

# **PSYCHOTRAUMA et DOULEUR.**

Dr K.L. Ammar Ferhani, Pr F. Kacha.

EHS M. Boucebci. Chéraga.

# Le contexte Algérien.

L'histoire de l'Algérie est jalonnée

d'événements douloureux et traumatiques:

- La guerre de libération nationale (1954-1962).
- Tremblements de terre (El Asnam le 10.10.1980 , Boumerdès le 21.05.2003).
- Inondations de B.E.O le 10.11.2001 ).

- Catastrophes aériennes (Tamanrasset le 06.03.2003,...).
- Violences sociales les deux dernières décennies (Assassinats individuels et collectifs, attentats à la bombe, kidnappings, viols...).

# **Les traumatismes.**

**Les violences inter-humaines sont les plus grandes pourvoyeuses de psychotraumatismes.**

## **1. Traumatismes non intentionnels :**

- Catastrophes naturelles et industrielles
- Accidents, incendies...
- Deuils violents, maladie grave

## **2. Traumatismes intentionnels :**

- Violences collectives : d'états, guerres, génocides
- Violences extérieures: délinquance, agressions, viols, prises d'otages, attentats, homicides
- Violences institutionnelles, au travail
- Violences intrafamiliales : maltraitance, violences conjugales, inceste

# **Les conséquences délétères.**

Ce contexte de violences, de nature diverse et plus particulièrement les violences inter-humaines, a été pourvoyeur de souffrances physiques et/ou psychiques, tant sur un plan individuel que familial et social.

➤ Au niveau individuel:

une symptomatologie psychotraumatique  
pourvoyeuse d'une grande souffrance morale

➤ Au niveau familial:

une déstabilisation des cellules familiales

➤ Au niveau social:

une atteinte au lien social avec désintégration  
des réseaux sociaux d'aide et de soutien.

# 1) Les conséquences sur la santé mentale:

Le psychotraumatisme:

C'est l'ensemble des troubles psychiques immédiats, post-immédiats puis chroniques se développant chez une personne après un événement traumatique ayant menacé son intégrité physique et/ou psychique.

Ces troubles peuvent s'installer durant des mois, des années voire toute une vie en l'absence de prise en charge.



ils entraînent:

- une grande souffrance morale liée à des **réminiscences** (mémoire traumatique),
- avec la mise en place de conduites **d'évitement** pour y échapper : phobies, retrait),
- des conduites d'**hypervigilance** pour tenter de les contrôler,
- et des conduites **dissociantes** pour tenter de les auto-traiter (conduites à risque et conduites addictives anesthésiantes).

## **2) Les conséquences sur la santé physique**

Elles comportent des plaintes somatiques fréquentes, chroniques, résistantes à toute prise en charge si les troubles psychotraumatiques ne sont pas identifiés et pris en charge:

- **une fatigue chronique et des douleurs chroniques intenses** : céphalées, douleurs musculo-squelettiques, ++ dorso-lombalgies, douleurs neurogènes, prise de poids importante ou amaigrissement.

- des troubles gastro-intestinaux fréquents,
- des troubles génito-urinaires fréquents,
- des troubles cardio-vasculaires,
- Des troubles respiratoires,
- Neurologiques,
- des troubles endocriniens,
- des troubles de l'immunité,
- des troubles ORL,
- dentaires,
- Dermatologiques,
- des troubles allergiques.

# Psychotrauma et douleur.

Les événements traumatiques de l'existence sont accompagnés de l'apparition subite ou progressive d'une douleur (physique, morale), qui va modifier la façon d'être au monde du sujet devenu douloureux.

Ces traumatismes vont ébranler l'image idéale, de soi et du monde.

- L'image idéale intacte, antérieure, ne pourra être restituée et il y aura donc nécessité de faire émerger un autre soi-même.
- Pour les patients traumatisés, la souffrance s'est inscrite dans leur esprit et leur corps et y demeurera créant ainsi une nouvelle histoire qui se confondra avec l'histoire du symptôme (toute leur vie se centrera sur cette douleur).

# Quel sens donner à cette douleur?

Si cette douleur vient à se chroniciser, et résiste à tout traitement médicamenteux, cela signifie qu'elle est devenue indispensable au trajet existentiel de notre patient traumatisé.

Dans notre contexte de violences sociales, l'expérience sur le terrain de « la cellule d'assistance psychologique aux traumatisés balistiques » de l'HCA, a montré que **plus du 1/3 des patients avec diagnostic d'état de stress post-traumatique** ont des douleurs chroniques.

Ces douleurs remplissent des fonctions diverses, en fonction:

- de l'histoire personnelle de chacun,
- des traits de caractère sous-jacents,
- du statut professionnel,
- De l'état affectif de l'individu au moment de la survenue du traumatisme,
- du contexte de survenue du traumatisme,
- Et de la manière dont le psychotraumatisme a été pris en charge.

et donc plusieurs sens peuvent être attribués aux douleurs chroniques amenées par les patients traumatisés.

- Les blessures qui surviennent dans des conditions de **surprise** (explosions, attentats, embuscades...):

La tendance à se fixer sur la blessure physique

- Les blessures qui surviennent lors d'accrochages, opérations **offensives**:

La blessure est valorisée, vécue et exhibée

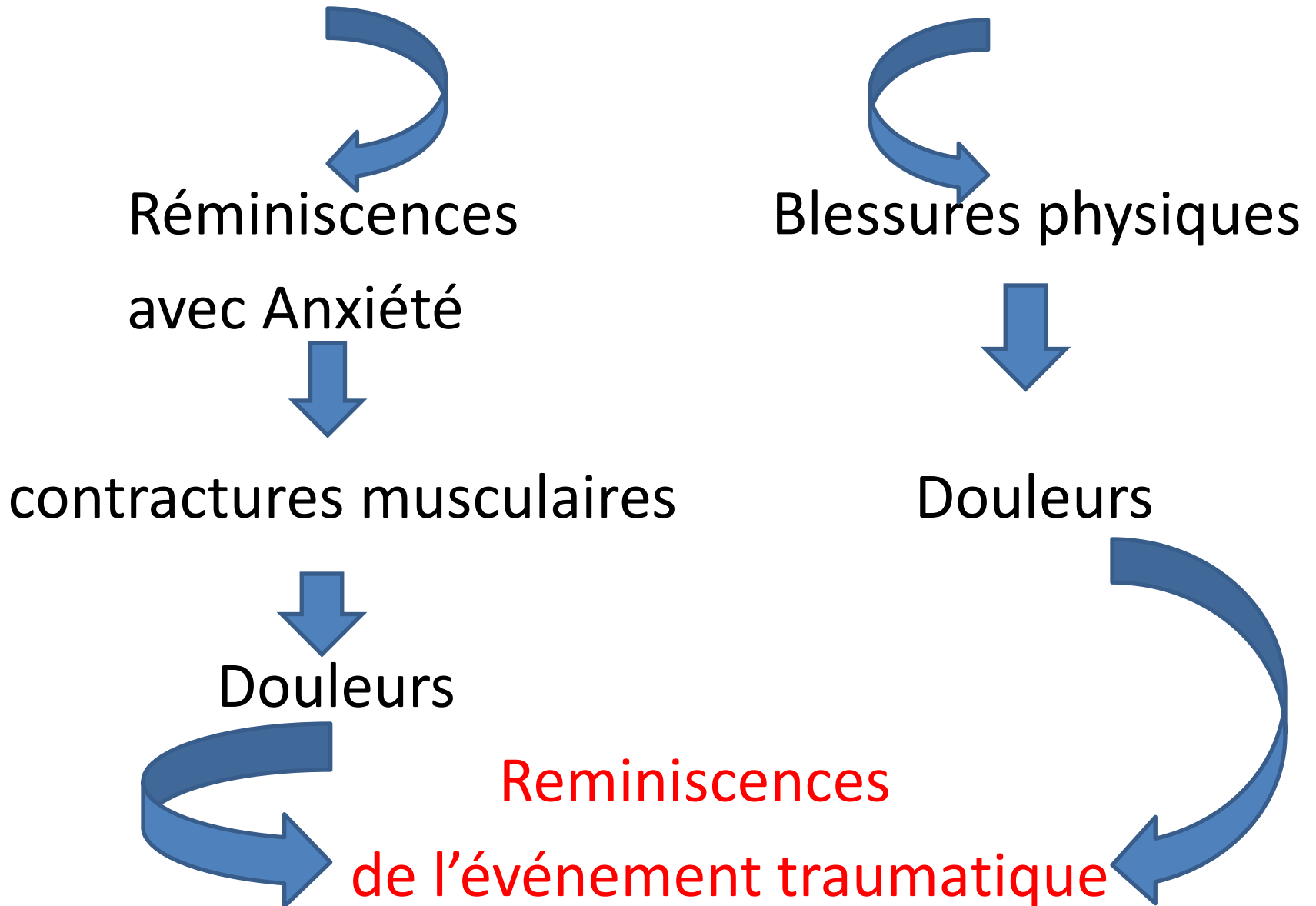


Aux douleurs chroniques, s'associent le plus souvent :

- Des troubles paranoïaques avec délire de revendication de leurs droits pour services rendus à la nation, sentiment d'avoir été spoliés par leur institution militaire ou paramilitaire (primes, pension, poste aménagé,...)
- Des tableaux d'hypocondrie sévère avec une mise en échec de tous les traitements, les techniques thérapeutiques des somaticiens et psychothérapeutes)

- Des tableaux dans lesquels les patients s'inscrivent dans une position de victime lésée, abandonnée, malgré une réparation matérielle et une reconnaissance du statut de victime effective (troubles de la personnalité).

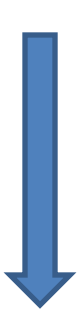
# Psychotrauma+ atteinte physique



Il s'agit en fait d'une boucle de maintenance mutuelle entre les reviviscences (psychotrauma) et la douleur:

- Les composantes de la douleur chronique (comportementale, cognitive, affective) maintiennent ou exacerbent les symptômes de reviviscence.
- les reviviscences s'accompagnent d'anxiété et d'hypervigilance qui va se traduire par des contractures musculaires, entraînant des douleurs qui vont raviver le souvenir traumatique.

# Psychotrauma + Atteinte physique



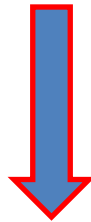
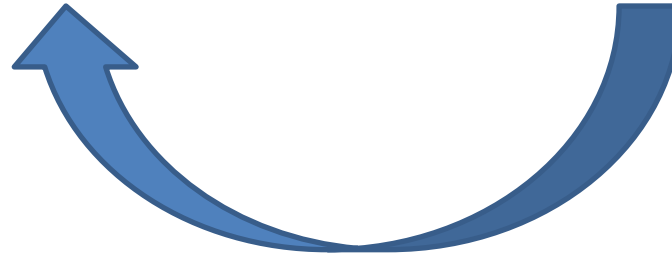
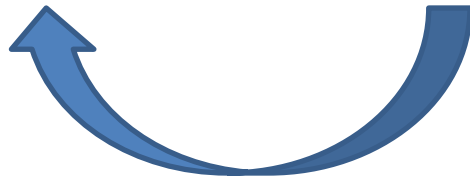
Reviviscences



Douleurs



Modification de la  
personnalité



Hostilité, agressivité, revendication,  
sentiment d'injustice, « victimisation ».

# Qu'en est-il de la Prise en Charge?

- La PEC psychothérapique et chimiothérapique, la plus précoce des syndromes psychotraumatiques.
- Lorsque le lien entre syndrome douloureux et psychotraumatisme est fait par le somaticien ou le psychothérapeute, procéder à la triangulation:

**Patient-somaticien-psychothérapeute.**

- Donner un sens à la douleur, en fonction de l'histoire individuelle du patient, comprendre à qui profite le symptôme.
- La **reconnaissance médico-psycho-socio-juridique** du préjudice subit (moral, physique), une légitimation de la souffrance et la réinscription de celle-ci dans une histoire personnelle, familiale et communautaire.

- Au niveau thérapeutique, deux volets:

- 1. La douleur:**

Éducation sur la douleur, techniques de relaxation, restructuration cognitive, gestion du stress, hygiène de vie

- 2. Le syndrome psycho-traumatique:**

Éducation sur le psychotrauma, restructuration cognitive, support social, gestion du stress, du sommeil, TCC, IRSS.



# Conclusion.

- Ces troubles psychotraumatiques sont méconnus, sous-estimés, rarement dépistés et diagnostiqués par les professionnels de la santé
- Ce sont des conséquences normales et habituelles des situations de violences, elles ne sont pas dues à des caractéristiques intrinsèques de la victime, toutes les victimes de violences peuvent développer ces troubles.

- Mémoire traumatique et dissociation sont responsables de toutes les conséquences médicales, somatiques et psychologiques, les plus sévères, les plus chroniques et les plus handicapantes.
- La prise en charge des troubles psychotraumatiques et de leurs conséquences est essentielle et doit être la plus précoce possible afin de rompre la boucle de maintenance mutuelle (psychotrauma-douleurs).