

GÉRONTOPSYCHIATRIE: DOULEUR ET PSYCHOSOMATIQUE

Montpellier 25 septembre 2013

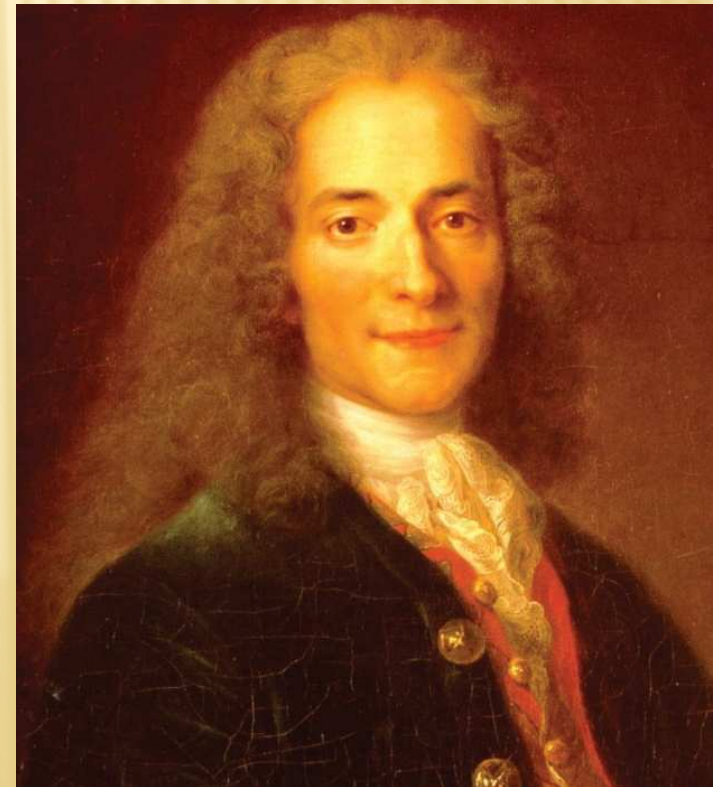
Dr Fabrice Lorin

Département douleur, psychosomatique et maladies fonctionnelles

CHU Montpellier

-
- ✘ *J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé*
 - ✘ *Le paradis est où je suis*

Voltaire



LA LANGUE FRANÇAISE

- ✘ « Souffrez Madame... »
- ✘ « Souffre-douleur »
- ✘ « Au docteur du 130 douleurs »
- ✘ « Homme de peine chez une fille de joie pour un doux... leurre chez Dolores»

Fabrice Lorin 2013

BONHEUR ET BIEN-ÊTRE



Fabrice Lorin 2013

LA DOULEUR CHEZ LES PHILOSOPHES GRECS

Fabrice Lorin 2013
Fabrice Lorin 2013



- ✘ La philosophie est un mode de vie
- ✘ La souffrance est inutile
- ✘ Plaisir/douleur → Désir/manque

NAISSANCE DE LA PHILOSOPHIE: ÊTRE MORTEL

- ✘ Ulysse quitte Calypso et l'île d'Ogygie (Homère, Odyssée Chant 5)
- ✘ Une vie de mortel réussie est possible et préférable à l'immortalité (L'éternité c'est long surtout vers la fin)



NAISSANCE DE LA RELIGION: ÊTRE MORTEL...



La chute de l'homme
Lucas Cranach 1530

LA VIE BONNE: 2 CONDITIONS

- ✘ 1- Le Sage: la victoire sur les peurs → libérer la pensée
- ✘ 2- Le Sage n'est pas dans une nostalgie (douleur du nid), pas dans un futur meilleur: il habite le présent. Le passé et le futur sont des pièges
- ✘ => Le sage est celui qui parvient à regretter un peu moins, à espérer un peu moins, et à aimer un peu plus (A Comte-Sponville)



Fabrice Lorin 2013

L' école d'Athènes de Raphael:
Platon montre le ciel les abstractions les arrières mondes les formes idéales.
Aristote montre la terre et fait l'inventaire de la réalité les espèces animales les formes de raisonnement
Aristote montre la matière Platon l'esprit mais simplification de cette approche
Car Platon est aussi charnel importance de l'amour physique érotique dans le banquet pas de philosophie sans amour pas d'impasse sur le corps
Aristote moins empirique préfère l'amitié la philia (amitié, camaraderie) à l'éros
L'Agapé (Charité, Caritas) sera surtout une valeur chrétienne

Fabrice Lorin 2013

EPICURISME ET STOÏCISME

- ✘ Stoïciens et épicuriens s'unissent dans le refus d'abdiquer devant la douleur
- ✘ La douleur n'est pas le salaire de la faute ni la voie du salut (Saint-Augustin)
- ✘ Le sage lui oppose sa force d'âme
- ✘ La recherche du Souverain-Bien



LE DÉSIR ET LA DOULEUR

- ✘ 1- Désirs naturels et nécessaires: soif et faim
- ✘ 2- Désirs naturels et non nécessaires: sexualité
- ✘ 3- Désirs artificiels: Divertissement (Epicure, Lucrèce, Pascal, bouddhisme)
- ✘ → obtenir la Sagesse au prix de la suppression du désir → castration (Nietzsche)
- ✘ → ataraxie (tranquillité de l'âme) contre la douleur

EPICURISME ET STOÏCISME

- ✘ Pour eux par exemple, un tyran ne peut pas être heureux (Morale = Vie de l'Esprit)
- ✘ Depuis Kant, le Souverain-Bien est une illusion,
- ✘ Le tyran peut être heureux, et un brave homme, un homme vertueux peut être très malheureux



- ✘ Nos philosophes grecs disaient que le sage est heureux sous la torture!
- ✘ Aristote, homme pragmatique et réaliste, disait que « parler comme ça, c'est parler pour ne rien dire »
- ✘ Cicéron réfute aussi les deux doctrines: Stoïciens et Epicuriens donnent une idée fausse de la douleur et ne proposent pas de la combattre. Les deux Ecoles sont renvoyées dos à dos
- ✘ Cicéron énonce que la douleur est une passion au même titre que la colère. Il faut donc agir envers elle comme envers les autres passions

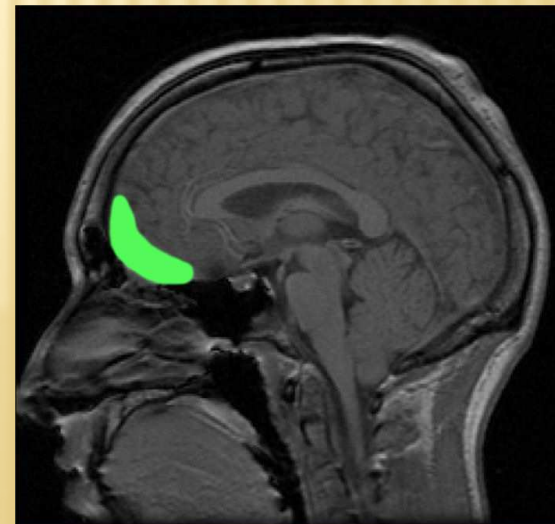
LES BARIBAS

- ✘ Les Baribas (Bénin-Nigéria): douleur marqueur de filiation
- ✘ Absence de réaction à tout stimuli douloureux (accouchement, blessures, initiation...)
- ✘ Souffrance = lâcheté
= honte = soupçon/ lignée



ANHÉDONIE

- ✘ Perte de la capacité à éprouver du plaisir
- ✘ Un des symptômes cardinaux de l'épisode dépressif majeur selon le DSM IV
- ✘ Dans la douleur chronique? Anxiété + Dépression + douleur/plaisir + modifications sociales...
- ✘ Cortex OrbitoFrontal

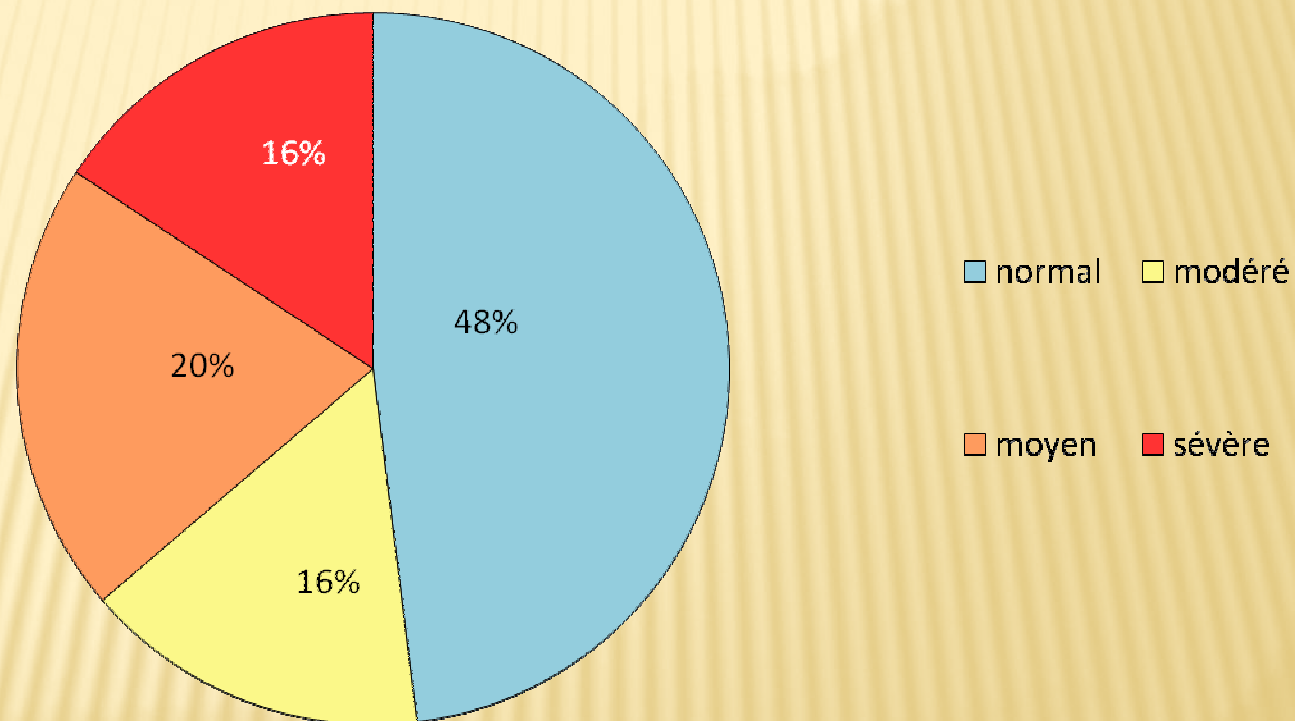


ENQUÊTE SUR L'ANHÉDONIE À LA CONSULTATION DE LA DOULEUR (CHU DE MONTPELLIER)

- ✘ Echelle du plaisir de Snaith et Hamilton
- ✘ auto questionnaire HAD
- ✘ 102 patients: femmes (74/102). Age moyen 55 ans

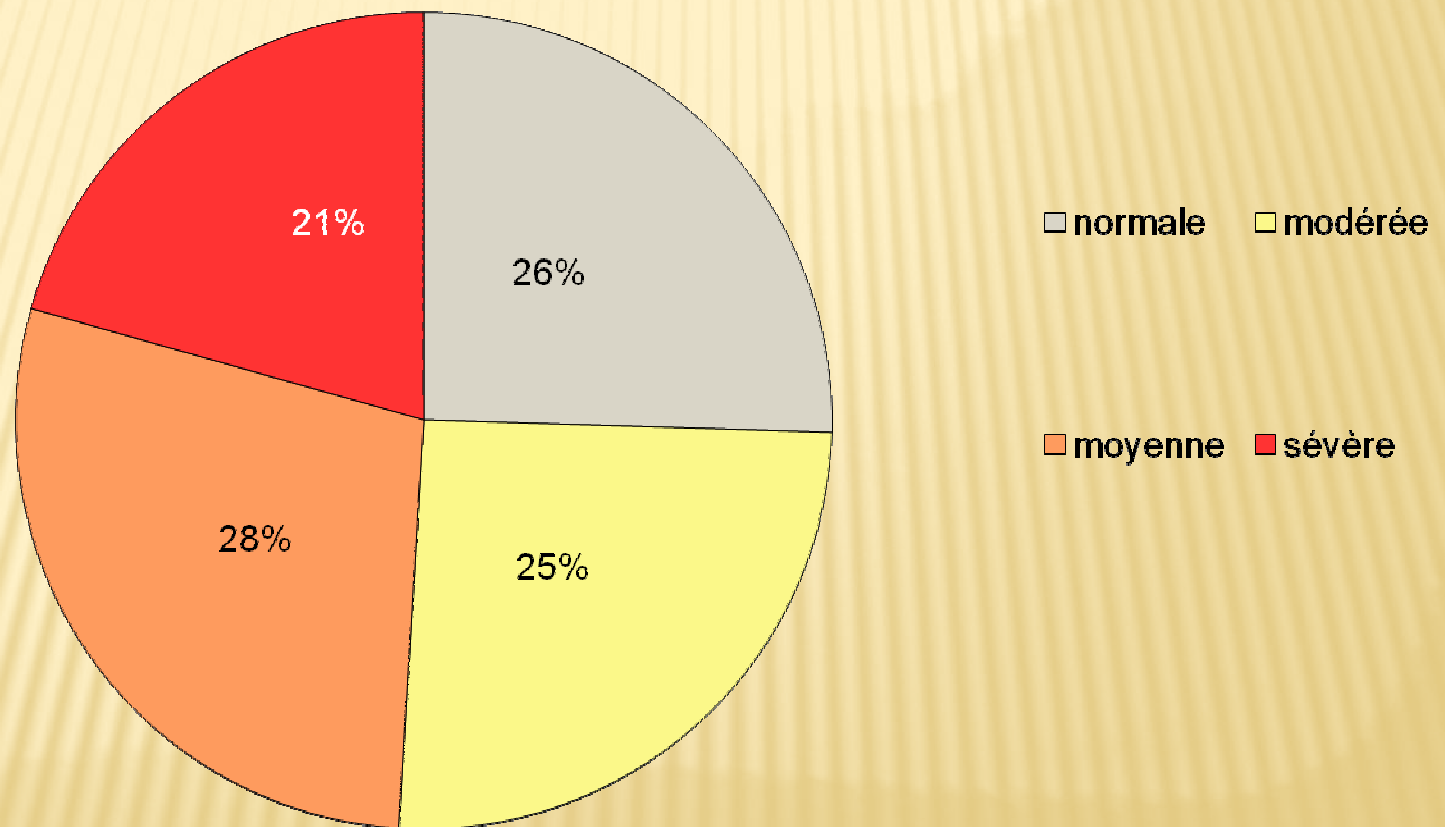
RÉPARTITION DES SCORES DE DÉPRESSION

Figure 1. Répartition des scores de dépression



RÉPARTITION DES SCORES D'ANXIÉTÉ

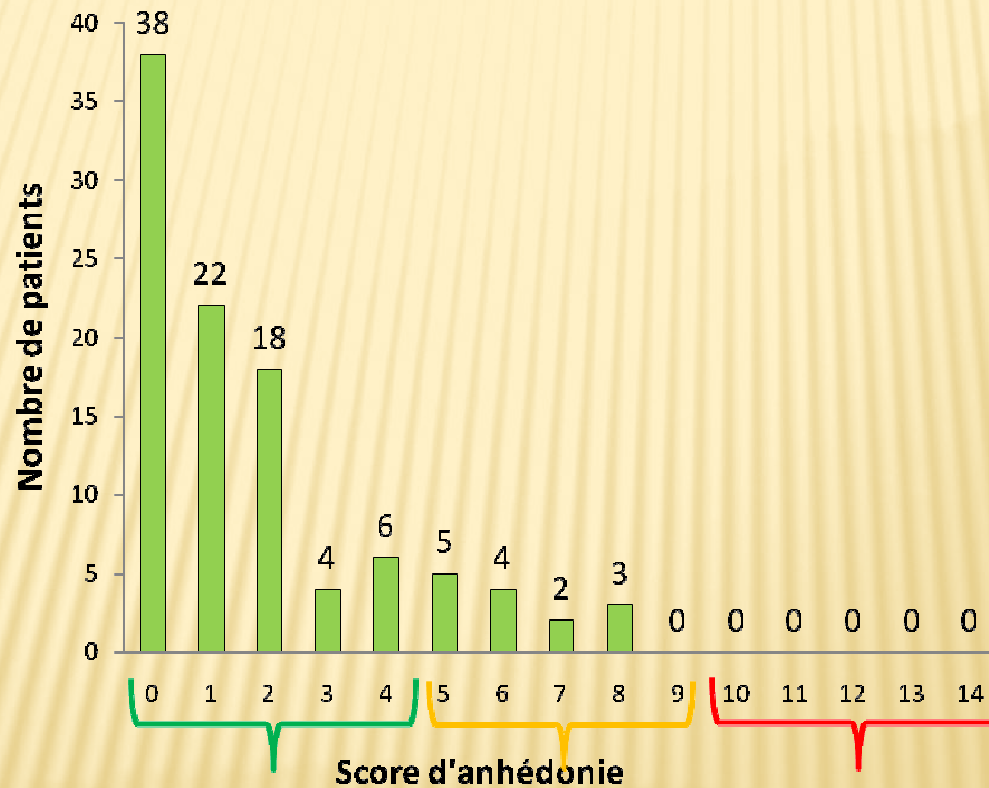
Figure 2. Répartition des scores d'anxiété



RÉPARTITION DES SCORES D'ANHÉDONIE



Figure 3. Répartition des scores d'anhédonie

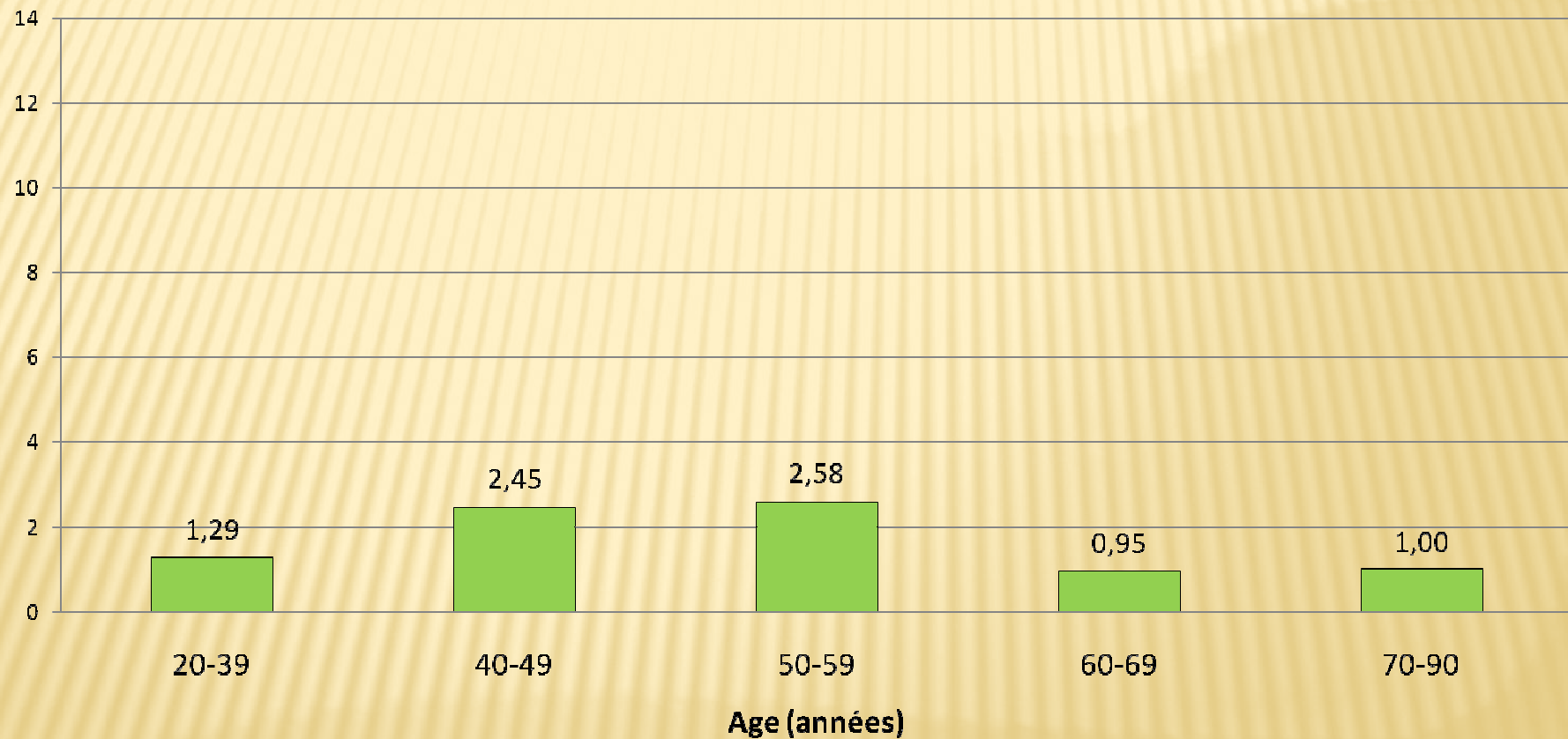


Bonne capacité à éprouver le plaisir

Anhédonie moyenne

Faible capacité à éprouver le plaisir

Figure 4. Score moyen d'anhédonie en fonction de l'âge



Il n'y a pas de variation notable des scores moyens d'anhédonie en fonction des classes d'âge

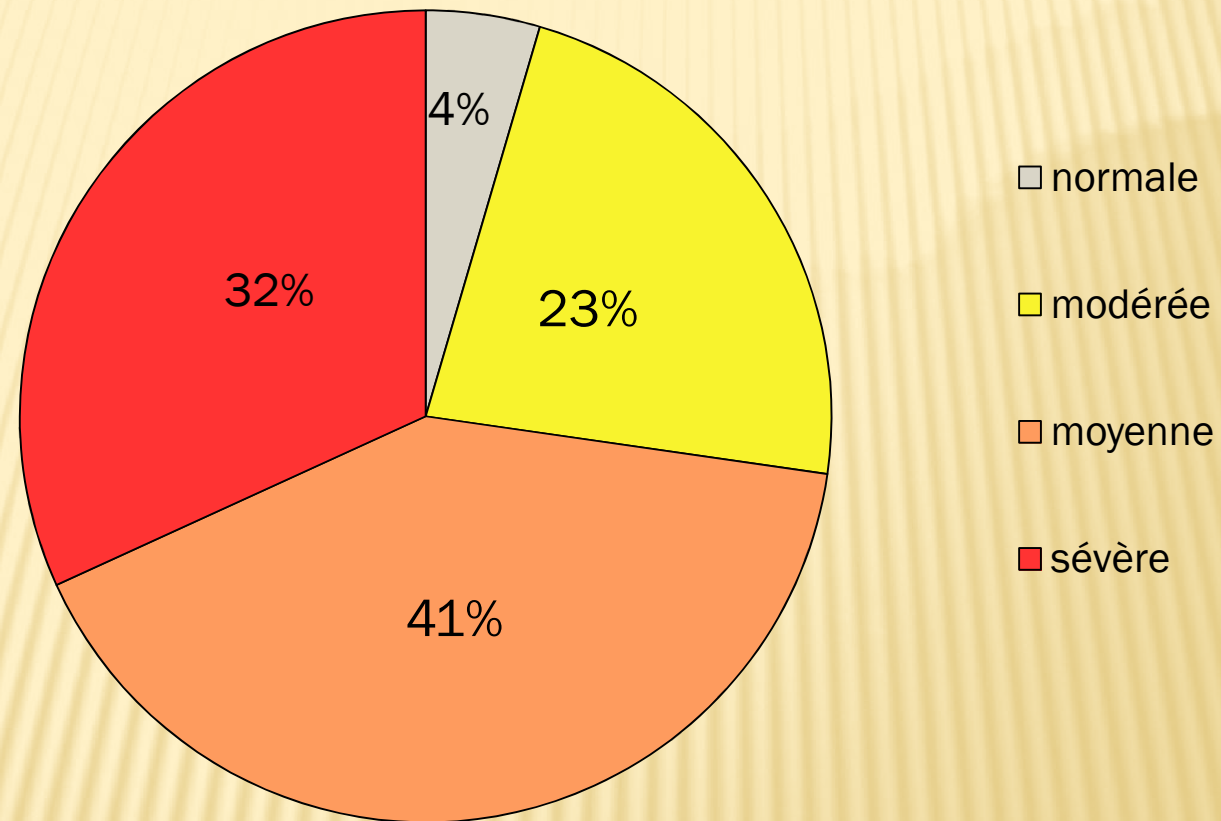
ENQUÊTE SUR L'ANHÉDONIE DANS L'UNITÉ DE PSYCHOSOMATIQUE DE L'HÔPITAL ST ELOI, CHU MONTPELLIER

Réalisée à l'aide des questionnaires suivant
chez 22 patients :

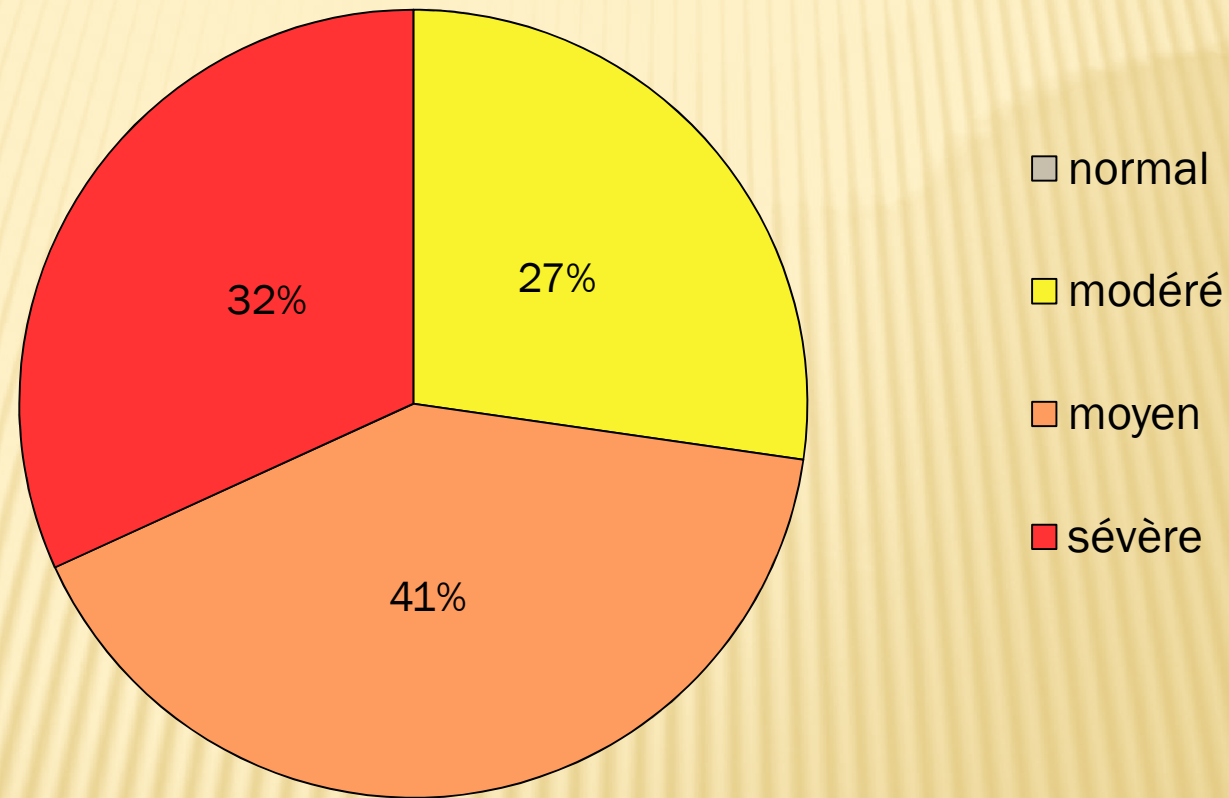
Echelle du plaisir de Snaith et Hamilton

Test HAD (Hospital Anxiety and Depression scale)

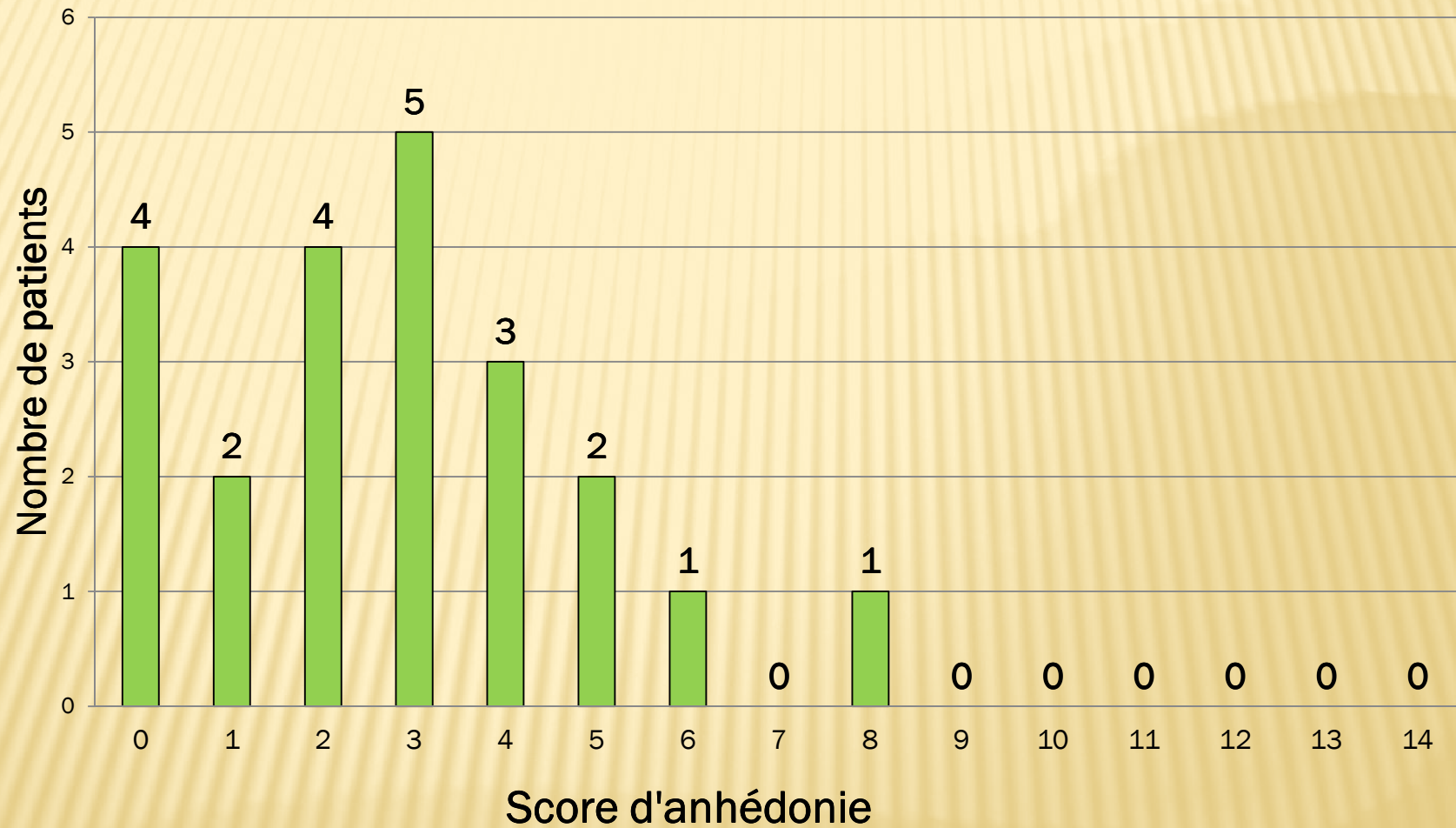
Répartition des scores d'anxiété



Répartition des scores de dépression



Répartition des scores d'anhédonie

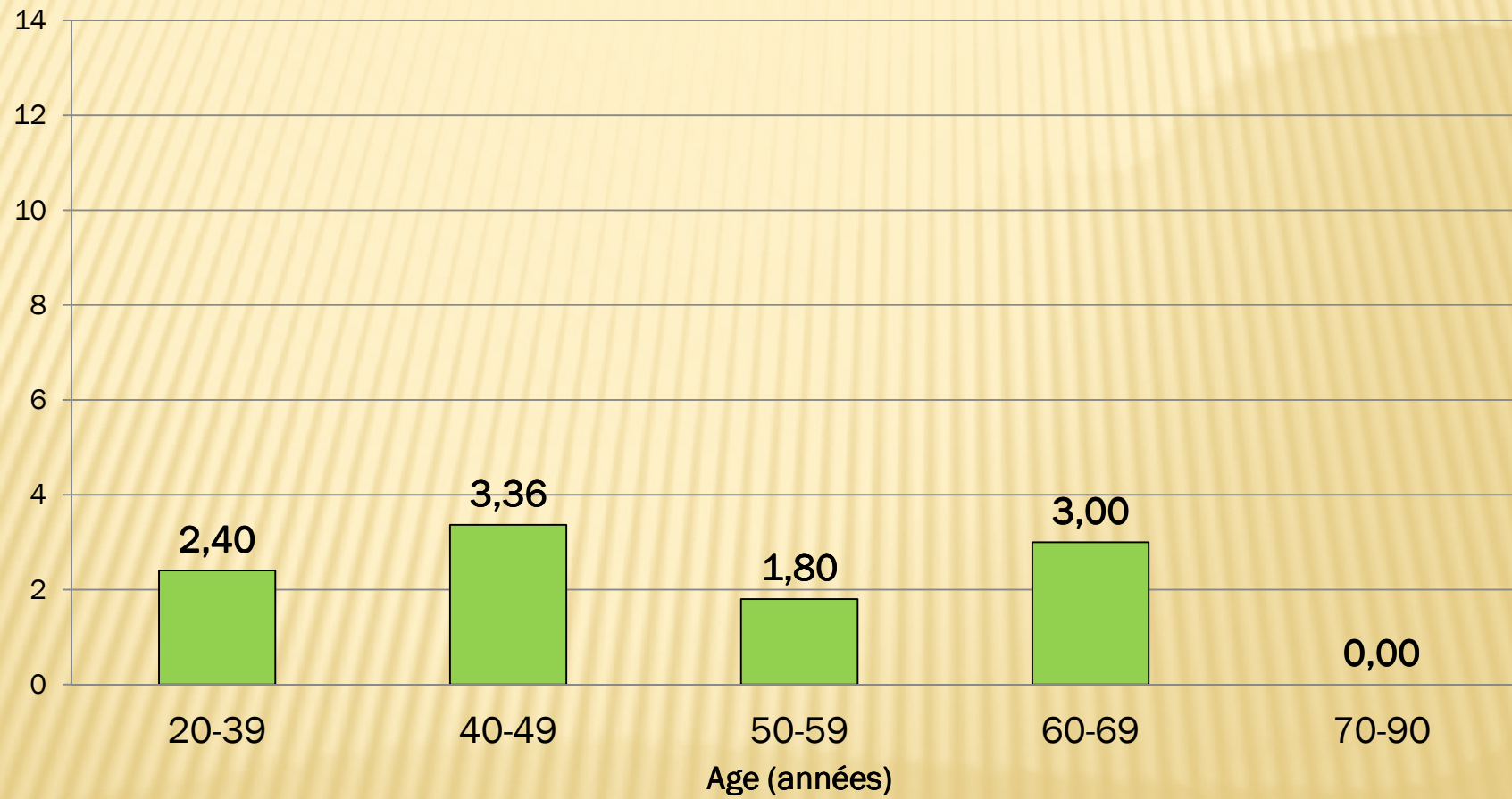


Bonne capacité à éprouver le plaisir

Anhédonie moyenne

Faible capacité à éprouver le plaisir

Score moyen d'anhédonie en fonction de l'âge

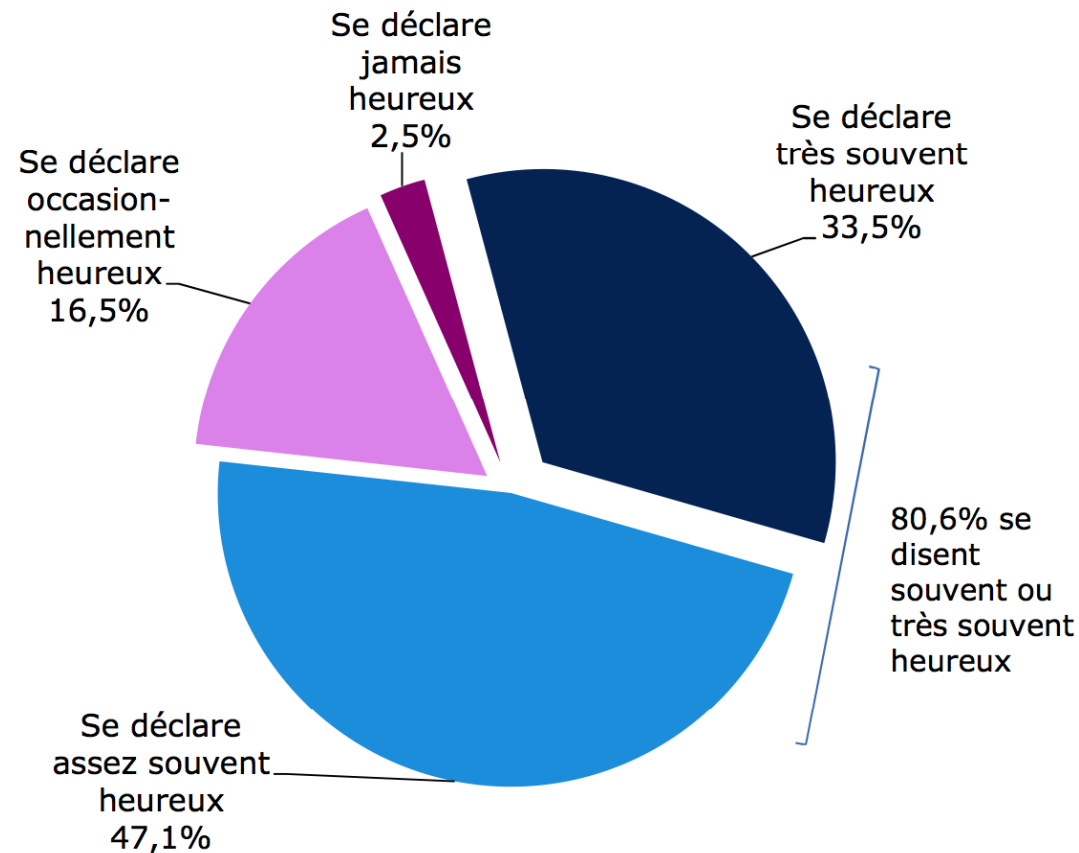


-
- ✘ Surprenante discordance entre dépression et anhédonie : la capacité à ressentir le plaisir de la vie n'est pas altérée chez ces patients.
 - ✘ Valoriser les ressources psychiques des patients douloureux chroniques

L'ÉVOLUTION DU BIEN-ÊTRE DES FRANÇAIS DEPUIS 30 ANS — CREDOC 2012

- ✘ Stiglitz et BNB , Bouhtan
- ✘ 80 % de gens satisfaits ou heureux (hors conditions matérielles)
- ✘ 2 conditions: la liberté et le lien social

Dans votre vie actuelle, vous sentez-vous heureux ?



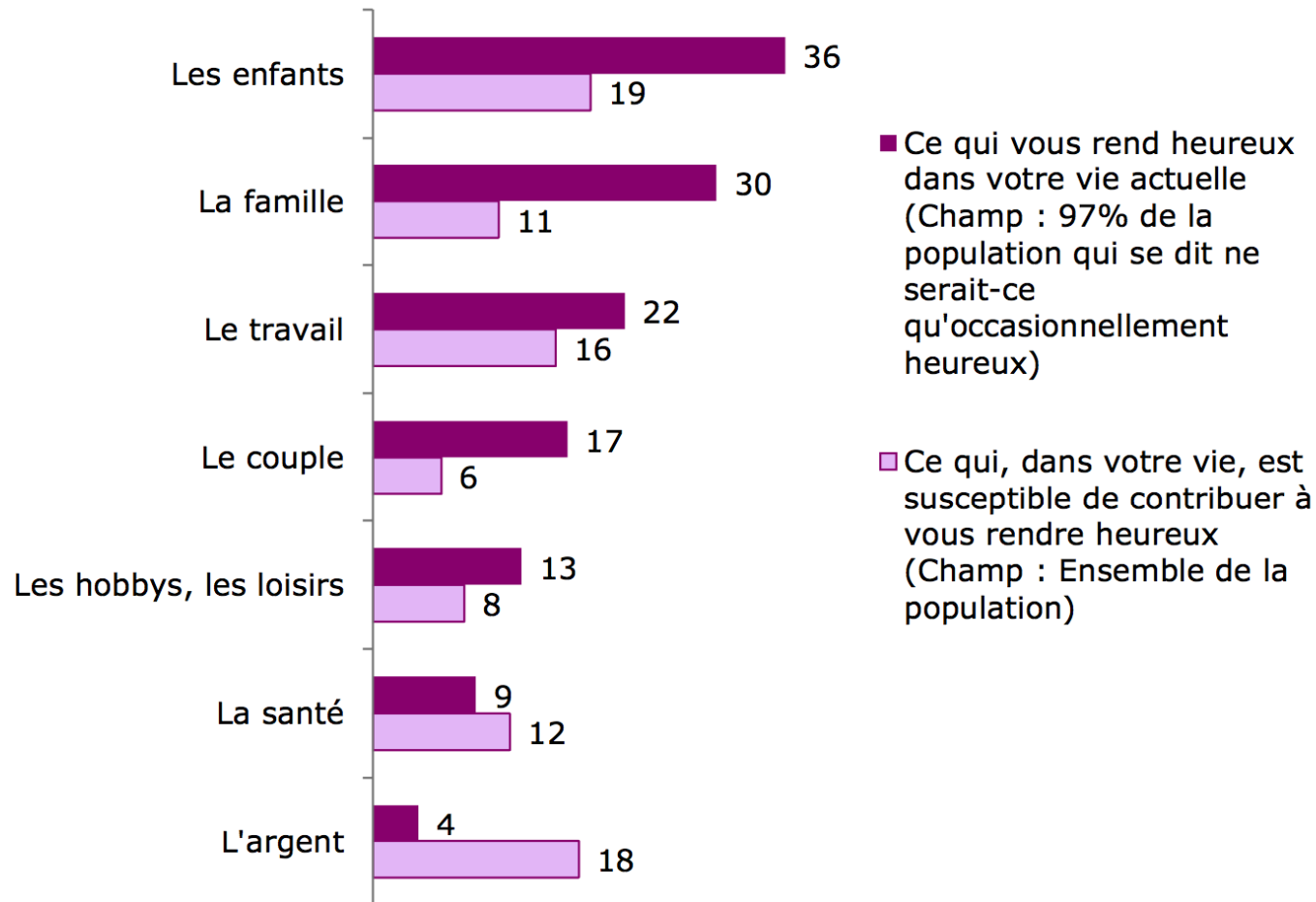
Source : CRÉDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations », juin 2012

Lecture : 33% des personnes interrogées en juin 2012 disent se sentir très souvent heureuses dans leur vie actuelle.

Les principales raisons d'être heureux ou de le devenir, selon les mots des interviewés

Fabrice Lorin 2013

- réponses recodées a posteriori, principales réponses données -

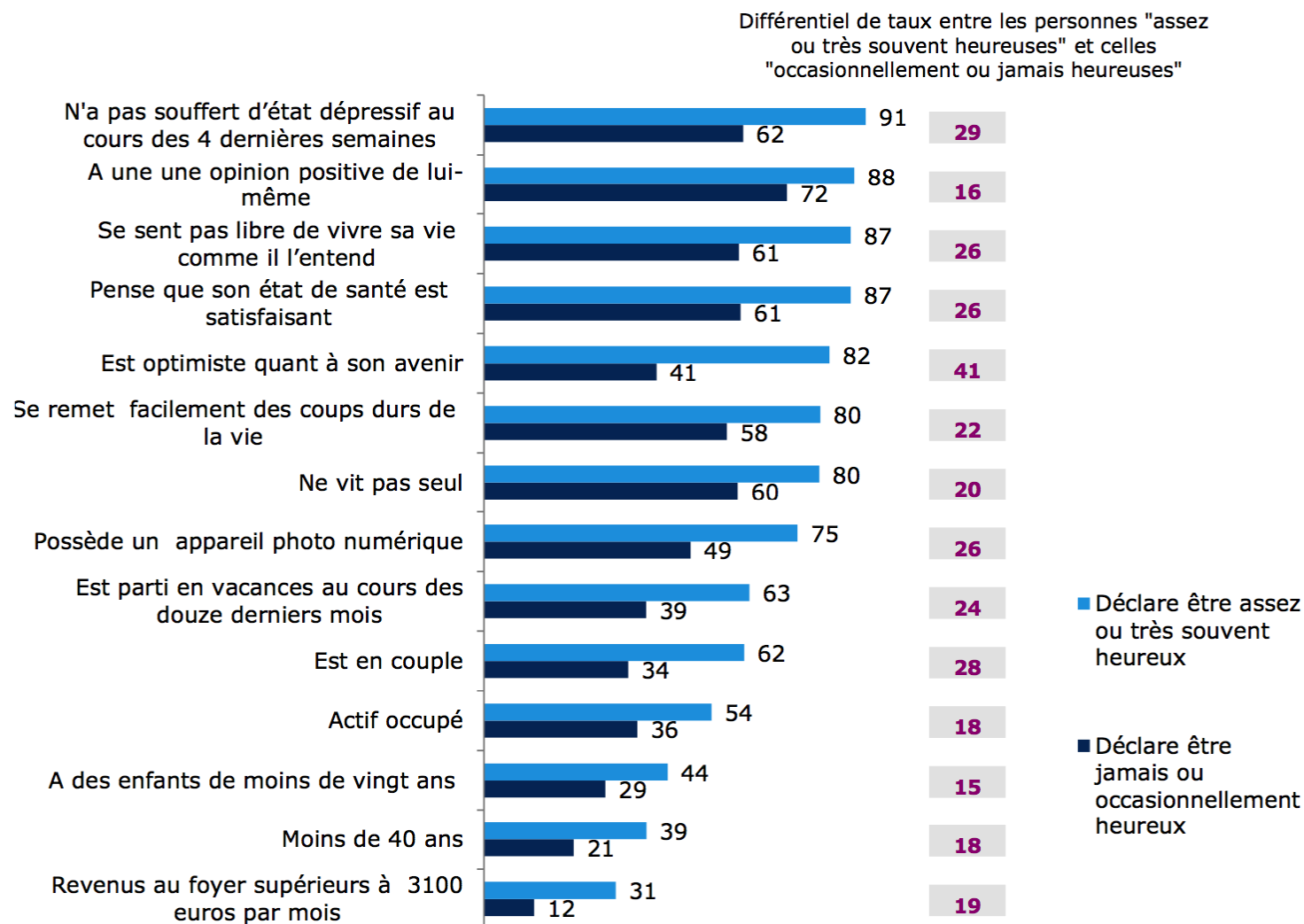


Source : CRÉDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations ».

La liste complète des réponses figure pages 49 et 57.

Lecture : 36% des personnes qui se disent heureuses ont cité « les enfants » spontanément comme une des raisons de leur bonheur, 18% de la population considèrent qu'une meilleure situation financière serait susceptible de les rendre heureux

Quelques leviers du bonheur : les facteurs les plus différenciant entre les personnes qui se disent « très souvent ou assez souvent heureuses » et celles qui se disent « occasionnellement ou jamais heureuses »



Source : CRÉDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations »

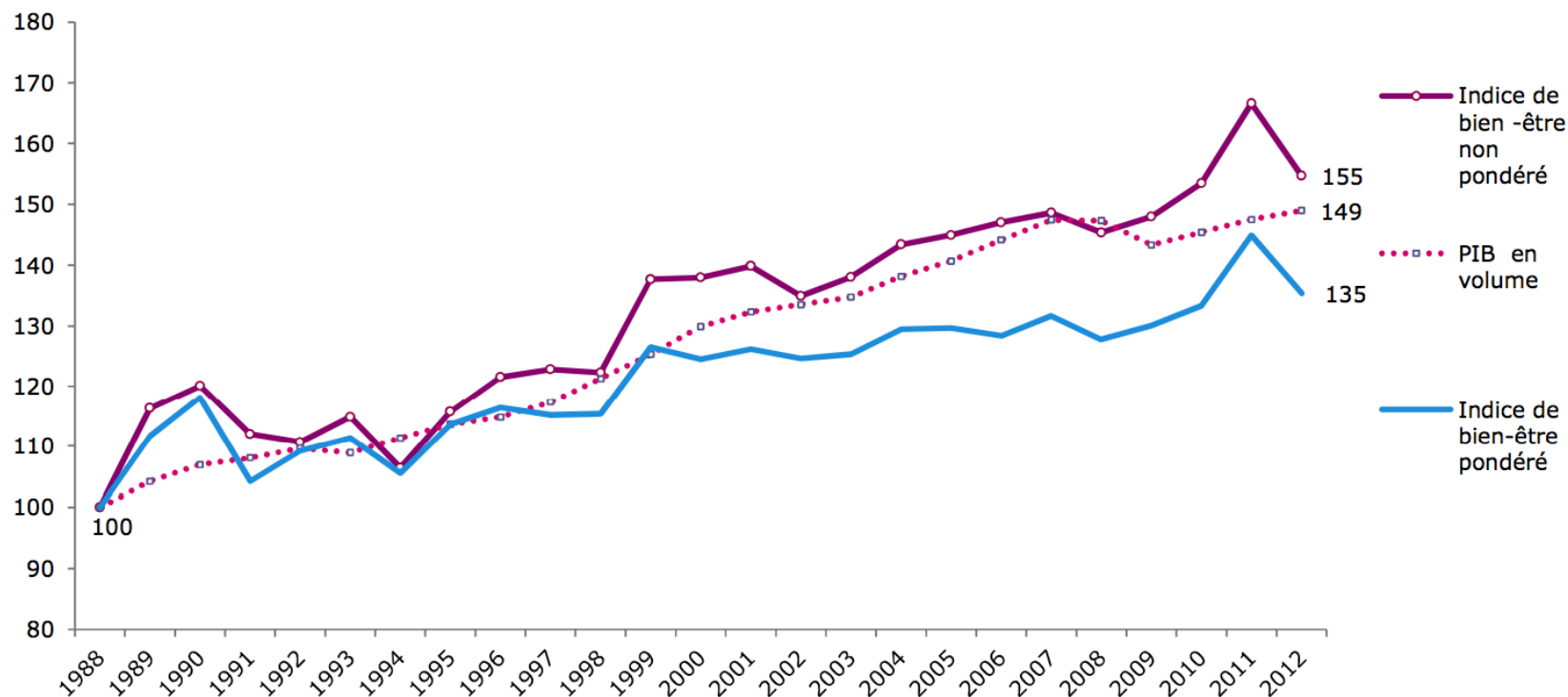
Lecture : 62% des personnes qui se disent « très souvent ou assez souvent » heureuses sont en couple, contre 34% des personnes qui se disent « occasionnellement ou jamais heureuses », soit un différentiel de 28 points

Nota : la possession d'un appareil photo numérique, qui peut paraître anecdotique, apparaît parmi les premiers critères différenciant. Rappelons que celle-ci est corrélée à la présence d'enfants, ainsi qu'à l'intensité des loisirs et notamment du départ en vacances qui, tous deux, affectent le sentiment de bonheur.

Deux tentatives de mesure de l'évolution du bien-être global entre 1988 et 2012

Indice de bien-être « non pondéré » – base 100 en 1988 pour l'ensemble de la population, calculé à partir du cumul des situations dans les onze dimensions étudiées, toutes les dimensions ayant le même poids

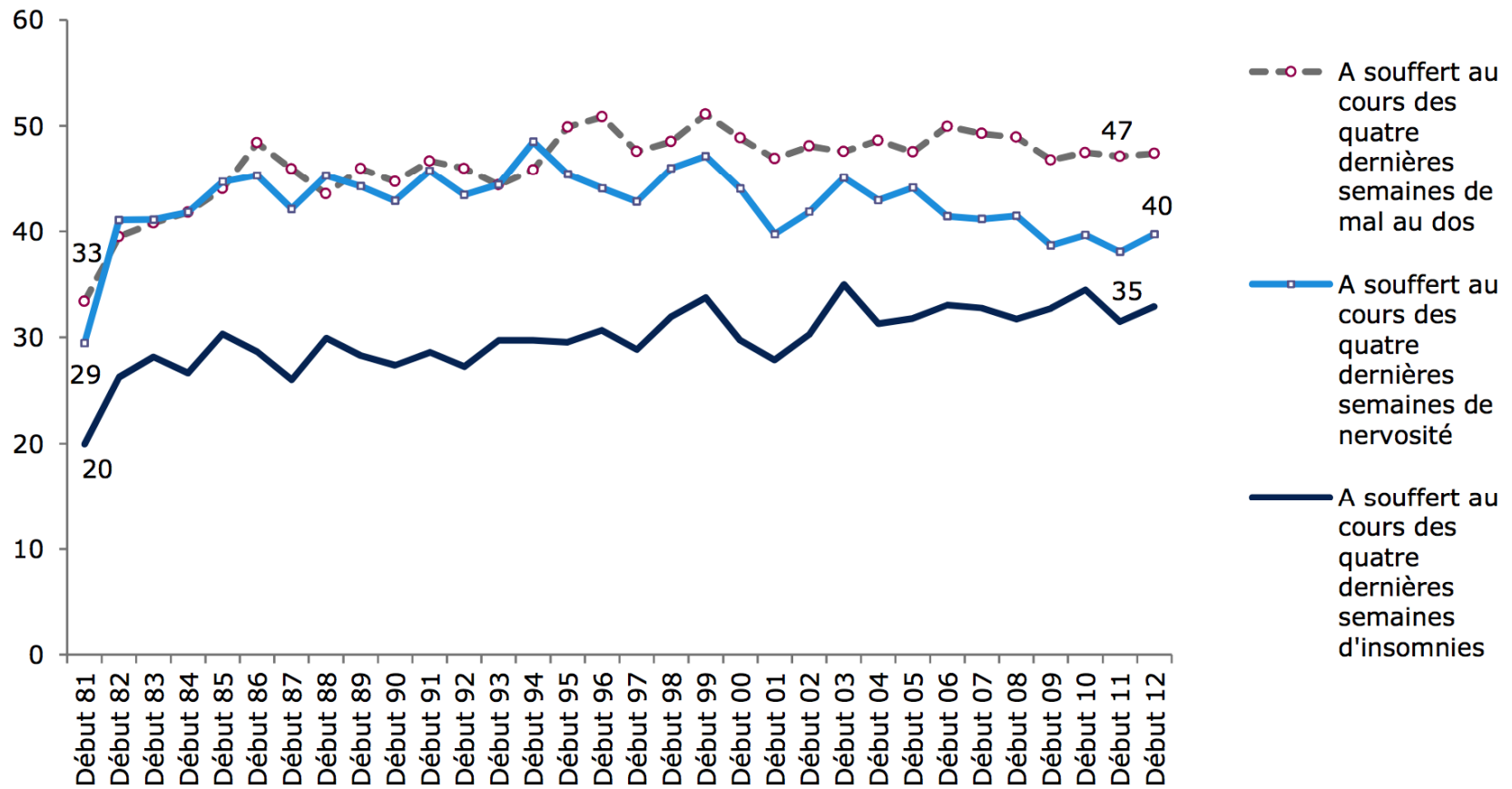
Indice de bien-être « pondéré » – base 100 en 1988 pour l'ensemble de la population, calculé à partir du cumul des situations dans les onze dimensions étudiées, un poids plus important a été donné à la santé, la situation financière, le lien social, la vie citoyenne, les loisirs



Source de l'indice de bien-être : CRÉDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations »

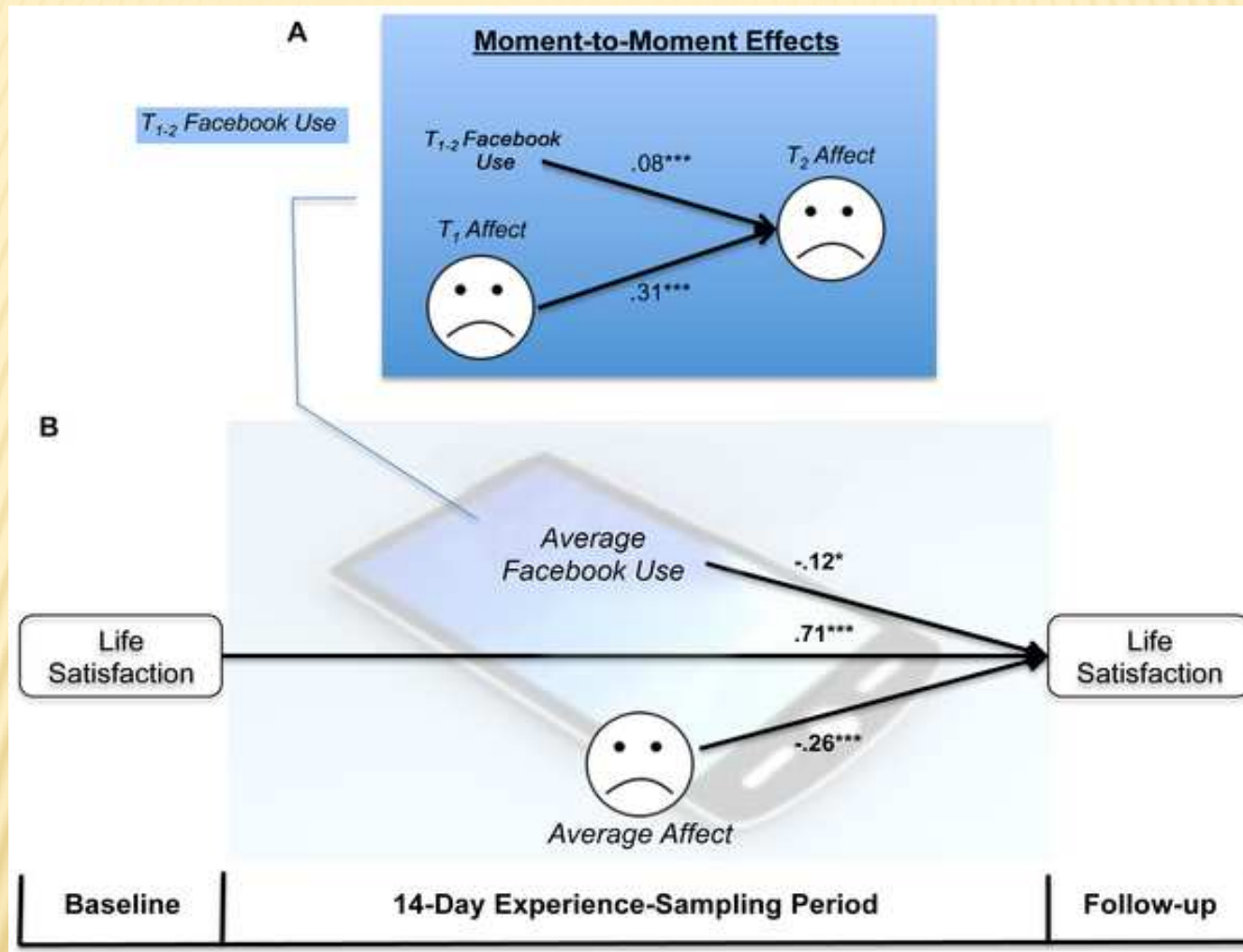
Source du PIB de 1988 à 2011 : INSEE, comptes nationaux base 2005, 2012 : prévision de PIB – Source : Note de conjoncture, comptes des pays, 2012

Proportion d'individus ayant souffert de maux de dos, de nervosité ou d'insomnies au cours des quatre dernière semaines



Source : CRÉDOC, Enquête « Conditions de vie et Aspirations »

Figure 1. Facebook use predicts declines in affect and life satisfaction over time.



Facebook constitue une ressource inestimable pour satisfaire le besoin humain de base pour le lien social. Plutôt que d'améliorer le bien-être, ces résultats suggèrent que Facebook peut miner

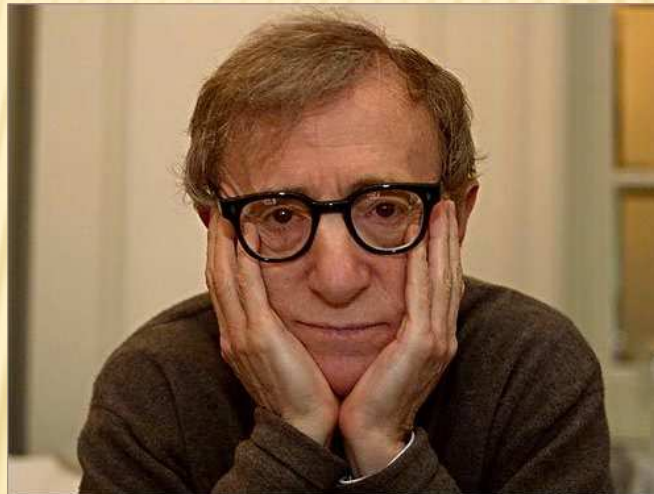
Kross E, Verduyn P, Demiralp E, Park J, et al. (2013) Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults. PLoS ONE 8(8): e69841. doi:10.1371/journal.pone.0069841

DEUX MAXIMES

Le matin si on n'a mal nul part, c'est qu'on est mort

La bonne santé, c'est d'avoir mal chaque jour...à un endroit différent !

-
- ✘ La plus belle phrase n'est pas « Je t'aime »
mais... « c'est bénin! »





DIVINVM
EST · SEDARE
DOLOREM
> GALEN <

www.clinique-saintantoine.fr