

# ..... TROUBLES OBSESSIONNELS COMPLUSIFS Fiche DSASS

## Qu'est-ce que c'est ?

**Les troubles obsessionnels compulsifs (TOC) font partie des pathologies de l'anxiété. Les personnes qui en sont victimes sont confrontées à des pensées obsessionnelles qui reviennent sans cesse (obsessions).**

**Pour les chasser ou les empêcher de survenir elles sont contraintes de se livrer à des rituels particuliers (compulsions).**

Parmi les plus fréquentes des obsessions figurent :

- La crainte permanente des germes ou de la saleté, qui entraînent comme rituel de se laver les mains des dizaines de fois par jour, de ne pas pouvoir serrer la main des gens, de nettoyer son bureau ou son logement en permanence,
- Les doutes sur ce qu'on vient de faire (a-t-on bien fermé la porte à clef avant de partir, par exemple), qui obligent à vérifier des dizaines de fois des actes simples de la vie quotidienne,
- Des pensées de violence, ou d'actes sexuels envers des proches, pensées auxquelles on craint de céder et qui font mettre en place des rituels pour ne pas y succomber,
- L'obsession de l'ordre, de la symétrie, qui conduit à effectuer des opérations de rangement incessantes.

Ces rituels ne procurent aucun plaisir particulier au malade, mais il se sent contraint de s'y livrer. C'est la seule manière d'obtenir un répit temporaire de ses obsessions. De même le sujet se rend compte en général que les obsessions et les rituels pour les combattre n'ont aucun sens, mais il ne peut les arrêter.

La plupart des personnes sont sujettes de temps en temps à ce genre de symptômes (certaines superstitions par exemple comme la crainte de passer sous une échelle peuvent être rapprochés de rituels obsessionnels).

**On parle de TOC lorsque les troubles occupent au moins une heure par jour de la vie d'un sujet et retentissent négativement sur ses activités.**

De plus ces troubles s'accompagnent parfois de dépression, de troubles de l'alimentation (anorexie ou boulimie), d'autres manifestations anxieuses. Ils peuvent conduire ceux qui en sont atteints à fuir dans la consommation d'alcool ou de drogues.

## Quelles en sont les causes, quelle est l'évolution ?

Les causes des troubles obsessionnels compulsifs ne sont pas connues. Les hommes et les femmes sont atteints de façon à peu près égale. On estime qu'une personne sur cinquante a été ou sera touchée une fois dans sa vie, de façon plus ou moins durable. La maladie commence le plus souvent à l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Elle est volontiers de tendance familiale. L'évolution est très variable. Dans certains cas les symptômes ne sont pas trop importants ou ils diminuent avec le temps et restent supportables et compatibles avec une vie normale. Dans d'autres cas ils évoluent par poussées entre lesquelles ils restent modérés.

Dans d'autres cas enfin ils s'aggravent progressivement et nécessitent un traitement spécialisé.

### Quels sont les traitements ?

Il y a deux sortes de traitements des TOC : **les psychothérapies et les médicaments**.

Ils sont souvent utilisés de concert.

Les psychothérapies sont diverses. La **thérapie comportementale** est souvent efficace. C'est au spécialiste neuropsychiatre de déterminer la meilleure indication, en fonction des troubles et de la personnalité du sujet.

Les médicaments anxiolytiques (benzodiazépines notamment) réduisent l'anxiété, mais les antidépresseurs, sans que l'on sache exactement pourquoi, ont souvent un effet très positif sur la maladie.