

KLINIK BERUS



**Centre de médecine
psychosomatique et
comportementale**



Troubles somatoformes

Nos propositions de traitement

Comment se manifestent les troubles somatoformes?

Chacun de nous connaît des réactions corporelles dans la vie quotidienne qui apparaissent de façon passagère, qui ont **une signification naturelle** et qui se retrouvent dans des expressions familières comme p.ex. "en avoir le souffle coupé", "se faire de la bile", "avoir l'estomac noué" ou "se casser la tête". Lorsque des réactions corporelles telles que palpitations, sentiments d'oppression dans la poitrine, problèmes respiratoires, maux de tête, problèmes gastro-intestinaux etc. apparaissent plus souvent, s'accroissent ou persistent pendant longtemps, elles peuvent devenir non seulement gênantes mais harcelantes pour la personne concernée.

On parle alors de "troubles somatoformes" (ou "troubles fonctionnels" ou "troubles psychosomatiques chroniques"), lorsque le déroulement des fonctions corporelles est perturbé dans son équilibre, sans qu'il y ait une cause organique correspondante. Ceci est souvent le cas p.ex. lors d'un stress de longue durée, d'un surmenage prolongé ou d'un **état d'épuisement**.

Par la suite les personnes concernées se sentent souvent considérablement gênées dans leur bien-être psychique, leurs performances ou leur qualité de vie. Il n'est pas rare que l'environnement réagisse avec incompréhension par rapport à quelqu'un présentant des symptômes psychosomatiques ou ne prenne ses problèmes au sérieux. Un traitement approprié est souvent mis en œuvre de façon tardive, ce qui constitue une charge supplémentaire.



Quelles peuvent être les causes des troubles somatoformes?

Les troubles somatoformes peuvent avoir des causes multiples, en partie interdépendantes et qui se renforcent mutuellement:

- Tension de base élevée en cas de stress persistant ou d'épreuves psychiques ou corporelles persistantes
- Tension intérieure persistante en cas de problèmes ou conflits de la vie quotidienne qui paraissent insolubles (p.ex. au travail ou en famille)
- Consommation exagérée de substances excitantes comme la nicotine, l'alcool, le café ou le thé
- Contractions musculaires (p.ex. comme suite d'une attitude de ménagement due à la douleur)
- Effets secondaires d'un traitement médical (p.ex. somnifères et tranquillisants)
- Alimentation irrégulière avec comme conséquence une instabilité du taux de glycémie dans le sang
- Tension persistante et soucis sur sa propre santé comme réaction à des troubles antérieurs.



Quels sont les objectifs du traitement?

Notre objectif est d'aider nos patients à **comprendre les relations psychosomatiques à la base de leurs symptômes et de leur permettre de mieux les maîtriser**. Il s'agit en outre d'améliorer le bien-être psychique et la qualité de vie et de rétablir leurs performances. Nous établissons en commun avec le patient un plan de traitement individuel avec des objectifs thérapeutiques personnalisés.

Comment traitons-nous les troubles somatoformes?

- Méthodes de relaxation comme la relaxation musculaire progressive et la peinture méditative
- Informations par rapport au stress et maîtrise du stress ainsi que d'autres interrelations psychosomatiques dans un groupe de santé
- Méthodes corporelles comme thérapie respiratoire, groupe de prise de conscience du corps, Yoga
- Séances individuelles consultatives sur un mode de vie équilibré et sain et en cas de besoin traitement thérapeutique de problèmes personnels
- Thérapie par le mouvement et thérapie sportive orientée sur la santé
- Ecole du dos et gymnastique du dos

Et selon les besoins individuels p.ex.:

- Groupe d'assertivité et de solution de problèmes
- Traitement physiothérapeutique individualisé
- Sevrage des fumeurs
- Ergothérapie comme p.ex. modelage créatif
- Groupe sensoriel

Notre concept:

Nous traitons depuis de nombreuses années les maladies psychosomatiques, en particulier les troubles psychiques pouvant apparaître à la suite de maladies somatiques.

Notre clinique travaille selon un concept moderne de médecine comportementale. À partir de ce concept psychosomatique global, des spécialistes de différents domaines (médecins qualifiés, psychologues, thérapeutes par le sport, ergo-, socio- et physiothérapeutes) s'efforcent d'établir en commun avec le patient la mise en place de solutions individualisées et de soutenir leur mise en œuvre.

Le confort de la clinique:

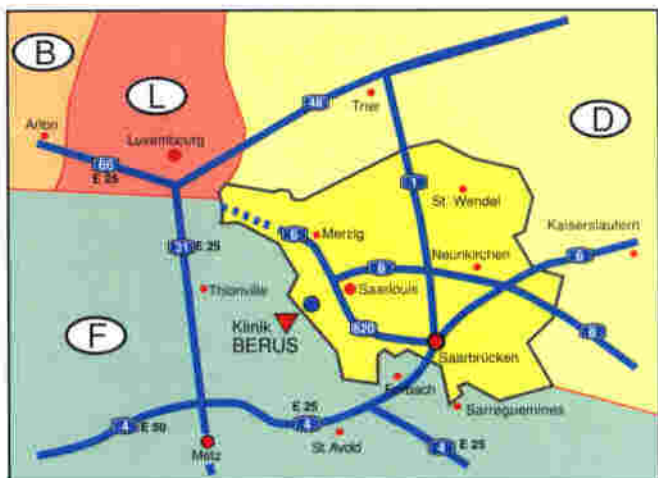
- Chambres individuelles et doubles avec douche/WC, la plupart avec balcon
- Chambres adaptées aux personnes handicapées
- Cuisine variée et répondant à des critères nutritionnistes
- Sauna, piscine couverte et salle de musculation
- Organisation de loisirs et d'activités culturelles

Prise en charge:

- Pour nos patients assurés en France: prendre contact au préalable avec leur organisme de prestation-maladie (CPAM, CMA, Mutuelles etc.)
- Pour nos patients assurés au Luxembourg : se munir du formulaire E 112 délivré par l'organisme compétent (UCM).

Où se trouve la Klinik Berus?

La clinique se situe dans un espace naturel protégé limitrophe de la frontière sarro-lorraine. La ville moyenne de Sarrelouis, toute proche, propose des offres culturelles et gastronomiques multiples dans un cadre historique.



Qui est votre interlocuteur?

- Dipl.-Psych. Dr. Heiko Riedel
Psychologue-chef
Tel.: 00.49.6836.39-188
Fax: 00.49.6836.39-178
e-mail: hriedel@ahg.de

Klinik Berus, Orannastr. 55
D-66802 Überherrn-Berus
Internet: www.ahg.de/berus

Médecin-chef:

Dr. med. Dipl.-Psych. Winfried Carls
Médecin spécialisé en neurologie et psychiatrie.
Médecin spécialisé en médecine psychothérapeutique