

Le trouble panique

Prise en charge ... > [Qu'est-ce que le trouble panique?](#)

Envoyer cette page par courriel

Envoyer par courriel les pages recueillies



-  ▶ La dépression
-  ▶ L'anxiété généralisée
-  ▶ La phobie sociale
-  ▶ Le trouble panique

Prise en charge du trouble panique

Auto-test pour le trouble panique

-  ▶ Le trouble obsessionnel-compulsif
-  ▶ État de stress post-traumatique



Prenez les rênes dès maintenant

Questions fréquentes

Ressources supplémentaires



[Qu'est-ce que le trouble panique?](#)

[L'importance de se faire traiter](#)

[Que devrais-je faire si je pense avoir le trouble panique?](#)

[Comment peut-on traiter le trouble panique?](#)

Qu'est-ce que le trouble panique?

Jusqu'à 4 % des personnes subissent des épisodes de peur très intense qui surviennent de façon soudaine et inattendue, et qui atteignent leur intensité maximale en 10 minutes. Durant ces attaques, il n'est pas rare que la personne pense avoir une crise cardiaque, se sente étouffée ou ait peur de devenir folle. L'attaque s'accompagne souvent de palpitations cardiaques, d'un pouls rapide, d'essoufflement ou d'une sensation d'étranglement. Elle peut aussi être associée à la transpiration, à des nausées, à la diarrhée, à des tremblements et à des secousses musculaires. Parfois, la personne a la sensation que tout est irréel ou qu'elle n'est plus elle-même. L'ensemble de ces symptômes caractérise l'attaque de panique. On porte le diagnostic de trouble panique quand une personne a des attaques de panique répétées.

Après une ou deux attaques, la personne peut craindre énormément la survenue d'une nouvelle attaque. Certaines personnes atteintes du trouble panique finissent par développer l'agoraphobie, c'est-à-dire la peur de sortir. C'est que ces personnes ont peur d'avoir une autre attaque au même endroit qu'avant ou dans un lieu où il serait difficile d'avoir de l'aide. En cas d'agoraphobie sévère, la personne ne peut plus sortir de chez elle et est incapable d'effectuer des activités de tous les jours.

Le trouble panique est souvent méconnu. Les personnes qui en souffrent peuvent chercher pendant des mois ou des années une explication à leurs symptômes physiques qu'elles croient mystérieux. D'autres ne consultent pas leur médecin parce qu'elles sont trop gênées, qu'elles attribuent leurs malaises au stress ou qu'elles craignent le diagnostic susceptible d'être posé.

Pourtant, il est inutile de souffrir en silence. De nos jours, la plupart des experts croient que le trouble panique, comme la dépression, résulte d'un déséquilibre chimique dans le cerveau. De nombreux traitements existent pour soulager le trouble panique et permettre au patient de mener une vie normale.

Copyright © 2002 GlaxoSmithKline Inc. Tous droits réservés.

[Information juridique](#) | [Protection des renseignements personnels](#) | Ce site s'adresse aux Canadiens seulement.