

TCSP

TROUBLE DU COMPORTEMENT EN SOMMEIL PARADOXAL

Les pathologies du sommeil modifient le comportement des dormeurs, mais aussi leur contenu onirique. Il existe différents types de cauchemars selon les pathologies.

Le cauchemar qui suit a été illustré d'après le récit d'une patiente avec TCSP.

Ce trouble survient pendant le sommeil paradoxal. Voici dans un premier temps les principales caractéristiques d'un cauchemar de type TCSP.



ÉMOTIONS

Le sentiment de menace ou de mise en danger est l'un des aspects récurrents lors des cauchemars vécus par les personnes atteintes de TCSP. Il s'agit souvent d'un scénario où le rêveur est agressé par une personne ou un animal.

Ce sentiment est produit par l'amygdale, zone du cerveau qui régit les émotions

telles que la peur.



RÉACTION

Les personnes atteintes de TCSP sont victimes de cauchemars très agités. Les émotions négatives liées au danger provoquent généralement l'agressivité du rêveur.

L'activation du cortex moteur donne lieu à une réaction violente qui s'inscrit dans le déroulement du cauchemar (cris, gestes brutaux, coups).



COMPORTEMENT

Les comportements adoptés durant le rêve sont reproduits dans la réalité. Les personnes atteintes de ce trouble peuvent tomber du lit, se blesser ou blesser leur conjoint.

Ceci est dû à la désactivation du locus subcœruleus, une région du cerveau qui a pour fonction d'inhiber les informations motrices, et ainsi bloquer les mouvements (atonie).

CONSEILS & TRAITEMENTS

Le TCSP ne doit pas être confondu avec le somnambulisme, qui atteint des enfants ou jeunes adultes, et dont le comportement se traduit par une déambulation, l'action de se mettre debout, les yeux ouverts, ou encore un réveil brutal en position assise.

Le TCSP survient généralement après 50 ans, et répond très bien au traitement médicamenteux, notamment à la mélatonine et au clonazépam.



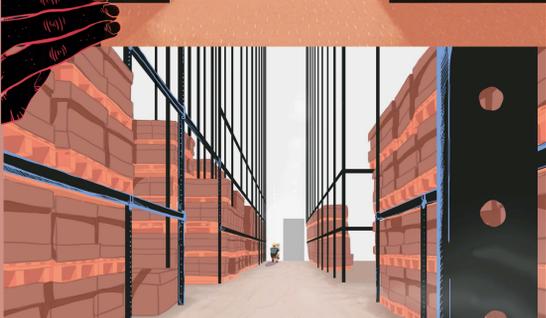
éviter de placer des objets cassants à proximité du lit.



placer un traversin au milieu du lit, ou bien dormir séparément.



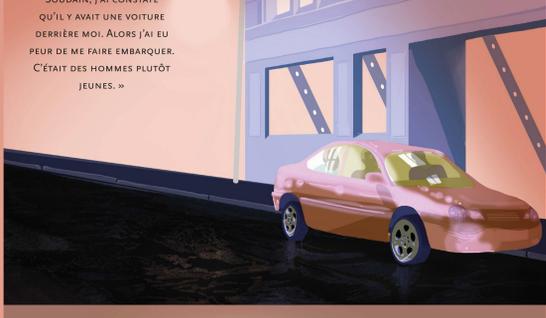
« JE VISITAIS UNE MAISON DE STYLE JAPONAIS AVEC DES CLOISONS EN BOIS. LE RÊVE ÉTAIT EN COULEURS. EN POUSSANT LES CLOISONS, JE PASSAIS DE L'AUTRE CÔTÉ, DANS UNE PIÈCE AVEC UN LIT SUPERPOSÉ. »



« ENSUITE, SANS TRANSITION, JE ME SUIS RETROUVÉE DANS UN ENTREPÔT OÙ J'AI EU UNE DISCUSSION AVEC UN ÉLECTRICIEN QUE JE TROUVAIS SYMPATHIQUE. »



« ET PUIS, J'AI MARCHÉ SUR LE BORD D'UNE ROUTE. SOUDAIN, J'AI CONSTATÉ QU'IL Y AVAIT UNE VOITURE DERRIÈRE MOI. ALORS J'AI EU PEUR DE ME FAIRE EMBARQUER. C'ÉTAIT DES HOMMES PLUTÔT JEUNES. »



« L'ÉLECTRICIEN MARCHAIT DEVANT MOI. J'AI AGRIPPÉ SON TEE-SHIRT. IL S'EST RETOURNÉ, ET JE ME SUIS RENDUE COMPTE QUE JE NE POUVAIS PAS COMPTER SUR LUI POUR ME DÉFENDRE. J'AI EU LE SENTIMENT QU'IL N'ALLAIT PAS ME TIRER D'AFFAIRE... »



« À CE MOMENT-LÀ, J'AI DONNÉ UN VIOLENT COUP DE POING DANS LA VITRE DE LA VOITURE. »



« LA VOITURE S'EST RENVERSÉE, ET JE ME SUIS RETROUVÉE PAR TERRE. »

