COMPTE-RENDU DE CONFÉRENCE| 28 OCTOBRE 2021

Webinaire

Organisé par L'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans

Conférencier :
Dr. Barbara Olasov Rothbaum

FORUM de Respect FORUM

Restez en contact ! Suivez-nous sur les médias sociaux (respectcanada) et visitez notre site web : respectcanada.org

Traitements innovants pour l'ESPT : Des psychédéliques à la réalité virtuelle

Barbara Olasov Rothbaum, PhD, est directrice du programme Emory Healthcare Veterans. Dr Rothbaum est spécialisée dans la recherche sur le traitement des troubles de l'anxiété, en particulier l'ESPT. Elle étudie les traitements de l'ESPT depuis 1986 et a mis au point, testé et diffusé certains des traitements les plus innovants et les plus efficaces. Elle est l'inventrice de la thérapie d'exposition en réalité virtuelle. Elle a été l'une des premières à l'appliquer au traitement de l'ESPT chez les vétérans.

Pour (re)-voir ce webinaire: https://www.youtube.com/watch?v=zN4rHaMEO1M&ab_channel=CIMVHRICRSMV

Les symptômes de l'ESPT font partie de la réponse normale à un traumatisme. Le Dr Rothbaum et son équipe ont voulu déterminer à quel moment la réponse normale à un traumatisme se termine et à quel moment commence une réponse psychopathologique qui nécessite un diagnostic et un traitement. Ils considèrent l'ESPT comme un trouble de l'extinction : la peur et l'anxiété sont une réponse normale au traumatisme. Pour la plupart des gens, cette peur s'éteint avec le temps, mais pour une minorité importante, ce n'est pas le cas. La littérature animale nous a appris beaucoup de choses sur la prise en charge de ce trouble de l'extinction. Chez l'homme, nous l'appelons la thérapie d'exposition.

Aider à faire face

L'objectif est d'aider les gens à se confronter à ce qui leur fait peur, mais de manière thérapeutique, afin que cela change. Nous pensons en termes de théorie du traitement émotionnel : lorsque quelque chose d'important nous arrive dans la vie, nous devons le traiter émotionnellement. Pour un bon traitement émotionnel, vous devez activer la mémoire ; vous voulez la faire remonter, mais vous voulez la remettre en place différemment.

Exposition prolongée à l'imagination : Il y a plusieurs façons d'activer la mémoire :
1) Exposition imaginaire : nous demandons aux personnes de revenir dans leur esprit au moment du traumatisme et de le raconter à haute voix, de façon répétée.
2) Exposition in-vivo
3) Exposition en réalité virtuelle

Résultats de l'exposition : L'exposition a plus de preuves de son efficacité pour l'ESPT que toute autre intervention.

Nouvelles approches

La réalité virtuelle est un environnement multimédia généré par ordinateur dans lequel l'utilisateur se sent immergé.

Thérapie d'exposition à la réalité virtuelle pour les vétérans

- Exposition imaginaire aux souvenirs les plus traumatisants pour l'Irak/Afghanistan
- Le raconter à voix haute, au présent, de façon répétée
- Le thérapeute reproduit en RV ce que le patient décrit

En général, ils ont constaté des diminutions significatives de l'ESPT

Conclusions

1) La MDMA n'est pas la pilule magique : combiner la MDMA avec l'EP
2) Il existe différents types d'ESPT
3) Il faudra personnaliser le traitement
4) Nous disposons déjà d'excellents traitements
5) Tous les traitements ne fonctionnent pas avec chaque personne
6) Approche par étapes (p. ex., MDMA)

CONTACT: SERVANE ROUPNEL | SERVANE@RESPECTCANADA.ORG