATIENT ET AIDANT

Cindy LEFORT, psychologue CGFL,
Membre du groupe de travail psycho-onco ONCOBFC

QU'EST-CE QUE LE SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION?

-> VOUS AVEZ DIT DÉPERSONNALISATION ?

trouble psychiatrique ?

état de stress post traumatique ?

dissociation ?

drogue ?

stress aigu ?



DÉFINITION

Trouble de dépersonnalisation :

- une forme de trouble dissociatif
- expérience prolongée ou récurrente de détachement (**dissociation**) de son propre corps ou de son fonctionnement mental
- habituellement avec l'impression d'être devenu un observateur extérieur de sa propre existence (**dépersonnalisation**)
- ou d'être détaché de son environnement (**déréalisation**).

-> Le trouble est souvent déclenché par un stress sévère.

CRITÈRES DSM 5

- Les patients présentent des épisodes persistants ou récurrents de dépersonnalisation, de déréalisation, ou les deux
- Le patient sait que son vécu «d'irréalité» n'est pas réel (c'est-à-dire, qu'il a un sens de la réalité intact)
- Les symptômes provoquent une détresse importante ou compromettent de façon significative le fonctionnement social ou professionnel

LA DÉPERSONNALISATION

Les expériences de dépersonnalisation et de déréalisation sont fréquentes dans la population générale. Elles peuvent être associées à des troubles psychiatriques ou neurologiques mais parfois, elles se répètent et se prolongent au point d'entraîner une détresse significative et de devenir un trouble à part entière.

MES ÉMOTIONS SONT ENGOURDIES

- La saveur des aliments et/ou les odeurs ne me procurent plus aucun plaisir ni aucun dégoût, manger devient un automatisme
- Quand je pleure ou quand je ris, j'ai l'impression de ne pas ressentir la moindre émotion
- Tout à coup, j'ai l'impression de ne plus avoir de sentiments ou d'affection pour mes proches
- Quand j'ai mal quelque part, je me sens détaché-e de la douleur comme si c'était celle de quelqu'un d'autre
- Je ne ressens pas du tout d'angoisse dans des situations qui auraient dû me faire paniquer ou me stresser

J'AI DES SENSATIONS BIZARRES

- J'ai l'impression que mes mains ou mes pieds sont devenus plus grands ou plus petits
- Je n'arrive pas à vraiment sentir les objets que je touche, comme si c'était quelqu'un d'autre qui les touchait
- Je dois me toucher pour être sûr-e d'exister ou d'avoir un corps
- Je me sens très léger-ère, comme si je flottais dans l'air
- Bien que pleinement éveillé-e, j'ai des visions dans lesquelles je me vois comme dans un miroir
- J'ai l'impression que certaines parties de mon corps ne m'appartiennent pas

JE NE ME SENS PAS RÉEL-LE

- Quand je fais quelque chose, je me sens comme un-e observateur-rice détaché-e de moi-même
- J'ai l'impression de ne plus avoir de pensées et que mes paroles sortent de façon automatique
- J'ai l'impression d'être à l'extérieur de mon corps
- Quand je bouge, j'ai l'impression que mes mouvements sont automatiques comme si j'étais un robot
- Les voix familières (y compris la mienne) me semblent distantes et irréelles
- Je me sens si détaché-e de mes pensées qu'elles me semblent avoir une vie propre

CE QUI M'ENTOURE SEMBLE IRRÉEL

- Mon environnement semble détaché ou irréel, comme s'il y avait un voile entre moi et le monde extérieur
- Tout ce que je vois me semble artificiel, sans vie, comme si je regardais un tableau
- Tout à coup, je me sens bizarre, comme si je n'étais pas réel-e ou comme si j'étais coupé-e du monde
- Mes activités préférées ne sont plus agréables
- Les objets autour de moi semblent s'éloigner ou rapetisser
- Des endroits familiers ne le sont plus, comme si je ne les avais jamais vus

MA MÉMOIRE FONCTIONNE BIZARREMENT

- Quand je fais face à une nouvelle situation, j'ai l'impression de l'avoir déjà vécue
- Les choses que j'ai faites récemment me paraissent avoir été faites il y a longtemps
- Je ne me sens pas capable d'imaginer des choses, comme le visage d'un proche ou un lieu familier
- Je me sens détaché-e de mes propres souvenirs, comme si je n'y avais pas été impliqué-e



LE TROUBLE DE DÉPERSONNALISATION, ÇA SE SOIGNE

MÉDICAMENTS	THÉRAPIE COGNITIVE ET COMPORTEMENTALE
Antidépresseurs ISRS +/- Lamotrigine	Psychoéducation Dédramatisation des symptômes Auto-enregistrement Émotions, pensées, comportements Lutte contre l'évitement Exposition
Manque de preuves d'efficacité	Lutte contre l'hypervigilance Ancrage et entraînement attentionnel Restructuration cognitive Défier les pensées catastrophiques

-> *SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION*

- Vécu subjectif

Dans la littérature « expérience de dépersonnalisation »

- Transitoire

- Assez Commun = 50 % de la population

- Causes : stress isolé, anxiété, dépression, atteinte corporelle

Avoir le sentiment d'être détaché de:

- son corps
- de son esprit
- de ses sentiments
- de ses sensations

- Se ressentir comme un observateur extérieur de sa propre expérience
- Se sentir émotionnellement et physiquement engourdi ou détaché, avec peu d'émotion
- Difficultés à reconnaître ou décrire ses émotions (alexithymie)
- Impression d'être déconnecté des souvenirs d'un moment précis et ne pas être en capacité de se rappeler clairement les choses

SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION ET CANCER

L'ATTEINTE DU CORPS

Avec la maladie, le corps peut être :

- Modifié
- Mutilé

Perte de maîtrise <-> corps :

- Limitations physiques
- Corps douloureux

Cancer: vécu de menace interne

Inquiétante étrangeté

→ Risque de majoration du sentiment de dépersonnalisation

PAROLES DE PATIENTS :

- « Depuis la maladie, je ne suis plus moi-même »
- « Comme si j'étais devenu quelqu'un d'autre »
- « Je suis devenu l'ombre de moi-même »
- « Je ne me reconnais plus, ni dans mon corps, ni dans ma manière de penser, de réagir »

TROUBLES COGNITIFS ET DÉPERSONNALISATION

- Troubles cognitifs antérieurs au cancer :

Souvent, sentiment de dépersonnalisation déjà expérimenté

Risque : difficultés à intégrer la réalité de la maladie

- Troubles cognitifs engendrés par le cancer et / ou les traitements

Rupture fonctionnement antérieur

Perte contrôle de soi: ses pensées, ses comportements

Sentiment de dépersonnalisation s'appuie finalement sur la réalité de ce que le patient perçoit des changements dans son fonctionnement interne

IMPACT PSYCHOLOGIQUE ET SENS DU SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION

Corrélé à l'anxiété

Cancer = Multiplication de situations anxiogènes (examens, annonces, traitements, chirurgies..) -> risque plus élevé d'éprouvé sentiment de dépersonnalisation

Sentiment de dépersonnalisation -> perturbant, anxiogène

Sentiment faisant aussi partie du processus de deuil par rapport aux pertes liées à la maladie

Hypothèse mécanisme de défense: dissociation face à débordement émotionnel

PROCHES ET SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION

CONFRONTATION AU SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION DE SON PROCHE MALADE

- Fait partie « Des troubles qui nous troublent » -> anxiogène pour l'accompagnant qui va souvent tenter d'aider son proche à retrouver des repères :

Réassurance

Réorientation dans le temps et dans l'espace si déréalisation associée

Rappel des détails de la situation

Rappel d'éléments de l'identité

Réinscription dans l'histoire personnelle et familiale

LE PROCHE ET SON PROPRE SENTIMENT DE DÉPERSONNALISATION

- Sentiment de dépersonnalisation est 1 des critères de l'évaluation de l'épuisement du proche (étude: L'épuisement de l'aidant principal des patients entrant en unité de soins palliatifs, Prével, 2012)
- Suradaptation aux besoins du proche malade sans reconnaissance ou prise en compte de ses besoins propres
- Association avec troubles anxieux / dépressifs

PAROLES DE PROCHES :

- « j'ai l'impression d'être un robot dans le quotidien, de ne plus réfléchir, ne plus ressentir »
- « tout tourne autour de la maladie, j'agis selon son état de santé le matin au réveil, je ne pose pas d'autres questions »
- « j'ai souvent l'impression de n'exister qu'au travers de l'aide que je ne peux lui apporter, moi je m'oublie »

SITUATION CLINIQUE

Monsieur Jacques

- 67 ans
- marié
- 2 enfants
- Exploitant agricole retraité
- Service urgences car suspicion AVC
- dysarthrie soudaine, hémiplegie de l'ensemble de l'hémicorps droit et céphalées
- lésion cérébrale primitive et gliale de haut degré. Opération exérèse corticale gauche

- difficultés d'expression
- aphasie fluente
- trouble de la compréhension orale
- perte d'autonomie importante

- sentiment de dépersonnalisation

- tristesse de l'humeur

- repli sur soi

- Vécu Epouse

Sentiment d'être perdue dans la gestion quotidienne du foyer

Anxiété majeure, humeur fluctuante

Colère suite au RAD qui lui aurait « donné un rôle qu'une épouse ne devrait pas avoir »

Sentiment intrusion équipe HAD

- Vécu fille

En difficulté quant au fait de voir « son papa diminué par sa maladie »

Sentiment d'injustice face à l'investissement jugé moins important de son frère auprès de leur père

- Parcours de soins de Monsieur Jacques :

Service de médecine polyvalente via les urgences

SSR neurologique et orthopédique pendant 3 mois

HAD

Service de médecine avec EMSP

CONCLUSION

- Savoir repérer ce sentiment chez le patient et ses proches
- Rôle équipe pluridisciplinaire dans l'accompagnement de leurs vécus : compréhension, validation, contenance..
- Se poser la question du sens de ce sentiment de dépersonnalisation
- Si génère anxiété++ / souffrance psychique -> accompagnement psychologique

MERCI DE VOTRE ÉCOUTE

Réflexions ?

Questions ?

Partage de situations rencontrées dans votre
pratique clinique ?

RÉFÉRENCES

- Accès direct aux liens internet :
- <http://psychologie-m-fouchey.psyblogs.net/public/fichiers%20joint/s%C3%A9miologie/Depersonnalisation.pdf>
- <http://psyfontevraud.free.fr/pedopsychiatrie/Publications2/Article%20Troubles%20anxieux%20et%20troubles%20de%20l%20adaptation.pdf>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1636652212000815>
- <https://igorthiriez.com/portfolio/la-depersonnalisation/>
- https://www.researchgate.net/profile/Catherine-Morin-3/publication/24146108_Sense_of_personal_identity_and_focal_brain_lesions/links/56d96b3e08aeb4638bb87af/Sense-of-personal-identity-and-focal-brain-lesions.pdf

- <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s11839-007-0010-8.pdf>
- <https://www.cairn.info/revue-l-information-psychiatrique-2012-9-page-735.htm> vécu aidant
- <https://www.cairn.info/revue-l-information-psychiatrique-2009-3-page-247.htm> image corps
- <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s11839-007-0010-8.pdf>
- <http://psychologie-m-fouchey.psyblogs.net/public/fichiers%20joint/s%C3%A9miologie/Depersonnalisation.pdf>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1636652212000815#bib0005> épuisement aidant
- Livre : Ces troubles qui nous troublent , Jérôme Pellissier