

## Le trouble obsessionnel-compulsif (TOC)

Le trouble obsessionnel-compulsif est une maladie caractérisée par la présence d'obsessions (idées, images ou impulsions qui s'imposent à la conscience de façon répétitive et irrésistible suscitant énormément d'anxiété ou de détresse) accompagnées ou non de compulsions (comportements répétitifs accomplis, réellement ou en pensée, par la personne atteinte pour réduire la tension intérieure engendrée par les obsessions).

Les obsessions ou compulsions sont à l'origine de sentiments marqués de détresse, d'une perte de temps considérable (prenant plus d'une heure par jour) ou elles interfèrent de façon significative avec les activités habituelles de la personne, son fonctionnement professionnel (ou scolaire) ou ses activités ou relations sociales habituelles.

### Les obsessions typiques sont :

- la peur d'être contaminé ;
- le doute et des pensées d'ordre sexuel ou religieux ;
- la peur des microbes ;
- la peur de se blesser ;
- la préoccupation de la sécurité d'autrui ;
- la peur de commettre des actes scandaleux.

### Les compulsions typiques sont :

- la propreté excessive ;
- le classement ;
- le dénombrement ;
- la répétition sans cesse d'un mot ;
- le besoin de toucher ;
- le besoin de vérifier plusieurs fois ;
- le collectionnisme.

La personne qui souffre de TOC a conscience de l'absurdité de ses pensées et/ou de son comportement, mais, sans aide, elle ne parvient pas à s'en départir. Ces idées et/ou ces comportements sont incontrôlables.

### Le traitement

#### Trois composantes forment le traitement du TOC :

1. Informer la personne atteinte et sa famille sur la maladie, son traitement médical et la prévention de complications.
2. La mise en marche d'une thérapie cognitive-comportementale est primordiale.
3. La prise de médication peut aider dans certains cas.

#### Deux étapes caractérisent le traitement du TOC :

- Traiter les épisodes actuels du TOC.
- Prévenir les épisodes futurs du TOC

#### D'autres données

- Le trouble obsessionnel-compulsif touche entre 2 et 3 % de la population au pays, soit entre 500 000 et 750 000 Canadiens.
- La maladie survient avant l'âge de 18 ans dans 50 % des cas et il est rare qu'elle se déclare après 35 ans.
- Le trouble obsessionnel-compulsif se développe de façon très graduelle ou de façon rapide à la suite d'un traumatisme ou d'un stress aigu.
- Aucune cause n'a été formellement démontrée. Les recherches suggèrent toutefois que le TOC implique un problème de communication entre la partie frontale du cerveau (le cortex orbital) et les structures plus profondes du cerveau (le ganglion basal). Ces structures utilisent comme messager chimique la sérotonine et dans le cas du TOC, il y aurait un niveau insuffisant de ce neurotransmetteur. De plus, dans certains cas, l'hérédité pourrait jouer un rôle.

#### [Pour en savoir plus](#)