

Le traitement des psychoses schizoéphréniques par les anti- psychotiques

Brochure d'information pour
les patients et leurs proches



Chère lectrice, cher lecteur

La présente brochure vise à vous informer sur ce que vous pouvez attendre des médicaments antipsychotiques, destinés au traitement des psychoses. Nous nous intéressons ici essentiellement au traitement des psychoses schizophréniques.

Vous apprendrez comment les antipsychotiques agissent et comment cette classe de médicaments est utilisée.

Le traitement optimal des psychoses schizophréniques ne repose bien entendu pas uniquement sur des médicaments. Cependant, dans la présente brochure, nous ne détaillerons pas les méthodes autres ou complémentaires.

Nous espérons que cette lecture sera riche d'enseignements pour vous, peut-être à titre de préparation pour le prochain entretien avec votre médecin. Cette brochure ne peut en aucun cas remplacer la consultation médicale.

■ La maladie

Que sont les psychoses schizophréniques?	4
Quelles sont les causes des psychoses schizophréniques?	5
Quels sont les symptômes et les troubles qui caractérisent la maladie?	7

■ Les médicaments

Que sont les antipsychotiques?	12
Comment les antipsychotiques agissent-ils?	12
La place des antipsychotiques	13
Antipsychotiques typiques et atypiques	14
L'antipsychotique approprié	16

■ Les effets des médicaments

Atténuation ou suppression des symptômes	18
Prévention de la rechute	20
Posologie et formes d'administration	21

■ Effets indésirables des médicaments

Quels sont les effets secondaires possibles?	24
Observation des effets indésirables	28
Modification de l'état de santé	28
De quoi faut-il tenir compte pendant le traitement antipsychotique?	29
Conduite de véhicules	30

■ Facteurs qui influent sur l'évolution de la maladie

Surmenage professionnel	32
Consommation d'alcool	33
Consommation de drogues	34
Existe-t-il des alternatives aux antipsychotiques?	34
Arrêt du traitement médicamenteux ou absence de traitement médicamenteux	35

■ Et ensuite?

Garder l'équilibre	38
Réhabilitation et réinsertion	38
Les personnes de confiance	39
Conseils et aide	40



La maladie

■ Que sont les psychoses schizophréniques?

Les psychoses schizophréniques reposent sur une perturbation complexe de la pensée, des émotions, de la volonté et du vécu. Elles touchent donc de nombreuses fonctions mentales importantes de l'être humain. La perception de la réalité peut être modifiée et perturbée et différer totalement de celle des autres êtres humains.

Environ une personne sur cent souffre de psychose schizophrénique indépendamment de la race, du sexe, de l'intelligence, de l'origine culturelle ou sociale. Les psychoses schizophréniques perturbent la qualité de vie des patients et, par voie de conséquence, celle de leurs proches et de leurs amis.

Psychose:

Ce terme générique désigne des maladies psychiques qui doivent être prises au sérieux, telles que les troubles schizophréniques, délirants ou bipolaires (maniaco-dépressifs).

Psychose schizophrénique:

Ce terme désigne spécifiquement les troubles schizophréniques ou schizophrénies.

La maladie n'est pas contagieuse. Il ne s'agit pas non plus d'un dédoublement de la personnalité, comme on le prétend souvent par erreur.

■ Quelles sont les causes des psychoses schizophréniques?

En l'état actuel des connaissances, des troubles du métabolisme nerveux se produisent à la phase préliminaire d'une psychose schizophrénique. On pourrait donc dire que la maladie est une «perturbation du métabolisme cérébral». Les cellules nerveuses échangent en permanence des informations par l'intermédiaire de substances fabriquées par le corps et qui jouent le rôle de messagers, que l'on appelle des «neurotransmetteurs». En cas de psychose schizophrénique, il existe un déséquilibre entre les neurotransmetteurs, ce qui perturbe la transmission des informations entre les neurones (cellules dans le cerveau). Il peut en résulter des symptômes (signes de maladie) de type psychotique. On parle alors de psychose schizophrénique.

Les causes précoces

D'après les scientifiques, divers facteurs sont responsables du développement de la psychose schizophrénique. Pour l'instant, il est néanmoins impossible de déterminer formellement ces causes. L'hérédité joue certainement un rôle, mais les gènes n'expliquent pas tout. Ainsi, des maladies survenues peu avant ou pen-

dant la naissance (manque d'oxygénation du cerveau), des conditions de vie difficiles ou des expériences traumatisantes au cours de la vie peuvent favoriser la survenue de la maladie. La toxicomanie peut également être un facteur déclenchant.

Les signes avant-coureurs

Des années avant la première manifestation de la maladie, beaucoup de patients présentent déjà des symptômes avant-coureurs. Par exemple, ils souffrent d'états anxieux ou perdent tout intérêt pour des choses qui étaient importantes pour eux auparavant. Beaucoup d'entre eux se replient sur eux-mêmes, modifient leurs habitudes personnelles ou négligent des valeurs telles que ponctualité, hygiène ou apparence soignée. Ces symptômes peuvent parfois faire penser à une dépression alors que ce n'est pas le cas. Le plus souvent, les patients, les proches ou les amis ne reconnaissent pas dans ces modifications les symptômes précoces d'une psychose schizophrénique.

Il est bien connu qu'il est possible de traiter efficacement les psychoses schizophréniques dès le stade initial. Ce traitement a un effet favorable sur l'évolution de la maladie. Par contre, la toxicomanie peut déclencher des crises psychotiques, aggraver l'évolution de la maladie et favoriser la survenue d'autres épisodes. Certains patients ne sont pas de cet avis. Ils croient que des drogues telles que le haschich peuvent soulager leurs troubles, mais ils se trompent.

L'évolution

Les psychoses schizophréniques n'ont pas fatalement une évolution chronique et ne sont pas non plus forcément graves. Dans environ un tiers des cas, les patients présentent une psychose dont ils guérissent complètement. Un autre tiers présente des rechutes de temps à autre et requiert un traitement hospitalier par moments. Pendant les périodes de stabilité, ces patients sont parfaitement capables de mener à bien leur vie quotidienne. Seul le dernier tiers requiert une prise en charge intensive, que la famille ou les amis ne peuvent généralement pas assurer.

Le traitement médicamenteux a pour but de maîtriser les symptômes (c'est-à-dire de faire régresser les symptômes psychotiques). Pour le patient, cela s'accompagne d'une amélioration sensible de la qualité de vie.

Quels sont les symptômes et les troubles qui caractérisent la maladie?

Les psychoses schizophréniques provoquent toutes sortes de modifications du vécu et du comportement des patients. Elles empêchent l'orientation dans le présent et perturbent considérablement les activités de la vie quotidienne. En général, les patients ne se sentent pas bien, ils sont distraits, indifférents et irritables. Ils ont peur et cette peur peut aller jusqu'à la panique. Les patients souffrant de psychoses schizophréniques perçoivent mal leur propre personne ou la perçoivent différemment de leur entourage. Ils sont

souvent méfiants, leurs idées semblent étranges voire bizarres aux autres personnes. En conséquence, ils se sentent seuls, perdus et ne savent souvent plus qui ils sont réellement.

Les psychoses schizophréniques se manifestent par des hallucinations, des idées délirantes mais aussi par des anomalies des mouvements et des troubles du langage. Les spécialistes distinguent les symptômes dits «positifs» et les symptômes dits «négatifs».

Les symptômes positifs (traduisant une accentuation du vécu normal)

› Hallucinations/illusions

Ces troubles de la perception concernent l'audition, la vision, l'odorat ou le fait d'imaginer des choses qui ne sont pas réellement présentes. Il peut s'agir de voix, de paroles ou de bruits qui ne sont pas perceptibles par les autres. Ou bien le patient a l'impression d'être persécuté, sans que personne comprenne pourquoi. Une illusion est une interprétation erronée d'un stimulus sensoriel.

› Idées délirantes

Les idées délirantes sont des appréciations de la réalité incompréhensibles par les tiers. Aux yeux des autres, les patients ont des idées bizarres, auxquelles ils tiennent dur comme fer. Par exemple, un patient est fermement convaincu que des martiens attaquent la terre avec des OVNI. Les patients ont souvent l'impression irrépressible d'être persé-

cutés, trompés, empoisonnés ou espionnés. Ils imputent cet «espionnage» à la Mafia, la CIA ou d'autres services secrets. Parmi les idées délirantes, il faut aussi citer la surestimation de ses propres forces: par exemple le patient croit qu'il peut manipuler le climat ou les affaires du monde. Il est persuadé d'être une personnalité célèbre, par exemple Dieu ou Napoléon.

› Anomalies du moi

Les patients croient que leur moi intime est mis à nu sans protection, c'est-à-dire que quelqu'un peut dicter, supprimer ou modifier leurs idées. Par exemple, ils sont convaincus que des rayonnements influent sur leur pensée ou que tous les êtres humains peuvent lire dans leurs pensées.

› Perturbations de la pensée

Les idées sont chaotiques et les patients ne parviennent plus à penser clairement. Leur pensée est compliquée. Il est difficile, voire impossible, d'établir un lien logique entre les idées.

On comprend bien que ces problèmes provoquent une méfiance et une insécurité chez les patients. La plupart d'entre eux se replient instinctivement sur eux-mêmes et s'isolent complètement de la société, car les autres êtres humains sont très souvent incapables de les comprendre. C'est très difficile à vivre pour la famille et les amis aussi. Le tableau décrit ci-dessus est à l'origine des préjugés de la société à l'encontre

des personnes souffrant de psychoses schizophréniques. Un être qui ne sait pas qui il est, qui ne peut pas penser aussi rapidement que les autres et qui en outre vit des choses qui sont cachées aux autres, est considéré comme «fou» et souvent comme menaçant.

Les symptômes négatifs (traduisant des restrictions du vécu normal)

Les symptômes négatifs sont des symptômes essentiels de la psychose schizophrénique. Ils sont très fréquents: appauvrissement du langage, réduction de la qualité des émotions (affaiblissement de l'affect). Les patients ont l'air indifférents. Ils semblent rester englués dans leurs émotions. Ils ont peu d'énergie, n'ont pas d'élan vital et sont incapables d'éprouver de la joie, de la tristesse ou de la colère. Ils n'ont qu'une faible capacité à entrer et à rester en contact avec d'autres personnes et ils souffrent de manque de concentration.

Ce sont précisément ces symptômes négatifs qui perturbent considérablement les fonctions sociales et professionnelles. En effet, l'entourage considère souvent ces symptômes non pas comme des signes de la maladie, mais comme de la paresse ou un manque de discipline. Il est parfois difficile de différencier entre des symptômes négatifs de la psychose schizophrénique et des symptômes d'une dépression. Il faut alors consulter un médecin spécialisé en psychiatrie.



Les médicaments

■ Que sont les antipsychotiques?

Les antipsychotiques sont des médicaments très efficaces que l'on utilise pour le traitement des psychoses schizophréniques et des troubles bipolaires (abattement excessif, humeur anormalement élevée ou alternance des deux).

■ Comment les antipsychotiques agissent-ils?

Les antipsychotiques corrigent les troubles de la transmission des informations en rétablissant l'équilibre entre les neurotransmetteurs. Pour prendre une image, on peut se représenter l'effet des antipsychotiques comme un bouclier protecteur interne. Il protège contre l'afflux de stimulations qui submerge brutalement le malade et lui fait perdre son équilibre psychique si le stress est trop intense.

- Les antipsychotiques soulagent ou suppriment les hallucinations et les idées délirantes (symptômes positifs).
- Ils diminuent la méfiance psychotique et le repli social, combattant ainsi les symptômes négatifs.
- Ils aident à classer les idées de façon logique.
- Ils provoquent une détente et facilitent le sommeil.

➤ S'ils sont pris régulièrement, ils protègent contre les rechutes.

➤ Ils permettent d'améliorer la qualité de vie.

A l'heure actuelle, les antipsychotiques constituent le traitement le plus efficace des psychoses schizophréniques. Ils permettent aux patients de rétablir un lien avec la réalité des autres êtres humains. C'est souvent ainsi qu'ils prennent pour la première fois conscience de leur maladie en tant que telle. Il est aussi plus facile pour les proches et les amis d'interagir avec les patients sous traitement. Les antipsychotiques ne permettent malheureusement pas toujours de «guérir» les psychoses, mais ils peuvent rétablir l'équilibre psychique. Contrairement aux tranquillisants, les antipsychotiques ne provoquent pas de dépendance.

■ La place des antipsychotiques

Des études ont parfaitement prouvé l'efficacité des antipsychotiques pour le traitement des psychoses schizophréniques. Ces médicaments sont utilisés aussi bien en milieu hospitalier qu'en traitement aigu en ambulatoire et sont également indiqués pour le traitement de longue durée. Les antipsychotiques exercent un effet calmant, ce qui peut être particulièrement précieux au début du traitement. Cependant, le traitement idéal ne repose pas uniquement sur les antipsychotiques. Pour obtenir un effet thérapeutique optimal, il faut absolument utiliser des mesures thérapeutiques

supplémentaires, adaptées au cas par cas. Citons par exemple la psycho-éducation (information sur la maladie), la psychothérapie (aide apportée par l'identification et la modification du comportement personnel ou par un travail sur l'histoire personnelle du patient) ou la sociothérapie (réintégration dans la société). Ce soutien professionnel est indispensable, de même que le soutien de la famille et des amis.

■ Antipsychotiques typiques et atypiques

On distingue aujourd'hui deux groupes d'antipsychotiques: les antipsychotiques typiques et les antipsychotiques atypiques.

Les antipsychotiques **typiques** sont les médicaments classiques «de l'ancienne génération». On les utilise déjà depuis de nombreuses années pour le traitement des psychoses schizophréniques et ils agissent rapidement et efficacement sur les symptômes traduisant un excès du vécu, des sensations ou de la pensée (**symptômes positifs** tels que hallucinations, idées délirantes, troubles du moi et perturbations de la pensée). Cependant, beaucoup de patients refusent de les prendre en raison de leurs effets indésirables désagréables, parfois intenses. Les plus fréquents sont les troubles des mouvements. Les antipsychotiques typiques agissent peu sur les **symptômes négatifs** tels que appauvrissement du langage, atténuation des émotions ou indifférence, manque d'énergie, inaptitude au contact et manque de concentration.

Les antipsychotiques **atypiques** sont les médicaments de la «nouvelle génération». Ce sont des médicaments modernes, incomparablement mieux tolérés que les médicaments classiques. Leur efficacité sur les **symptômes positifs** est absolument comparable à celle des antipsychotiques classiques, mais, en plus, ils agissent sur les **symptômes négatifs**. L'utilisation d'antipsychotiques atypiques diminue le besoin d'autres médicaments. Ils améliorent nettement la qualité de vie des patients et, par extension, des proches. L'expérience montre que les patients ont tendance à mieux respecter la prescription des médicaments modernes et sont moins enclins à arrêter le traitement ou à diminuer la dose de leur propre initiative. Conséquences de tout cela pour les patients:

- Amélioration des symptômes gênants et de la qualité de vie.
- Diminution de la fréquence des rechutes et des hospitalisations.
- Plus grande probabilité de participer avec succès à des programmes thérapeutiques de longue durée et finalement d'être réinséré dans la société.

La supériorité des médicaments modernes a été démontrée par une enquête menée auprès de 650 psychiatres en Europe. La majorité d'entre eux (entre 70 et 90 %, selon le pays) utiliserait un antipsychotique **atypique** moderne pour traiter une personne de sa famille qui serait psychotique.

■ L'antipsychotique approprié

Comme c'est le cas pour de nombreux médicaments, l'effet et la tolérance des antipsychotiques sont très variables d'un patient à l'autre. Ces différences sont dues aux particularités métaboliques de chacun et à une sensibilité à certaines substances.

Pour parler clairement, cela signifie que tout antipsychotique agit bien chez certains patients, mais n'agit que partiellement ou seulement à dose plus forte chez d'autres. Chez d'autres patients, ce même médicament peut être totalement inefficace. Seul un médecin qualifié qui connaît bien le traitement médicamenteux des symptômes psychotiques peut choisir le médicament adapté et fixer sa posologie. Il peut arriver que, dans un cas donné, le médecin doive prescrire successivement des médicaments différents, jusqu'à ce que soit trouvé le médicament le plus efficace dans le cas considéré. Il en va de même pour la tolérance: certains patients supportent un antipsychotique donné, d'autres en supportent un autre.



Les effets des médicaments

■ Atténuation ou suppression des symptômes

Le principal objectif du traitement par les antipsychotiques est de faire disparaître les symptômes ou du moins de les atténuer nettement. Il faut environ trois semaines pour que les antipsychotiques exercent pleinement leur effet. Il peut être difficile de rester patient, mais cela vaut la peine! Il n'est pas judicieux de remplacer un médicament bien toléré. Avant de prendre une telle décision, le médecin et le patient doivent essayer d'adapter la posologie aux besoins du patient considéré.

Quelques exemples de réduction des symptômes:

› Excitation extrême

Par suite de la peur de la persécution et de la méconnaissance de la réalité, le patient peut avoir l'impression de vivre un cauchemar à l'état de veille. Il en résulte une tension et une excitation extrêmes. Un patient en cet état peut se mettre en péril lui-même et mettre en danger d'autres personnes en faisant des tentatives de suicide ou des actes insensés. Il devient difficile, voire impossible, d'établir un contact avec lui.

Dans un tel cas, les antipsychotiques calment généralement le patient, ce qui permet de mettre en œuvre d'autres mesures thérapeutiques, par exemple une psychothérapie.

› Peur et panique

La psychose schizophrénique s'accompagne presque toujours de peur: peur d'être persécuté, peur des voix, des irradiations ou des empoisonnements. Il n'y a pas de cause rationnelle identifiable par les tiers. Beaucoup de patients sont littéralement paralysés par la peur.

Les antipsychotiques diminuent cette peur et protègent contre les émotions pénibles.

› Importante hypersensibilité

Chacun d'entre nous connaît sans doute des fluctuations de la sensibilité et de la vulnérabilité personnelles, par exemple à l'occasion de stress intenses, d'exams ou d'événements désagréables. Un patient souffrant de psychose en arrive à élaborer une logique propre, une théorie propre et finalement une réalité propre, à côté de la réalité effective, et il vit cette réalité propre. Quand ce phénomène se produit sous forme marquée, on parle de «délire systématisé».

Les antipsychotiques peuvent atténuer l'hypersensibilité et faire cesser le délire, dans les cas favorables.

➤ Hallucinations auditives (entendre des voix)

Les patients souffrant de psychoses schizophréniques entendent souvent des voix en l'absence de la personne considérée. Ces voix donnent parfois des ordres – on parle alors de voix impérieuses (qui donnent des ordres). Ces voix grondent parfois le patient ou bien elles commentent ses actions. Presque tous les patients perçoivent ces hallucinations auditives comme désagréables, gênantes ou angoissantes.

Les antipsychotiques peuvent nettement atténuer ces hallucinations ou les faire disparaître complètement.

■ **Prévention de la rechute**

En l'état actuel des connaissances et de l'avis des spécialistes, la prise d'antipsychotiques n'exclut pas totalement le risque de rechute de psychose schizophrénique, mais permet de diminuer fortement ce risque. Des études de longue durée ont montré que les rechutes étaient plus rares quand les patients continuent à prendre des antipsychotiques après le premier épisode de la maladie. Des mesures thérapeutiques complémentaires (psycho-éducation, psychothérapie et sociothérapie) réduisent le risque encore plus. Il est important que les patients souffrant de psychose schizophrénique collaborent avec les médecins et leurs proches et respectent le plan de traitement fixé d'un commun accord. Cela comprend la

prise régulière de l'antipsychotique prescrit, à la posologie appropriée et au bon moment, ainsi que le respect des rendez-vous chez le médecin ou à l'hôpital.

Si le patient a l'impression qu'une dose plus faible suffirait parce qu'il se sent soulagé de ses symptômes, il doit s'adresser directement à son médecin traitant. Ainsi, le patient et le médecin prennent une décision conjointement.

■ **Posologie et formes d'administration**

Posologie

L'effet des antipsychotiques dépend non seulement de la sensibilité individuelle de chaque patient, mais aussi de la posologie du médicament. Pour fixer cette dernière, le médecin doit prendre en compte diverses considérations. La quantité et la forme d'administration de l'antipsychotique jouent un rôle, mais aussi le moment auquel le traitement est entrepris. Il faut tenir compte de la durée prévue d'utilisation de l'antipsychotique et des autres médicaments dont le patient a besoin par ailleurs.

Le médecin doit fixer la posologie individuellement, pour chaque patient. C'est pourquoi il se peut qu'il prescrive une posologie différente de celle qui est mentionnée dans la notice du médicament. D'une manière générale, on peut dire qu'il faut des doses plus fortes pour le traitement des symptômes psychotiques sévères. Une fois que la situation de crise

aiguë a été maîtrisée et que le médicament est utilisé dans un but de stabilisation, on peut éventuellement réduire la posologie, mais uniquement après en avoir discuté avec le médecin.

Formes d'administration

› Comprimés

Les comprimés constituent la forme la plus utilisée. Il en existe sous divers dosages, ce qui offre l'avantage de permettre une modification rapide de la dose en cas de besoin.

› Traitement sous forme retard

Un traitement retard consiste à administrer le médicament au patient sous une forme qui libère lentement le principe actif dans le sang et garantit une concentration stable du principe actif pendant un certain temps. Les médicaments retard sont généralement des préparations injectables. Le traitement retard convient pour les patients chez lesquels il est important de garantir un traitement régulier. On peut aussi l'utiliser quand un patient a du mal à avaler des comprimés. Le traitement retard a l'inconvénient qu'il est plus difficile de modifier la dose. Ainsi par exemple, s'il apparaît des effets indésirables, le médecin ne peut pas diminuer la dose immédiatement.



Effets indésirables des médicaments

■ Quels sont les effets secondaires possibles?

Comme tous les médicaments très actifs, les antipsychotiques exercent non seulement les effets souhaités, mais aussi des effets indésirables (effets secondaires). Ils peuvent diminuer le bien-être des patients, d'autant plus que chaque patient réagit différemment au traitement par les antipsychotiques. Les patients ne doivent jamais arrêter le traitement de leur propre initiative en raison d'effets indésirables. Les proches ne doivent pas non plus recommander une telle action. Un arrêt est dangereux et a souvent des conséquences néfastes pour l'évolution de la maladie.

Au début du traitement médicamenteux, certains patients peuvent présenter une somnolence, une agitation, des crampes musculaires, des vertiges ou une sécheresse de la bouche. En règle générale, la fatigue s'atténue pendant le cours ultérieur du traitement. Dans tous les cas, le patient doit parler à son médecin des effets indésirables qu'il constate. Si les proches du patient ont des questions ou des commentaires, il vaut mieux qu'ils en fassent part au médecin avant d'entreprendre quoi que ce soit.

Troubles des mouvements (appelés «EPS»)

Certains antipsychotiques peuvent provoquer des anomalies des mouvements, phénomène bien connu et particulièrement gênant pour beaucoup de patients. Chez les patients particulièrement sensibles, cet effet indésirable se manifeste par l'incapacité de rester assis. Ces patients sont torturés par un besoin impérieux de bouger sans arrêt et ne peuvent pratiquement plus rester calmement assis. Ce problème peut s'aggraver après un traitement prolongé. On constate des mouvements anormaux spécifiques, par exemple extension saccadée de la langue hors de la bouche ou grimaces involontaires. Avec les antipsychotiques atypiques modernes, ces perturbations des mouvements sont nettement plus rares qu'avec les médicaments plus anciens voire totalement absentes.

Fonctions corporelles inconscientes

Le «système nerveux végétatif» régule de nombreuses fonctions importantes de notre corps, que nous ne pouvons pas contrôler consciemment. Chez les patients sensibles, les antipsychotiques peuvent avoir une influence sur le système nerveux végétatif. Par exemple, le débit de salive peut augmenter. Il se peut aussi que l'appareil circulatoire s'adapte trop lentement aux modifications des positions du corps. Si un tel patient se lève rapidement, il éprouve pendant un court moment des sensations vertigineuses.

Poids corporel

Pendant la prise d'antipsychotiques, les habitudes alimentaires peuvent se modifier, ce qui, dans certains cas, peut aboutir à une importante prise de poids. Dans ce cas, il peut être utile de se renseigner auprès d'une diététicienne. Mais le médecin peut aussi être d'une aide précieuse quand il s'agit de déterminer l'antipsychotique qui aura probablement le moins d'effet sur le poids. Une prise de poids importante fait encourir des risques pour la santé (diabète, maladies cardiovasculaires). Dans un tel cas, il faut envisager de changer d'antipsychotique, toujours en accord avec le médecin.

Sexualité/menstruation

La sexualité est un domaine très intime du vécu humain. Elle peut être directement influencée par des troubles psychiques ainsi que des facteurs extérieurs. Il existe des antipsychotiques qui influent sur l'équilibre hormonal. On a en particulier observé une augmentation du taux d'une hormone appelée «prolactine». Une augmentation prolongée de la sécrétion de prolactine provoque parfois des dysfonctionnements hormonaux et sexuels: les conséquences possibles sont une diminution de l'intérêt pour la sexualité, une perturbation des capacités sexuelles, une augmentation du volume des glandes mammaires, un écoulement de liquide par les mamelons et l'arrêt des règles chez les

femmes. Il est important d'observer le corps à cet égard. Il existe des antipsychotiques qui ne provoquent pratiquement pas de tels effets indésirables. Les patients (et leurs proches) ne doivent pas craindre d'aborder la question avec le médecin, en vue du remplacement par un antipsychotique qui risque moins de provoquer une augmentation du taux de prolactine.

Autres risques physiques

Pour ce qui est des risques physiques attachés à l'emploi des antipsychotiques, il est impossible de donner des informations d'une portée générale. Ces risques dépendent des problèmes physiques existants et de l'état de santé individuel de chaque patient, facteurs qui influent sur sa réaction aux médicaments. Les phénomènes suivants peuvent se produire:

- › modification de la composition du sang;
- › modification de la conduction de l'influx cardiaque;
- › survenue de crises d'épilepsie;
- › impossibilité de vider la vessie spontanément.

Le risque physique attaché à la prise d'antipsychotiques est relativement faible. Une surveillance médicale soigneuse permet de diminuer encore plus ce faible risque. En cas de doute, il faut toujours consulter le médecin.

■ Observation des effets indésirables

C'est le patient lui-même qui constate le premier la plupart des effets indésirables. Parfois il en fait part à ses proches. Parfois même ce sont les proches qui constatent des changements. Il est important que le patient consulte immédiatement le médecin et prenne avec lui les mesures appropriées pour les combattre, s'il remarque par exemple des anomalies des mouvements, une impossibilité de rester assis, des mouvements automatiques permanents qui échappent à son contrôle, des contractures musculaires intenses alors qu'il n'y a pas eu d'effort physique ou une augmentation du débit de salive.

■ Modification de l'état de santé

S'il apparaît, indépendamment du traitement antipsychotique, des maladies ou troubles physiques supplémentaires qui n'existaient pas précédemment, il faut immédiatement consulter un médecin. Il se peut que cette maladie supplémentaire (par exemple une maladie cardiaque) ait modifié l'état physique au point que le patient ne doive plus prendre d'antipsychotiques. Il se peut également que des médicaments nouvellement prescrits soient incompatibles avec les antipsychotiques, si bien que le patient ne doit pas les prendre en même temps.

■ De quoi faut-il tenir compte pendant le traitement antipsychotique?

Comme nous l'avons déjà dit, il y a des personnes qui ne répondent pas à certains médicaments ou chez lesquelles il faut utiliser le médicament à doses plus fortes que chez d'autres pour obtenir l'effet souhaité. Le médecin ne peut pas prévoir comment un patient va réagir à un médicament. C'est pourquoi il est important que les patients eux-mêmes coopèrent activement et observent les modifications de leur humeur, de leur perception, de leurs angoisses éventuelles, de leur aptitude à penser, de leur mémoire et de leur capacité de concentration. Ce faisant, ils contribuent à l'obtention de l'effet optimal des médicaments.

■ Conduite de véhicules

Comme de nombreux médicaments, les antipsychotiques ont aussi une influence sur l'orientation, la vitesse de réaction et la concentration lors de la conduite automobile. En règle générale, les personnes gravement handicapées et malades ne doivent pas conduire de véhicules, car elles risquent de se mettre en danger et d'autres personnes aussi. Si, après un examen autocritique, les patients ont des doutes quant à leur aptitude à conduire, il est possible de déterminer plus précisément la capacité de réaction et les autres aptitudes nécessaires à la conduite d'un véhicule en effectuant des examens neuropsychologiques. D'une manière générale, il ne faut jamais conduire immédiatement après une psychose aiguë. Dans un tel cas, tous les patients doivent attendre un certain délai. Pour les autres activités qui impliquent une responsabilité particulière à l'égard des tiers, par exemple maniement de grosses machines, il faut également procéder à une analyse critique des aptitudes et capacités personnelles. En cas de doute, il faut renoncer à pratiquer ces activités pendant quelque temps. En cas d'incertitude, il faut toujours consulter un médecin.



Facteurs qui influent sur l'évolution de la maladie

■ Surmenage professionnel

Les patients souffrant de psychose ont du mal à maîtriser le stress. Dans certaines circonstances, par exemple dans les situations de crise, ils ont du mal à supporter un stress professionnel qui serait normal pour les autres. Il vaut donc la peine d'éviter les situations dans lesquelles il faut répondre à un trop grand nombre d'exigences en même temps. On peut parfois optimiser le poste de travail ou les horaires de travail. Pour ce faire, il convient de se demander précisément quelles situations peuvent être particulièrement problématiques. Dans le cas idéal, une discussion avec les collègues, un travailleur social ou le médecin permet de planifier l'activité professionnelle quotidienne de façon telle que les situations délicates soient évitées au maximum.

■ Consommation d'alcool

D'une manière générale, les personnes qui prennent des médicaments doivent être encore plus prudentes que les autres avec l'alcool. Étant donné que l'alcool a des effets directs sur le psychisme, nombreux patients souffrant de troubles psychiques boivent de l'alcool, en croyant ainsi soulager leur mal-être. Dans un premier temps, il est possible qu'une certaine quantité d'alcool les aide à dormir ou à mieux communiquer avec les autres. Mais cette amélioration n'est généralement que de courte durée.

La consommation permanente d'alcool fait courir de nombreux risques: l'alcool accentue ou affaiblit l'effet d'innombrables médicaments; des effets indésirables et des complications peuvent en outre survenir. La consommation fréquente d'alcool altère la capacité personnelle à s'évaluer justement et à réagir correctement, ce qui vient s'ajouter aux conséquences de la psychose schizophrénique. L'effet de l'alcool, initialement perçu comme positif, peut se transformer en son contraire: l'alcool aggrave la psychose. De plus, le traitement est perturbé, phénomène qui a son tour empêche une stabilisation de l'état du patient.

■ Consommation de drogues

Ce qui vaut pour la consommation d'alcool vaut encore plus pour celle de drogues. Les risques liés à la dépendance vis-à-vis des drogues sont totalement disproportionnés par rapport à l'éventuelle amélioration subjective temporaire de l'état psychique. Cela vaut pour toutes les drogues, y compris les substances faiblement hallucinogènes telles que le haschich.

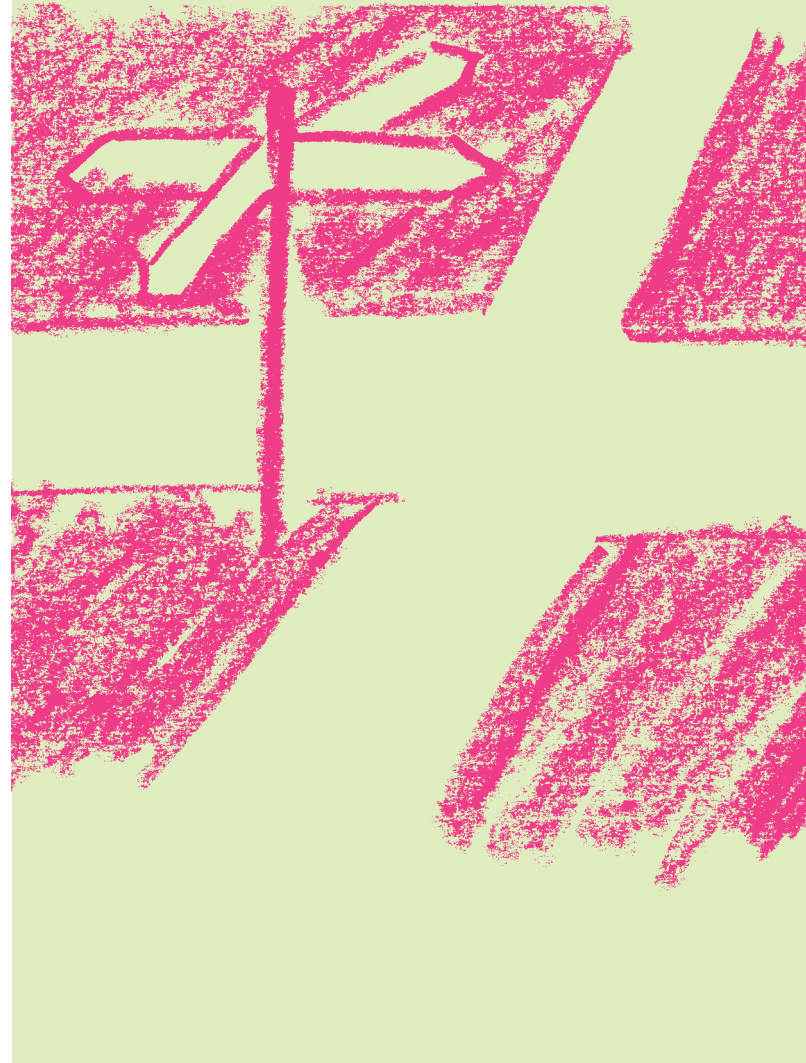
■ Existe-t-il des alternatives aux antipsychotiques?

En matière de traitement médicamenteux des psychoses schizophréniques, il n'existe pas pour l'instant d'alternatives aux antipsychotiques. Les autres groupes de médicaments peuvent tout au plus être utiles à titre complémentaire. Parmi eux, on trouve les médicaments qui stabilisent l'humeur et qui tranquilisent.

■ Arrêt du traitement médicamenteux ou absence de traitement médicamenteux

Quand on essaye de traiter une psychose schizophrénique sans utiliser de médicaments, les conséquences sont très variables d'un cas à l'autre. Il existe des patients qui signalent des résultats positifs. Dans ces cas, l'élément déterminant est sans aucun doute la disparition des symptômes psychotiques étant donné que certains patients guérissent parfois d'une psychose schizophrénique même sans médicaments; il arrive parfois que les voix se taisent au bout de quelques semaines, que la peur d'être persécuté s'atténue, que la sensibilité diminue. Cependant, au contraire, la plupart des patients souffrent encore plus en l'absence de traitement médicamenteux. Dans la majorité des cas, les antipsychotiques permettent de raccourcir nettement la durée d'une psychose aiguë. Grâce à ces médicaments, les patients et les thérapeutes peuvent utiliser plus rapidement des méthodes thérapeutiques complémentaires telles que psychothérapie ou sociothérapie. Un traitement complet, associant des médicaments et d'autres méthodes, permet de stabiliser plus rapidement la situation.

Les antipsychotiques améliorent également l'évolution à long terme. Presque toutes les études scientifiques menées à ce propos montrent que le risque de rechute dans l'année suivant une psychose aiguë est de 70 à 80 %. Quand on utilise des antipsychotiques, le taux de rechutes est compris entre 40 et 50 %. Ce taux diminue même à moins de 20% quand on utilise en plus les mesures thérapeutiques disponibles (psycho-éducation, sociothérapie, psychothérapie). Ne pas prendre de médicaments, c'est augmenter nettement le risque personnel de rechute.



Et ensuite?

■ Garder l'équilibre

Après une crise grave, il est important que le patient n'augmente que progressivement ses activités de la vie quotidienne. Les antipsychotiques confèrent une importante protection contre l'afflux de stimuli et le surmenage. Il est donc formellement déconseillé d'arrêter brutalement le traitement dans l'espoir d'améliorer ainsi les capacités professionnelles. L'équilibre entre protection et stress pourrait se modifier au détriment du patient.

■ Réhabilitation et réinsertion

L'objectif du traitement par les antipsychotiques est de permettre une réhabilitation et une réintégration progressives dans la vie habituelle. En outre, ces médicaments permettent l'utilisation des autres méthodes thérapeutiques et soutiennent leur effet. Il faut faire en sorte d'ajuster les efforts en fonction de l'état actuel du patient. Cela lui évite de rencontrer des difficultés excessives alors qu'il est en train de réintégrer son cadre de vie.

■ Les personnes de confiance

Les meilleures personnes de confiance sont les spécialistes qui sont compétents et facilement joignables. Le médecin traitant doit être l'un des premiers interlocuteurs. En cas de psychose schizophrénique, il s'agit généralement du psychiatre, étant donné que les troubles psychiques graves s'accompagnent le plus souvent de problèmes et de questions spécifiques d'ordre thérapeutique. La continuité du traitement et une bonne relation médecin/patient sont essentielles à cet égard. C'est le seul moyen de discuter franchement de questions critiques concernant les effets indésirables ou les alternatives thérapeutiques. Une bonne relation médecin/patient facilite aussi l'identification et la prévention précoces des crises. Les autres professionnels de la santé (comme par exemple les infirmières) et les proches peuvent aussi être des interlocuteurs importants. Il existe en outre d'autres organismes qui proposent un soutien, par exemple les associations d'entraide.

En général, le psychiatre peut établir le contact avec de tels groupes. Les patients et leurs proches ont intérêt à réfléchir le plus tôt possible aux possibilités d'aide et à établir un «plan de crise» personnalisé. Ce qui est déjà préparé peut être immédiatement mis en œuvre en cas de nécessité grave.

Conseils et aide

Chère lectrice, cher lecteur

Après avoir lu cette brochure, avez-vous d'autres questions et souhaitez-vous des informations complémentaires? Si oui, voici ce que nous pouvons vous conseiller: prenez contact avec un médecin du voisinage. Demandez par exemple à votre médecin de famille les coordonnées d'un psychiatre. Vous trouverez dans l'annuaire téléphonique une liste des médecins psychiatres, des psychothérapeutes et des services de psychiatrie. N'hésitez pas, faites le premier pas!



Vous pouvez commander cette brochure:

- ▶ AstraZeneca AG, Grafenau 10, 6301 Zug
cns@astrazeneca.ch
- ▶ www.psychosis.ch
- ▶ THERAPLUS, Münsterberg 1, 4001 Basel
info@theraplus.ch

Conseiller scientifique:
Dr Philipp Eich, Bâle

Editeur:
THERAPLUS*
Fondation pour le conseil thérapeutique
www.theraplus.ch

Lecture recommandée par:
VASK, Association de familles de malades souffrant de schizophrénie ou de troubles psychiques
www.vask.ch

Avec le soutien de:
AstraZeneca AG, www.astrazeneca.ch

*THERAPLUS en tant qu'organisme à but non lucratif agit exclusivement dans un objectif d'utilité publique, étant ouvert à toutes les personnes intéressées. Vous trouverez plus d'information sur THERAPLUS et nos projets actuels sur notre site Internet www.theraplus.ch.

THERAPLUS

AstraZeneca 