

TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE

Un événement est dit **traumatique** lorsqu'une personne est confrontée à la mort, à la peur de mourir ou lorsque son intégrité physique ou celle d'une autre personne a pu être menacée, causant une peur intense, un sentiment d'impuissance ou un sentiment d'horreur (American Psychiatric Association, 1994).

Le **trouble de stress post-traumatique (TSPT)** est donc un trouble en réaction à l'événement traumatique vécu ou dont on a été témoin et dépassant un mois. Ce trouble est défini par la présence de symptômes, tels que :

- **Revivre continuellement l'événement**, en pensées ou en cauchemar (reviviscence)
- **Chercher à éviter ce qui peut rappeler** le traumatisme vécu (évitement, engourdissement émotionnel)
- **Être continuellement aux aguets** et en état d'hyper-vigilance malgré l'absence de danger (hyperéveil)

L'**intensité et la durée** du trouble post-traumatique est variable, pouvant être de quelques semaines à quelques années. Il est défini par la présence de symptômes dépassant un mois.

Les autres troubles pouvant survenir après un événement traumatique

- Dépression majeure qui s'observe par une lassitude extrême, fatigue, désintérêt général, etc.
- Troubles anxieux, problèmes de santé, troubles de sexualité
- Abus de drogues, alcool, médicaments

Il est également possible qu'un trouble de stress post-traumatique survienne plusieurs mois, même plusieurs années plus tard, suite à un événement déclencheur (anniversaire de l'événement, perte d'un être cher, perte d'autonomie, mise à la retraite, etc.).

Source: Société canadienne de psychologie (www.cpa.ca). Informations issues du site internet www.info-trauma.org

**Votre PAE offre des services professionnels auprès d'intervenants qualifiés,
possédant les expertises nécessaires pour vous aider.**

Votre programme d'aide aux employés : service rapide, gratuit, confidentiel

24 HEURES sur 24 • 7 JOURS sur 7

Sans frais • 1.800.525.0997 | Rouyn-Noranda • 819.797.5116

Août 2017 | Collaboration : A. Gervais

Val-d'Or • 819.874.0997

www.consultantsbch.com

