

INTRODUCTION

Ce travail a été conduit à la demande du Collectif Infirmier Pour la Relaxation (CIPREL), qui existe depuis dizaine d'années. Des infirmières du pôle psychiatrique du CHU de Saint-Etienne, toutes avec une formation personnelle approfondie, sont affectées à temps partiel à cette activité, avec une réunion de coordination mensuelle. Les patients sont principalement adressés par des psychiatres ou des psychologues. Le CIPREL en 2009 a souhaité s'inscrire dans un protocole de recherche infirmière. Les réunions de coordination ont donc été complétées par 6 réunions de 2 heures (J. Pellet) pour sensibiliser le groupe aux exigences d'une recherche contrôlée.

METHODOLOGIE

Etude CHU promoteur, contrôlée, randomisée, simple aveugle avec 2 bras : training autogène de Schultze (12 séances, une séance hebdomadaire) et groupe contrôle placebo-attente (un entretien informel mensuel effectué par une infirmières du CIPREL). ce type de groupe contrôle a été retenu car il ne s'agissait pas de comparer 2 techniques psychothérapeutiques (expertise INSERM sur les psychothérapies). Chaque patient signait un formulaire de consentement éclairé. Etaient recueillis :

Données sociodémographiques, MINI-CIDI. La STAI de Spielberger forme A et B, le SF12, un questionnaire d'alliance thérapeutique étaient remplis avant et après traitement ou groupe contrôle.

Critère d'inclusion : note minimum de 55 à la STAI A, quel que soit le diagnostic, psychose exceptée

Critère d'évaluation : Δ de la note d'anxiété à la STAI A.

Analyse : comparaisons de moyenne et corrélation (paramétrique et non paramétrique)

Analyse en intention de traiter et per protocole

RESULTATS

INCLUSIONS et DIAGNOSTICS

Janvier 2010- Aout 2011 : 156 adressages.

Non joignables ou pas venus : 28

Refus 29 (étude : 6, relaxation : 9, pas de motif :14).

STAI A < 55 : 20.

Autres : 6 (mineures : 2, langue : 3, psychose : 1).

73 patients incluables (46,7%)

4 ne sont pas venus pour le MINI mais ont fait l'étude

TAG: 36 : 19 avec comorbidité (EDM, dysthymie, TA)

Troubles dépressifs isolés : 6

TP : 4 ; Agoraphobie : 2 ; TP + agoraphobie : 7

Phobies sociale : 4

Un patient sans diagnostic malgré un MINI bien rempli

DOSSIERS EXPLOITABLES ET COMPARABILITÉ DES GROUPES

7 patients non venus après signature du consentement ; 2 dossiers non exploitables

34 traités : 28 F, 6 H ; 30 contrôles : 26 F, 4 H ; aucune différence significative :

| | Relaxation | Témoins |
|-----------------------|--------------|---------------|
| STAI A | 63,35 sd 7,6 | 65 sd 7,0 |
| STAI B | 63 sd 8,4 | 63 sd 7,7 |
| SF12 | 37,38 sd 4,5 | 38,4 sd 4,9 |
| Alliance (patient) | 73,3 sd 20,6 | 72,7 sd 14,2 |
| Alliance (thérapeute) | 58,8 sd 28,1 | 54,12 sd 26,9 |

Dans le groupe traité 8 n'ont pas commencé le traitement ; 18 ont fait 12 séances ; 3 7 ou 8 ; 5 2 ou 3. la corrélation est très forte entre le nombre de séances et le score d'alliance thérapeutique ($p=.000$). Dans le groupe placebo attente : 4 ne sont pas venus, 2 ont fait 2 séances et 24 les 3

Discussion

INTÉRÊT D'UNE PRATIQUE ET D'UNE RECHERCHE INFIRMIÈRE DANS LE DOMAINE DES PSYCHOTHÉRAPIES.

Efficacité supérieure du training si l'observance est bonne

Observance meilleure dans le groupe « placebo » :

Implication moins importante, nouveauté moins grande, ou autre ?

Actuellement, 2 rendez-vous sont programmés avant le début du training pour évaluer les résistances éventuelles et améliorer l'information aux patients.

Mise en place début 2014 d'une recherche observationnelle à long terme.

LIMITES :

Manque de puissance pour étudier l'impact de l'alliance thérapeutique et analyser les résultats en fonction des diagnostics.

Analyse en intention de traiter : pas de DS entre groupes

Analyse per protocole :

Pas de DS entre groupes si l'on inclut les patients ayant fait 2 ou 3 séances

Training autogène > groupe placebo-attente lorsque l'on compare les patients ayant suivi au moins 7 séances (n=21) aux patients « placebo » ayant suivi au moins 2 séances (n=26)

Relaxation : 19,45±12,8 ; placebo-attente : 9,57± 11,57 p= .02