Quels sont les principaux symptômes des troubles psychosomatiques ?

L’ulcère de l’estomac est la première maladie considérée comme ayant une origine psychosomatique.

D’une manière générale, les symptômes sont très variables et peuvent toucher différents organes :

* Douleurs dans différentes régions de l’organisme : tête, dos, thorax, abdomen, bas-ventre,
* Troubles gastro-intestinaux : estomac ou intestin irrité, ulcère de l’estomac, douleurs abdominales, selles irrégulières,
* Troubles cardio-circulatoires : sensation de souffle court, sensation de tension, de piqûre, d’oppression au niveau du thorax, tako-tsubo,
* Symptômes de l’appareil urinaire : vessie irritable, difficultés à uriner,
* Maladie de peau : psoriasis, eczéma, verrues, herpès,
* Les maladies inflammatoires : maladie de Crohn, rectocolite hémorragique, arthrites, lupus,
* Et d’autres symptômes comme la transpiration excessive, les aphtes,

Définition des affections psychosomatiques

Les affections ou troubles psychosomatiques se caractérisent par des symptômes physiques qui affectent un organe ou un système physiologique et dont les causes sont essentiellement émotionnelles ou psychiques. Ils existent aussi probablement dans 50% des causes mixtes, somatiques et psychiques. Ces affections témoignent des liens qui existent entre le système nerveux et le système immunitaire. Sous l’effet du stress, l’organisme produit des hormones corticoïdes qui abaissent le système immunitaire, ce qui l’expose aux affections. Ces affections concernent aussi bien les enfants que les adultes.

Quels sont les causes des affections psychosomatiques ?

Si les mécanismes psycho-physio-pathologiques demeurent mal élucidés, les affections psychosomatiques sont souvent le résultat de stress, d’un état d’angoisse, d’une anxiété ou de détresse morale. Elles peuvent apparaître suite à un choc émotionnel tel qu’un décès, un divorce, une perte d’emploi, un accident... Une part de prédisposition génétique est également étudiée.

Affections psychosomatiques

Les affections psychosomatiques toucheraient environ 38% des femmes et 26% des hommes à un moment de leur vie. Elles représenteraient plus de la moitié des cas traités par les médecins et on estime que 90% de toutes les maladies seraient aggravées par des émotions négatives.

[**DÉFINITION DES AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES**](https://www.inicea.fr/articles/pathologie/affections-psychosomatiques#Co95148)[**QUELS SONT LES PRINCIPAUX SYMPTÔMES DES TROUBLES PSYCHOSOMATIQUES ?**](https://www.inicea.fr/articles/pathologie/affections-psychosomatiques#Co95149)[**QUELS SONT LES CAUSES DES AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES ?**](https://www.inicea.fr/articles/pathologie/affections-psychosomatiques#Co95150)[**SOIGNER LES AFFECTIONS PSYCHOSOMATIQUES DANS LES CLINIQUES INICEA**](https://www.inicea.fr/articles/pathologie/affections-psychosomatiques#Co95151)[**LES PRISES EN CHARGE SPÉCIFIQUES**](https://www.inicea.fr/articles/pathologie/affections-psychosomatiques#Co95152)

Définition des affections psychosomatiques

Les affections ou troubles psychosomatiques se caractérisent par des symptômes physiques qui affectent un organe ou un système physiologique et dont les causes sont essentiellement émotionnelles ou psychiques. Ils existent aussi probablement dans 50% des causes mixtes, somatiques et psychiques. Ces affections témoignent des liens qui existent entre le système nerveux et le système immunitaire. Sous l’effet du stress, l’organisme produit des hormones corticoïdes qui abaissent le système immunitaire, ce qui l’expose aux affections. Ces affections concernent aussi bien les enfants que les adultes.

Quels sont les principaux symptômes des troubles psychosomatiques ?

L’ulcère de l’estomac est la première maladie considérée comme ayant une origine psychosomatique.

D’une manière générale, les symptômes sont très variables et peuvent toucher différents organes :

* Douleurs dans différentes régions de l’organisme : tête, dos, thorax, abdomen, bas-ventre,
* Troubles gastro-intestinaux : estomac ou intestin irrité, ulcère de l’estomac, douleurs abdominales, selles irrégulières,
* Troubles cardio-circulatoires : sensation de souffle court, sensation de tension, de piqûre, d’oppression au niveau du thorax, tako-tsubo,
* Symptômes de l’appareil urinaire : vessie irritable, difficultés à uriner,
* Maladie de peau : psoriasis, eczéma, verrues, herpès,
* Les maladies inflammatoires : maladie de Crohn, rectocolite hémorragique, arthrites, lupus,
* Et d’autres symptômes comme la transpiration excessive, les aphtes,

Quels sont les causes des affections psychosomatiques ?

Si les mécanismes psycho-physio-pathologiques demeurent mal élucidés, les affections psychosomatiques sont souvent le résultat de stress, d’un état d’angoisse, d’une anxiété ou de détresse morale. Elles peuvent apparaître suite à un choc émotionnel tel qu’un décès, un divorce, une perte d’emploi, un accident... Une part de prédisposition génétique est également étudiée.

Soigner les affections psychosomatiques dans les cliniques Inicea

Au sein de nos [cliniques psychiatriques](https://www.inicea.fr/articles/infos-pratiques/cliniques-de-sante-mentale) Inicea, la prise en charge d’une affection psychosomatique se fait de manière individualisée et se situe à deux niveaux, somatique et organique. Elle a pour objectifs :

* de réduire la douleur liée aux symptômes,
* d’identifier les signaux annonciateurs des affections psychosomatiques pour en réduire la fréquence, la durée et l’intensité,
* de prévenir la rechute et de limiter les interactions de réciprocité entre stress et troubles somatoformes.

Les troubles somatiques peuvent être améliorés dans certains cas par des thérapeutiques médicamenteuses adaptées. Les médicaments agiront sur les symptômes physiques et soulageront le patient.

La dimension psychologique doit également être prise en charge avec une psychothérapie (psychanalytique, cognitivo-comportementale, systémique, et/ou existentielle-humaniste) pour aider le patient à sortir de la somatisation éventuelle de son trouble. Des thérapies alternatives existent également telles que l’acupuncture, la méditation, l’herboristerie...

La gestion du stress et les stratégies de relaxation, méditation et activité physique adaptée constituent également un élément clé de la prise en charge.

Les prises en charge spécifiques

Nos cliniques Inicea, spécialisées en santé mentale, proposent des prises en charge de courte durée (3 à 4 semaines) pour le traitement des épisodes aigus.

Pour permettre aux patients de retrouver un sentiment de bien-être et faciliter leur réinsertion dans leur vie familiale et sociale, l’équipe médicale rythme leur quotidien autour :

* de soins individualisés adaptés à chacun d’entre eux,
* d’activités thérapeutiques, qui se déroulent souvent en groupe et en individuel.

Les équipes pluridisciplinaires dédiées

L’équipe pluridisciplinaire de l’établissement assure une prise en charge complète et personnalisée des patients en fonction des besoins de chacun d’eux. Elle se compose de :

* médecins psychiatres,
* médecins généralistes et spécialistes,
* psychologues,
* un pharmacien,
* une assistante sociale,
* un cadre de santé,
* infirmières et aides-soignants,
* agents de services hospitaliers,
* une équipe de cuisine,
* une équipe administrative.

Au sein des cliniques Inicea, nos équipes travaillent en concertation afin de maintenir un continuum entre les professionnels de santé, le patient et l’ensemble des acteurs du parcours de soin.

Une approche clinique partagée au sein du groupe Inicea

Des ateliers thématiques entre nos professionnels au sein du groupe Inicea permettent l’échange d’idées et la diffusion de protocoles de traitement entre équipes médicales. Cette dynamique professionnelle entre soignants facilite la remontée d’informations et le partage de résultats cliniques positifs pour une prise en charge individualisée adaptée. Elle favorise la diffusion de bonnes pratiques médicales entre les établissements de soins.