

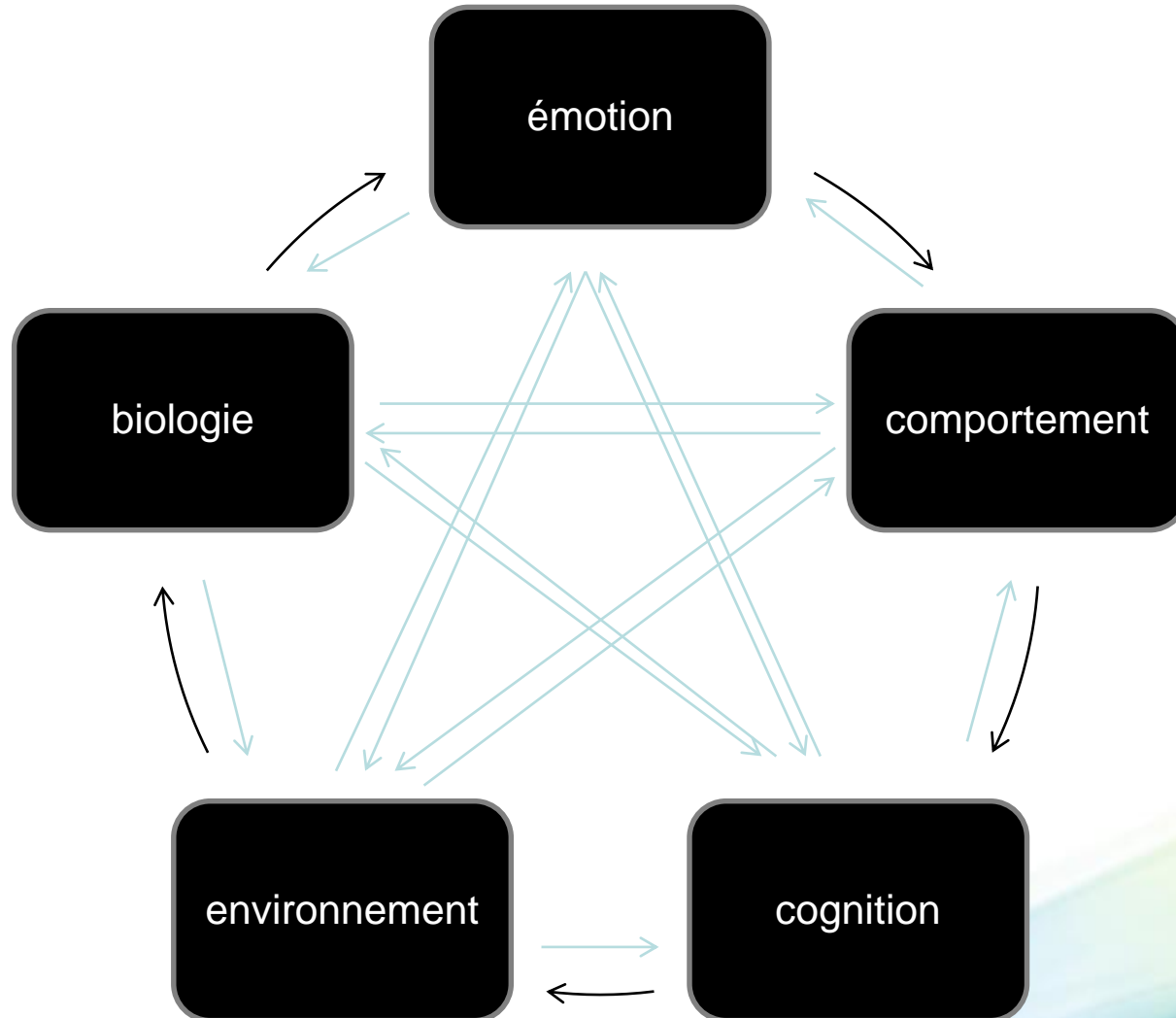


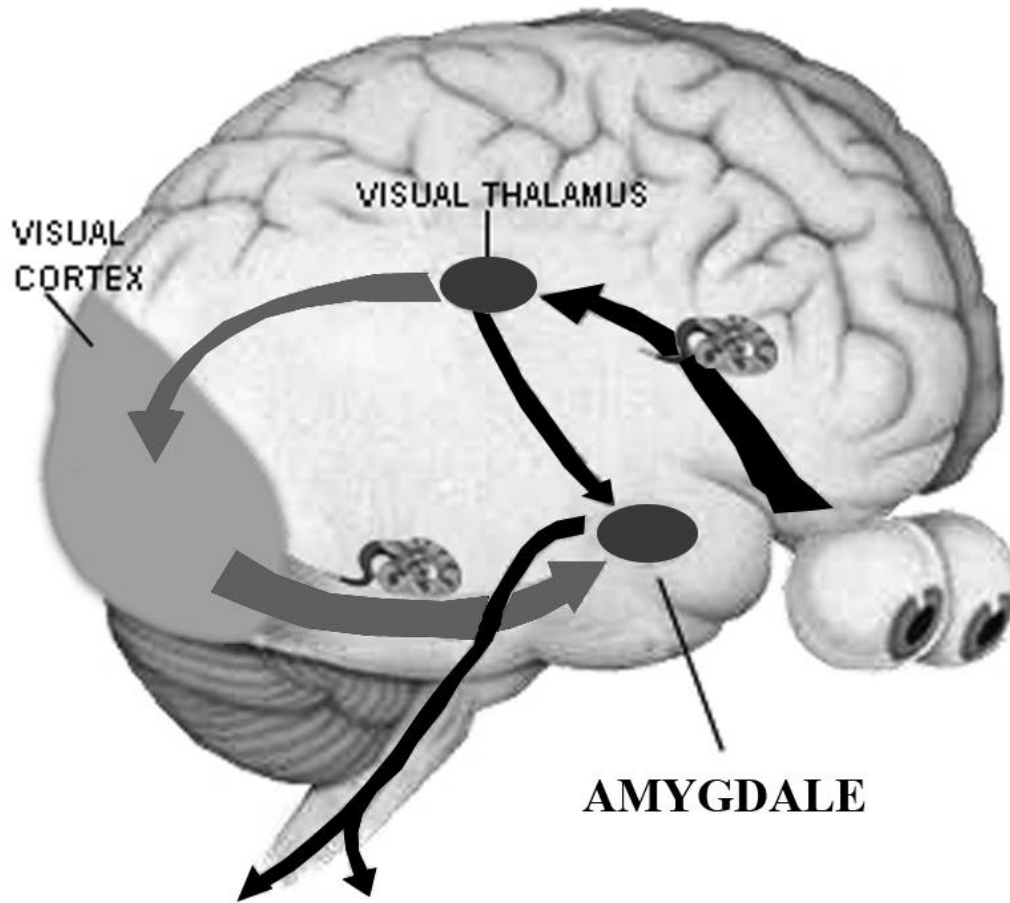
Ensemble pour votre santé  
Ensemble pour votre santé

# TRV et Troubles Anxieux

Jacques CATTEAU & Aurore LECLAIRE / Clinique de l'ESCREBIEUX

# modèle biopsychosocial





Click on **AMYGDALA** to enter



Illustration based on LeDoux JE (1994) Emotion, Memory, and the Brain. Scientific American.

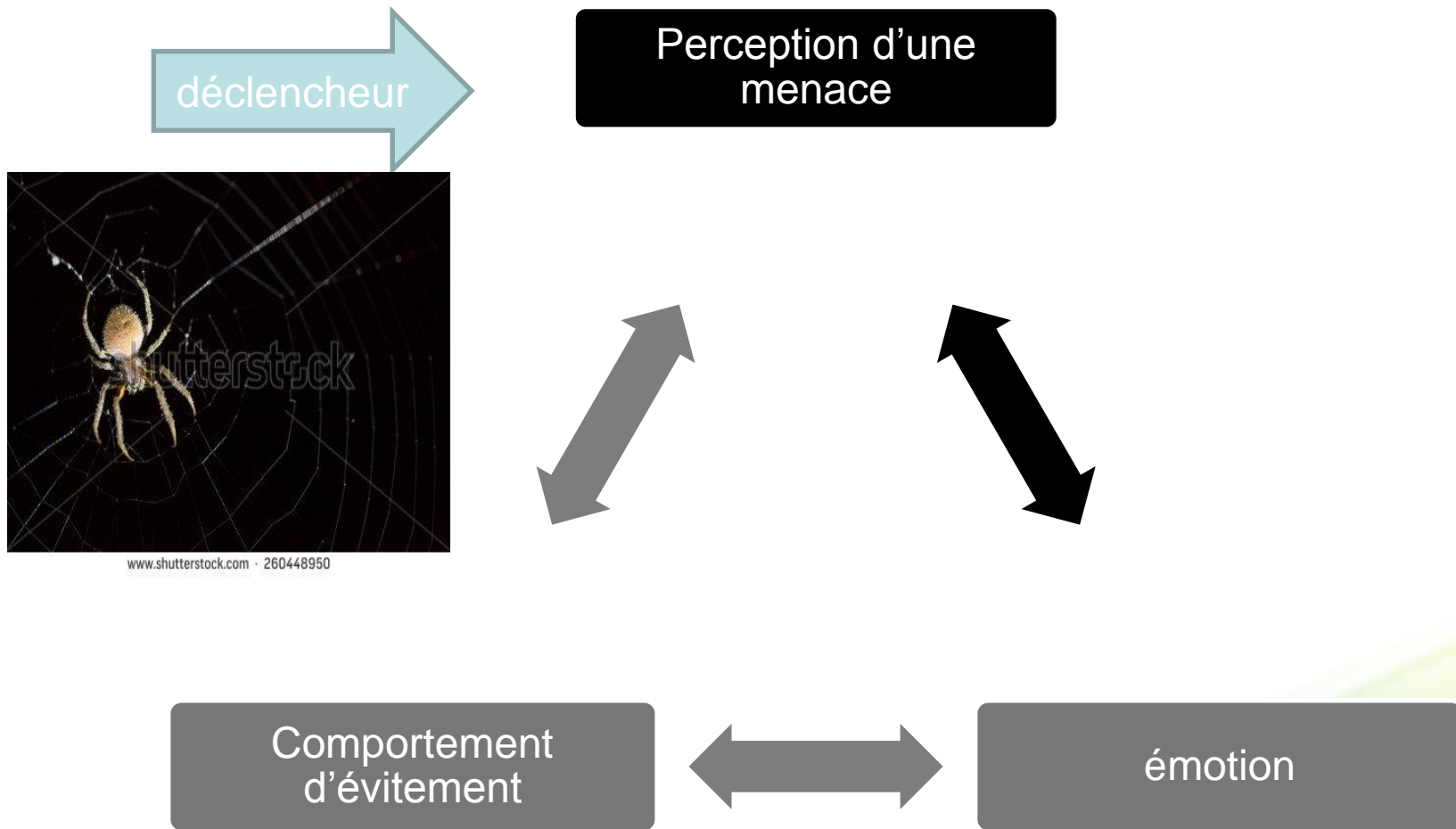
# modèle des troubles anxieux

Ensemble pour votre santé



ÉCHAPPEZ-VOUS À L'ANXIÉTÉ

ANXIÉTÉ



- ⇒ **Anamnèse**
- ⇒ **Détermination des objectifs thérapeutiques**
- ⇒ **Explications des principes TCC**
- ⇒ **Hiérarchisation des situations anxiogènes**
- ⇒ **Analyse des pensées dysfonctionnelles**
- ⇒ **Travail de restructuration cognitive**
- ⇒ **Apprentissage des techniques de respiration**
  
- ⇒ **Exposition**



- L'exposition consiste à amener le patient à affronter ses peurs afin de corriger les associations dysfonctionnelles entre le stimulus et le danger
- Plus exactement à en créer de nouvelles associations en toute sécurité en l'absence de danger



# 3 types d'exposition

- Exposition in vivo
- Exposition en imaginaire
- Exposition in virtuo



# Qu'est-ce que la réalité virtuelle ?

Ensemble pour votre santé



ÉCHAPPEZ-VOUS À LA RÉALITÉ

ZYDA

**La réalité virtuelle (RV) est une application permettant à un utilisateur de naviguer et d'interagir en temps réel avec un environnement en trois dimensions généré par ordinateur (Pratt, Zyda, & Kelleher, 1995).**





# La TRV qu'est ce que c'est ?

## Le principe de la TRV:

- créer une expérience émotionnelle curative
- Immersion dans un environnement virtuel tridimensionnel.
- désensibilisation par exposition progressive
- mise en situation facilitée / imaginaire ou in vivo.
- Le thérapeute derrière son écran d'ordinateur suit l'exposition, et fait évoluer l'environnement.
- Efficacité au moins égale aux techniques d'exposition in vivo et en imaginaire



# Comment ça marche ?

L'équipement est composé de 4 principaux éléments :

- Un visiocasque
- Un capteur de mouvement COLIBRI (pour le matériel d'in virtuo)
- Un ordinateur équipé d'une sortie HDMI et d'une carte graphique puissante
- Le progiciel permettant de générer les environnements et interactions associés



- ⇒ **Thérapeute face à l'ordinateur pour pouvoir contrôler en temps réel les différents paramètres des EV**
- ⇒ **Patient coiffé du visiocasque : assis ou debout en fonction des EV et des objectifs fixés**
- ⇒ **Exposition à un EV de niveau d'anxiété faible**
- ⇒ **Patient exposé aux manifestations physiques et psychologiques de l'anxiété générée par l'EV**
- ⇒ **Feed back du thérapeute**
- ⇒ **+++ Tout ceci après Mise en place des techniques TCC présentées et apprises au patient**



- Semaine 1 :  
introduction aux TCC, modèle
- Semaine 2 à 6 :  
expositions
- Semaine 7:  
prévention de la rechute



# Quelles indications ?

- le trouble d'anxiété généralisé (TAG)
- le trouble obsessionnel compulsif (TOC)
- les phobies spécifiques (chats, chiens, serpents, araignées)
- l'anxiété sociale et le trouble panique
- l'acrophobie
- L'agoraphobie
- LE PTSD



# aviophobie



Fig. 2 No-FEAR Airlines "screenshots": Home, Psychoeducation and flight exposure scenario



- **Contre-indications :**
- **Epilepsies**
- **Migraines**
- **Troubles vestibulaires**
- **Troubles musculo-squelettiques**
- **Psychoses non équilibrées**
  
- **Difficultés**
- **Absence de « présence » du patient**
- **Mal des simulateurs (cinétose), cybermalaises**



# intérêts ?

- **Environnement maîtrisé : sécurité et confidentialité**
- **Gain de temps : les expositions ont lieu dans le bureau du thérapeute**
- **Coût économique moindre / Exposition in vivo**
- **Possibilité de répéter et d'augmenter le nombre d'expositions à l'infini**





- crédibilité, faisabilité, acceptabilité de la Technique
- Ne modifie pas l'alliance thérapeutique
- Efficacité équivalente à supérieure à l'exposition in vivo



# Limites de la TRV

- Technique récente
- Résultats à répliquer
- Manque de données sur de vastes cohortes
- Standardisation des protocoles
- Intégration dans les programmes de soin



# Le Futur ?

- Technologies de + en + performantes
- Combinaison avec le biofeedback
- Réalité augmentée
- Cubes tridimensionnels à 6 faces



# Cube d'immersion à 6 faces

Ensemble pour votre santé



Centre de santé et de services sociaux

Centre de santé et de services sociaux



Stéphane Bouchard / Université du Québec en Outaouais



# Le futur ?

Ensemble pour votre santé

RAMSAY  
SANTÉ

## Nouvelles applications ?

- Avatars et schizophrénies
- Prévention de la chute en neurogériatrie
- ...



# Merci de votre attention

Ensemble pour votre santé



Ensemble pour votre santé

Ensemble pour votre santé

