

LE STRESS EN PSYCHIATRIE

Dr ZEGHIB.H

I- INTRODUCTION - DEFINITION :

Le terme de stress domine l'actualité médicale surtout dans son implication comme facteur causal, aggravant et même précipitant de certaines pathologies.

On entend par stress, les changements d'ordre environnemental qui engendrent chez la plus part des individus un niveau élevé de tension qui les empêche de réagir normalement. La capacité d'adaptation des individus à vivre avec des agents de stress et la perception subjective du stress serait dépendante des caractéristiques individuelles et sociales de chacun.

* **Définition de SELEYE** : Le syndrome du stress appelé encore syndrome d'adaptation générale comprend :

- une réaction non spécifique de l'organisme à une agression qu'elle qu'elle soit (traumatique, toxique, infectieuse, psychique, ...),
- un agent d'agression.

Ce syndrome d'adaptation générale se caractérise par la séquence de trois phases :

a- Phase d'alarme :

Le stress qui est un état de surprise, il entraîne un choc de la personne puis suivant son intensité, on observe soit une altération fonctionnelle ou une sidération pouvant entraîner la mort (c'est la réaction catastrophique de Goldstein).

L'organisme durant cette phase va mettre en branle des moyens de défense (contre-choc) qui permettront un retour à l'homéostasie, c'est à dire l'état d'équilibre antérieur.

b- Phase de résistance :

En cas d'une persistance du stress, il y a mobilisation prolongée des défenses, par stimulation accrue des surrénales.

c- Phase d'épuisement :

En l'absence de la disparition du stress nous aboutissons à un épuisement des défenses et donc à la mort ou à l'apparition de maladies.

II- PHYSIOLOGIE DU STRESS :

Le stress est perçu par l'hypothalamus et entraîne une libération accrue des corticotropes relising factors (CRF).

Ces derniers stimulent l'antéhypophyse qui libérera l'ACTH responsable de la stimulation des surrénales :

La corticosurrénale libérera le cortisol responsable de la mobilisation au niveau hépatique des acides gras libres, des protéines et du glucose afin de répondre aux besoins énergétiques de l'organisme.

La médullosurrénale quant à elle sera responsable de la libération des catécholamines (adrénaline, noradrénaline,...) qui contribuera à une augmentation du débit cardiaque.

Ces deux grandes réactions sont nécessaires pour le rétablissement de l'équilibre antérieur (homéostasie).

III- IMPLICATION DU STRESS DANS L'APPARITION DE CERTAINES PATHOLOGIES MENTALES :

1- La Maladie Psychosomatique :

La survenue et l'accumulation d'événements stressants sur un type particulier des personnalités dite psychosomatique (pauvreté de la vie fantasmatique, défauts de mentalisation des affectes,...) contribue à l'apparition de lésions organiques vraies : ulcère gastro-duodéal, hypertension artérielle, recto-colite ulcéro-hémorragique,...).

2- La Maladie Dépressive :

Les facteurs de stress sont retenus comme arguments de certitude dans la survenue de la maladie dépressive : conflit conjugal, deuil d'un proche, problèmes de santé, conflit professionnel, chômage, etc.

3- Les Psychoses Aiguës :

Certains événements de stress sont incriminés dans la survenue de ces psychoses (l'infection, l'intoxication, la puerpuralité, l'alcoolisme, les traumatismes crâniens,).

4- Les Psychoses Chroniques :

Une évidence s'impose, le stress peut précipiter ou décompenser une psychose chronique (schizophrénie jusque là équilibrée).

