

# Traitement de l'anxiété

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de ce cours, l'étudiant sera capable de :

### 1. Comprendre la physiopathologie et les formes cliniques de l'anxiété

- Définir l'anxiété normale et pathologique
- Identifier les manifestations cliniques (psychiques, somatiques, comportementales)
- Distinguer les principaux troubles anxieux (TAG, trouble panique, phobies, TOC, PTSD)

### 2. Maîtriser les approches thérapeutiques

#### a. Thérapeutiques non médicamenteuses

- Connaître les principes de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC)
- Identifier les mesures hygiéno-diététiques et les techniques de réduction du stress

#### b. Traitements médicamenteux

- Connaître les différentes classes utilisées : benzodiazépines, ISRS, IRSN, antihistaminiques H1, carbamates, buspirone, bêtabloquants, etc.
- Décrire leurs mécanismes d'action, indications, effets indésirables et précautions d'emploi

### 3. Appliquer les critères de choix thérapeutiques

- Adapter le traitement au type de trouble anxieux (TAG, TOC, phobies, etc.)
- Connaître les stratégies thérapeutiques selon les cas particuliers : grossesse, sujet âgé, insuffisance hépatique/rénale, etc.

### 4. Prévenir les risques liés aux traitements

- Identifier les effets indésirables majeurs (amnésie, tolérance, dépendance, rebond, etc.)
- Appliquer les mesures de prévention de l'iatrogénie
- Informer et accompagner le patient dans le cadre du bon usage des anxiolytiques