

Composante physiologique au TOC

LILIANNE LACROIX

ON NE CONNAÎT pas la cause exacte des troubles obsessionnels compulsifs. L'hérédité ainsi que l'environnement semblent parfois jouer un certain rôle. Par contre, de plus en plus, les experts admettent que le TOC présente une composante physiologique.

Certains centres cérébraux, notamment la partie frontale du cerveau, au-dessus de l'orbite de l'oeil, semblent perturbées chez les personnes atteintes de TOC, un peu comme s'ils surchauffaient, explique le Dr Gilbert Pinard, psychiatre à l'hôpital Royal Victoria et spécialiste des TOC.

Dans certains cas, des enfants sont devenus TOC après une infection à streptocoques et des adultes après une atteinte cérébrale (un anévrisme ou un ACV par exemple). « Cela semble démontrer la composante physiologique du TOC », estime le psychiatre.

Vous venez de remarquer qu'un cadre est un peu croché. Ou bien vous l'arrangez ou bien vous décidez d'attendre plus tard mais dans les deux cas, votre esprit sera bien vite occupé par autre chose. Pas chez les victimes de TOC. La même pensée revient, revient, revient, comme si elle ne pouvait trouver de porte de sortie.

On utilise les médicaments ou la



Photo ALAIN ROBERGE, La Presse

AI-JE bien verrouillé la porte ? Voilà une des questions les plus courantes qui hante les porteurs de TOC.

psychothérapie pour vaincre ou diminuer les TOC. Le plus souvent, on fera appel à une thérapie combinée, même si la rareté des études sur le sujet n'a pas permis de conclure à des effets additifs. Entre 50

et 80 % des patients seront au moins soulagés s'ils sont sous traitement et certains verront même leur TOC disparaître complètement : « Un de mes confrères n'en finissait plus de vérifier, raconte le

Dr Pinard. Il appelait le pharmacien pour être bien certain qu'il avait prescrit tel médicament ou la bonne dose, il vérifiait sans cesse tout ce qu'il avait fait, il était en train de ruiner sa carrière. Heureusement pour lui, après une thérapie, ses symptômes ont complètement disparu ».

On utilise des anti-dépresseurs pour le traitement du TOC, « mais pas n'importe lesquels, indique le spécialiste, seulement ceux qui agissent sur la sérotonine. »

Alors que les approches psychothérapeutiques ont tenté pendant des années d'identifier les causes profondes des TOC présentés par les patients, les cliniciens semblent avoir changé leur fusil d'épaule.

La psychothérapie vise maintenant avant tout à diminuer les compulsions pour redonner une certaine qualité de vie aux patients : « On demande aux gens de s'exposer aux situations qui leur causent une détresse et de résister alors à la compulsion, expliquent le psychologue Kieron O'Connor, du Centre de recherche Fernand Seguin, et Marie-Claude Pélissier, étudiante au doctorat en psychologie et qui a entrepris une thèse sur les TOC. Évidemment, on commence d'abord par les compulsions les moins importantes pour la personne, celles dont elle est plus apte à se débarrasser. Petit à petit, on redéfinit le rituel. »

Si elle arrive à résister à la compulsion, une véritable torture, disent ceux qui sont passés par là, la victime se rend compte que le ciel ne lui tombe pas sur la tête et que la catastrophe anticipée ne se produit pas. Elle la vérifiera une deuxième fois, puis une troisième fois jusqu'à ce qu'elle réalise que sa conviction (son obsession) n'était pas réaliste.

« Tranquillement, on leur démontre que le rituel provoque exactement le contraire de ce qu'ils veulent, dit M. O'Connor. S'il soulage temporairement l'anxiété, en fait il contribue à créer un cercle vicieux qui l'augmente. »

Entraînée bien malgré elle dans l'enfer du TOC, la famille d'une victime peut devenir fortement perturbée et devrait toujours encourager la personne à consulter. Dans un document de recommandations à l'intention des victimes et des familles, des experts tiennent toutefois à rappeler que les commentaires négatifs et la critique des proches empirent souvent le TOC.

Simplement dire à quelqu'un de cesser ses comportements compulsifs n'aide généralement pas et peut amener la personne à se sentir plus mal puisqu'elle ne peut y arriver.

« Souvenez-vous, soulignent les spécialistes, que personne ne détecte autant le TOC que la personne qui en est affligée ».