

## Psycho-oncologie : anxiété et troubles anxieux en cancérologie

*Date : 21/10/2014*

# Sommaire

Psycho-oncologie : anxiété

<b>Introduction</b>	<b><u><a href="#">p 3</a></u></b>
<b>Définitions de l'anxiété et des troubles anxieux</b>	<b><u><a href="#">p 4</a></u></b>
<b>Diagnostic et clinique</b>	<b><u><a href="#">p 8</a></u></b>
<b>Signes cliniques</b>	<b><u><a href="#">p 9</a></u></b>
<b>Attaque de panique</b>	<b><u><a href="#">p 11</a></u></b>
<b>Troubles de l'adaptation avec anxiété</b>	<b><u><a href="#">p 12</a></u></b>
<b>Syndrome de stress post-traumatique (PTSD)</b>	<b><u><a href="#">p 13</a></u></b>
<b>Phases particulières</b>	<b><u><a href="#">p 15</a></u></b>
<b>Différencier humeur anxieuse et dépressive</b>	<b><u><a href="#">p 16</a></u></b>
<b>Autres causes d'anxiété</b>	<b><u><a href="#">p 17</a></u></b>
<b>Epidémiologie</b>	<b><u><a href="#">p 18</a></u></b>
<b>Facteurs de risque</b>	<b><u><a href="#">p 19</a></u></b>
<b>Dépistage</b>	<b><u><a href="#">p 20</a></u></b>
<b>Prise en charge psychosociale</b>	<b><u><a href="#">p 21</a></u></b>
<b>Traitements médicamenteux</b>	<b><u><a href="#">p 26</a></u></b>
<b>Arbres décisionnels</b>	<b><u><a href="#">p 32</a></u></b>
<b>Bibliographie</b>	<b><u><a href="#">p 34</a></u></b>
<b>Annexes (échelles d'évaluation)</b>	<b><u><a href="#">p 37</a></u></b>
<b>Contributeurs</b>	<b><u><a href="#">p 48</a></u></b>

## INTRODUCTION

**Sous estimer et sous traiter les états anxieux chez les patients atteints de cancer peut avoir des conséquences multiples :**

- **Perturbation des soins médicaux : risque de défaut de compliance aux soins (retard à la consultation, évitement, rupture de soins), perte de confiance vis-à-vis des soins ou du médecin** (Spencer, 2010)
- **Exacerbation de symptômes somatiques de la maladie ou des effets indésirables des traitements : nausées et vomissements anticipatoires, douleur...**
- **Difficultés** : de compréhension des informations, de communication médecin-malade (Spencer, 2010)
- **Association avec la dépression**
- **Détérioration de la qualité de vie indépendamment des états dépressifs** (Stark, 2000 ; Brown, 2010).

## DEFINITION DE L'ANXIETE (1)

- **L'anxiété est une émotion adaptative ; c'est aussi un sentiment pénible et souvent indéfinissable de peur sans objet, ou appliqué de manière disproportionnée à des événements réels**
- **Affect très courant chez le patient atteint de cancer et son entourage**
- **Du normal au pathologique : la limite est floue.**

## DEFINITION DE L'ANXIETE (2)

**En fonction de son intensité et de sa durée, elle peut correspondre :**

- à une phase normale, adaptative, transitoire, en réponse à la menace représentée par le cancer (incertitude, souffrance, mort) : réaction anxieuse simple (Dauchy, 2002) **qui peut persister 7 à 10 jours après une mauvaise nouvelle** (Holland, 1989)
- à un trouble de l'adaptation avec anxiété qui donne lieu à une détresse émotionnelle, un changement, un bouleversement chez l'individu, mais de durée assez brève et en relation avec les stress représentés par le cancer et ses implications thérapeutiques
- à un trouble anxieux avéré (anxiété généralisée, trouble phobique...) qui très souvent a précédé l'apparition du cancer (Kangas, 2005).

## DEFINITION DES TROUBLES ANXIEUX

**Un trouble anxieux doit être évoqué si l'anxiété est à la fois excessive et entraîne une souffrance clinique significative ou une altération du fonctionnement psychologique, social, professionnel ou dans d'autres domaines importants sur une durée suffisante.**

**Les troubles anxieux sont composés d'un groupe hétérogène, selon le DSM IV - TR (classification américaine des troubles mentaux)** (Traduction française Guelfi, 2003) :

- **Trouble Anxieux Généralisé (TAG)** = tendance pathologique aux soucis
- **Trouble Panique avec ou sans agoraphobie** = répétition invalidante d'attaques de panique et anxiété anticipatoire de faire de nouvelles attaques de panique
- **Phobies spécifiques** = crise d'angoisse face à des objets ou situations définies
- **Anxiété sociale** = anxiété créée par des situations sociales
- **Trouble Obsessionnel Compulsif (TOC)** = angoisse accompagnée d'idées obsédantes ou de rituels
- **Stress aigu** = anxiété aiguë dissociative après un trauma
- **Syndrome de stress post-traumatique (PTSD)** = anxiété chronique après un traumatisme.

# TROUBLES ANXIEUX EN CANCEROLOGIE

- **Peu d'études sur la spécificité des troubles anxieux rencontrés en cancérologie**
- **Le PTSD peut se développer après toute expérience traumatisante y compris le cancer**
- **La plupart des troubles anxieux semblent préexistants au cancer (TAG, phobie sociale...) mais peuvent apparaître ou être réactivés par le cancer et/ou ses traitements, surtout lors de certaines phases.**

## DIAGNOSTIC ET CLINIQUE en PRATIQUE ONCOLOGIQUE

Selon la durée on distingue :	DIAGNOSTIC	MOMENT TYPIQUE de SURVENUE
<b>ANXIETE AIGUË</b> (qqes min à qqes heures)	Crise d'angoisse réactionnelle	<b>Moments transitoires spécifiques : diagnostic, examens et consultations de surveillance (crainte de mauvais résultats), récurrence, métastases, chirurgie, instauration d'un nouveau traitement</b>
	Crise d'angoisse situationnelle (qui peut s'inscrire dans un trouble anxieux) (ex : claustrophobie)	
	Attaque de panique	
<b>ANXIETE SUBAIGUË</b> (qqes heures à qqes semaines)	Réaction anxieuse simple	Elle peut persister 7 à 10 jours après une mauvaise nouvelle
	Trouble de l'adaptation avec humeur anxieuse ou mixte	Caractéristique des périodes de rémission, peur de la récurrence (syndrome de Damoclès)
	Anxiété cosymptôme d'un syndrome dépressif	/
<b>ANXIETE CHRONIQUE</b> (>6 mois)	TAG	/
	Trouble panique	/
	TOC	/
	PTSD	/

## SIGNES CLINIQUES (1)

L'anxiété s'exprime selon trois composantes :

- somatique
- cognitive
- comportementale

**Les signes somatiques** (difficiles à distinguer des symptômes somatiques de la maladie cancéreuse ou des effets indésirables des traitements) :

- **cardiovasculaires** : palpitations, tachycardie, douleur thoracique atypique
- **respiratoires** : oppression thoracique, gêne respiratoire, accès de toux, polypnée
- **neuromusculaires** : crampes, tremblements, paresthésies, sensations vertigineuses
- **digestifs** : spasmes pharyngés, nausée, boule à l'estomac, spasmes coliques
- **neurovégétatifs** : sueurs, sécheresse buccale.

## SIGNES CLINIQUES (2)

### Les signes cognitifs :

- sensation de tension intérieure, hyper vigilance
- peur, anticipation dramatisée des événements futurs
- panique, impatience, sentiment d'insécurité intense, de vulnérabilité
- pensées intrusives concernant une possible récurrence, la mort, le handicap..., sensation de perte de contrôle
- difficultés à intégrer les informations, troubles attentionnels.

### Les signes comportementaux :

- irritabilité, agitation, fuite
- à l'inverse repli, sidération
- troubles du sommeil (retard à l'endormissement, réveils anxieux, cauchemars)
- comportement d'évitement phobique, en particulier des soins ou de la surveillance, claustrophobie (IRM, chambre stérile ou radiothérapie), agoraphobie, phobie des injections...
- conduites addictives...

## ATTAQUE de PANIQUE

**= période bien délimitée d'anxiété ou de malaise très intense en dehors de tout danger réel avec au moins 4 des symptômes suivants qui sont survenus de façon brutale et ont atteint leur acmé en moins de 10 min (DSM IV - TR) :**

- palpitations, battements de cœur ou accélération du rythme cardiaque
- transpiration
- tremblements ou secousses musculaires
- sensation de « souffle coupé » ou d'étouffement
- sensation d'étranglement
- douleur ou gêne thoracique
- nausée ou gêne abdominale
- sensation de vertige, d'instabilité, de tête vide, d'évanouissement
- déréalisation (sentiment d'irréalité) ou dépersonnalisation (être détaché de soi)
- peur de perdre le contrôle de soi ou de devenir fou
- peur de mourir
- paresthésies (engourdissement, picotement)
- frissons, bouffées de chaleur.

# TROUBLES DE L'ADAPTATION AVEC ANXIÉTÉ

## Troubles de l'adaptation avec anxiété :

- fluctuants
- situationnels
- transitoires

- **Symptômes anxieux réactionnels à des facteurs de stress itératifs et entraînant :**
  - soit une souffrance marquée et disproportionnée
  - soit une altération significative du fonctionnement social ou professionnel
  - une fois les facteurs de stress disparus, les symptômes ne persistent pas
- **Même clinique que pour les troubles anxieux mais n'évoluant pas vers la chronicité et/ou ne remplissant pas les critères diagnostiques suffisants pour un tel trouble anxieux**
- **Pathologie psychiatrique la plus fréquente en cancérologie (et aux frontières avec la normale).**

# SYNDROME DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (PTSD) (1)

- **Anxiété apparaissant après un événement traumatique vécu comme étant extrême**

**Traumatisme = événement représentant objectivement ou subjectivement une menace vitale, une grave blessure ou une menace pour l'intégrité physique .**

- **Spécificité pour le cancer**

- **cancer : la menace vitale y est interne, plus sous la forme d'une conséquence future** (Kangas, 2002 ; Einsle, 2012) ; **le traumatisme comporte aussi les graves complications du traitement, surtout quand elles sont inattendues** (Moivic, 2007)

- **le traumatisme est prolongé, répété et multiple** (Gonçalves, 2011)

- **souvent les pensées intrusives sont des peurs anticipatrices concernant la santé dans le futur (et moins des flashbacks)**

- **l'évitement du stressor est difficile (si c'est un malaise physique, un traitement contraint...).**

- **Fréquence**

- **très grande variabilité dans les études : 0 à 32 %** (Kangas, 2002)

- **fréquence diminue dans les 3 mois après le diagnostic ou l'arrêt du traitement** (Kangas, 2002).

# SYNDROME DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (PTSD) (2)

## Clinique :

- peur intense, sentiment d'impuissance ou d'horreur ressentis face à l'événement
- symptômes persistants de reviviscence de l'expérience traumatique (souvenirs répétitifs et envahissants, rêves, flash-back...)
- évitement des stimuli en rapports avec le traumatisme avec émoussement de la réactivité générale
- symptômes persistants d'hyper vigilance.

## Spécificité dans le cancer (Green, 2000) :

- pensées intrusives concernant la maladie cancéreuse et ses traitements
- reviviscence du moment du diagnostic ou du traitement chimiothérapique
- cauchemars, anxiété anticipatoire avant les consultations
- efforts pour ne pas penser à la maladie ou ne pas en parler.

**Durée d'au moins 1 mois**

# PHASES PARTICULIERES AUX DIFFERENTES ETAPES DE LA MALADIE

## Résurgences anxieuses classiques :

- **Annonce**
- **Début des traitements**
- **Arrêt des traitements** : paradoxalement, l'anxiété peut s'accroître à la fin de la phase active des traitements car sentiment d'insécurité et d'abandon (espacement du suivi de l'équipe médicale), incertitude quant à l'avenir et peur de la récurrence
- **Patients en rémission** : persistance à long terme (plus que la dépression) d'une anxiété inappropriée (Stark, 2000 ; Mitchell, 2013) : plus de TAG et de trouble panique dans les 3 ans (exacerbation de troubles préexistants ++), de phobies médicales (Greer, 2011) avec risque d'altérer la compliance aux soins
- **Récurrence et/ou extension métastatique**
- **Passage en phase palliative**
- **Fin de vie** : juxtaposition de symptômes somatiques, de détresse émotionnelle (anxiété, dépression) et de symptômes confusionnels.

## DIFFERENCIER HUMEUR ANXIEUSE ET DEPRESSIVE

	<b>ANXIETE</b>	<b>DEPRESSION</b>
<b>HUMEUR</b>	Appréhension Plaisir gâché par l'inquiétude	Tristesse Perte de plaisir
<b>CONTENUS DE PENSEE</b>	Manque de confiance en soi Doute surmontable si conseils Diversifiés mais parasités	Autodépréciation Baisse de l'estime de soi Perte d'espoir, fatalisme Appauvrissement
<b>TROUBLES PSYCHO- MOTEURS</b>	Pas de ralentissement moteur Agitation anxieuse Logorrhée	Ralentissement psychomoteur possible Baisse du débit verbal
<b>TROUBLES SOMATIQUES</b>	Insomnie d'endormissement Fatigue vespérale	Insomnie matinale Fatigue matinale
<b>COMPORTEMENT SOCIAL</b>	Crainte de la solitude et de l'abandon	Repli sur soi Retranchement

## AUTRES CAUSES D'ANXIÉTÉ

### Causes médicales :

- **troubles psychiatriques** : syndrome dépressif ++ (très souvent accompagné d'anxiété), psychose (elle est connue auparavant)
- confusion mentale
- **désordres métaboliques** : hypoglycémie, hypercalcémie, hypoxie
- **pathologie organique sous-jacente** : embolie pulmonaire, insuffisance coronarienne, pneumothorax, asthme, hémorragie interne, causes neurologiques (tumeurs cérébrales...), phéochromocytome
- **symptômes physiques non contrôlés** : douleur ++, fatigue, dyspnée : fréquence d'attaques de panique (Dauchy, 2002), insomnie, nausée (Salvo, 2012)
- Rétention aiguë d'urine, fécalome.

### Causes médicamenteuses :

- antipsychotiques ou antiémétiques : akathisie (impatience motrice souvent anxiogène)
- glucocorticoïdes, immunothérapie
- sevrage de substances (benzodiazépines, opioïdes, nicotine, corticoïdes, anticonvulsivants).

# EPIDEMIOLOGIE

**Prévalence de l'anxiété extrêmement variable chez les patients atteints de cancer : utilisation de techniques de mesures, de critères diagnostiques et d'échantillons différents.**

- **Méta-analyse de Mitchell sur 70 études de patients atteints de cancer** (Mitchell, 2011) :
  - **milieu oncologique et hématologique :**
    - 19,4 % de trouble de l'adaptation (ne se manifeste pas forcément par de l'anxiété)
    - 10,3 % de troubles anxieux
  - **soins palliatifs :**
    - 15,4 % de troubles de l'adaptation (ne se manifeste pas forcément par de l'anxiété)
    - 9,8 % de troubles anxieux
- répartition équivalente entre PTSD, TAG et trouble panique
- **Dans les cancers avancés :**
  - **une étude retrouve 4,8 % de TAG** (Kadan-Lottick, 2005),
  - **une étude de 2010** (Spencer, 2010) **7,6 % de troubles anxieux.**

# FACTEURS DE RISQUE D'ANXIÉTÉ DANS LE CANCER

- **Le jeune âge et le sexe féminin**  
(Spencer, 2010 ; Kolva, 2011 ; Vodermaier, 2011 ; Salvo, 2012 ; Linden, 2012)
- **ATCD pré morbides d'anxiété** (Traeger, 2012), **de traumatismes psychologiques,**  
**un mauvais support social** (Kolva, 2011)
- **Certains types de cancer : poumon** (Vodermaier, 2011 ; Linden, 2012 ; Boyes, 2011) **sein**  
(Vodermaier, 2011)
- **Aggravation avec les phases avancées de cancer (cancers métastatiques)**  
(Spencer, 2010 ; Vodermaier, 2011)

# DEPISTAGE

## Outils qui évaluent la détresse émotionnelle :

- **HADS** (Hospital Anxiety and Depression Scale) :  
scores de 8 à 10 : anxiété modérée  
à partir de 11 : anxiété sévère (Kolva, 2011)
- **Échelle de Détresse Psychologique avec un cut-off >3** (Dolbeault, 2008)

## Echelles spécifiques de l'anxiété :

- **STAI** (State Trait Anxiety Inventory)
- **HAM-A** (échelle d'anxiété de Hamilton)

## Échelles spécifiques pour le ptsd (Bouvard, 2002) :

- **PCLS** (version stress de l'échelle de stress post-traumatique)
- **Échelle révisée d'impact de l'événement**

# PRISES EN CHARGE PSYCHOSOCIALES (1)

## Généralités

- Intérêt du repérage précoce du trouble anxieux car les interventions de court terme (thérapies brèves) peuvent alors être efficaces
- Peuvent se pratiquer en individuel ou parfois en groupes
- Doivent prendre en compte l'état somatique du patient, les techniques devant y être adaptées avec grande souplesse
- 4 grands types d'approche

(Bibliographie [Cf. page 36](#))

# PRISES EN CHARGE PSYCHOSOCIALES (2)

## Psychothérapies cognitivo-comportementales

- **Meilleur niveau d'efficacité**
- **Travail centré sur le ou les symptôme(s) anxieux dans « l'ici et maintenant »**
- Permet d'augmenter le **sentiment de contrôle** du patient sur ses symptômes et sur son état global
- **Approches structurées** nécessitant la **participation active du patient** et la poursuite des exercices/tâches à domicile au décours de la thérapie
  
- **Identification dans des situations précises des cognitions, émotions et conséquences comportementales inadéquates**
  - **Confrontation à des processus cognitifs alternatifs** qui permettent d'engager des comportements plus fonctionnels/adaptés pour le patient
  
- **Efficacité prouvée** par de nombreuses études : sur l'anxiété elle-même (réduction des manifestations somatiques et psychologiques) et sur la qualité de vie
  
- **Intègrent différents outils** : relaxation, imagination, visualisation, confrontation cognitive

(Bibliographie [Cf. page 36](#))

## PRISES EN CHARGE PSYCHOSOCIALES (3)

### Psycho-éducation

- **Information et éducation sur la maladie tumorale et sur les traitements**
- **Une des approches de base visant la réduction des troubles anxieux en lien avec la maladie et les traitements**

(Bibliographie [Cf. page 36](#))

## PRISES EN CHARGE PSYCHOSOCIALES (4)

### Psychothérapies verbales

#### Très nombreuses approches

- Le plus souvent, thérapie de soutien pendant la durée des traitements ou à la phase initiale de la période de rémission. Peut être assimilée à une thérapie de crise (brief therapy).
- Si trouble anxieux chronique et indication d'une psychothérapie au long cours, envisager un adressage vers l'extérieur (CMP, Réseaux de soins, Espace Ressource Cancer, ACVP : Accueil Cancer de la ville de Paris, Privé).

(Bibliographie [Cf. page 36](#))

# PRISES EN CHARGE PSYCHOSOCIALES (5)

## Approches psychocorporelles

- En particulier la relaxation et l'hypnose
- Efficacité prouvée
- Très appréciées par de nombreux patients, en particulier ceux qui sont réticents aux approches verbales, mais peuvent leur être très complémentaires
- Travail sur le sentiment de retrouver le contrôle de ses émotions

(Bibliographie [Cf. page 36](#))

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (1)

## Étiologiques / Symptomatiques

- **Prise en charge étiologique**

- Les antalgiques
- Les traitements à visée eupnéisantes
- Les culots globulaires
- Les hypocalcémiants...

- **Anxiolytiques si l'anxiété ne cède pas malgré une prise en charge relationnelle, environnementale et étiologique adaptée :**

- Évaluation du contexte d'apparition
- Dialogue, informations complémentaires
- Attitude de réassurance, de soutien

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (2)

## Anxiolytiques Benzodiazépines

(HAS, 2007)

- Les plus fréquemment prescrits
- En cas d'anxiété ne cédant pas spontanément ou malgré une prise en charge adaptée, privilégier les prises ponctuelles
- Informer les patients
  - De l'objectif du traitement
    - Traitement symptomatique, soulagement rapide
  - Des risques associés
    - Dépendance physique en cas de prise prolongée et ininterrompue
    - Phénomènes de tolérance
    - Troubles de la vigilance / Troubles de la mémoire
    - Risque de chute (personnes âgées +++)
  - Risque de phénomène de sevrage en cas d'arrêt brutal
    - Influencé par la durée de traitement, la posologie, majoré pour les BZD à demi-vie brève
    - Nécessité d'un sevrage progressif
  - Prévoir une durée limitée de traitement (à adapter au contexte et au stade de la maladie)
- Bien encadrer la prescription
  - Gestion autonome possible après information
    - D'une prise ponctuelle à un traitement 3 fois par jour en cas d'angoisse, en indiquant les posologies à respecter
  - Réévaluation régulière, notamment en cas d'augmentation des doses par le patient et en cas de prise au long cours
    - Quid d'éléments psychopathologiques sous-jacents (troubles anxio-dépressifs, comportements addictifs...)
    - Dans le cadre de traitement prolongé, privilégier les benzodiazépines de demi-vie longue pour limiter le risque de dépendance
  - Pas de reconduction systématique d'ordonnance
- Ne prescrire qu'une seule benzodiazépine à la fois

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (3)

## Anxiolytiques non benzodiazépines

### = alternatives aux BZD

- Notamment chez les patients vierges de tout traitement anxiolytique antérieur
- Pas de dépendance physique ou psychique, pas de risque de sevrage
- Non déprimeurs respiratoires

### hydroxyzine

- Propriétés antihistaminiques, sédatives, anxiolytiques
- Effets secondaires atropiniques (vigilance personnes âgées)
- Forme orale

<b>HYDROXYZINE</b> Cp 25 mg – 100mg Sirop 2 mg/mL	<b>12,5 à 50 mg par prise</b>	<b>Jusqu'à 100 mg par jour</b> (le plus souvent entre 12,5 et 50 mg par jour)
---	-------------------------------	--

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (4)

## Antidépresseurs

(AFSSAPS, 2006)

- **En cas de troubles anxieux avérés**

**A suspecter lors de prise régulière et au long cours de benzodiazépines**  
**ISRS (inhibiteurs spécifiques de la recapture de la sérotonine) : escitalopram, paroxétine, sertraline**

**IRSNa (inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline) : venlafaxine, duloxétine**

- **Consultation psychiatrique pour :**

- **Le diagnostic de :**

- trouble panique
- anxiété généralisée
- trouble phobique
- trouble obsessionnel compulsif
- trouble dépressif
- syndrome de stress post-traumatique

- **Indication d'une psychothérapie ± traitement de fond par antidépresseur ± anxiolytique si besoin**

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (5)

## Antipsychotiques

### • Indications

- Anxiété associée à un autre trouble psychopathologique (délire, hallucinations, agressivité, états d'agitation)
- Inefficacité des benzodiazépines
- Risque de détresse respiratoire sous benzodiazépines

### • Choix de molécules dites sédatives

- Neuroleptiques classiques
  - cyamémazine à privilégier ++ puis lévomépromazine, halopéridol, chlorpromazine (propriétés antinauséuses)
- Antipsychotiques de seconde génération
  - olanzapine, rispéridone (après avis spécialisé)

### • Effets secondaires principaux

- Neurovégétatifs : hypotension, tachycardie, allongement du QT, torsades de pointe
- Extrapyramidaux : dyskinésies précoces et tardives
- Anticholinergiques : rétention urinaire, constipation, troubles de la vue et hyposialie
- Syndrome malin (exceptionnel)
- Troubles de la vigilance

# TRAITEMENTS MEDICAMENTEUX (6)

## Insomnie par anxiété

- **Après échec des techniques de relaxation, hypnose, approche psychocorporelle, conseils hygiéno-diététiques...**
- **En première ligne, privilégier un traitement n'induisant pas de dépendance et avec peu d'effets secondaires**
  - **hydroxyzine 12,5 à 50 mg au coucher**
- **Benzodiazépines et substances apparentées**
  - **Insomnie d'endormissement**
    - zolpidem 5 à 10 mg
  - **Insomnie à réveil précoce avec troubles de l'endormissement**
    - zopiclone 3,75 à 7,5 mg
    - alprazolam 0,25 à 0,5 mg
    - bromazépam 1,5 à 6 mg
- **Neuroleptiques**
  - **cyamémazine 12,5 à 25 mg**
  - **alimémazine 2,5 à 10 mg**
- **Antidépresseurs**
  - **miansérine 10 mg au coucher (hors AMM)**

**Manifestations somatiques, psychiques, de l'anxiété, comportementales**

**Cause somatique associée ?**  
Symptômes à forte participation anxieuse, douleur aiguë, dyspnée..., médicaments, troubles métaboliques

Non

Oui

**Prise en charge de l'état anxieux**

- Traitement de la cause
- et si besoin, traitement anxiolytiques
- et/ou consultation spécialisée

**Existe-t-il un trouble anxieux connu antérieur à la maladie cancéreuse ?**

Oui

**Trouble anxieux**

Non

**Anxiété aiguë / subaiguë**

- Anxiété réactionnelle
- Attaque de panique
- Troubles de l'adaptation avec humeur anxieuse

PTSD

**Consultation spécialisée (psychologue, psychiatre)**

- Diagnostic possible :**
- Anxiété généralisée
  - Trouble panique
  - Trouble phobique
  - Trouble obsessionnel compulsif
  - Trouble dépressif

- Ecoute empathique
- Attitude de soutien et de réassurance
- Aide à l'expression émotionnelle
- Psychothérapies brèves

**Evolution favorable ?**

Oui

**Arrêt progressif du traitement. Surveillance et prévention**  
lors de la survenue ultérieure de faits similaires

Non

**Pharmacothérapie anxiolytique**

**Persistance du trouble**

Psy

### Indication des anxiolytiques

### Indication des antidépresseurs

Anxiété

Agitation anxieuse

Insomnie par anxiété

Troubles anxieux (consultation spécialisée)

Voie orale

Voie parentérale

↪ **BENZODIAZEPINES \***

- ½ **vie courte**
  - ✓ oxazépam 5 à 30 mg/j
- ½ **vie intermédiaire**
  - ✓ alprazolam 0,25 à 1,5 mg/j
  - ✓ bromazépam 1,5 à 6 mg/j
  - ✓ lorazépam 1 à 3 mg/j
- ½ **vie longue**
  - ✓ clorazépate dipotassique 5 à 20 mg/j
  - ✓ prazépam 5 à 20 mg/j

↪ **AUTRE \***

hydroxyzine 12,5 à 100 mg/j

↪ **NEUROLEPTIQUES**

cyamémazine 5 à 75 mg/j

↪ **BENZODIAZEPINES \***

- ✓ clorazépate dipotassique **IM ou IV** 10 à 50 mg/j
- ✓ diazépam **IM ou IV** 10 à 40 mg
- ✓ midazolam **IV** 0,5 à 1,5 mg/h (hors AMM dans cette indication)

↪ **NEUROLEPTIQUES \***

cyamémazine **IM** 25 à 50 mg/j

**Prise unique le soir**

- **Insomnie d'endormissement \***
  - ✓ zolpidem 5 à 10 mg
- **Autres types d'insomnies \***
  - ✓ zopiclone 3,75 à 7,5 mg
  - ✓ alprazolam 0,25 à 0,5 mg
  - ✓ bromazépam 1,5 à 6 mg
  - ✓ hydroxyzine 12,5 à 50 mg
  - ✓ cyamémazine 12,5 à 25 mg
  - ✓ alimémazine 2,5 à 10 mg

\* pour posologie supérieure, se référer au spécialiste

## Bibliographie (1)

- AFSSAPS** : Bon usage des médicaments antidépresseurs dans le traitement des troubles dépressifs et des troubles anxieux de l'adulte Octobre 2006
- Boyes AW, Girgis A, D'Este C, Zucca AC** (2011) Flourishing or floundering? Prevalence and correlates of anxiety and depression among a population-based sample of adult cancer survivors 6 months after diagnosis. *J Affect Disord* 135:184-192
- Bouvard M, Cottraux J**. Protocoles et échelles d'évaluation en psychiatrie et en psychologie. Masson, Paris, 2002, 319 pages.
- Brown LF, Kroenke K, Theobald DE et al.** (2010). The association of Depression and Anxiety with Health-related Quality of Life in Cancer Patient with Depression and/or pain. *Psychooncology* 19(7) : 734-41.
- Dauchy S, Chauffour-Ader C** (2002) Prise en charge de l'anxiété en soins palliatifs: privilégier un traitement étiologique *Med Pal* 1:19-34
- Dolbeault S, Bredart A, Mignot V, et al.** (2008) Screening for psychological distress in two French cancer centers: feasibility and performance of the adapted distress thermometer. *Palliat Support Care* 6(2):107-17
- Einsle F, Kraft D, Köllner V** (2012) Post-traumatic stress disorder (PTSD) in cardiology and oncology – which diagnostic tools should be used? *J Psychosom Res* 72:434-8
- Gonçalves V, Jayson G, Tarrier N** (2011) A longitudinal investigation of posttraumatic stress disorder in patients with ovarian cancer. *J Psychosom Res* 70:422-31
- Guelfi JD et al.** Traduction française du DSM-IV-TR. Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 4<sup>e</sup> édition, texte révisé (Washington DC, 2000) Masson, Paris, 2003, 1120 pages.
- Green BL, Krupnick JL, Rowland JH, et al.** (2000) Trauma history as a predictor of psychologic symptoms in women with breast cancer. *J Clin Oncol* 18:1084-93
- Greer JA, Solis JM, Temel JS, et al.** (2011) Anxiety disorders in long term survivors of adult cancers. *Psychosomatics* 52:417-23
- Haute Autorité de Santé** : Modalités d'arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés chez le patient âgé Octobre 2007
- Holland JC** (1989) Anxiety and cancer: the patient and the family. *J Clin Psychiatry* 50 Suppl:20-5

## Bibliographie (2)

- Kadan-Lottick NS, Vanderwerker LC, Block SD, et al.** (2005) Psychiatric disorders and mental health service use in patients with advanced cancer. *Cancer* 104:2872-81
- Kangas M, Henry JL, Bryant RA** (2005) The course of psychological disorders in the 1st year after cancer diagnosis. *J Consult Clin Psychol* 73:763-8
- Kangas M, Henry JL, Bryant RA** (2002) Posttraumatic stress disorder following cancer. A conceptual and empirical review. *Clin Psychol Rev* 22:499-524
- Kolva E, Rosenfeld B, Pessin H, et al.** (2011) Anxiety in terminally ill cancer patients. *J Pain Symptom Manage* 41:691-701
- Linden W, Vodermaier A, MacKenzie R, Greig D** (2012) Anxiety and depression after cancer diagnosis: prevalence rates by cancer type, gender, and age. *J Affect Disord* 141(2-3):343-51
- Mitchell AJ, Chan M, et al.** Prevalence of depression, anxiety, and adjustment disorder in oncological, haematological, and palliative-care settings: a meta-analysis of 94 interview-based studies. *Lancet Oncol.* 2011 Feb;12(2):160-74.
- Mitchell AJ, Ferguson DW, Gill J et al** (2013). Depression and anxiety in long-term cancer survivors compared with spouses and healthy controls : a systematic review and meta-analysis. *Lancet Oncol* 14 : 721-32.
- Moivic M, Block S** (2007) Psychiatric disorders in advanced cancer. *Cancer* 110:1665-76
- Spencer R, Nilsson M, Wright A, et al.** (2010) Anxiety disorders in advanced cancer patients. *Cancer* 116:1810-9
- Stark DPH, House A** (2000) Anxiety in cancer patients. *Br J Cancer* 83(10):1261-7
- Spencer R, Nilsson M, Wright A, et al.** (2010) Anxiety disorders in advanced cancer patients. *Cancer* 116(7):1810-9
- Vodermaier A, Linden W, MacKenzie Z, et al.** (2011) Disease stage predicts post-diagnosis anxiety and depression only in some type of cancer. *Br J Cancer* 105:1814-1817
- Salvo N, Zeng L, Zhang L, et al.** (2012) Frequency of reporting and predictive factors for anxiety and depression in patients with advanced cancer. *Clin Oncol* 24:139-48
- Traeger L, Greer JA, Fernandez-Robles C, et al.** (2012) Evidence-based treatment of anxiety in patients with cancer. *J Clin Oncol* 30:1197-1205

## Bibliographie : approches non médicamenteuses (3)

**International Psycho-Oncology Society : cycle de conférences multilingue**

[http://www.ipos-society.org/education/core\\_curriculum/core\\_curriculum\\_fr.aspx](http://www.ipos-society.org/education/core_curriculum/core_curriculum_fr.aspx)

**National Cancer Institute : Adjustment to cancer : anxiety and distress. Health Professional version.**

<http://www.cancer.gov/cancertopics/pdq/supportivecare/adjustment/HealthProfessional/page3>

**Recommandations canadiennes pour la prise en charge de l'anxiété et de la dépression**

[http://www.capo.ca/pdf/ENGLISH\\_Depression\\_Anxiety\\_Guidelines\\_for\\_Posting\\_Sept2011.pdf](http://www.capo.ca/pdf/ENGLISH_Depression_Anxiety_Guidelines_for_Posting_Sept2011.pdf)

**LEVIN TT, ALICI Y.**

Handbook of Psycho-Oncology, second edition, Oxford University Press, 2010.

Anxiety disorders. chapter 44, 324-331.

**SHELDON LK, SWANSON S, DOLCE A, MARSH K, SUMMERS J.**

Putting evidence into practice : evidence-based interventions for anxiety.

ClinJ Oncol Nurs 2008 Oct;12(5):789-97.

## Annexes

### Echelles d'évaluation :

- HADS
- Echelle de détresse psychologique
- STAI
- HAM-A
- PCLS
- Echelle révisée d'impact de l'évènement

A	Je me sens tendu ou énérvé :
3	La plupart du temps
2	Souvent
1	De temps en temps
0	Jamais
D	Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois
0	Oui, tout autant
1	Pas autant
2	Un peu seulement
3	Presque plus
A	J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver :
3	Oui, très nettement
2	Oui, mais ce n'est pas trop grave
1	Un peu mais cela ne m'inquiète pas
0	Pas du tout
D	Je ris facilement et vois le bon côté des choses
0	Autant que par le passé
1	Plus autant qu'avant
2	Vraiment moins qu'avant
3	Plus du tout
A	Je me fais du souci :
3	Très souvent
2	Assez souvent
1	Occasionnellement
0	Très occasionnellement

D	Je suis de bonne humeur :
3	La plupart du temps
2	Souvent
1	De temps en temps
0	Jamais
A	Je peux rester tranquillement assis à ne rien faire et me sentir décontracté
3	Jamais
2	Rarement
1	Oui, en général
0	Oui, quoi qu'il arrive
D	J'ai l'impression de fonctionner au ralenti
3	Presque toujours
2	Très souvent
1	Parfois
0	Jamais
A	J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué
0	Jamais
1	Parfois
2	Assez souvent
3	Très souvent
D	Je ne m'intéresse plus à mon apparence
3	Plus du tout
2	Je n'y accorde pas autant d'attention que je le devrais
1	Il se peut que je n'y fasse plus autant attention
0	J'y prête autant d'attention que par le passé

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle HAD

De ZIGMOND A.S. et SNAITH R.P.

NB : cette échelle évalue un indice de sévérité symptomatique mais renseigne peu sur la présence de traits anxieux et donc sur le caractère transitoire ou non des éléments psychopathologiques. De plus elle est plutôt utile comme outil de screening que comme moyen de dépistage individuel

A	J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place
3	Oui, c'est tout à fait le cas
2	Un peu
1	Pas tellement
0	Pas du tout
D	Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses
3	Autant qu'avant
2	Un peu moins qu'avant
1	Bien moins qu'avant
0	Presque jamais
A	J'éprouve des sensations soudaines de panique
3	Vraiment très souvent
2	Assez souvent
1	Pas très souvent
0	Jamais
D	Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission radio ou de télévision
0	Souvent
1	Parfois
2	Rarement
3	Très rarement

Cette échelle explore les symptômes anxieux et dépressifs.

Faire le total du versant anxiété et dépression : 21 points maximum pour chacun.

**Entre 8 et 10** : état anxieux ou dépressif douteux.

**Au-delà de 10** : état anxieux ou dépressif pathologique probable.

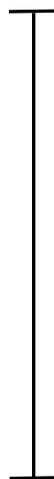
### Instructions :

Dans le contexte de la maladie, il arrive fréquemment de se sentir fragilisé sur le plan psychologique, que ce soit en rapport avec la maladie elle-même ou pour d'autres raisons personnelles.

L'échelle ci-dessous représente un moyen d'apprécier votre état psychologique.

Nous vous demandons de **mettre une croix sur la ligne** à l'endroit qui correspond le mieux à votre état psychologique de la **dernière semaine**.

Détresse très importante



Pas de détresse

**Echelle de détresse  
psychologique  
(EDP)**

	non	Plutôt non	Plutôt oui	oui
1. Je me sens calme.	4	3	2	1
2. Je me sens en sécurité, sans inquiétude, en sûreté.	4	3	2	1
3. Je suis tendu(e), crispé(e).	1	2	3	4
4. Je me sens surmené(e).	1	2	3	4
5. Je me sens tranquille, bien dans ma peau.	4	3	2	1
6. Je me sens ému(e), bouleversé(e), contrarié(e).	1	2	3	4
7. L'idée de malheurs éventuels me tracasse en ce moment.	1	2	3	4
8. Je me sens content(e).	4	3	2	1
9. Je me sens effrayé(e).	1	2	3	4
10. Je me sens à mon aise.	4	3	2	1
11. Je sens que j'ai confiance en moi.	4	3	2	1
12. Je me sens nerveux (nerveuse), irritable.	1	2	3	4
13. J'ai la frousse, la trouille (j'ai peur).	1	2	3	4
14. Je me sens indécis(e).	1	2	3	4
15. Je suis décontracté(e), détendu(e).	4	3	2	1
16. Je suis satisfait(e).	4	3	2	1
17. Je suis inquiet, soucieux (inquiète, soucieuse)	1	2	3	4
18. Je ne sais plus où j'en suis, je me sens déconcerté(e), dérouté(e).	1	2	3	4
19. Je me sens solide, posé(e), pondéré(e), réfléchi(e).	4	3	2	1
20. Je me sens de bonne humeur, aimable.	4	3	2	1

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle STAI

### (State Trait Anxiety Inventory)

### forme Y-A (échelle E) : sentiments actuels (1)

### Instructions :

Un certain nombre de phrases que l'on utilise pour se décrire sont données ci-dessous. Lisez chaque phrase, puis marquez d'une croix, parmi les 4 points à droite, celui qui correspond le mieux à ce que vous ressentez A L'INSTANT, JUSTE EN CE MOMENT. Il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises réponses. Ne passez pas trop de temps sur l'une ou l'autre de ces propositions, et indiquez la réponse qui décrit le mieux vos sentiments actuels.

	Presque jamais	parfois	souvent	Presque toujours
21. Je me sens de bonne humeur, aimable.	4	3	2	1
22. Je me sens nerveux (nerveuse) et agité (e).	1	2	3	4
23. Je me sens content(e) de moi.	4	3	2	1
24. Je voudrais être aussi heureux(x)(se) que les autres semblent l'être.	1	2	3	4
25. J'ai un sentiment d'échec.	1	2	3	4
26. Je me sens reposé(e).	4	3	2	1
27. J'ai tout mon sang-froid.	4	3	2	1
28. J'ai l'impression que les difficultés s'accumulent à un tel point que je ne peux plus les surmonter.	1	2	3	4
29. Je m'inquiète à propos de choses sans importance.	1	2	3	4
30. Je suis heureux(se)	4	3	2	1
31. J'ai des pensées qui me perturbent.	1	2	3	4
32. Je manque de confiance en moi.	1	2	3	4
33. Je me sens sans inquiétude, en sécurité, en sûreté.	4	3	2	1
34. Je prends facilement des décisions.	4	3	2	1
35. Je me sens incompetent, pas à la hauteur.	1	2	3	4
36. Je suis satisfait(e).	4	3	2	1
37. Des idées sans importance trottant dans ma tête me dérangent.	1	2	3	4
38. Je prends les déceptions tellement à cœur que je les oublie difficilement.	1	2	3	4
39. Je suis une personne posée, solide, stable.	4	3	2	1
40. Je deviens tendu(e) et agité(e) quand je réfléchis à mes soucis.	1	2	3	4

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle STAI

**(State Trait Anxiety Inventory)  
forme Y-B (échelle T) :  
sentiments habituels (2)**

### Instructions :

Un certain nombre de phrases que l'on utilise pour se décrire sont données ci-dessous. Lisez chaque phrase, puis marquez d'une croix, parmi les 4 points à droite, celui qui correspond le mieux à ce que vous ressentez GÉNÉRALEMENT. Il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises réponses. Ne passez pas trop de temps sur l'une ou l'autre de ces propositions, et indiquez la réponse qui décrit le mieux vos sentiments habituels.

Psycho-oncologie : anxiété

**Etalonnage en notes T - Femmes**  
(données françaises)

Notes Brutes	Elèves de lycées et collèges		Adultes		Hospitalisées		Notes Brutes
	Note T		Note T		Note T		
	AE	AT	AE	AT	AE	AT	
80	77	87	93	87	74	87	80
79	76	86	92	86	73	86	79
78	75	85	91	84	73	85	78
77	75	83	90	83	72	84	77
76	74	82	89	82	71	83	76
75	73	81	89	81	71	82	75
74	73	80	88	80	70	81	74
73	72	79	87	79	69	80	73
72	71	78	86	78	69	79	72
71	70	77	85	77	68	78	71
70	70	76	84	76	67	76	70
69	69	75	83	75	67	75	69
68	68	74	82	74	66	74	68
67	68	73	81	73	65	73	67
66	67	72	80	72	65	72	66
65	66	71	79	71	64	71	65
64	66	69	78	70	63	70	64
63	65	68	77	69	63	69	63
62	64	67	76	68	62	68	62
61	63	66	75	67	61	67	61
60	63	65	74	66	61	65	60
59	62	64	73	65	60	64	59
58	61	63	72	64	59	63	58
57	61	62	71	63	59	62	57
56	60	61	70	62	58	61	56
55	59	60	69	61	58	60	55
54	59	59	68	60	57	59	54
53	58	58	67	59	56	58	53
52	57	57	66	58	56	57	52
51	56	55	65	57	55	56	51
50	56	54	64	56	54	54	50
49	55	53	63	55	54	53	49
48	54	52	62	54	53	52	48
47	54	51	61	53	52	51	47
46	53	50	60	52	52	50	46
45	52	49	59	51	51	49	45
44	52	48	58	50	50	48	44
43	51	47	57	49	50	47	43
42	50	46	56	48	49	46	42
41	49	45	56	47	48	45	41
40	49	44	55	45	48	43	40
39	48	43	54	44	47	42	39
38	47	41	53	43	46	41	38
37	47	40	52	42	46	40	37
36	46	39	51	41	45	39	36
35	45	38	50	40	44	38	35
34	45	37	49	39	44	37	34
33	44	36	48	38	43	36	33
32	43	35	47	37	42	35	32
31	42	34	46	36	42	34	31
30	42	33	45	35	41	32	30
29	41	32	44	34	40	31	29
28	40	31	43	33	40	30	28
27	40	30	42	32	39	29	27
26	39	29	41	31	39	28	26
25	38	27	40	30	38	27	25
24	38	26	39	29	37	26	24
23	37	25	38	28	37	25	23
22	36	24	37	27	36	24	22
21	35	23	36	26	35	23	21
20	35	23	36	26	35	22	20

**Echelle STAI**  
**(State Trait Anxiety Inventory) (3)**

Pour obtenir les scores AE, on fait la somme des scores obtenus aux 20 questions de la page A. Pour le score à l'échelle AT, on fait la somme des scores obtenus aux 20 questions de la page B.

Si le sujet n'a pas répondu à une ou deux des questions, il est possible sans altérer la validité de l'inventaire d'établir le score probable qu'il aurait obtenu si il avait répondu en faisant une simple règle de trois :

$$\text{Score sur 18 ou 19 propositions} * 20 / 18 \text{ ou } 19$$

Les scores obtenus sur les différents groupes de sujets français sont pour l'échelle AE compris entre 20 et 80, et pour l'échelle AT entre 21 et 77.

La note obtenue par un sujet fournit une indication relative sur les échelles d'anxiété E et T en comparaison d'un groupe de référence. On peut classer les notes en cinq niveaux :

supérieur à 65 (très élevée), de 56 à 65 (élevée), 46 à 55 (moyen), 36 à 45 (faible), inférieur à 35 (très faible)

Les notes de 46 à 55 sont considérées comme les notes limites de la zone moyenne.

**Etalonnage en notes T - Hommes**  
(données françaises)

Notes Brutes	Elevés de lycées et collèges		Adultes		Hospitalisés		Notes Brutes
	Note T		Note T		Note T		
	AE	AT	AE	AT	AE	AT	
80	84	91	94	87	80	88	80
79	84	90	93	86	80	87	79
78	83	89	92	85	79	86	78
77	82	88	91	84	78	85	77
76	81	87	90	83	78	84	76
75	80	86	89	82	77	83	75
74	80	84	88	81	76	82	74
73	79	83	87	80	75	81	73
72	78	82	86	79	75	80	72
71	77	81	85	78	74	80	71
70	76	80	84	77	73	79	70
69	75	79	83	76	73	78	69
68	75	78	82	75	72	77	68
67	74	77	81	74	71	76	67
66	73	76	80	73	71	75	66
65	72	75	79	72	70	74	65
64	71	74	78	71	69	73	64
63	71	73	77	70	69	72	63
62	70	72	76	69	68	71	62
61	69	71	75	68	67	70	61
60	68	70	74	67	66	69	60
59	67	69	73	66	66	68	59
58	67	67	72	65	65	67	58
57	66	66	71	64	64	66	57
56	65	65	70	63	64	65	56
55	64	64	69	62	63	64	55
54	63	63	68	61	62	64	54
53	63	62	67	60	62	63	53
52	62	61	66	59	61	62	52
51	61	60	65	58	60	61	51
50	60	59	64	57	60	60	50
49	59	58	63	57	59	59	49
48	59	57	62	56	58	58	48
47	58	56	61	55	57	57	47
46	57	55	60	54	57	56	46
45	56	54	59	53	56	55	45
44	55	53	58	52	55	54	44
43	54	51	57	51	55	53	43
42	54	50	56	50	54	52	42
41	53	49	55	49	53	51	41
40	52	48	54	48	53	50	40
39	51	47	53	47	52	49	39
38	50	46	52	46	51	48	38
37	50	45	51	45	51	48	37
36	49	44	50	44	50	47	36
35	48	43	49	43	49	46	35
34	47	42	48	42	49	45	34
33	46	41	47	41	48	44	33
32	46	40	46	40	47	43	32
31	45	39	45	39	46	43	31
30	44	38	44	38	46	42	30
29	43	37	43	37	45	41	29
28	42	36	42	36	44	40	28
27	42	34	41	35	44	39	27
26	41	33	40	34	43	38	26
25	40	32	39	33	42	37	25
24	39	31	38	32	42	36	24
23	38	30	37	31	41	35	23
22	38	29	36	30	40	34	22
21	37	28	35	29	40	32	21
20	36	27	34	28	39	31	20

**Psycho-oncologie : anxiété**

**Echelle STAI**

**(State Trait Anxiety Inventory) (4)**

Pour obtenir les scores AE, on fait la somme des scores obtenus aux 20 questions de la page A. Pour le score à l'échelle AT, on fait la somme des scores obtenus aux 20 questions de la page B.

Si le sujet n'a pas répondu à une ou deux des questions, il est possible sans altérer la validité de l'inventaire d'établir le score probable qu'il aurait obtenu si il avait répondu en faisant une simple règle de trois :

$$\text{Score sur 18 ou 19 propositions} * 20 / 18 \text{ ou } 19$$

Les scores obtenus sur les différents groupes de sujets français sont pour l'échelle AE compris entre 20 et 80, et pour l'échelle AT entre 21 et 77.

La note obtenue par un sujet fournit une indication relative sur les échelles d'anxiété E et T en comparaison d'un groupe de référence. On peut classer les notes en cinq niveaux :

supérieur à 65 (très élevée), de 56 à 65 (élevée), 46 à 55 (moyen), 36 à 45 (faible), inférieur à 35 (très faible)

Les notes de 46 à 55 sont considérées comme les notes limites de la zone moyenne.

**Psycho-oncologie : anxiété**

**Echelle d'appréciation de l'anxiété**

**(de Max Hamilton)**

**(1)**

La période d'évaluation à considérer comprend les 7 jours précédant l'entretien et le jour même de l'entretien. Pour chaque item, choisissez la note qui correspond d'après votre expérience, à l'intensité du comportement. Les définitions qui suivent l'énoncé de l'item sont des exemples servant de guide. Marquez dans la case située à droite le chiffre (de 0 à 4) définissant l'intensité, tous les items doivent être notés.

**0. Absent**

**1. Intensité légère**

**2. Intensité moyenne**

**3. Intensité forte**

**4. Intensité maximale (invalidante)**

Items	Cotation
1. <b>Humeur anxieuse</b> : inquiétude - attente du pire - appréhension (anticipation avec peur) - irritabilité	
2. <b>Tension</b> : sensations de tension – fatigabilité – impossibilité de se détendre – réaction de sursaut – pleurs faciles – tremblements – sensation d’être incapable de rester en place.	
3. <b>Peurs</b> : du noir – des gens qu’on ne connaît pas – d’être abandonné seul – des gros animaux – de la circulation – de la foule.	
4. <b>Insomnie</b> : difficultés d’endormissement – sommeil interrompu – sommeil non satisfaisant avec fatigue au réveil – rêves pénibles – cauchemars – terreurs nocturnes.	
5. <b>Fonction intellectuelles (cognitives)</b> : difficultés de concentration – mauvaise mémoire.	
6. <b>Humeur dépressive</b> : perte des intérêts – ne prend plus plaisir à ses passe-temps – dépression – insomnie du matin – variations de l’humeur dans la journée.	
7. <b>Symptômes somatiques généraux (musculaires)</b> : douleurs et courbatures dans les muscles – raideurs musculaires – sursauts musculaires – secousses cloniques – grincements de dents – voix mal assurée	
8. <b>Symptômes somatiques généraux (sensoriels)</b> : tintements d’oreilles – vision brouillée – bouffée de chaleur ou de froid – sensations de faiblesse – sensations de picotements.	
9. <b>Symptômes cardiovasculaires</b> : tachycardie – palpitations – douleurs dans la poitrine – battements des vaisseaux – sensations syncopales – extra-systoles.	
10. <b>Symptômes respiratoires</b> : poids sur la poitrine ou sensation de constriction – sensations d’étouffement – soupirs – dyspnée.	
11. <b>Symptômes gastro-intestinaux</b> : difficultés pour avaler – vents – dyspepsie : douleurs avant ou après les repas, sensations de brûlure, ballonnement, pyrosis, nausées, vomissements, creux à l’estomac, « coliques » abdominales – borborygmes – diarrhée – perte de poids - constipation	
12. <b>Symptômes génito-urinaires</b> : aménorrhée – ménorragies – apparition d’une frigidité – mictions fréquentes – urgence de la miction – éjaculation précoce – absence d’érection – impuissance.	
13. <b>Symptômes du système nerveux autonome</b> : bouche sèche – accès de rougeur – pâleur – tendance à la sudation – vertiges – céphalées de tension – horripilation.	
14. <b>Comportement lors de l’entretien</b> Général : tendu, non à son aise – agitation nerveuse des mains, tripote des doigts, serre les poings, tics, serre son mouchoir – instabilité : va-et-vient- tremblement des mains – front plissé – faciès tendu – augmentation du tonus musculaire – respiration haletante – pâleur faciale. Physiologique : avale sa salive – éructations – tachycardie au repos – rythme respiratoire à plus de 20/min – réflexes tendineux vifs – tremblements – dilatation pupillaire – exophtalmie – sudation – battements des paupières.	

## Instructions complémentaires :

Cette échelle construite pour des patients névrotiques, est constituée de 14 items dont l'intensité est à coter de 0 à 4 (la note 4, impliquant une symptomatologie véritablement invalidante, n'est qu'exceptionnellement justifiée chez des patients ambulatoires).

Chaque item représente un complexe de manifestations ; l'item « PEURS » par exemple, est illustré de 6 exemples. Ces exemples ne représentent que des illustrations non limitatives du complexe en question.

Dans son jugement pour chaque item, le médecin doit donc donner une appréciation globale du secteur concerné : dans l'exemple « PEURS » choisi, il doit coter son appréciation globale du secteur phobique de l'anxiété, en combinant intensité, fréquence et nature des peurs spécifiques. Les exemples donnés à propos de chaque item ne sont fournis qu'à titre indicatif, surtout pour aider l'évaluation dans ses premières cotations ; pour la suite, la lecture seule du titre de l'item doit suffire pour la cotation.

L'échelle doit être remplie après chaque entretien et une note doit être attribuée à tous les items. Lorsque le patient n'a pas évoqué spontanément tel ou tel secteur de l'anxiété au cours de l'entrevue, quelques questions doivent lui être posées en fin d'entretien.

La cotation doit être déterminée par la symptomatologie actuelle du sujet, c'est-à-dire par les manifestations observées au cours même de l'entretien et par les symptômes rapportés par le patient dans le cadre de son épisode actuel. Le temps évalué par cette technique doit être de 7 jours.

Par exemple, une phobie isolée, ancienne, disparue, ne doit pas être prise en compte dans la cotation.

Il est souhaitable que le remplissage de l'échelle de Hamilton ait lieu dans les minutes suivant l'entretien, après le départ du patient.

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle d'appréciation de l'anxiété

(de Max Hamilton)

(2)

### Notes :

#### Note d'anxiété psychique :

= somme des notes des items 1, 2, 3, 4, 5, 6 et 14.

#### Note d'anxiété somatique :

= somme des notes des items 7, 8, 9, 10, 11, 12 et 13.

#### Note totale :

= somme des notes de tous les items

Au cours des 7 derniers jours	0	1	2	3	4
1. Etre perturbé(e) par des souvenirs, des pensées ou des images en relation avec cet épisode stressant.	0	1	2	3	4
2. Etre perturbé(e) par des rêves répétés en relation avec cet évènement.	0	1	2	3	4
3. Brusquement agir ou sentir comme si l'épisode stressant se reproduisait (comme si vous étiez en train de le revivre).	0	1	2	3	4
4. Se sentir très bouleversé(e) lorsque quelque chose vous rappelle l'épisode stressant.	0	1	2	3	4
5. Avoir des réactions physiques, par exemple, battements de cœur, difficultés à respirer, sueurs lorsque quelque chose vous a rappelé l'épisode stressant	0	1	2	3	4
6. Eviter de penser ou de parler de votre épisode stressant ou éviter des sentiments qui sont en relation avec lui.	0	1	2	3	4
7. Eviter des activités ou des situations parce qu'elles vous rappellent votre épisode stressant.	0	1	2	3	4
8. Avoir des difficultés à se souvenir de parties importantes de l'expérience stressante.	0	1	2	3	4
9. Perte d'intérêt dans des activités qui habituellement vous faisaient plaisir.	0	1	2	3	4
10. Se sentir distant ou coupé(e) des autres personnes.	0	1	2	3	4
11. Se sentir émotionnellement anesthésié(e) ou être incapable d'avoir des sentiments d'amour pour ceux qui sont proches de vous.	0	1	2	3	4
12. Se sentir comme si votre avenir était en quelque sorte raccourci.	0	1	2	3	4
13. Avoir des difficultés pour vous endormir ou rester endormi(e).	0	1	2	3	4
14. Se sentir irritable ou avoir des bouffées de colère.	0	1	2	3	4
15. Avoir des difficultés à vous concentrer.	0	1	2	3	4
16. Etre en état de super-alarme, sur la défensive, ou sur vos gardes.	0	1	2	3	4
17. Se sentir énervé(e) ou sursauter facilement.	0	1	2	3	4

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle version stress de l'échelle de stress post-traumatique (PCLS)

#### Instructions :

Veillez trouver ci-dessous une liste de problèmes et de symptômes fréquents à la suite d'un épisode de vie stressant.

Veillez lire chaque problème avec soin puis veuillez entourer un chiffre à droite pour indiquer à quel point vous avez été perturbé par ce problème dans **le mois précédent**.

**0. Pas du tout**

**1. Un peu**

**2. Moyennement**

**3. Passablement**

**4. Extrêmement**

➤ **L'évènement que vous avez vécu était (décrivez-le en 1 phrase) :**

➤ **Date de l'évènement :**

Score total :

Au cours des 7 derniers jours	0	1	2	3	4
1. Tout rappel de l'évènement ravivait mes sentiments en rapport avec celui-ci.					
2. Je me réveillais la nuit.					
3. Différentes choses m'y faisaient penser.					
4. Je me sentais irritable ou en colère.					
5. Quand j'y repensais ou qu'on me le rappelait, j'évitais de me laisser bouleverser.					
6. Sans le vouloir, j'y repensais.					
7. J'avais l'impression que rien n'était vraiment arrivé ou que ce n'était pas réel.					
8. Je me suis tenu(e) loin de ce qui m'y faisait penser.					
9. Des images de l'évènement surgissaient dans ma tête.					
10. J'étais nerveux(se) et je sursautais facilement.					
11. J'essayais de ne pas y penser.					
12. J'étais conscient d'avoir beaucoup d'émotions à propos de l'évènement, mais je n'y ai pas fait face.					
13. Mes sentiments à propos de l'évènement étaient comme figés.					
14. Je me sentais et je réagissais comme si j'étais encore dans l'évènement.					
15. J'avais du mal à m'endormir.					
16. J'ai ressenti des vagues de sentiments intenses à propos de l'évènement.					
17. J'ai essayé de l'effacer de ma mémoire.					
18. J'avais du mal à me concentrer.					
19. Ce qui me rappelait l'évènement me causait des réactions physiques telles que des sueurs, des difficultés à respirer, des nausées ou des palpitations.					
20. j'ai rêvé de l'évènement.					
21. J'étais aux aguets et sur mes gardes.					
22. J'ai essayé de ne pas en parler.					

## Psycho-oncologie : anxiété

### Echelle d'impact d'évènement traumatisant (IES)

#### Instructions :

Voici une liste de difficultés que les gens éprouvent parfois à la suite d'un évènement stressant. Lisez chacun des énoncés et indiquez dans quelle mesure ceux-ci s'appliquent à vous **pour les 7 derniers jours**.

Dans quelle mesure avez-vous été affecté ou bouleversé par ces difficultés ?

**0. Pas du tout**

**1. Un peu**

**2. Moyennement**

**3. Passablement**

**4. Extrêmement**

# CONTRIBUTEURS

## Coordination

MONTAUT Thierry (ONCOLOR), DUFLOT Etienne (ONCOLOR)

## Membres du groupe de travail

BLANCHET Isabelle (RESC-RA), BRIGNOL Tuy Nga (ONCORIF), CHARVIN Gilles (ONCOPACA-CORSE), DAUCHY Sarah (ONCORIF), DOLBEAULT Sylvie (ONCORIF), DOLIZY Isabelle (ONCOCHA), DUDOIT Eric (ONCOPACA-CORSE), KAZES Marianne (RESC-RA), MARX Gilles (ONCORIF), REICH Michel (ONCO NORD PAS DE CALAIS), TOLLEC Céline (ONCO PAYS DE LA LOIRE).

## Coordination méthodologique

Véronique BLOCK (ONCOLOR).

## Approbateurs

Participants aux ateliers des J2R du 06 décembre 2012

ADIB Siham (RESC-RA), BOULOT Patricia (RESC-RA), BRISSART Hélène (ONCOLOR), JOLY Héloïse (ONCOPACA-CORSE), KUSZ-MONFORT Michelle (ONCOLOR), GUIBERTEAU Sylvaine (ONCORUN), LEGRAND Danielle (ONCOPACA-CORSE), MARTIN-GIROUDON Magali (ONCOPACA-CORSE), MEYER Nadine (RESC-RA), PYSKIAK Rachel (RESC-RA), ROCHAS Cathy (RESC-RA), VESSARD Marie (RESC-RA).