

Soins innovants en réalité virtuelle

Centre de psycho-traumatologie du CHRU de Tours

BENEFICIAIRES DU PROJET

Personnes mineures ou majeures, civils ou militaires, victimes de troubles de stress post-traumatiques (TPST) suites à des violences physiques ou sexuelles, accidents graves, conflits armés, catastrophes naturelles, etc...

Environ 60 personnes par an

LE PROJET EN BREF

CONTEXTE ET OBJECTIFS

Le trouble de stress post-traumatique est caractérisé par des réactions intenses, désagréables, et dysfonctionnelles qui apparaissent après un événement traumatisant accablant.

Lors d'événements terribles, la plupart des personnes sont touchées de façon durable. Chez certains, les effets sont si persistants et si sévères qu'ils sont invalidants et constituent un trouble. En général, les événements susceptibles de provoquer un TSPT sont ceux qui provoquent des sentiments de peur, d'impuissance, ou d'horreur. Les combats, agressions sexuelles, et catastrophes naturelles ou provoquées par l'homme en sont des causes fréquentes. Ce peut être aussi la conséquence de toute expérience ressentie comme accablante et potentiellement mortelle, comme des violences physiques ou un accident de voiture.

Ces événements peuvent être vécus directement (subir une blessure grave ou être menacé de mort) ou indirectement (être témoin des blessures graves, de la mort, ou de la menace de mort infligées à d'autres personnes ; ou apprendre qu'un événement traumatique a touché un proche). Les personnes peuvent avoir vécu un seul traumatisme ou, comme c'est souvent le cas, de multiples traumatismes.

METHODOLOGIE

Les thérapies par exposition à la réalité virtuelle sont une approche cognitive et comportementale (TERV) offrant aux patients la possibilité de s'exposer aux stimuli anxiogènes en toute sécurité.

L'exposition en réalité virtuelle est une pratique développée aux Etats-Unis dès les années 90 qui a déjà prouvé son efficacité dans le cadre de la prise en charge de pathologies mentales. En France, elle se développe dans les établissements de santé depuis les années 2010.

Le dispositif envisagé prévoit l'utilisation d'un logiciel qui met à disposition des professionnels de santé et des patients des scénarii « sur mesure », contrôlables et adaptables. Le professionnel peut ainsi construire la séance en fonction des besoins spécifiques du patient.

Lors de chaque utilisation, l'équipe s'attachera à comparer les symptômes du TSPT avant et après l'exposition à la réalité virtuelle. Cet indicateur permettra d'évaluer les bénéfices de la séance.

PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS

Il a été démontré l'intérêt de la réalité virtuelle dans la prise en charge des troubles de stress post-traumatiques qui permettent notamment :

- une diminution significative des symptômes du TPST, dont les symptômes dépressifs
- une diminution des symptômes physiologiques (accélération du rythme cardiaque, sueurs, tremblements)

- un service rendu aux patients ayant des difficultés de représentation mentale en imagination
- une stabilisation émotionnelle
- une reprise de confiance et de contrôle

APPORT ET RESULTATS ATTENDUS

Les thérapies par exposition à la réalité virtuelle sont basées sur les principes d'exposition de thérapies cognitivo-comportementales.

Les patients présentant des troubles de stress post-traumatiques vont être placés de manière prolongée et répétée dans des situations virtuelles qui sont activement évitées du fait de leur caractère anxiogène. Par cette exposition, le thérapeute va provoquer un phénomène d'habituation. Le patient va progressivement s'habituer aux stimuli anxiogènes virtuels et va pouvoir, grâce au transfert des apprentissages, retrouver un fonctionnement normal face aux situations et objets réels qui étaient auparavant source d'anxiété intense.

Ce transfert d'apprentissage est rendu possible par l'immersion et le sentiment de présence qui maximisent les potentiels du déconditionnement.

SUBVENTION ACCORDEE

7 192 €

POUR EN SAVOIR PLUS

site web : <https://www.chu-tours.fr/>

information sur internet :

Programme du congrès français de psychiatrie – décembre 2019

« Nouvelles perspectives sur les prises en charge par réalité virtuelle »

http://www.congresfrancaispsychiatrie.org/wp-content/uploads/2019/11/CFP2019_ProgrammeFinal.pdf

Article La thérapie par réalité virtuelle pour soigner les troubles psychiques – Psychologies mai 2018

<https://www.psychologies.com/Therapies/Toutes-les-therapies/Therapies-breves/Interviews/La-therapie-par-realite-virtuelle-pour-soigner-les-troubles-psychiques>

Article « Comment venir à bout d'une phobie ? La thérapie en réalité virtuelle » – Passeport santé

<https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=phobie-comment-en-venir-a-bout-la-therapie-en-realite-virtuelle->