



Troubles de Stress Post-Traumatique (TSPT) chez le Sujet Âgé : état des lieux et approches thérapeutiques

**TSPT du sujet âgé : quelles Interventions Non
Médicamenteuses (INM) et psychothérapeutiques ?**

A.-J. VAILLANT-CISZEWICZ (*Nice*)
Vaillant-ciszewicz.aj@chu-nice.fr



Plan de la présentation

- 1) Les psychothérapies et les recommandations internationales
- 2) Les interventions sociales ou communautaires
- 3) Les interventions non médicamenteuses ou les interventions complémentaires





Le TSPT chez la
personne
âgée...Un
trouble encore
trop peu repéré
et
diagnostiqué...

Evitement et isolement

Cauchemars / troubles du sommeil

Reviviscence

Hyper
vigilance



Irritabilité et labilité
de l'humeur

Ruminations



1) Les
psychothérapies
du TSPT adaptées
à la personne de
+ de 65 ans

Les psychothérapies



Les Thérapies Cognitives et
Comportementales (TCC)



La thérapie d'exposition
prolongée



L'EMDR (Eye Movement
Desensibilization and
Reprocessing)

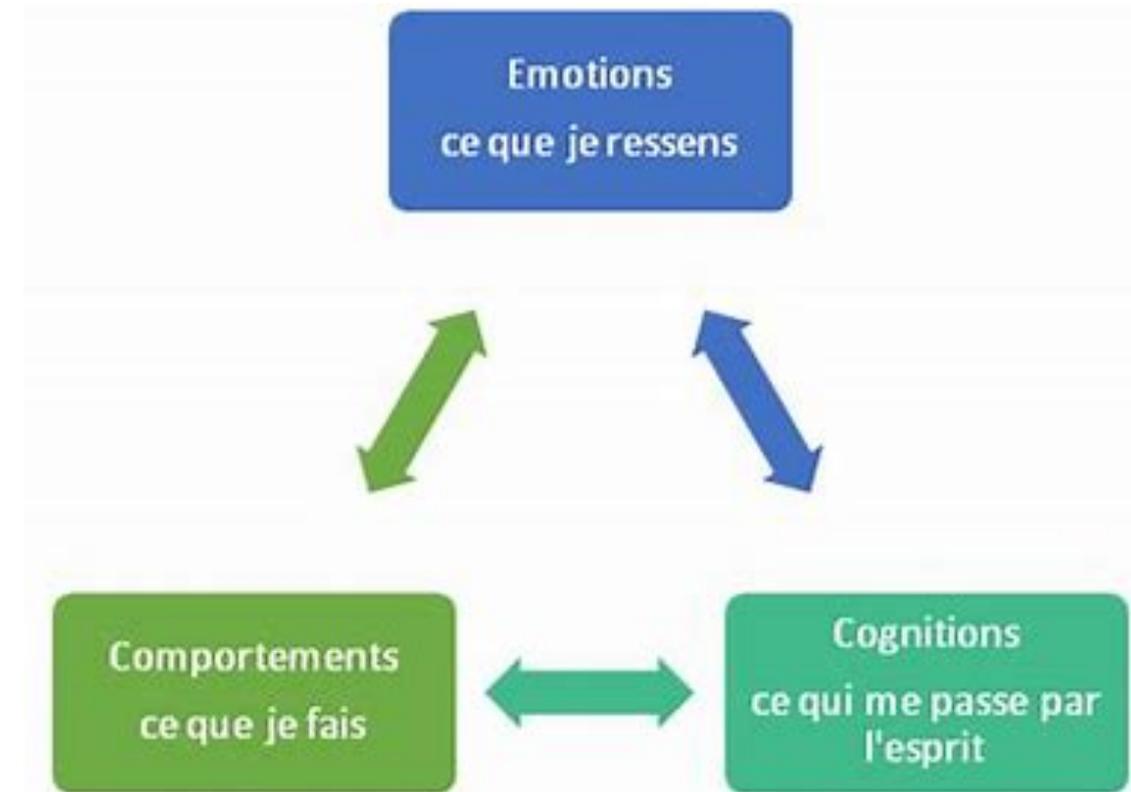


Les Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC)



Les Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC)

- **Définition:** Les TCC constituent une approche psychothérapeutique qui vise à modifier les pensées et comportements dysfonctionnels.
- **Principe:** Basée sur l'idée que les pensées, les émotions et les comportements sont interconnectés.
- **Objectif:** Aider les patients à identifier et changer les pensées négatives et les comportements problématiques.



Efficacité des TCC chez le sujet âgé

- **Recherche:** Plusieurs études montrent l'efficacité de la TCC pour réduire les symptômes du TSPT chez les personnes âgées.

- **Résultats:** Amélioration significative des symptômes, meilleure qualité de vie, activation des ressources.

- **Adaptations:** Prise en compte des besoins spécifiques des personnes âgées (ex. mémoire, rythme de la thérapie).

Randomized Controlled Trial > Am J Geriatr Psychiatry. 2017 Aug;25(8):878-888.

doi: 10.1016/j.jagp.2017.02.024. Epub 2017 Mar 2.

Efficacy and Feasibility of a Therapist-Guided Internet-Based Intervention for Older Persons with Childhood Traumatization: A Randomized Controlled Trial

Christine Knaevelsrud ¹, Maria Böttche ², Robert H Pietrzak ³, Harald Jürgen Freyberger ⁴, Philipp Kuwert ⁴

Affiliations + expand

PMID: 28365000 DOI: 10.1016/j.jagp.2017.02.024





Autres études intéressantes

Review

Gulf War Illness: A Systematic Review of Therapeutic Interventions and Management Strategies [Internet]

Michele Freeman, Shannon M. Nugent, Chelsea K. Ayers, Kara A. Winchell, Ashlyn Press, Maya E. O'Neil, Devan Kansagara

Washington (DC): Department of Veterans Affairs (US); 2020 Apr.
[VA Evidence-based Synthesis Program Reports.](#)

PMID: 33289985 Bookshelf ID: [NBK565211](#)

[Free Books & Documents](#)

Tcc niveau de preuve > aux autres thérapies comme le MPC

Randomized Controlled Trial > [J Clin Psychol.](#) 2013 Oct;69(10):1026-42.

doi: [10.1002/jclp.21970](#). Epub 2013 Apr 29.

Efficacy of a cognitive-behavioral treatment for insomnia and nightmares in Afghanistan and Iraq veterans with PTSD

[Skye Ochsner Margolies](#)¹, [Bruce Rybarczyk](#), [Scott R Vrana](#), [David J Leszczyszyn](#), [John Lynch](#)

Affiliations + expand

PMID: 23629959 DOI: [10.1002/jclp.21970](#)

La Tcc avec une technique de visualisation permet de réduire les troubles du sommeil

Conclusions sur la TCC

- La TCC est une thérapie efficace pour le TSPT chez les personnes âgées, adaptable à leurs besoins spécifiques.
- Offre une alternative ou un complément aux traitements médicamenteux.
- Adoption de la TCC dans les pratiques cliniques pour le traitement des personnes âgées souffrant de TSPT.



Cette photo de Auteur inconnu est fournie sous licence [CC BY-ND](#).



La thérapie d'exposition prolongée (EP)



2. La thérapie d'exposition prolongée (EP)

- **Définition:** La thérapie d'exposition prolongée est une forme de TCC qui aide les patients à faire face aux souvenirs traumatiques en les confrontant de manière progressive et contrôlée.
- **Principe:** Basée sur le concept d'habituation, où l'exposition répétée à une situation stressante réduit progressivement la réponse émotionnelle.
- **Objectif:** Réduire l'anxiété et les symptômes du TSPT en confrontant les souvenirs traumatiques dans un environnement sécurisé.



Les différentes techniques utilisées en EP

- **Exposition en imagination:** Le patient se remémore le souvenir traumatique de manière répétée pour réduire l'impact émotionnel.
- **Exposition in vivo:** Le patient confronte progressivement les situations réelles qu'il évite en raison du traumatisme.
- **Restructuration cognitive:** Aide à modifier les pensées dysfonctionnelles liées au traumatisme.



Cette photo de Auteur inconnu est fournie sous licence [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Efficacité de la EP chez la personne âgée

- **Recherche:** Études montrent que la EP est efficace pour réduire les symptômes du TSPT chez les personnes âgées
- **Résultats:** Réduction significative de l'anxiété, des flashbacks/hypervigilance et des cauchemars.
- **Adaptations:** Techniques ajustées pour tenir compte de la santé physique et cognitive des personnes âgées, EP + autres stratégies peuvent montrer un meilleur résultat.

[Randomized Controlled Trial](#) > [Depress Anxiety](#). 2019 Feb;36(2):162-169.

doi: 10.1002/da.22871. Epub 2018 Dec 21.

Residual symptoms following prolonged exposure and present-centered therapy for PTSD in female veterans and soldiers

Paula P Schnurr ^{1 2}, Carole A Lunney ¹

Affiliations + expand

PMID: 30576030 DOI: [10.1002/da.22871](#)

--

[Randomized Controlled Trial](#) > [Depress Anxiety](#). 2019 Feb;36(2):162-169.

doi: 10.1002/da.22871. Epub 2018 Dec 21.

Residual symptoms following prolonged exposure and present-centered therapy for PTSD in female veterans and soldiers

Paula P Schnurr ^{1 2}, Carole A Lunney ¹

Affiliations + expand

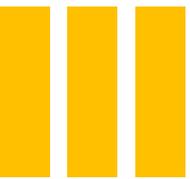
PMID: 30576030 DOI: [10.1002/da.22871](#)

--

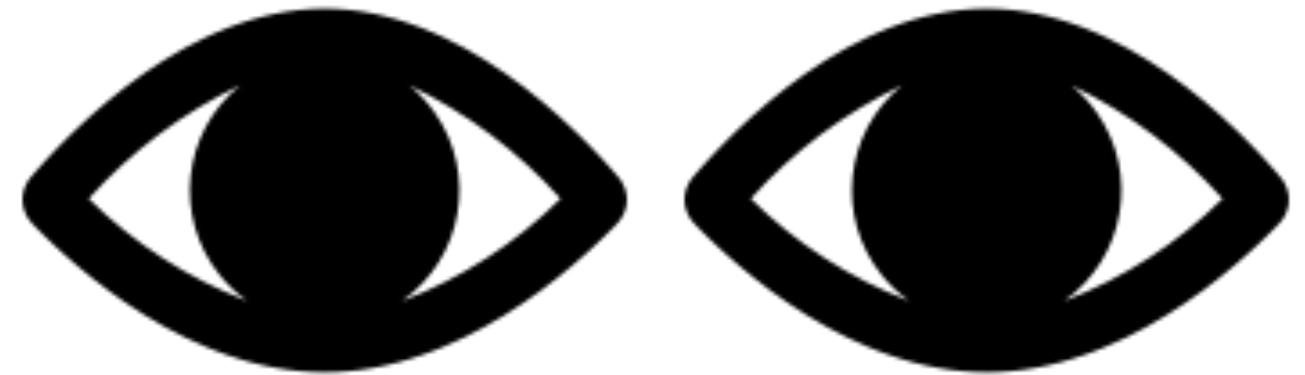
Conclusions sur la EP

- La EP est une thérapie éprouvée pour le TSPT chez les personnes âgées, avec des adaptations spécifiques pour cette population.
- Fournit une méthode structurée et efficace pour gérer les symptômes du TSPT.
- Utilisation de la EP dans les pratiques cliniques pour traiter les personnes âgées atteintes de TSPT.



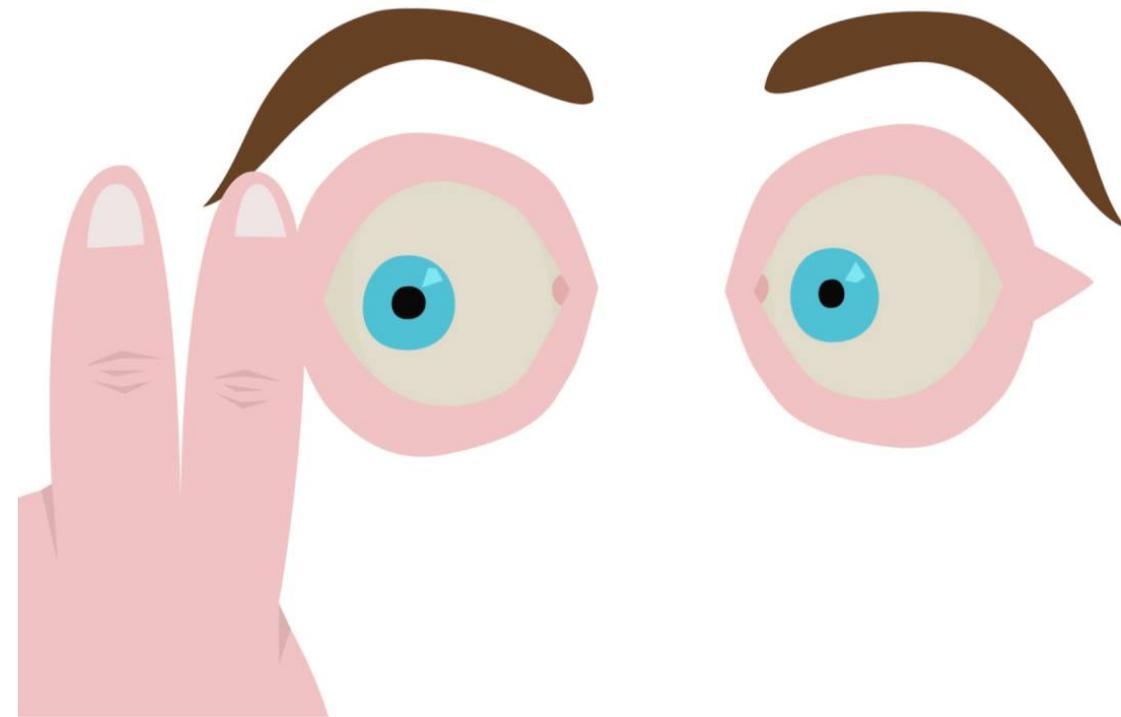


La thérapie EMDR



Thérapie EMDR (Désensibilisation et Retraitement par les Mouvements Oculaires)

- Définition:** EMDR est une approche psychothérapeutique qui utilise les mouvements oculaires pour aider à retraiter les souvenirs traumatiques.
- Principe:** Basée sur l'idée que les souvenirs traumatiques non traités sont stockés de manière dysfonctionnelle dans le cerveau.
- Objectif:** Aider les patients à retraiter ces souvenirs pour réduire les symptômes du TSPT.



Efficacité de l'EMDR chez les Personnes Âgées

- Recherche:** Études montrent que l'EMDR est efficace pour réduire les symptômes du TSPT chez les personnes âgées.
- Résultats:** Amélioration significative de l'état émotionnel et de la qualité de vie.
- Adaptations:** Ajustements spécifiques pour les personnes âgées, comme le rythme des séances et type de stimulations.



European Psychiatry

Article contents

Abstract

Application of EMDR in the Treatment of Older People with a History of Psychological Trauma

Published online by Cambridge University Press: 15 April 2020

E. Mikhailova

Show author details

Article Comments Metrics



Abstract

Core share and HTML view are not available for this content. However, as you have access to this content, a full PDF is

Access

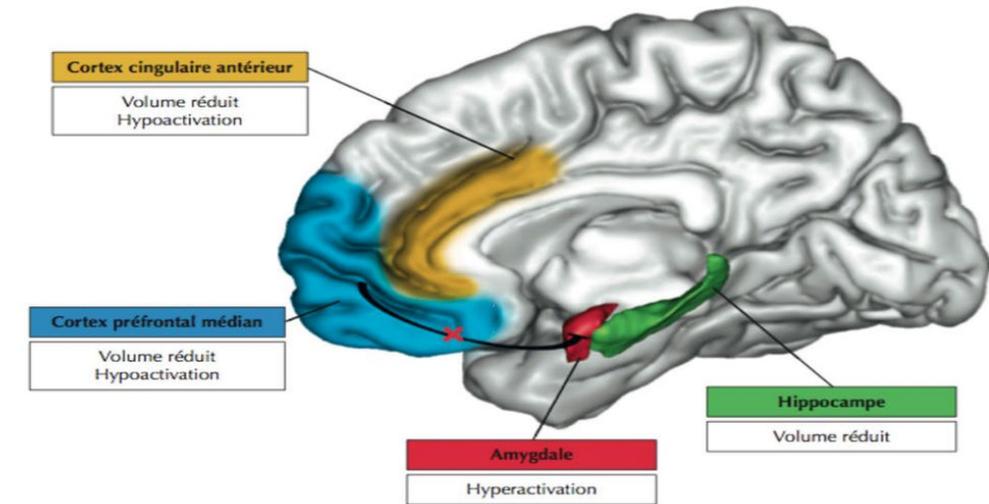
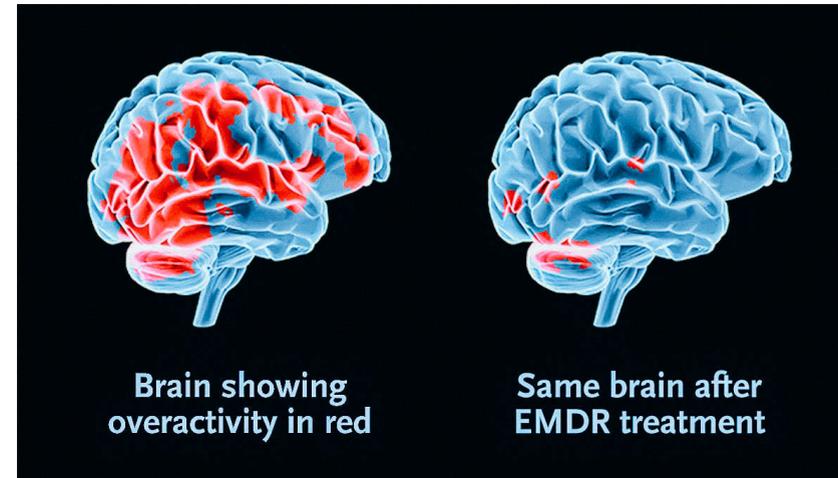
5

Cited by

28 femmes entre 70-85 ans

Protocole en 8 phases EMDR

Résultats : diminution symptômes TSPT, anxiété, amélioration du sommeil et diminution des plaintes somatoformes

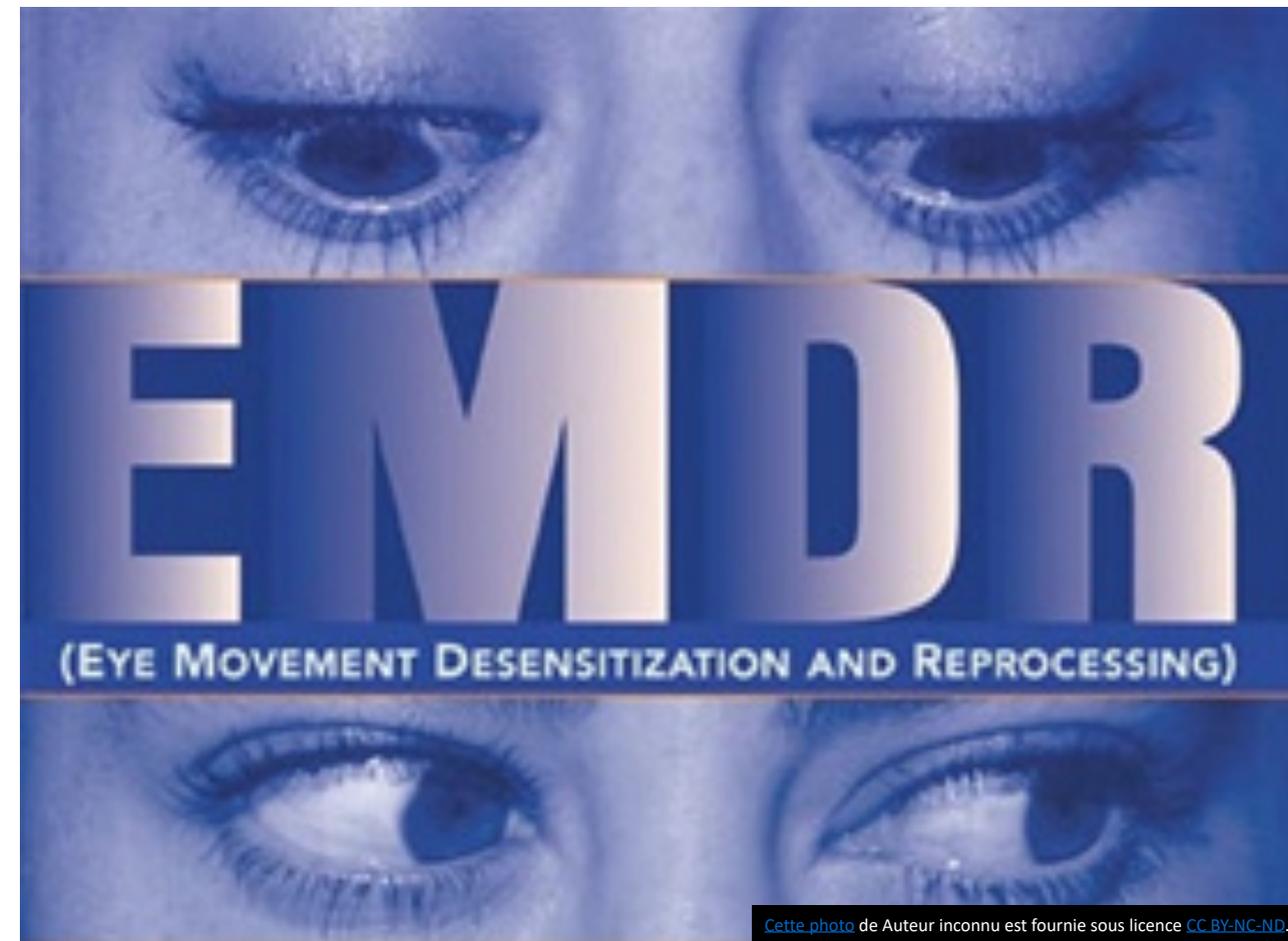


Technique de l'EMDR

- **Mouvements oculaires:** Le patient suit les mouvements des doigts du thérapeute pour aider à retraiter les souvenirs.
- **Stimulation bilatérale alternée (SBA):** Peut inclure des tapotements ou des sons alternés pour stimuler les deux côtés du cerveau.
- **Séquences thérapeutiques:** Huit phases de traitement, de l'histoire du patient à la réévaluation.

Le protocole EMDR

- Etape 1 : HISTOIRE DU PATIENT
- Etape 2 : PREPARATION
- Etape 3 : EVALUER LES CIBLES
- Etape 4 : DESENSIBILISATION
- Etape 5 : INSTALLATION
- Etape 6 : SCANNER CORPOREL
- Etape 7 : CLOTURE
- Etape 8 : REEVALUATION



Les études sur EMDR et sujets âgés avec et sans troubles cognitifs

EMDR et Troubles cognitifs légers	EMDR troubles cognitifs +++	EMDR / aidants
Hyer, Lee. (1995). Use of EMDR in a "dementing" PTSD survivor.. Clinical Gerontologist: The Journal of Aging and Mental Health. 16. 70-73.	Amano, Tamaki; Toichi, Motomi (2015), EMDR on the spot, Journal of EMDR Practice and Research, Volume 9, Number 3, pp. 105E-122E(18)	Botte, Lynn Culler, Cleveland, Hugenschmidt, Johanson, Shaw, Wilson, Yang (2018), Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR): A novel application for persons with dementia (PWD) and their care partners (CP), Alzheimer's & Dementia, vol 14, JULY 2018, Page P1328.

Conclusion sur EMDR et les personnes âgées



- L'EMDR est une thérapie efficace pour le TSPT chez les personnes âgées, avec des adaptations spécifiques pour cette population.
- Offre une méthode novatrice et prouvée pour traiter les souvenirs traumatiques.
- Adoption de l'EMDR dans les pratiques cliniques pour traiter les personnes âgées atteintes de TSPT.

Aménagement EMDR et TNC

Effacité de la méthode EMDR-sur-le-champ pour le traitement de symptômes comportementaux chez des patients atteints d'une démence sévère

Tamaki Amano

École de médecine de l'université de Kyoto, Japon

*Organisation pour la promotion la recherche sur les troubles développementaux,
Maison de repos pour personnes âgées du Japon, Kiyosumien, Japon*

Motomi Toichi

École de médecine de l'université de Kyoto, Japon

Organisation pour la promotion la recherche sur les troubles développementaux, Japon

The Applicability and Effect of EMDR in a Patient With a Mild Stage of Alzheimer's Disease

Martje van der Wielen 

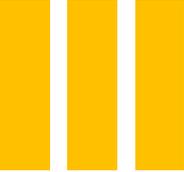
Department of Medical Psychology, Amphia Hospital, Breda, the Netherlands

Hanneke Robben

Department of Medical Psychology, Amphia Hospital, Breda, the Netherlands

Ruth E. Mark 

Department of Cognitive Neuropsychology, Tilburg University, Tilburg, the Netherlands



Les
recommandations des
psychothérapies du TSPT
de l'adulte à l'
international



Les approches ou thérapies à niveau de preuves dans le TSPT chez l'adulte



AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION



NICE National Institute for
Health and Care Excellence



Phoenix
A U S T R A L I A

Les approches ou thérapies à niveau de preuves dans le TSPT chez l'adulte

Recommandations fortes

Recommandations modérés

Recommandations très faibles

Insuffisantes

Emergentes

La psychothérapie EMDR

La thérapie cognitivo-comportementale (TCC)

Emotional Freedom technics (EFT)

Les thérapies par exposition (narrative ou RV)

La psychothérapie psychodynamique

La relaxation

La REM

La reconsolidation de la mémoire traumatique

La psychoéducation

Pas de recommandations spécifiques PA même si aux Etats unis des programmes sont développés pour les vétérans.



This is a screenshot of a web page from the U.S. Department of Veterans Affairs. The page is titled 'PTSD: National Center for PTSD'. At the top, there is a navigation bar with links for 'Health', 'Benefits', 'Burials & Memorials', 'About VA', 'Resources', 'Media Room', 'Locations', and 'Contact Us'. A search bar and a 'Get help from Veterans Crisis Line' button are also visible. The main content area features a section for 'Continuing Education' with a sub-section for 'PTSD and Aging'. This section includes details such as 'Date Created: 06/30/2020', 'Time to Complete: 1 hour', 'Credits: ANCC, APA, ASWB, ACCME, Other Orgs', 'Skill Level: Intermediate', and 'Course Series: PTSD 101'. There is a 'Start Learning' button and a small image of an elderly person sitting outdoors. A 'QUICK LINKS' section at the bottom left contains a 'Hospital Locator' with a 'Zip Code' input field and a 'Go' button.



HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

RECOMMANDER LES BONNES PRATIQUES

**NOTE DE
CADRAGE**

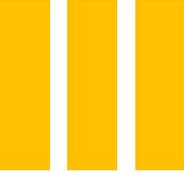
Évaluation et prise en charge des syndromes psychotraumatiques

Enfants et adultes

Validée par le Collège le 14 octobre 2020

Date de la saisine : 1er juin 2017

Demandeur : DGS-DGOS



2. Les interventions sociales et communautaires



Les interventions sociales et communautaires

- **Définition:** Les interventions sociales et communautaires incluent des activités de groupe et des programmes communautaires visant à soutenir les personnes âgées atteintes de TSPT.
- **Principe:** Basées sur l'idée que le soutien social et les interactions communautaires peuvent jouer un rôle crucial dans la gestion du TSPT.
- **Objectif:** Améliorer la qualité de vie et réduire les symptômes du TSPT grâce à un soutien social et communautaire.



Cette photo de Auteur inconnu est fournie sous licence [CC BY-SA-NC](#).

Groupe de soutien et thérapie de groupe

- **Groupes de soutien:** Réunions régulières où les participants peuvent partager leurs expériences et recevoir un soutien émotionnel.
- **Thérapies de groupe:** Sessions dirigées par un thérapeute professionnel, centrées sur des techniques thérapeutiques spécifiques.
- **Avantages:** Réduction de l'isolement social, sentiment de communauté, partage d'expériences, développement de stratégies d'adaptation.



Programme de soutien communautaire

- **Définition:** Programmes offerts par des organisations communautaires, souvent gratuit ou à faible coût.
- **Types de programmes:** Activités sociales, ateliers, événements communautaires.
- **Exemples:** Clubs de loisirs pour personnes âgées, programmes d'exercices physiques, cours d'art ou de musique.



Thérapies basées sur la pleine conscience

- **Définition:** Techniques de méditation et de pleine conscience visant à aider les individus à se concentrer sur le moment présent et à réduire le stress.
- **Avantages pour les personnes âgées:** Réduction du stress, amélioration de la qualité du sommeil, meilleure gestion des émotions.
- **Exemples de techniques:** Méditation guidée, respiration consciente, exercices de relaxation.





Quelques études sur le soutien social dans le cadre du TSPT... Peu de littérature sur les PA en dehors des vétérans

Review > [Eur J Psychotraumatol](#). 2021 Feb 4;12(1):1851078.

doi: [10.1080/20008198.2020.1851078](#). eCollection 2021.

Self-reported PTSD symptoms and social support in U.S. military service members and veterans: a meta-analysis

[Rebecca K Blais](#)¹, [Vanessa Tirone](#)², [Daria Orłowska](#)³, [Ashton Lofgreen](#)², [Brian Klassen](#)², [Philip Held](#)², [Natalie Stevens](#)², [Alyson K Zalta](#)⁴

Affiliations + expand

PMID: [34992740](#) PMCID: [PMC8725779](#) DOI: [10.1080/20008198.2020.1851078](#)

Review > [J Trauma Stress](#). 2013 Jun;26(3):310-8. doi: [10.1002/jts.21809](#). Epub 2013 May 13.

Support mechanisms and vulnerabilities in relation to PTSD in veterans of the Gulf War, Iraq War, and Afghanistan deployments: a systematic review

[Breanna K Wright](#)¹, [Helen L Kelsall](#), [Malcolm R Sim](#), [David M Clarke](#), [Mark C Creamer](#)

Affiliations + expand

PMID: [23670878](#) DOI: [10.1002/jts.21809](#)



3. Les interventions non médicamenteuses ou les interventions complémentaires



- Définition: Interventions non médicamenteuses et interventions complémentaires pour le traitement du TSPT.
- Objectif: Améliorer le bien-être global et réduire les symptômes sans utiliser de médicament.



La thérapie assistée par l'animal

- Définition:** Utilisation des interactions avec des animaux pour améliorer la santé mentale et émotionnelle.
- Principe:** Les interactions avec des animaux peuvent réduire le stress, l'anxiété et améliorer le bien-être émotionnel.
- Avantages pour le TSPT:** Réduction de l'anxiété, amélioration de l'humeur, sentiment de calme et de réconfort.

Review > J Evid Inf Soc Work. 2016 Sep-Oct;13(5):452-7.

doi: 10.1080/23761407.2016.1166841. Epub 2016 May 21.

Animal Assisted Therapy and Trauma Survivors

Debra Mims ¹, Rhondda Waddell ²

Affiliations + expand

PMID: 27210487 DOI: 10.1080/23761407.2016.1166841

Randomized Controlled Trial > Mil Med Res. 2018 Jan 19;5(1):3.

doi: 10.1186/s40779-018-0149-6.

Effects of therapeutic horseback riding on post-traumatic stress disorder in military veterans

Rebecca A Johnson ^{1 2}, David L Albright ³, James R Marzolf ⁴, Jessica L Bibbo ⁵, Hayley D Yaglom ⁶, Sandra M Crowder ⁷, Gretchen K Carlisle ⁷, Amy Willard ⁸, Cynthia L Russell ⁹, Karen Grindler ¹⁰, Steven Osterlind ¹¹, Marita Wassman ¹², Nathan Harms ⁸

Affiliations + expand

PMID: 29502529 PMCID: PMC5774121 DOI: 10.1186/s40779-018-0149-6

Yoga, méditation et activité physique

•Yoga et Méditation:

- **Définition:** Combinaison de postures, respiration et méditation pour le yoga ; techniques de pleine conscience pour la méditation.
- **Avantages:** Réduction du stress, amélioration de la flexibilité, réduction de l'anxiété, amélioration de la concentration.

•Activité Physique:

- **Définition:** Exercice physique régulier comme la marche, la natation, le tai-chi.
- **Avantages:** Réduction du stress, amélioration de la santé physique et mentale, augmentation de l'énergie et de la motivation.



Review > Clin Psychol Rev. 2017 Dec;58:115-124. doi: 10.1016/j.cpr.2017.10.004.

Meditation and yoga for posttraumatic stress disorder: A meta-analytic review of randomized controlled trials

Autumn M Gallegos¹, Hugh F Crean², Wilfred R Pigeon³, Kathi L Heffner⁴

Affiliations + expand

PMID: 29100863 PMCID: PMC5939561 DOI: 10.1016/j.cpr.2017.10.004

Review > Fed Pract. 2022 Apr;39(4):158-166. doi: 10.12788/fp.0248. Epub 2022 Apr 12.

Exercise to Reduce Posttraumatic Stress Disorder Symptoms in Veterans

Daniel J Reis^{1 2 3}, Melinda A Gaddy^{1 4}, Guoqing J Chen⁴

Affiliations + expand

PMID: 35756827 PMCID: PMC9217079 DOI: 10.12788/fp.0248

Thérapie par les arts : art-thérapie et musicothérapie pour le TSPT de l'adulte

•**Art-thérapie:** Utilisation de la création artistique pour exprimer des émotions.

- **Avantages:** Réduction de l'anxiété, amélioration de l'humeur.

•**Musicothérapie:** Utilisation de la musique pour promouvoir la guérison.

- **Avantages:** Réduction du stress, amélioration de l'humeur



> [J Altern Complement Med. 2020 Mar;26\(3\):198-203. doi: 10.1089/acm.2019.0368.](#)
Epub 2020 Jan 27.

Collaborative Songwriting Intervention for Veterans with Post-Traumatic Stress Disorder

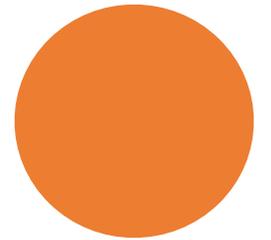
[Wald Hirschberg](#)^{1 2}, [Louisa G Sylvia](#)^{1 2}, [Edward C Wright](#)^{1 2}, [Carina T Gupta](#)¹,
[Eugene D McCarthy](#)¹, [Laura K Harward](#)¹, [Elizabeth M Goetter](#)^{1 2}, [Heidi Boland](#)¹,
[Ivan Tanev](#)^{1 2}, [Thomas J Spencer](#)^{1 2}

Icons + expand

85263 DOI: [10.1089/acm.2019.0368](#)

Conclusion sur les INM et thérapies alternatives du TSPT

- Les interventions alternatives offrent des approches diversifiées et complémentaires au traitement du TSPT chez les personnes âgées.
 - **Médiation Animale:** Réduction de l'anxiété et amélioration de l'humeur.
 - **Yoga/Méditation:** Réduction de l'anxiété et amélioration de la qualité de vie.
 - **Activité Physique:** Amélioration de la santé physique et mentale, réduction des symptômes de TSPT.
 - **Thérapies par les Arts:** Amélioration de l'humeur et réduction du stress.
- **Encouragement:** Intégration de ces méthodes dans les pratiques cliniques
- Niveau de preuve plus faible...



TSPT chez la PA sans TNC	TSPT chez la PA avec TNC léger à modéré	TSPT chez la PA avec TNC majeur et TPC
--------------------------	-----------------------------------------	----------------------------------------

<p>Psychothérapies TCC, EMDR et thérapies d'exposition avec un professionnel de la santé : médecin ou psychologue formé à la gérontopsychiatrie et sensibilisé au TSPT</p> <p>Soutien social +++</p> <p>Rompre l'isolement</p> <p>INM : Yoga, méditation, activité physique</p> <p>Suivi médical ++ Réévaluation avec le thérapeute de l'avancée de la psychothérapie</p>	<p>Psychothérapies TCC , EMDR et thérapies d'exposition avec un professionnel de la santé médecin ou psychologue adaptation nécessaire des protocoles TCC/EMDR/EP + aidants</p> <p>Soutien social +++</p> <p>Rompre l'isolement</p> <p>INM : Yoga, méditation, activité physique</p> <p>Suivi médical ++ Réévaluation avec le thérapeute de l'avancée de la psychothérapie</p>	<p>Enquête étiologique (modèle TCC) sur les troubles psycho comportementaux (TPC) et le lien avec les événements de vie marquants -> thérapie de la validation (Naomie Fail) -> EMDR sur le champ (même si niveau de preuve faible)</p> <p>INM ++++</p> <p>Environnement +++ (physique, social et relationnel)</p> <p>Suivi médical ++ Réévaluation avec l'ensemble de l'équipe pluridisciplinaire autour du patient (EHPAD -> PAP)</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Proposition de thérapeutiques non médicamenteuses en fonction de l'absence ou de la présence de TNC pour les patients âgés qui présentent un tableau clinique de Trouble de Stress Post Traumatique (DSM5).



Source : A-J Vaillant-Ciszewicz, SF3PA.

Merci pour
votre
attention



5^e Congrès

**Société Francophone
de Psychogériatrie et de
Psychiatrie de la Personne Âgée**



SF3PA

**Vieillissement des pathologies psychiatriques
Jeudi 6 et vendredi 7 JUIN 2024**

Faculté de Droit et de Science Politique - MONTPELLIER

www.sf3pa-congres.com

The poster features a green header with the text '5e Congrès'. Below it, the organization's name is written in blue and orange. A central logo depicts a globe with blue and green segments. The event details, including dates and location, are listed in green and orange. At the bottom, the website URL is provided in blue. On the left side of the poster, there is a photograph of a classical building facade with a statue. On the right side, there are two large, overlapping triangles, one blue and one orange.