

Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)

Le trouble obsessionnel-compulsif se range dans la catégorie des pathologies de l'anxiété. Mais qu'est-ce qu'une obsession et une compulsion ?

Une obsession se définit par...

« des pensées, des idées ou des images qui font irruption dans tête de manière récurrente et persistante. Elles s'imposent et se répètent sans laisser l'esprit en repos. Souvent les obsessions ont un contenu douloureux, inacceptable, dégoûtant ou anxiogène. La personne les trouve généralement absurdes et s'efforce de les chasser ou de les neutraliser mais la lutte et la résistance sont souvent inefficaces. Cela génère une anxiété et une détresse importante » (1).

Une compulsion se définit par...

« des actes répétitifs que la personne se sent obligée d'accomplir en réponse à une obsession ou selon des règles préétablies. Cela peut aussi bien être une activité manuelle (lavages, rangements...) que mentale (compter dans sa tête, répéter des phrases, prier...). En général, la compulsion a pour but d'éviter un événement redouté ou de chasser une détresse ou une anxiété. Le malade reconnaît le caractère absurde, dérisoire et gênant de ses actes, mais il ne peut s'en empêcher. Les rituels peuvent prendre des heures et l'entourage doit parfois y participer » (2). (Sousa, 2007)

Quelle est l'origine du TOC ?

Le TOC, croit-on, découle de plusieurs causes plutôt que d'une seule. On soupçonne un alliage de facteurs héréditaires et d'expériences marquantes, liés à une prédisposition à l'anxiété.

Comment le traite-t-on ?

Le TOC se traite par médication et par thérapie psychologique. Les trois-quarts des patients traités par l'expérimentation graduelle des situations angoissantes connaissent une diminution importante et durable de leurs symptômes après 10 ou 20 séances. Cette thérapie comportementale s'accompagne souvent d'une

médication pour atténuer le stress. Un tiers environ des personnes souffrant de TOC refusent toute thérapie comportementale ou abandonnent prématurément le traitement. D'autres types d'intervention sont en développement.

Autre lien intéressant

http://www.hlhl.qc.ca/crfs/troubles_anxieux/toc.html

- (1) Sousa, A. (2007) Dossier : TOC, l'enfer de l'obsession. [Document Web] Adresse Web : http://www.doctissimo.fr/html/psychologie/mag_2001/mag1005/ps_4634_obsession_compulsion_hm (Consulté le 27 mars 2007)
- (2) Sousa, A. (2007) Dossier : TOC, l'enfer de l'obsession. [Document Web] Adresse Web : http://www.doctissimo.fr/html/psychologie/mag_2001/mag1005/ps_4634_obsession_compulsion_02.htm (Consulté le 27 mars 2007)