Centre régional
du psychotraumatisme
Sud Nouvelle Aquitaine

BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

Sensibilisation et signes de repérage du psychotraumatisme : présentation du dispositif de prise en charge des personnes impactées

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78

Epidémiologie

- **Exposition à un évènement traumatique**
  - 73,8% dans le monde
- **Prévalence du TSPT**
  - TSPT en France : 1-2%
  - TSPT dans le monde : 3,9%

HAS, 2020; Vaiva et al., 2008; Alonso et al., 2004; World Mental Health Organization., 2017; Atwoli et al.

Epidémiologie

- **Prévalence du TSPT après exposition à un incendie**
  - 15-25%
- **Prévalence du TSPT après exposition incendie 2022**
  - 24%

Kessler et al. 1995. Lee et al. 2025;
Enquete psychosociale Dep Gironde, 2023

Centre régional
du psychotraumatisme
Sud Nouvelle Aquitaine

BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

Trouble de Stress Post Traumatique

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78



Evènement traumatique
(DSM - 5)

Exposition

- [ ] Mort effective ou menace de mort
- [ ] Blessure grave ou menace de blessure
- [ ] Violences sexuelles ou menace de viol

Exposition aux flammes
Aux fumées
Aux annonces d'évacuation
Découvrir sa maison brulée aux infos

D'une ou plusieurs manières

- [ ] Expérience directe
- [ ] Témoin direct
- [ ] Information reçue concernant un proche
- [ ] Exposition répétée ou extrême (Professionnels de 1° ligne)
  Traumatisme vicariant

Evènement traumatique
(DSM - 5)

Facteurs de risque

- [ ] Antécédent de TSPT, de dépression
- [ ] Gravité objective/subjective des faits
- [ ] Victime de genre féminin

Facteurs protecteurs

- [ ] Réseau de soutien solide et stable
- [ ] Sentiment de contrôle maintenu
- [ ] Cohésion de groupe
- [ ] Reprise rapide de rythmes sociaux habituels

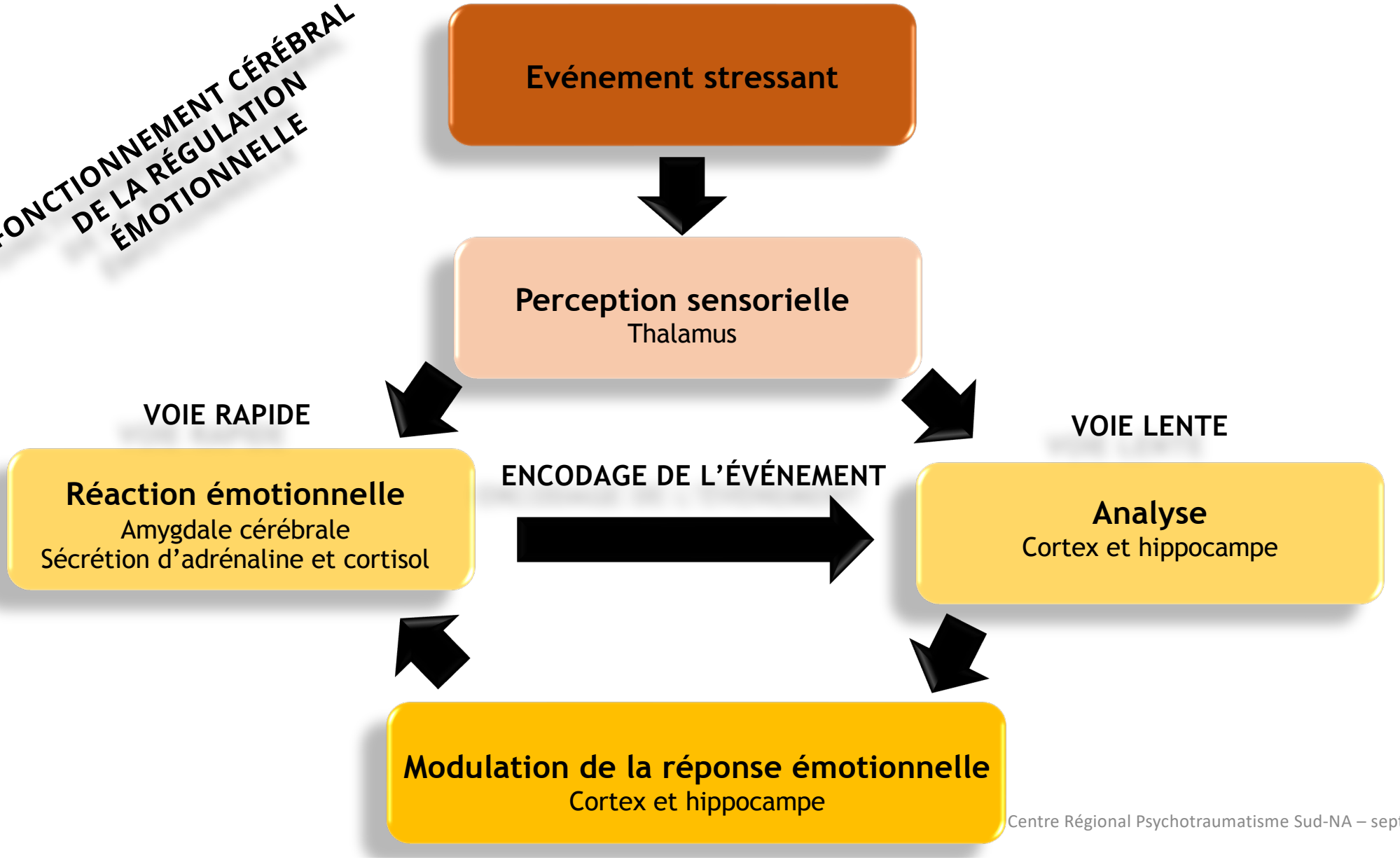
Centre régional
du psychotraumatisme
Sud Nouvelle Aquitaine

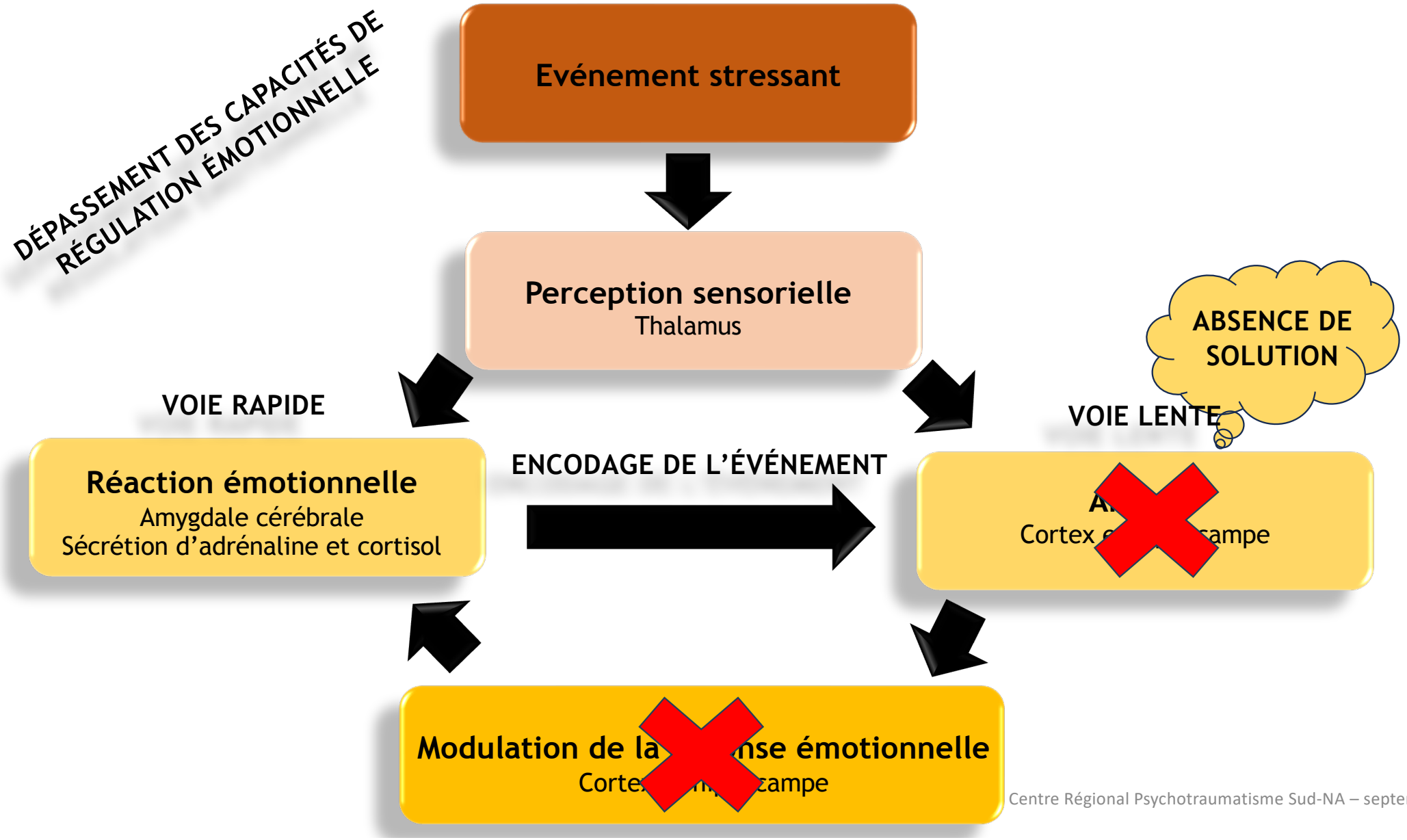
BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

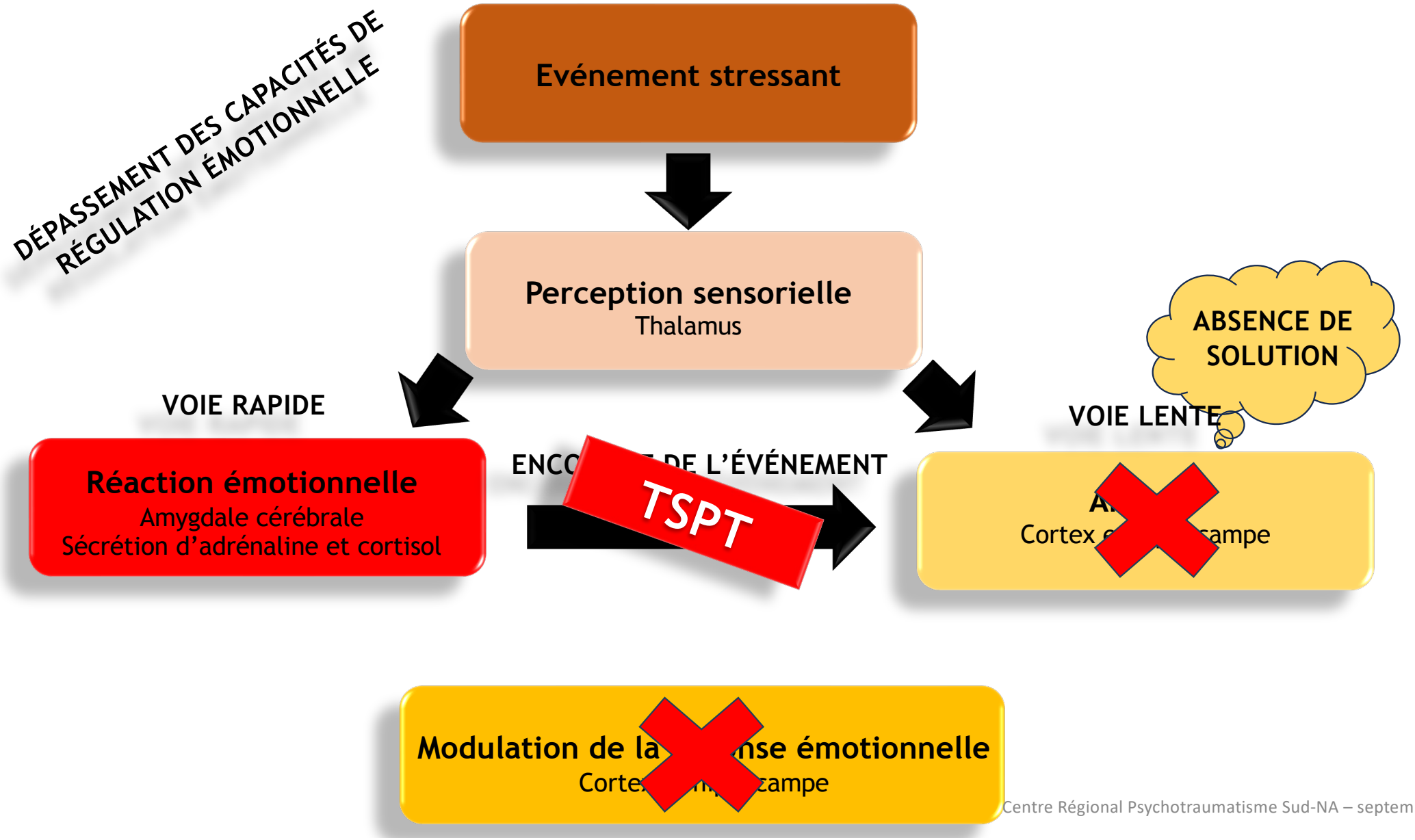
Mémoire Traumatique

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78

FONCTIONNEMENT CÉRÉBRAL DE LA RÉGULATION ÉMOTIONNELLE



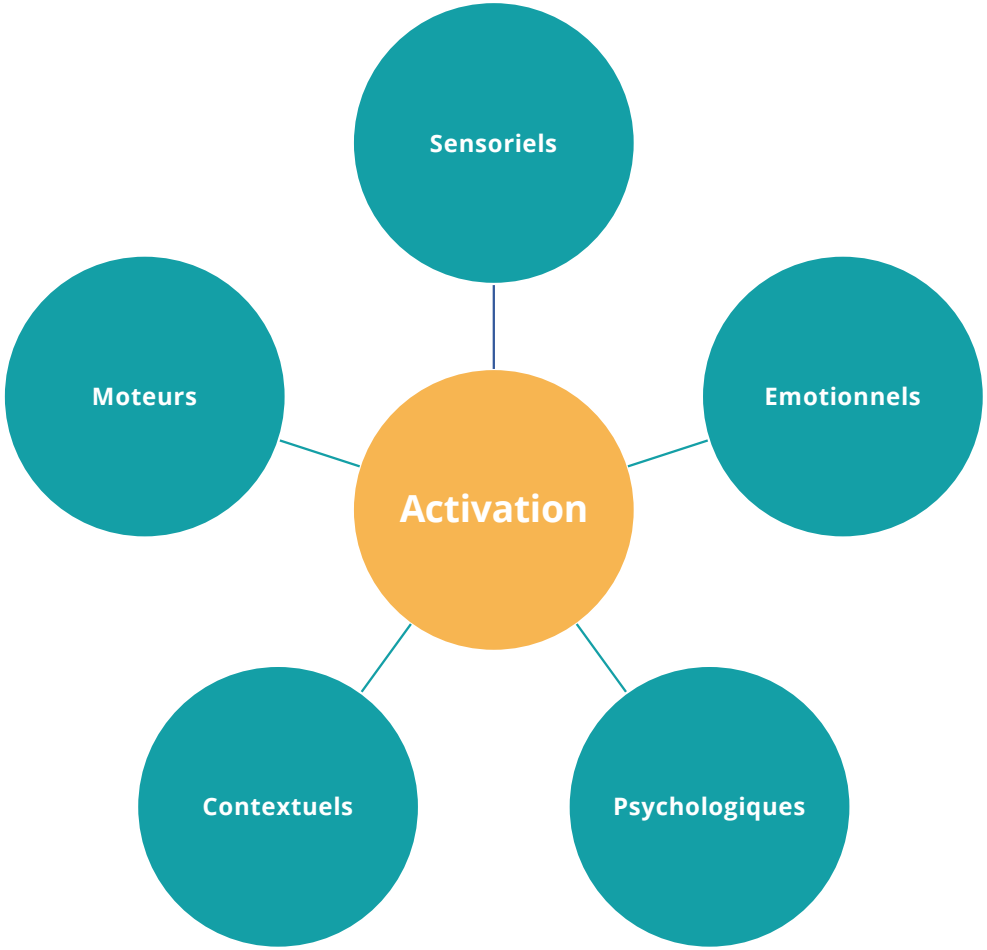

DÉPASSEMENT DES CAPACITÉS DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE
Evénement stressant
Perception sensorielle
Thalamus
ABSENCE DE SOLUTION
VOIE RAPIDE
VOIE LENTE
Réaction émotionnelle
Amygdale cérébrale
Sécrétion d'adrénaline et cortisol
ENCODAGE DE L'ÉVÉNEMENT
Cortex
Modulation de la
nse émotionnelle
Corte
campe


DÉPASSEMENT DES CAPACITÉS DE RÉGULATION ÉMOTIONNELLE
Evénement stressant
Perception sensorielle
Thalamus
ABSENCE DE SOLUTION
VOIE RAPIDE
VOIE LENTE
Réaction émotionnelle
Amygdale cérébrale
Sécrétion d'adrénaline et cortisol
TSPT
Cortex
Modulation de la
Cortex

Mécanismes de la mémoire traumatique

- **Déclenchée de manière automatique :** Déclencheurs internes/ externes
- **Intrusive:** Ré-expérimentation totale ou partielle
- **Immuable dans le temps**
- **Indifférenciée**

Déclencheurs



Salmona 2020; Courtois., 1988; Gelinas., 1983; Steele et al., 1990; Solomon., 1987; VanDer Hart et al., 1992; Van Der Kolk ., 1994)

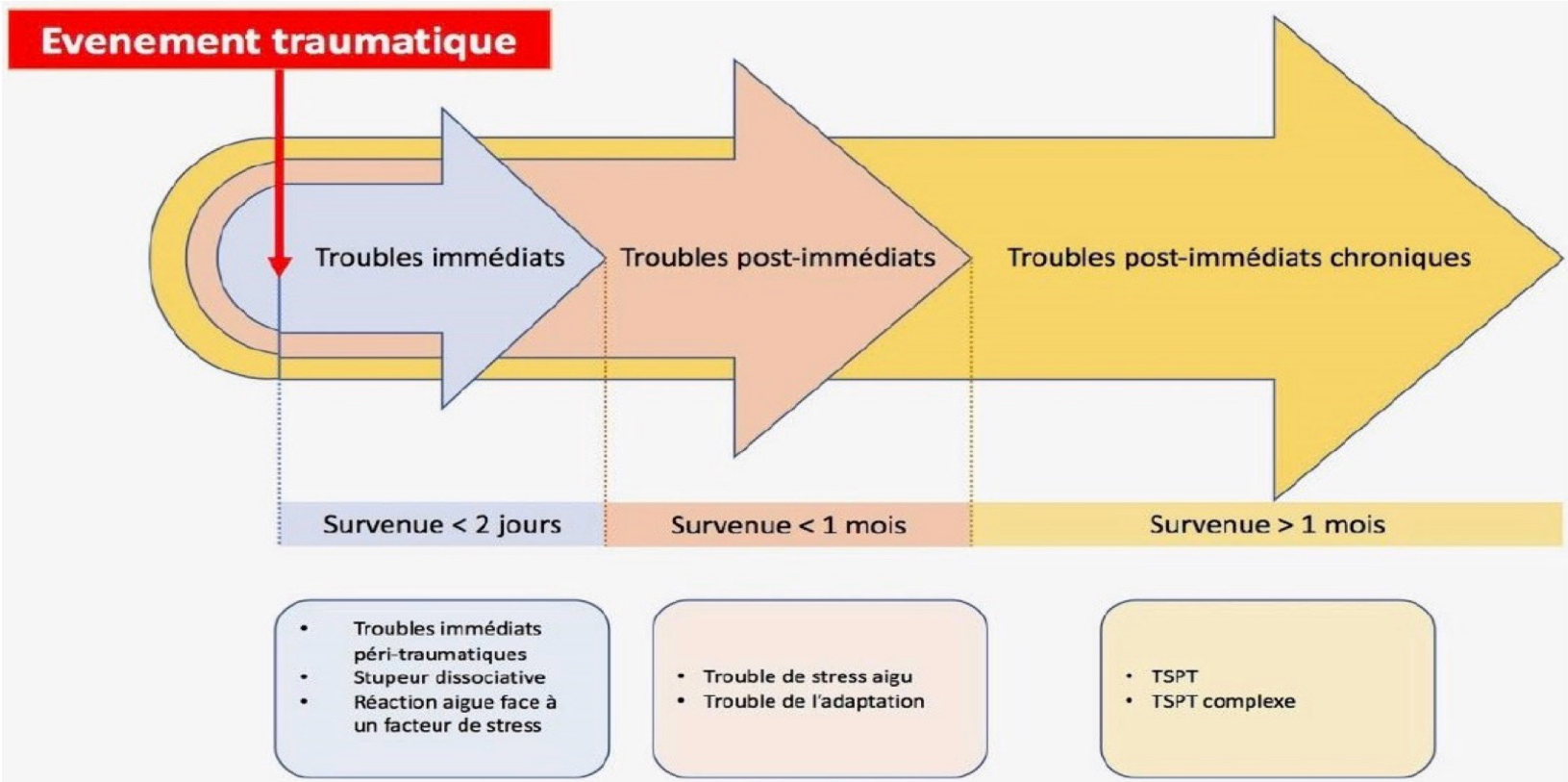
Centre Régional
Psychotraumatisme
Sud Aquitaine

BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

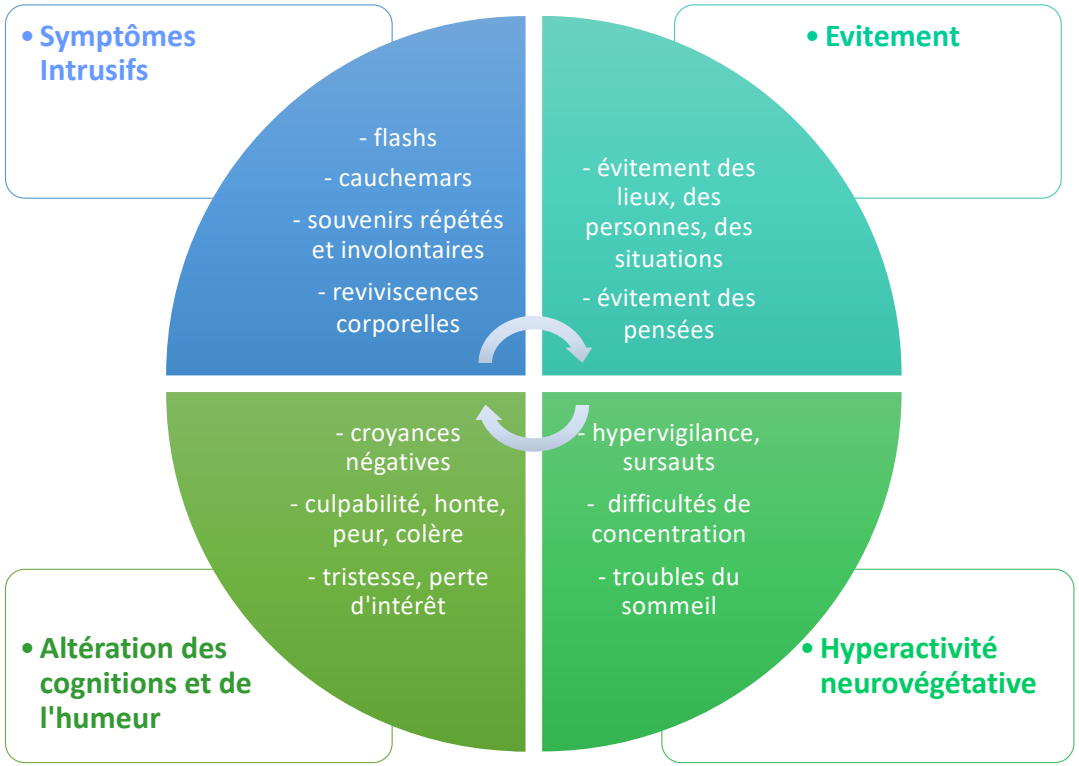
clinique TSPT

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78

Evolution dynamique



Symptomatologie



+/- symptômes dissociatifs

Centre régional
du psychotraumatisme
Sud Nouvelle Aquitaine

BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

Que faire face à un TSPT ?

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78

Prise en soins

- **Réancrer la personne dans l'ici et maintenant:**
  - Favoriser le retour aux habitudes de vie
  - Mettre en place des conditions hygéno-diététiques favorables (sommeil, alimentation…)
  - Si nécessaire proposer des exercices d'ancrage

- **Avoir une écoute active et bienveillante, respecter le temps de la personne**



PAS DE BENZODIAZEPINES
(lexomil, xanax…)
PAS D'ALCOOL
PAS D'AUTOMEDICATION

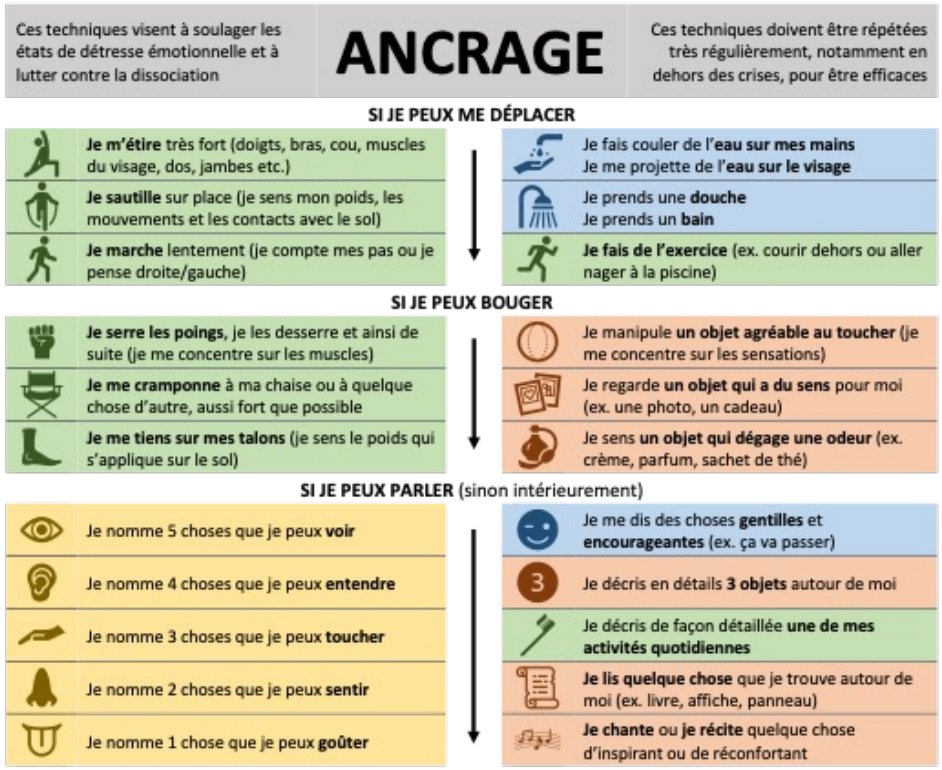
Psychoéducation / stabilisation émotionnelle

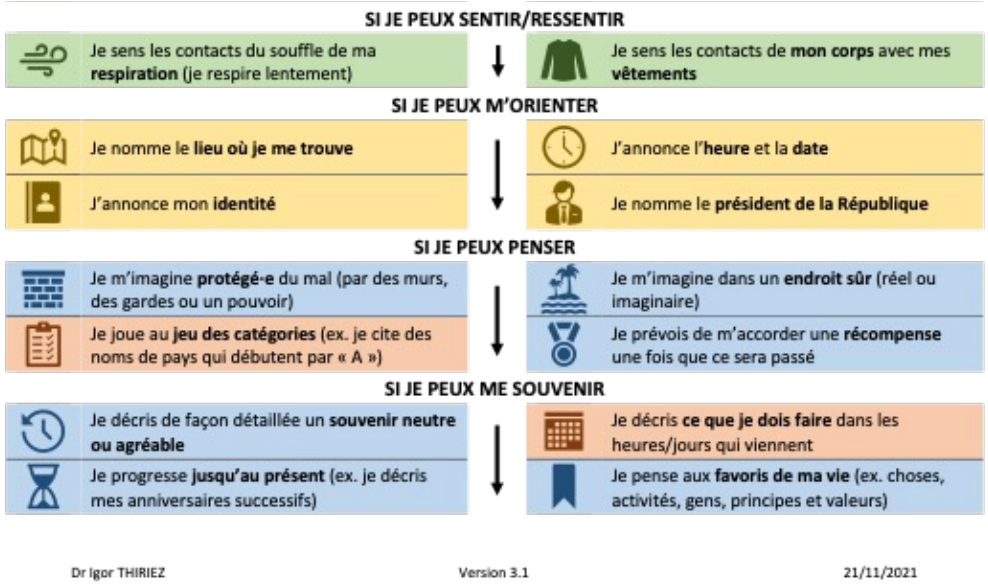
- Aider la personne à comprendre et à identifier ses symptômes
- L'aider à repérer les facteurs déclenchants
- L'aider à trouver des ressources propres pour se maintenir dans sa fenêtre de tolérance
- Proposer des exercices d'ancrage en fonction de ses ressources (musique, marche, objet d'ancrage)



L'évitement protège la personne il ne faut pas forcer l'exposition

Exercices d'ancrage





Prise en charge Pharmacologique

- **Anti-dépresseurs ISRS: Si dépression comorbide, si choix du patient**
  - Sertraline
  - Paroxétine

- **Anxiolyse:**
  - Hydroxyzine

EVITER LES BENZODIAZEPINES

Prise en charge Psychothérapeutique

- Thérapies validées:
  - **Thérapie Cognitivo-Comportementale (TCC)**
  - **Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)**

- D'autres thérapies sur le trauma en cours de validation scientifique:
  - **Thérapie de reconsolidation du souvenir (méthode Brunet)**

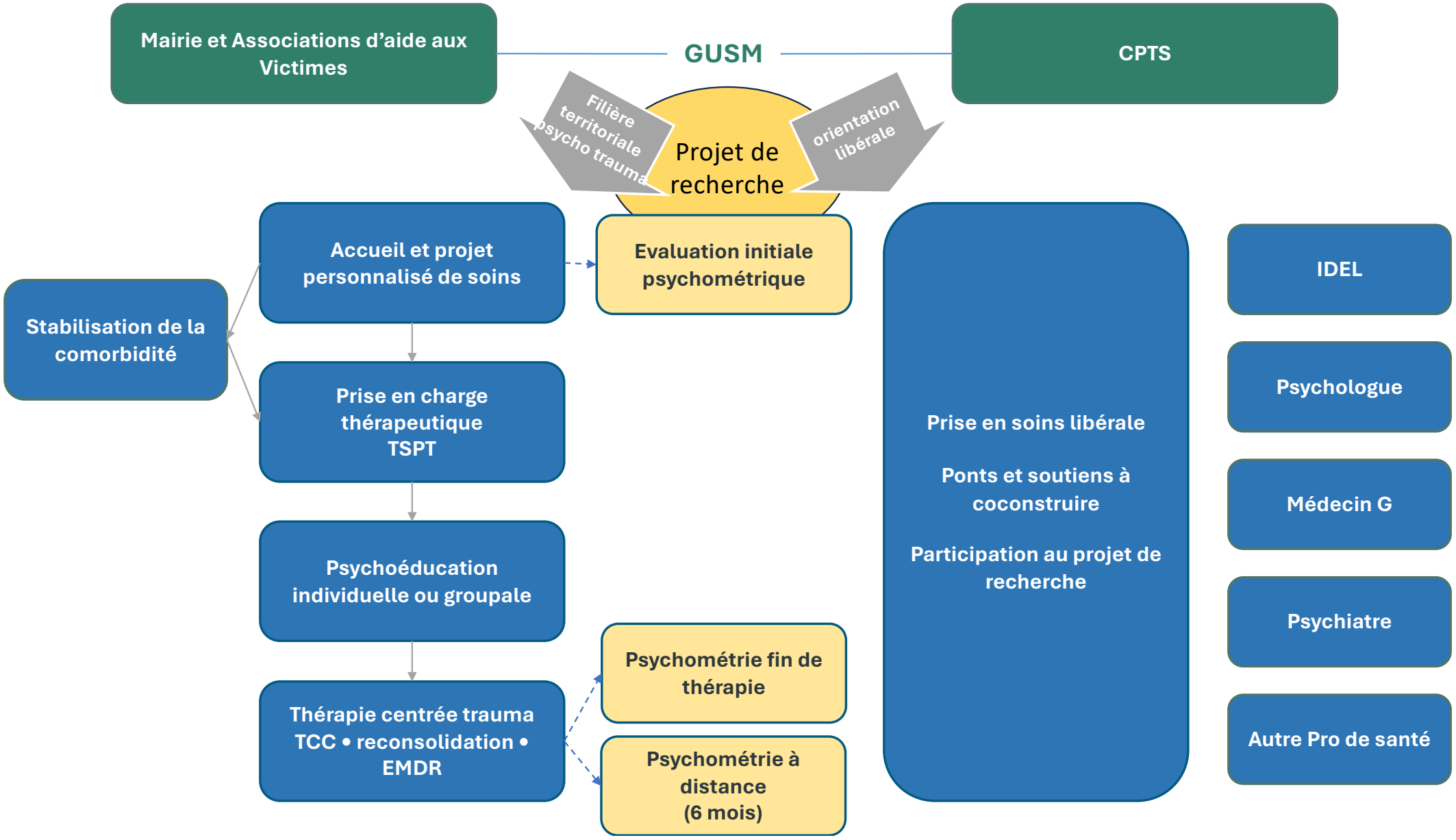
Guichet Unique Santé Mentale

- Démarche pro active « aller vers »
- En lien avec les collectivités, CPTS, associations d'aide aux victimes
- Repérage et dépistage précoce d'éventuel trouble
- Orientation vers prise en soin adapté
- Dispositif à co construire avec les acteurs de terrain
- Moyens renforcés sur le secteur impacté
- Possibilité de téléconsultations
- Proposition de temps d'échange avec les professionnels de santé de terrain

Proposition de participation réunion de coordination le 22/09 à 12h30

En présentiel ou visio.

Inscription par mail à : formationscrp@ch-perrens.fr


Mairie et Associations d'aide aux Victimes
GUSM
CPTS
Filière territoriale psycho trauma
Projet de recherche
orientation libérale
Stabilisation de la comorbidité
Accueil et projet personnalisé de soins
Evaluation initiale psychométrique
Prise en charge thérapeutique TSPT
Psychoéducation individuelle ou groupale
Thérapie centrée trauma TCC • reconsolidation • EMDR
Psychométrie fin de thérapie
Psychométrie à distance (6 mois)
Prise en soins libérale
Ponts et soutiens à coconstruire
Participation au projet de recherche
IDEL
Psychologue
Médecin G
Psychiatre
Autre Pro de santé

INCENDIES EN GIRONDE

VOUS AVEZ ÉTÉ IMPACTÉ PAR LES INCENDIES ?

Il est normal de ressentir du stress, de l'inquiétude, de la tristesse, de la fatigue ou d'avoir des difficultés à dormir. Vous n'êtes pas seul(e).

Contactez le numéro vert et gratuit

0 805 020 052

du lundi au vendredi de 13h30 à 16h30

Un dispositif gratuit d'orientation et d'accompagnement psychologique est à votre écoute



Centre Hospitalier CHARLES PERRENS
Psychiatrie Universitaire • Bordeaux Métropole • Bassin d'Arcachon • Médoc

Centre régional Psychotraumatisme Sud Nouvelle Aquitaine

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

Centre régional
du psychotraumatisme
Sud Nouvelle Aquitaine

BORDEAUX
Centre Hospitalier
Charles Perrens

Merci de votre attention

Centre régional Psychotraumatisme Sud NA, 119 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux - 05 56 56 35 78