

## Syndrome de stress post traumatique et cancer

Dans une enquête de l'Université nationale de Malaisie publiée dans la revue Cancer<sup>1</sup>, des chercheurs ont suivi 469 adultes atteints de différents types de cancer.

Ces personnes ont passé des tests psychologiques 6 mois et 4 ans après la découverte de leur maladie, ce qui a permis de révéler une fréquence inattendue de syndrome de stress post traumatique, dont l'incidence est de 21,7% à 6 mois et de 6,1% à 4 ans.

On peut en conclure que cette forte incidence du SSPT diminue avec le temps, mais qu'un bon tiers des patients initialement diagnostiqués présentent encore des symptômes 4 ans plus tard.

Dans le centre de cancérologie de l'étude, les patientes souffrant d'un cancer du sein ont eu accès à un programme de soutien, et comparativement à celles qui n'ont pu être suivies, elles sont 3,7 fois moins susceptibles de développer un SSPT à 6 mois.

Le SSPT est un trouble anxieux, voire anxiodépressif important, qui touche en général les personnes victimes d'un événement traumatisant brutal (catastrophe naturelle, attentat, risque de mort imminente, ...) et qui s'installe souvent plusieurs mois après la situation.

Cette étude montre que 20% des personnes atteintes de cancer en sont victimes, ce qui dévoile la nécessité d'une prise en charge psychologique à l'annonce du diagnostic, mais aussi durant le traitement, voire après l'annonce de la rémission.

Les symptômes présentés sont assez spécifiques, avec une crainte diffuse de la rechute, une certaine forme d'hypochondrie qui se manifeste au moindre symptôme et la crainte de reconsulter.

Quand au contraire s'est installé *l'évitement du souvenir* du cancer, certains vont refuser de voir les signes d'alerte, retardent leur consultation, voire refusent d'imaginer la nécessité d'un nouveau traitement.

De plus en plus de sophrologues travaillant en service d'oncologie, cette notion de SSPT qui suit l'annonce d'un cancer est importante à considérer.

Au vu de cette étude, il apparaît opportun d'informer les médecins avec qui l'on travaille de la possibilité de nous adresser leurs patients dès l'annonce du diagnostic.

Et n'hésitons pas à leur rappeler que quand leurs patients sont réticents à envisager de rencontrer un « psy », le fait de leur proposer de rencontrer un sophrologue est souvent mieux accepté.

---

<sup>1</sup> Source : CANCER November 20, 2017 DOI: 10.1002/cncr.30980