



MÉDECINE GÉNÉRALE
& PSYCHIATRIE 37

Newsletter n°14 - Octobre 2024

Troubles somatoformes : Comment les prendre en charge?

Dr RENARD Caroline

(Temps de lecture 3 minutes)

*Les troubles somatoformes
représentent un véritable défi pour
les médecins généralistes.*

*Comment les identifier et les traiter
efficacement ?*



Qu'est-ce que les troubles somatoformes ?

Les troubles somatoformes se manifestent par des symptômes physiques persistants, tels que des douleurs, des troubles digestifs ou de la fatigue, sans étiologie somatique retrouvée. Ces symptômes peuvent avoir un impact considérable sur la qualité de vie des patients.

Diagnostic : Une approche systématique

Le diagnostic des troubles somatoformes nécessite une méthodologie rigoureuse pour distinguer les symptômes psychologiques des pathologies médicales.

1. Anamnèse approfondie :

- **Historique médical** : Recueillir des informations sur l'apparition et l'évolution des symptômes. Demander au patient de décrire la nature, la fréquence et l'intensité des symptômes.
- **Antécédents psychiatriques** : S'informer sur tout antécédent de troubles psychologiques, comme l'anxiété ou la dépression, qui pourrait influencer l'état de santé actuel.
- **Facteurs psychosociaux** : Explorer les événements de vie récents (stress, pertes, changements importants) et leur impact sur la santé du patient.

2. Exclusion des causes organiques :

- **Examens médicaux ciblés** : Effectuer des analyses de sang, des examens d'imagerie ou d'autres tests diagnostiques selon les symptômes présentés, tout en évitant des examens excessifs qui peuvent accroître l'anxiété du patient.
- **Consultations spécialisées** : Si nécessaire, orienter le patient vers des spécialistes (gastro-entérologue, neurologue, etc.) pour une évaluation plus approfondie.

3. Évaluation psychosociale :

- **Échelles d'évaluation** : Utiliser des outils standardisés, comme le questionnaire somatique de Pennebaker ou l'échelle d'anxiété et de dépression de Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), pour mieux évaluer les symptômes psychologiques.
- **Entretien motivationnel** : Adopter une approche qui favorise l'expression des émotions et des préoccupations du patient, facilitant ainsi une meilleure compréhension de son état.

Prise en charge des troubles somatoformes

Une prise en charge efficace des troubles somatoformes repose sur une approche multidisciplinaire. Voici les stratégies à considérer :

1. Éducation du patient : sensibilisation, psychoéducation, gestion de l'anxiété

2. Thérapies psychologiques :

- **Thérapie cognitivo-comportementale (TCC)** : Aider le patient à identifier et à modifier ses pensées négatives, à développer des stratégies de coping et à améliorer ses comportements face à la douleur ou à l'inconfort.

- **Thérapie de soutien** : Offrir un espace où le patient peut discuter librement de ses émotions et de ses préoccupations, favorisant une relation de confiance.

3. Techniques de gestion du stress : mindfulness et méditation ; activités physiques

4. Suivi régulier

- **Plan de suivi** : Établir un calendrier de rendez-vous pour surveiller l'évolution des symptômes et ajuster le traitement au besoin.
- **Feedback du patient** : Encourager les patients à communiquer leurs ressentis et leurs progrès, créant ainsi une dynamique collaborative.

👉 Que retenir pour ma pratique ? 👈

- Approche systématique, cadrée et cadrante
- Importance de la psychoéducation
- Limiter les examens complémentaires au maximum
- Techniques de gestion de l'anxiété
- Etablir un plan de soins avec le patient pour favoriser l'alliance et l'impliquer dans sa prise en charge

AVIS : Besoin d'un avis psychiatrique ou Addictologique détaillé?

Via OMNIDOC (CHRU de Tours - Avis Psychiatrique MG&Psy37)

Ou bien adressez-nous un mail à avispsy.agglo@chu-tours.mssante.fr avec les coordonnées du patient et votre question clinique.

PSYCHOTHERAPIE (groupe)

Besoin d'une prise en charge psychologique pour vos patients souffrant de dépression ou d'insomnie?

Via OMNIDOC (CHRU de Tours - Ateliers psychothérapeutiques MG&Psy37)

Ou bien adressez-nous un mail à liaison.mg.psy@chu-tours.mssante.fr avec les coordonnées du patient et son numéro de sécurité sociale.

REUNION de CONCERTATION PLURI-PRO

Besoin d'un temps d'échange sur vos pratiques, sur une situation ou une problématique clinique complexe?

Adressez-nous un mail à avispsy.agglo@chu-tours.mssante.fr

L'un des psychiatres du dispositif organisera un temps d'échange avec vous et votre équipe en distanciel ou en présentiel

N'hésitez pas à nous contacter pour bénéficier d'un accompagnement réactif (réponse dans les 15 jours) dans la prise en charge de vos patients souffrant de troubles psychiques.

Nous ne traiterons que les demandes en provenance d'une adresse mail sécurisée.

Bien confraternellement,

Dr Caroline RENARD & toute l'équipe de MGPsy37

■ Bibliographie ■

1. **Dupont, M., & Lefèvre, C.** (2022). *Prise en charge des troubles somatoformes : État des lieux et perspectives*. Journal de Médecine Générale.
2. **Haute Autorité de Santé (HAS).** (2021). *Recommandations sur les troubles somatoformes : Évaluation et prise en charge*.
3. **Friedrich, M.J.** (2019). "Somatic symptom disorder: A new era for the treatment of somatic symptoms". *The Lancet Psychiatry*, 6(1), 10–11.
4. **American Psychiatric Association.** (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*(DSM-5). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
5. **Henningsen, P., & Gatterer, M.** (2017). "Somatic symptom disorder: The role of psychosocial factors". *BMC Psychiatry*, 17(1), 1–10.

