

Aspects psychologiques de la sclérose en plaques

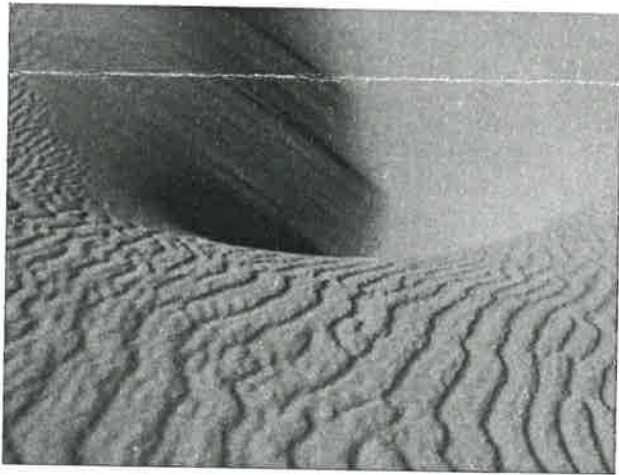
La sclérose en plaques, comme toute maladie chronique, n'a pas que des symptômes physiques. Bien que l'on ne puisse pas parler de modifications psychiques propres à la SP, les personnes concernées sont fréquemment confrontées, au cours de leur vie, à des symptômes ou à des problèmes d'ordre psychique. Faire face à des moments de découragements constitue un défi qui fait partie intégrante de la vie avec la SP.

Les manifestations et l'évolution de troubles psychiques liés à la SP se présentent de manière aussi complexe et individuelle que la maladie elle-même. Il n'existe pas de modification caractéristique de la pensée, du comportement ou des sentiments. Il arrive souvent que des troubles psychiques ne se manifestent que par périodes, par exemple en rapport avec une diminution des capacités physiques ou lors d'une situation difficile dans l'environnement social. Il s'agit, en principe, de symptômes qui pourraient également se manifester avec d'autres maladies physiques ou en dehors d'un contexte quelconque de maladie.

Comment la SP peut-elle se répercuter sur les sentiments, la pensée et le comportement?

Les personnes atteintes de SP souffrent souvent de moments de baisse de moral, de découragement ou de dépression. Environ 50 % vivent, au cours de leur maladie, une ou plusieurs périodes dépressives. En comparaison, environ 20 % de

la population en général seront touchés par cette affection au cours de leur existence. La dépression est l'un des symptômes les plus fréquents de la SP. Elle est souvent ignorée et n'est donc pas traitée comme elle devrait l'être. La dépression n'est pas simplement un sentiment de tristesse. Elle est caractérisée par des sentiments de désespoir, de perte de sensibilité et d'intérêt, de culpabilité, de dévalorisation, des troubles de



la concentration, de la mémoire ou parfois également par des troubles physiques tels que perte de sommeil et d'appétit pouvant se manifester sur une longue période.

Certaines personnes font également état d'angoisse ou de sensations de panique. Des peurs peuvent être liées à un avenir incertain inhérent à une possible progression de la maladie. D'autres personnes appréhendent de quitter leur appartement, de rencontrer des gens ou, au contraire, de rester seuls même pour une courte période. Des symptômes tels que l'irritabilité,

l'impasse. Mais lorsqu'elles ne sont plus à même de composer seules avec ces difficultés, lorsque les symptômes psychiques perturbent la vie quotidienne et portent atteinte à la qualité de vie, l'aide d'une personne spécialisée en psychiatrie ou en psychothérapie devrait être envisagée.



Atteintes psychiques liées à l'évolution de la SP

Les sentiments, la sensibilité, la perception ou la pensée, la motivation ou la manière de faire face, tous ces éléments sont régis par notre centrale nerveuse que constitue le cerveau. Si des plaques de SP apparaissent dans les parties du cerveau responsables des processus de la pensée ou des sentiments, des symptômes cognitifs ou psychiques peuvent se manifester. Ce sont surtout les troubles de la mémoire, de la faculté à réagir ou à planifier le déroulement des actions, de l'attention et de la concentration qui sont imputés à des modifications organiques du cerveau.

Il arrive ainsi que les personnes concernées oublient fréquemment leurs rendez-vous ou ne se souviennent plus exactement du contenu d'un article de journal qu'elles viennent de lire. Elles ont des difficultés à se souvenir du nom d'une nouvelle connaissance ou à suivre une conversation dans un groupe. Organiser des vacances peut être source de stress. Les troubles cognitifs posent souvent des problèmes dans le domaine professionnel. Ils peuvent également être vécus comme difficiles dans le domaine privé lorsque ces troubles, dus à la SP, ne sont pas reconnus comme tels et que les personnes touchées se voient reprocher un manque d'intérêt ou de motivation. Il en va de même pour l'extrême fatigue dont les origines ne sont pas bien connues mais

que l'on associe à une détérioration des conduits du système nerveux central.

En ce qui concerne la dépression, des études cherchent à voir dans quelle mesure elle peut être comprise comme expression de troubles neurophysiologiques ou d'une dérégulation du système immunitaire. L'état actuel des recherches ne permet toutefois pas encore d'étayer cette hypothèse. Euphorie, diminution de la capacité de contrôle des émotions et modifications importantes de l'humeur et du comportement sont dues à des atteintes organiques du cerveau. Il s'agit toutefois de cas très rares.

Effets secondaires des médicaments

Différents médicaments sont utilisés pour traiter les symptômes de la SP dont certains peuvent avoir des répercussions sur le psychisme. Il arrive que la prise de certains médicaments provoque de la fatigue, de l'agitation, des problèmes de concentration, un besoin accru de s'exprimer ou une diminution du besoin de sommeil. Des états de déprime voire de dépression sont également souvent constatés. Ces réactions sont intimement liées à la prise de certains médicaments et disparaissent en général dès que la personne cesse de les prendre. Il est très important de parler de ce type de changements observés avec son médecin.

Troubles psychiques antérieurs au diagnostic

Tous les symptômes psychiques ne sont pas directement liés à la SP. Des difficultés ou des maladies psychiques (p.ex. troubles de l'identité, dépression, troubles anxieux, troubles de la personnalité) existent parfois avant le diagnostic de SP et peuvent être aggravées par la progression de la maladie et les difficultés qu'elle engendre. Elles ne sont toutefois pas à l'origine de la SP. On a souvent essayé de lier l'apparition de la SP à certains caractères de la personnalité ou du comportement, par exemple une gestion inappropriée du stress. Aujourd'hui, il est possible d'affirmer qu'il n'existe pas de personnalité SP ni de traits de caractère qui puissent provoquer ou être à l'origine de la SP. Ce genre de théories peut générer des sentiments de culpabilité chez la personne touchée. Des pensées ou des affir-