

# Hypocondrie, une maladie difficile à soigner



LA CHRONIQUE SEXO  
D'ANNE DEVAUX

**Infidélité  
et mensonge**

**ANXIÉTÉ** De l'inquiétude exagérée ou passagère pour notre santé au trouble hypocondriaque, il existe un fossé de souffrance psychique.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

L'apparition inopinée d'un contexte sanitaire très anxiogène, comme le SIDA il y a 40 ans ou le coronavirus aujourd'hui, réunit une série d'éléments susceptibles de renforcer les hypocondriaques dans leurs croyances erronées et de révéler la tendance à l'hypocondrie de tout un chacun. Méconnaissance de la maladie, divergences politiques et scientifiques et risque de contamination malgré les précautions recommandées suffisent pour que les plus confiants d'entre nous se réveillent un matin et assimilent des symptômes allergiques au Covid-19. Néanmoins, ces épisodes angoissants sont loin d'un véritable diagnostic d'hypocondrie. La maladie entraîne une souffrance profonde qui entrave le fonctionnement des personnes atteintes. Elles peuvent également souffrir d'autres pathologies, légères ou plus graves.

Le psychiatre Julien Elowe, chef de service à l'hôpital de Prangins, définit ce trouble psychiatrique «comme la préoccupation plus ou moins délirante centrée autour de la crainte ou l'idée d'être atteint d'une maladie grave. Cette préoccupation s'explique le plus souvent par une interprétation erronée de symptômes physiques ou psychiques bien pré-

sents et persiste malgré des investigations médicales bien conduites et rassurantes».

## Cercle vicieux

«C'est une maladie fréquente qui touche autant les hommes que les femmes», souligne pour sa part Nelson Feldman, psychiatre à Nyon. Selon le spécialiste «des parcours de vie compliqués, des traumatismes, des environnements familiaux dans lesquels l'anxiété des parents sur leur santé et celle de leurs enfants est élevée peuvent favoriser le développement de l'hypocondrie». Pour en poser le diagnostic, il faut qu'elle s'exprime sur une durée de six mois au minimum.



**Le sujet ne souhaite pas toujours une guérison mais plutôt une écoute et un accompagnement.»**

JULIEN ELOWE  
PSYCHIATRE  
À L'HÔPITAL DE PRANGINS

Les hypocondriaques ne sont pas des malades imaginaires. Leur maladie se manifeste par des symptômes bien réels fréquents dans les troubles an-



La pandémie a renforcé notre tendance hypocondriaque. SABPHOTO - STOCK.ADOBE.COM

xieux: tels que douleurs à la poitrine, douleurs aiguës chroniques, troubles digestifs, vertige, grande fatigue physique et mentale, troubles moteurs et sensitifs, fourmillements. Au-delà des examens médicaux nécessaires et suffisants,

les patients réclament d'autres investigations complémentaires. Cependant, la surenchère d'examen, dont certains sont intrusifs et aussi anxiogènes, comme une coloscopie ou un scanner, est susceptible de nourrir la maladie. Par ailleurs, l'obsession de l'hypocondriaque sur sa propre santé absorbe toute l'attention. L'impact sur les proches peut aller jusqu'à l'expression d'une souffrance collective.

## Paradoxe du patient

Les deux psychiatres, Julien Elowe et Nelson Feldman, soulignent à quel point la personne hypocondriaque est difficile à soigner et d'autant plus, si elle souffre également d'autres pathologies qui n'ont rien de psychique et qui renforcent sa préoccupation délirante. «Le sujet ne souhaite pas toujours une guérison mais attend plutôt d'être écouté et accompagné», précise Julien Elowe. La qualité de l'écoute doit être

à la hauteur du paradoxe qui caractérise l'hypocondriaque, à la recherche du corps médical, tant pour le convaincre que pour le contester.

A l'hôpital de Prangins, le traitement de l'hypocondrie est avant tout ambulatoire et basé essentiellement sur la psychothérapie. Nelson Feldman, qui pratique en ville, insiste sur une prise en charge pluridisciplinaire avec les médecins traitants du patient.

Les approches corporelles telles que «mind-fulness», méditation, relaxation ou encore sophrologie, peuvent soulager. Les hypocondriaques connaissent des accalmies et parfois des crises qui exigent une prise en charge immédiate, y compris médicamenteuse.

«Lorsque l'hypocondrie s'accompagne de comorbidités anxio-dépressives, et notamment d'idées suicidaires, une hospitalisation psychiatrique peut s'avérer nécessaire», précise Julien Elowe.

«Deux choses ne se pardonnent jamais en amour, l'infidélité et le mensonge.» Citation de Madeleine de Puisieux, tirée de son ouvrage «Les conseils à une amie» (1751). La preuve m'en a été donnée par ma grand-tante Gerd et ma grand-maman, toutes les deux cocues. Ce qui explique peut-être pourquoi tante Gerd ressemblait à un rhinocéros colérique et grand-maman préférerait Jésus à tous les hommes vivants.

Tant que le forfait n'est ni avoué ni découvert, tromperie et mensonge s'apparient. En Suisse, selon un sondage sur l'infidélité réalisé par le journal «20 minutes» en 2019, pile 69% des sondés affirmaient ne pas avoir été démasqués. Avec un nombre pareil, nul doute, l'infidélité est érotique. Mais, où commence la tromperie?

Quand le couple est banal, des pensées gourmandes ou un regard suffisent à planter la graine d'un cocuage. Un baiser fugace, une liaison virtuelle ou une escapade bien réelle et l'affaire est dans le sac. Mentir ou avouer, «on ne sait jamais avant ce qui sera la bonne décision», reconnaît Laurence Dispaux, sexologue au Centre de sexologie et couple de la Côte.

La question du mensonge divise tout le monde sauf dans les séries télévisées où aucun adultère ne résiste à la victoire cathartique de la vérité. Dans la vie, envisager que le mensonge reste enfoui, maintenant et pour toujours, n'est pas exclu. «La vérité peut se révéler catastrophique selon le moment où elle émerge. Si l'autre traverse un passage à vide qui le fragilise où s'il découvre inopinément l'infidélité, l'avenir du couple se joue à quitte ou double», précise Laurence Dispaux.

Cependant, la sexologue nous ramène là où la sexualité s'épanouit: le monde des fantasmes. Avant de tromper l'autre pour satisfaire une fantasmagorie individuelle, sans n'avoir rien à reprocher au couple, pourquoi ne pas partager son monde érotico-onirique avec l'être aimé. Statistiquement, il ou elle aussi nourrit des pensées inavouables dans lesquelles son ou ses partenaires ne vous ressemblent pas!

## La relation médecin/patient hypocondriaque

Médecin de famille au centre médical d'Aubonne qui appartient à l'Ensemble hospitalier de La Côte, Sébastien Jotterand dénonce le cliché qui caricature les citoyens hypocondriaques et les gens de la campagne qui ne seraient jamais affligés de cette souffrance. Dans sa patientèle, il constate que nous sommes tous un peu hypocondriaques à un moment ou à un autre. La plupart de ses patients s'expriment ouvertement à ce sujet et, dans ce cas, «nous renforçons le lien empathique si cela correspond à une angoisse profonde identifiée et reconnue», souligne le généraliste. Lorsque la relation avec le patient n'aboutit pas à la reconnaissance du trouble anxieux, le constat d'échec se manifeste par la rupture à l'initiative de ce dernier qui risque alors de se lancer dans un tourisme médical.

Une personne hypocondriaque peut ainsi errer longtemps. Le psychiatre Julien Elowe observe à propos de la relation médecin/hypocondriaque à quel point elle est «fortement altérée puisque le discours du médecin est souvent mis en échec par le patient, tous deux ayant comme objet d'intérêt le corps et/ou l'esprit. Cette relation est ainsi fondée sur le déni et la méfiance». Le spécialiste met en exergue la difficulté à combler le fossé lorsque la relation se base sur la parole et le vécu d'un côté et l'absence d'examen médicaux réputés fiables de l'autre. Julien Elowe n'étudie pas la spécificité propre à ces patients: «La symbolique de la rencontre entre le psychiatre et l'hypocondriaque peut d'emblée confronter ce dernier à un sentiment d'incompréhension voire d'incompétence du corps médical».

PUBLICITÉ

GHOL  
GROUPEMENT HOSPITALIER DE L'OUEST LÉMANIQUE

L'Association de soutien des Hôpitaux de l'Ouest lémanique accompagne le GHOL dans le développement de nombreux projets.

Les patient-e-s du district de Nyon sont les bénéficiaires de vos généreuses donations.

Nous vous en remercions sincèrement.

Rendez-vous sur [ghol.ch](http://ghol.ch) pour plus d'informations.

