

Psyché et corps

Sur la psycho-neuro-immunologie des maladies physiques

Volker Tschuschke

Psychotherapie-Wissenschaft 7 (2) 61–62 2017
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND

Mots-clés : Psycho-neuro-immunologie, stress, coping, cancer et coping, psychothérapie dans le cancer

La psyché et le corps sont inséparables l'un de l'autre. De plus en plus d'études démontrent d'une manière impressionnante que les processus psychiques dès le plus jeune âge influencent le développement du cerveau durablement dans ses capacités de maturation. Des situations traumatisantes et d'autres pressions lourdes, stressantes au jeune âge comme l'abus, les maltraitances, les négligences ou des événements vécus comme menaçants sur le plan existentiel provoquent dans les phases critiques du développement des effets structurellement négatifs sur la maturation cérébrale. En raison des possibilités d'utilisation de procédés par imagerie, les études sont de plus en plus nombreuses à démontrer désormais que toute une série de modifications neurobiologiques dans le cerveau d'enfants qui ont été tôt lourdement accablés a pu être constatée, entre autres avec le diagnostic du trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH : en anglais *attention deficit hyperactivity syndrom – ADHD*).

Un fort niveau de stress – dans le cas d'une survenance unique indépendamment de l'intensité du stimulus stressant, dans le cas d'une confrontation durable liée à un stress chronique associé généralement à la trame complète d'une TDAH – provoque des déficits de la maturation cérébrale, qui ont pour leur part une influence négative sur l'organisme. Tous les processus organiques sont commandés depuis le cerveau. Les systèmes du vécu, humoral et immunitaire sont directement reliés les uns aux autres via des interfaces centrales dans le cortex préfrontal, dans le système limbique, dans le striatum ainsi que dans les zones du tronc cérébral. La peur et les sentiments de menace déclenchent des réactions de stress qui endommagent – durablement – l'organisme sur des organes cibles importants par l'afflux d'hormones du stress et influencent négativement des fonctions corporelles importantes, par ex. le système immunitaire.

Des pressions lourdes et stressantes subies au plus jeune âge ne sont pas les seules à influencer la maturation cérébro-biologique, à provoquer des déficits dans la maturation normale du cerveau et à occasionner des détériorations lourdes structurelles de la personnalité infantile, également à l'âge adulte, des traumatismes graves accompagnés de pressions stressantes ont des effets négatifs sur l'organisme

en raison des suractivations humorales qui influencent défavorablement le système immunitaire et accroissent les risques de maladie. De grandes méta-analyses issues d'études prospectives démontrent que de lourdes pressions stressantes chroniques augmentent au fil du temps le risque d'incidence du cancer et de mortalité par cancer.

La *psycho-oncologie* est un domaine qui s'intéresse aux facteurs réciproques du système psychique, du système humoral et du système immunitaire. La *psycho-neuro-immunologie* en tant que domaine partiel de la psycho-oncologie analyse les conséquences des états psychiques sur l'incidence du cancer et la mortalité par cancer. Les résultats des études montrent entre temps une image toujours plus parfaite dans l'oncologie : un stress psychique important peut après des années avoir un effet cancérigène. L'augmentation du risque de souffrir d'autres maladies graves organiques, devenues chroniques ou dégénératives devrait également être similaire.

On ne peut plus avoir de doutes aujourd'hui sur le fait que les processus psychiques peuvent provoquer des maladies physiques, voire même un décès. L'évidence scientifique est entre temps démontrée également pour les facteurs favorables sur la diminution du stress et les pressions organiques par des mesures d'intervention psychologique psychothérapeutique et leur effet bénéfique est reconnu sur la qualité de vie même de malades physiques chroniques ou même de malades dont la vie est en danger. Ainsi, le travail professionnel psychologique psychothérapeutique joue un rôle adjuvant très important dans le cadre de maladies physiques chroniques, ou même de maladies menaçant la vie.

Les résultats des études actuelles, par ex. dans la psycho-oncologie sur le rôle des interventions psychothérapeutiques en lien avec le temps de survie ou même avec la survie générale face au cancer ne sont pas encore expliqués. Les résultats des études montrent actuellement qu'il existe encore une impasse entre les études qui plaident en faveur d'un facteur psychologique et d'autres études qui plaident en défaveur du rôle central du facteur psychique dans le temps de survie et dans la survie générale face au cancer. Le point de départ de l'intervention psycho-oncologique psychothérapeutique est le travail sur l'élimination du stress de l'individu

concerné, sur le travail de l'envie de vie, ce qui va d'une manière décisive au-delà de l'élimination du stress, qui n'est rien d'autre dans le point central que le travail sur la réduction de la peur. Cela peut également être effectué par la construction de ressources absentes ou par le soutien et l'activation de ressources actives existantes et de stratégies de gestion (Coping).

Les interventions psychologiques psychothérapeutiques prennent visiblement plus de place dans la pratique médicale quotidienne. L'espérance de vie croissante et la modification de la pyramide des âges de la population agissent aussi sur l'usage de mesures psychologiques et psychothérapeutiques telles que la reconnaissance croissante et l'acquisition de connaissances grâce à des

résultats de recherche qui se multiplient portant sur l'unité du corps et de la psyché dans la médecine.

L'auteur

Volker Tschuschke, Prof. Dr. em. à la chaire Psychologie médicale à la clinique universitaire de Cologne. Maître de conférences, analyste didacticien et coordinateur dans de nombreux instituts de formation continue. Auteur et éditeur de différents ouvrages et de nombreuses publications spécialisées. Psychologue, psychothérapeute, psychanalyste, coordinateur, chef de groupe Balint. Recherche dans la psychothérapie et dans la psycho-oncologie. Membre de la SPR (Society for Psychotherapy Research).