

Etude des effets à long terme de différentes interventions de groupe pour améliorer la détresse émotionnelle et la fatigue chez des patientes atteintes d'un cancer du sein

Charlotte GREGOIRE¹, Marie-Elisabeth FAYMONVILLE², Guy Jerusalem³, Anne-Marie ETIENNE¹, Philippe COUCKE⁴, Gilles DUPUIS⁵, Dominique LANCTÔT⁵, Isabelle BRAGARD⁶

¹ Psychologie de la santé, Université de Liège ; ² Algologie et Soins Palliatifs, Université de Liège & CHU ;
³ Oncologie Médicale, Université de Liège & CHU ; ⁴ Radiothérapie, Université de Liège & CHU
⁵ Psychologie, Université du Québec à Montréal ; ⁶ Santé Publique, Université de Liège

Introduction

La fatigue et la détresse émotionnelle sont des symptômes fréquents chez les patientes souffrant d'un cancer du sein (Hernández-Blazquez & Cruzado, 2016; Weis & Horneber, 2015). Plusieurs interventions de groupe ont déjà été testées pour diminuer ces symptômes. Des interventions basées sur la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) ont montré des effets positifs sur l'anxiété et la dépression (Gudenkauf et al., 2015 ; Groarke, Curtis & Kerin, 2013), tandis que des effets sur l'anxiété, la dépression et la fatigue ont été mis en évidence suite à des interventions basées sur le yoga (Bragard, 2017 ; Kiecolt-Glaser et al., 2014 ; Lanctôt et al., 2016) et sur l'hypnose (Bragard, 2017 ; Cramer et al., 2015 ; Montgomery et al., 2014). Néanmoins, peu d'études concernent les effets à long terme de ces deux dernières interventions (Cramer et al., 2015 ; Smith & Pukall, 2009).

Interventions

BALI YOGA PROGRAM BREAST-CANCER (BYP-BC, Lanctôt et al., 2010) : 6 séances hebdomadaires (90 min) en groupe. Les séances sont composées d'exercices de respiration, de postures de yoga, de relaxation et de méditation.

AUTO-HYPNOSE + SELF-CARE (Faymonville, Bejenke & Hanse, 2010) : 6 séances espacées de 2 semaines (120 min), en groupe. Différents thèmes liés à l'auto-bienveillance sont abordés (estime de soi, limites et besoins personnels, communication, gestion des émotions négatives...) et suivis d'un exercice d'hypnose.

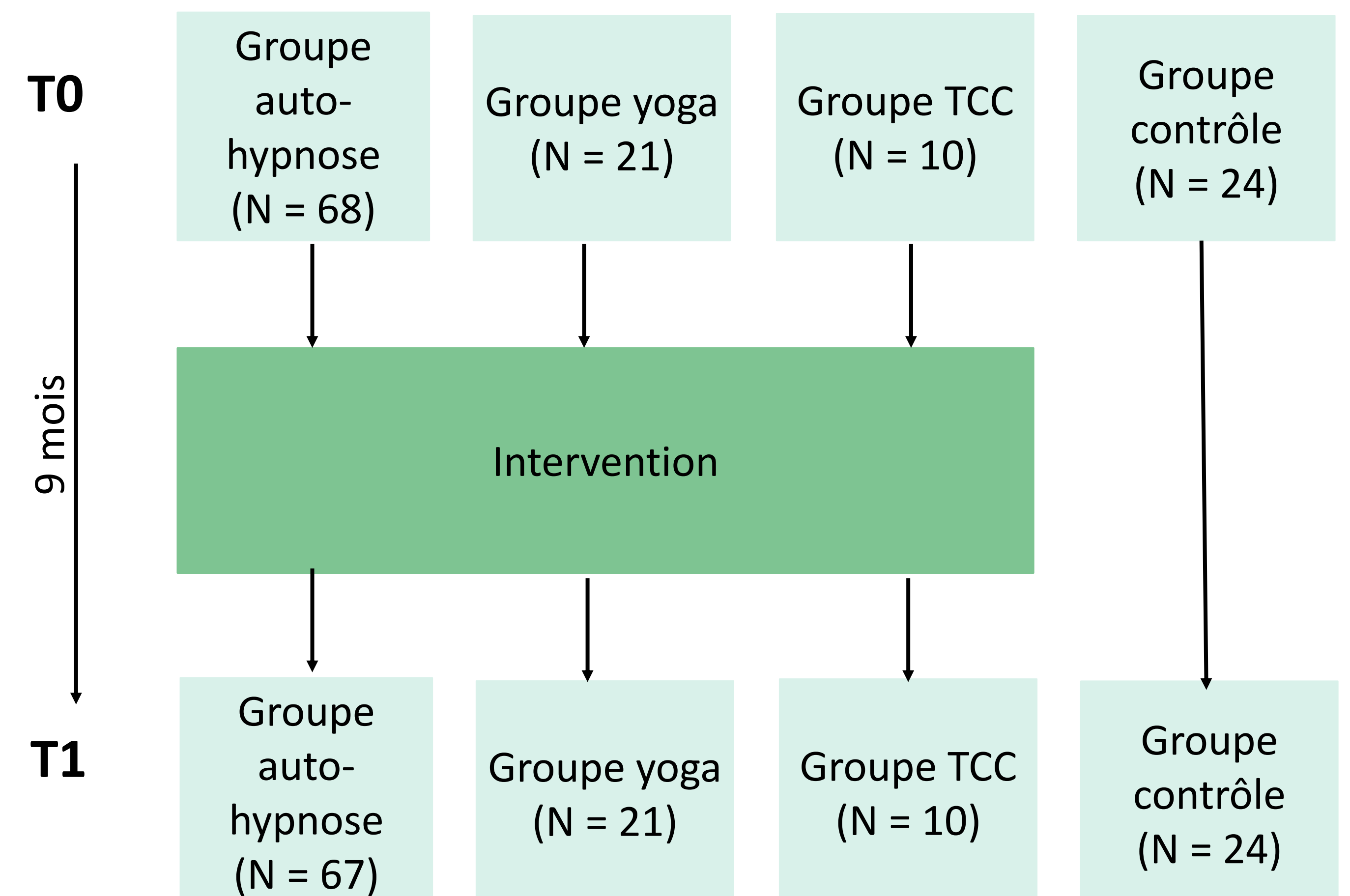
TCC + RELAXATION : 6 séances hebdomadaires (90 min) en groupe portant sur l'impact du traitement sur l'image corporelle et l'estime de soi, la peur de la récurrence, les relations sociales, les projets personnels et le sens donné à la maladie.

La pratique des exercices à domicile est encouragée au sein des 3 groupes, via des CD ou DVD remis aux participantes, et/ou via des tâches à réaliser entre les séances.

Objectif

Cette étude vise à évaluer les effets à long terme (après 9 mois) de ces 3 interventions sur la détresse émotionnelle, la fatigue et les difficultés de sommeil de patientes atteintes de cancer du sein.

Méthodes



QUESTIONNAIRES :

- **Détresse émotionnelle (dépression + anxiété)** : Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS – Zigmond & Snaith, 1983)
- **Fatigue** : European Organization for Research and Treatment of Cancer – QoL Core Questionnaire (EORTC-QLCQ30 – Aaronson et al., 1993)
- **Difficultés de sommeil** : Insomnia Severity Index (ISI – Savard et al., 2005)

Résultats

1. COMPARAISON ENTRE LES GROUPES :

Effet d'interaction Groupe*Temps

- pour l'anxiété (F = 4,99 ; p = ,003) ➤ Différence significative entre chaque GE et le GC
- pour la qualité du sommeil (F = 3,06 ; p = ,031) ➤ Différence significative entre Yoga et GC et entre Hypnose et GC

2. EVOLUTION DES DONNÉES DANS CHAQUE GROUPE :

	Self-hypnosis			Yoga			CBT			Control Group		
	T0	T3	Test t	T0	T3	Test t	T0	T3	Test t	T0	T3	Test t
	Moy. (ET)	Moy. (ET)	p	Moy. (ET)	Moy. (ET)	p	Moy. (ET)	Moy. (ET)	p	Moy. (ET)	Moy. (ET)	p
Anxiété	8.76 (4.14)	6.39 (3.49)	.000	9.76 (4.62)	6.67 (2.48)	.009	8.60 (3.78)	5.50 (3.34)	.011	7.17 (2.96)	8.17 (4.03)	.356
Dépression	5.02 (3.16)	3.15 (2.87)	.000	5.24 (3.74)	3.14 (2.90)	.017	5.70 (3.89)	3.80 (3.61)	.008	4.13 (3.72)	3.96 (3.76)	.824
Fatigue	2.59 (0.78)	2.18 (0.67)	.000	2.44 (0.74)	2.00 (0.63)	.015	2.20 (0.65)	2.07 (0.52)	.428	2.56 (0.92)	2.36 (0.74)	.346
ISI	12.65 (6.49)	10.18 (6.47)	.000	12.76 (6.91)	8.45 (5.15)	.016	12.30 (5.74)	11.7 (6.07)	.399	10.54 (6.73)	10.96 (5.82)	.511

Conclusions et discussion

- Effets à long terme de trois interventions sur le bien-être de patientes atteintes du cancer.
 - TCC : diminution de l'anxiété et de la dépression à 9 mois
 - Interventions basées sur le yoga et sur l'hypnose : effets positifs sur la fatigue, les difficultés de sommeil, l'anxiété et la dépression
 - Intérêt des approches psychothérapeutiques alternatives en oncologie, afin de gérer les effets négatifs du cancer et de ses traitements
- Perspectives futures :
 - Echantillons plus importants, design contrôlé et randomisé pour confirmer nos résultats
 - Inclure tous les types de patients atteints d'un cancer