

Psychothérapie assistée par psychédéliques

Daniele Zullino



Usages

thérapeutiques



Loi sur les produits thérapeutiques / LPT_h

Ordonnance sur les autorisations dans le domaine des médicaments / OAMéd
Ordonnance sur les médicaments / Oméd
Ordonnance sur les exigences relatives aux médicaments / OEMéd
Ordonnance sur les professions médicales / OPMéd
Ordonnance concernant le registre / LPMéd
Ordonnance relative aux compétences / LPSan, OCPSan



Evidences scientifiques



Scientifiques

non-thérapeutiques



Loi sur les stupéfiants / Lstup

Ordonnance sur les tableaux des stupéfiants / OTStup-DFI



Consensus sociétal



Politique / „Peuple“



Contexte
légal



Base
décisionelle



Acteurs



Psychédéliques



- Psychédéliques classiques (agonistes partiels des récepteurs 5-HT_{2A})

LSD, psilocybine, DMT, mescaline

- Entactogènes/empathogènes (agonistes des récepteurs de la sérotonine)

MDMA, MDA, MMDA, série 2C, etc.

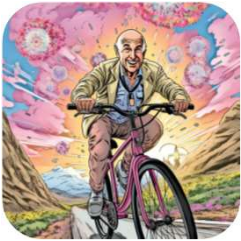
- Anesthésiques dissociatifs (antagonistes de NMDA)

Kétamine, PCP

- Salvia divinorum (agoniste des récepteurs kappa-opioïdes)

C'est arrivé en Suisse

1943



Albert Hofmann
découvre LSD

1958



Albert Hofmann
découvre psilocybine

1988 – 1993



Autorisations
exceptionnelles
5 médecins

2006



100ème anniversaire
Albert Hofmann

Depuis 2014



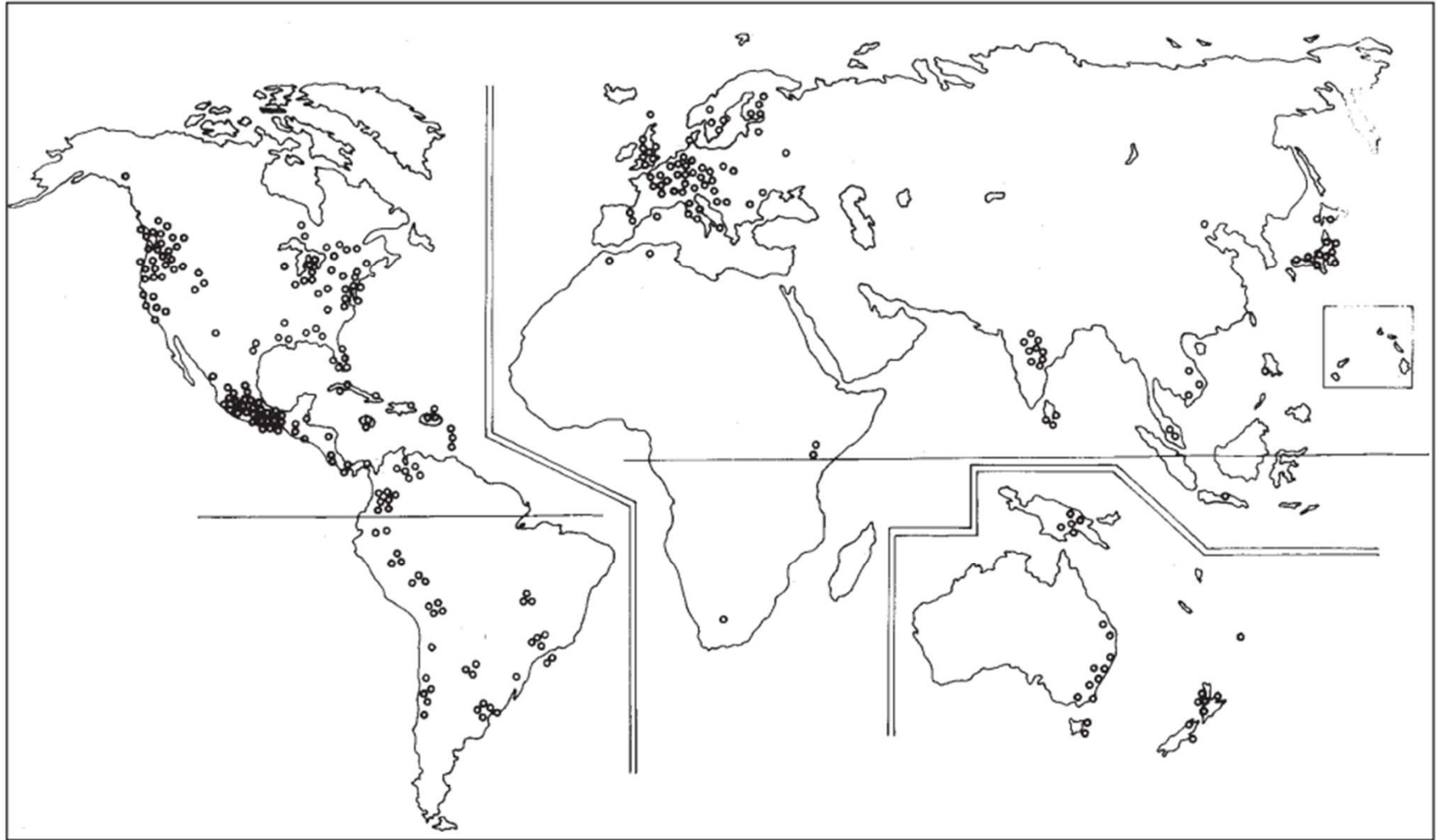
Usage
compassionel

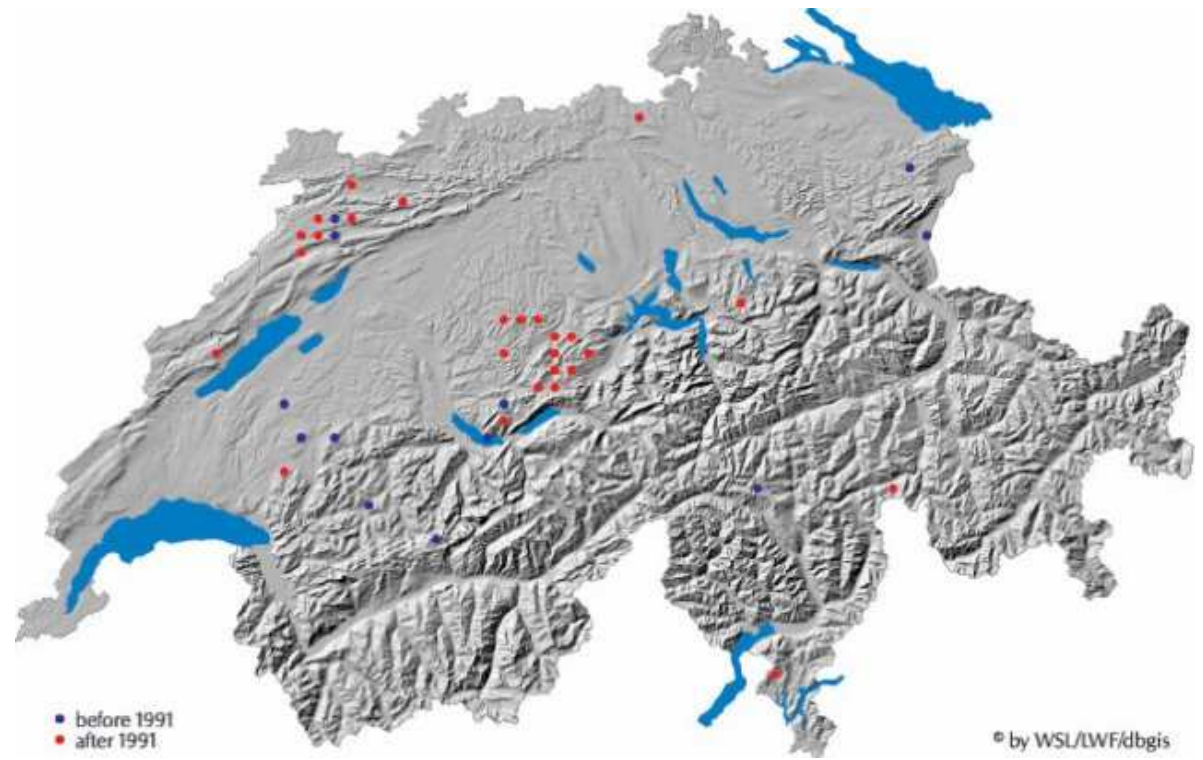
1970



Richard Nixon
n'aime pas les psychedeliques

C'est arrivé ailleurs ...





evasion-artificielle.skyrock.com

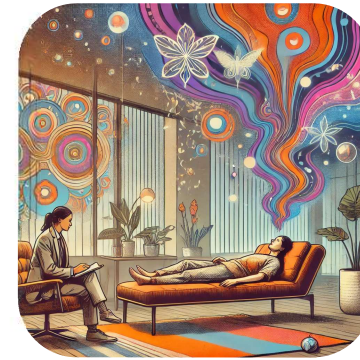
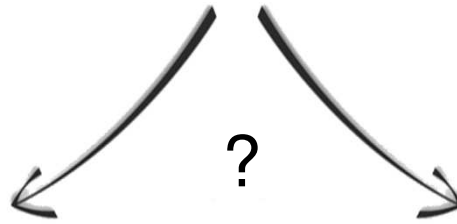


A Genève depuis 2020
> 250 patients
> 350 séances

Thérapie avec psychédéliques



Pharmacothérapie ?



Psychothérapie ?



Epidémiologie : pas d'effet clinique persistant de l'usage récréatif
Études cliniques : Toujours avec un soutien psychothérapeutique minimal

Thérapie psycholytique

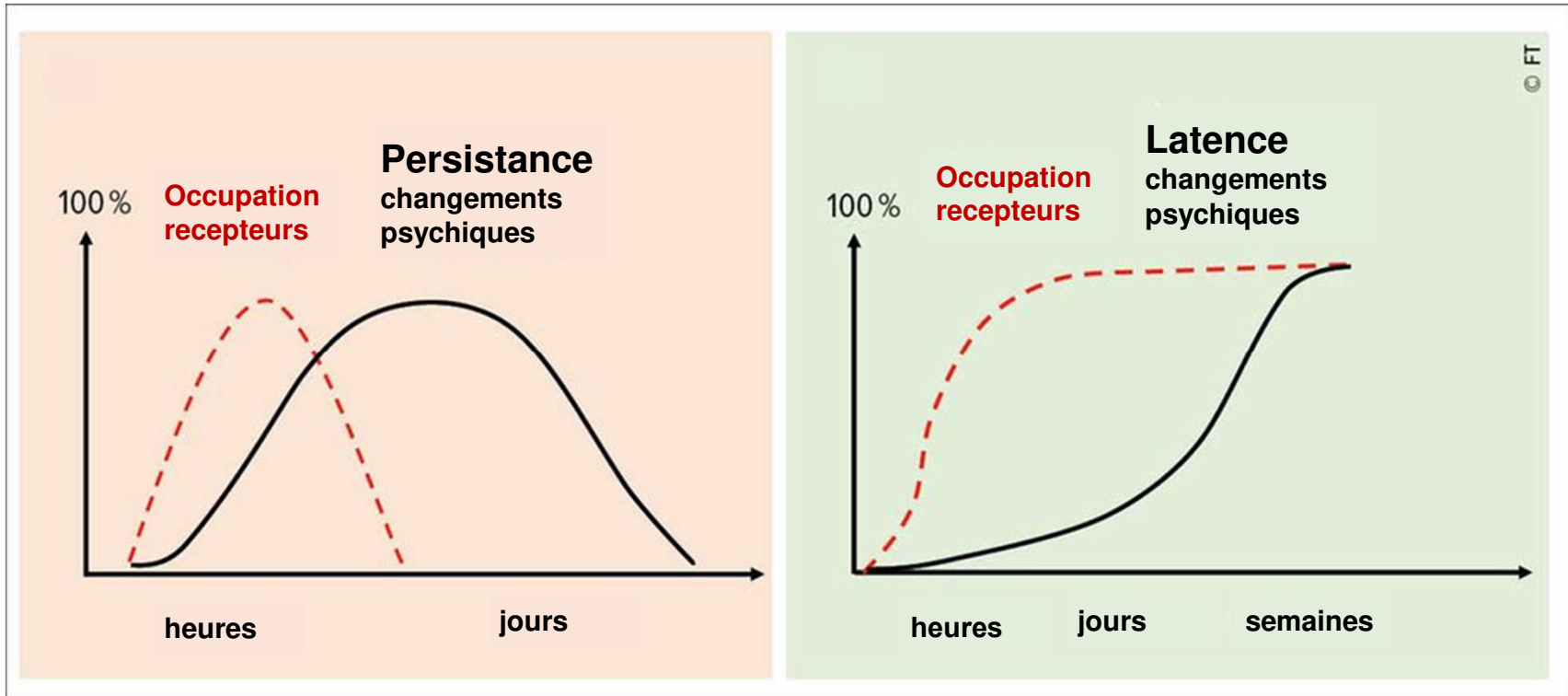


Développé en Europe
D'inspiration psychanalytique
Doses répétées faibles à moyennes
Thérapeute intervient en cours de séance

Thérapie psychédélique



Principalement étudié en Amérique du Nord
1-3 doses plus élevées
Peak experience
Thérapeute n'intervient pas pendant la séance



Tretter, 2021

Dimensions fondamentales expériences psychédéliques

altered state of consciousness ASC
état modifié de conscience



visionary restructuration (VIR)
restructuration visionnaire



- Pseudo-hallucinations / illusions
- Synesthésies
- Modification de la signification des perceptions
- Mémoires vivantes

oceanic boundlessness (OBN)
sentiment océanique



- Etat très agréable d'expansion du moi
- Changements des limites du soi
- Expérience de l'unité et de la transcendance de l'espace et du temps
- Sentiment de compréhension intuitive
- Humeur élevée, béatitude, extase

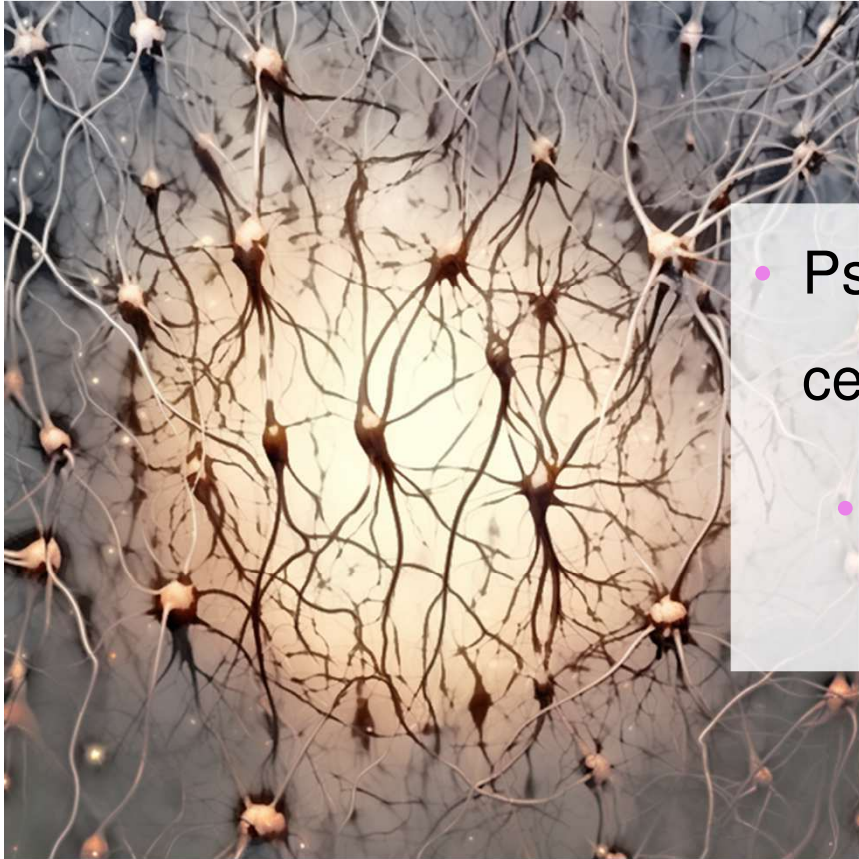
anxious ego-dissolution (AED)
dissolution angoissante du soi



- Désintégration du soi
- Sentiment de perte de contrôle
- Sentiment d'aliénation de l'environnement
- ≈ "mauvais trip"

Preller & Vollenweider, 2018

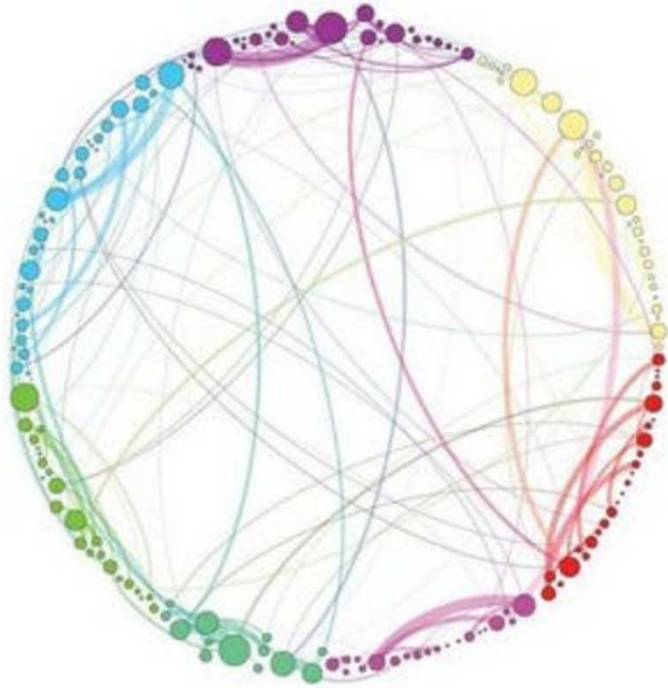
Réorganisation neuronale



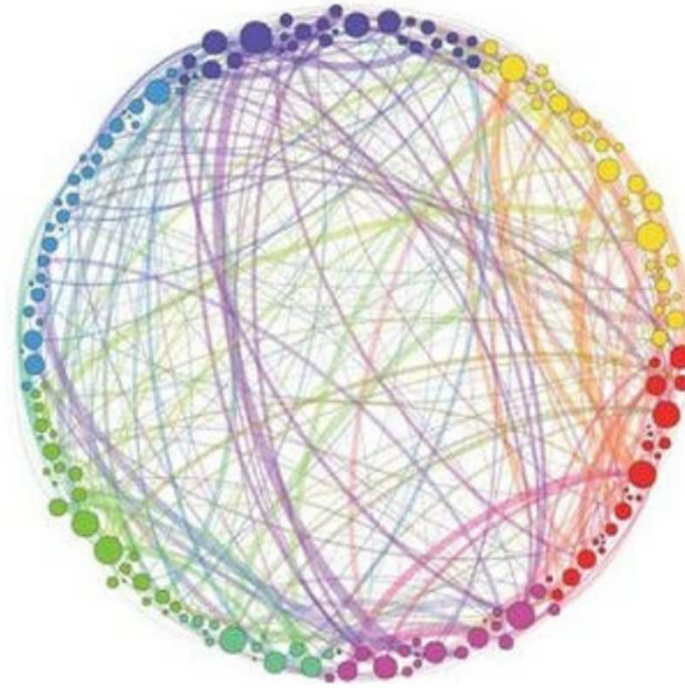
- Psilocybine stimule récepteurs 5-HT_{2A} sur les cellules pyramidales de la couche 5
- responsables de l'intégration corticale

Nutt et al., 2020

Placebo



Psilocybin



Petri et al., 2014; Carhart-Harris, 2019

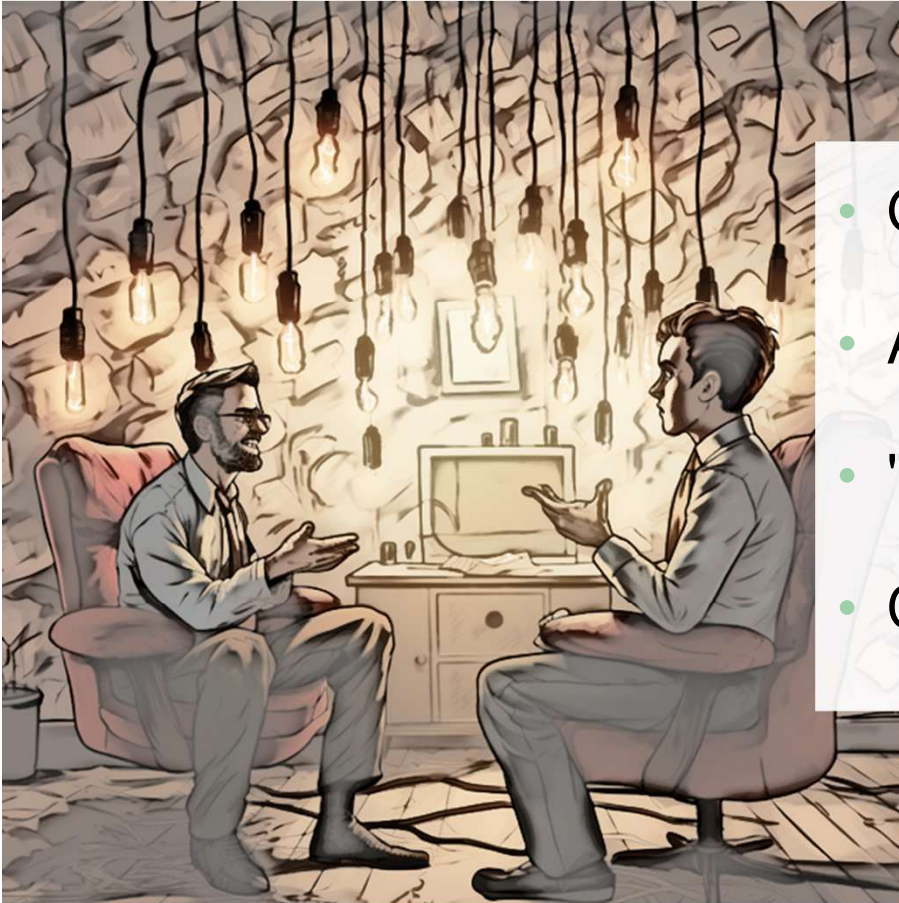
Effets sur la neuroplasticité



- ↑ Taux sériques de BDNF
- ↑ IEG impliqués dans la plasticité synaptique
- ↑ synaptogenèse
- ↑ ramification neuronale
- ↑ épines dendritiques

Nichols et al. 2003; Nichols and Sanders-Bush 2002; González-Maeso et al. 2007; Tsybko et al. 2020; Donovan et al. 2021; Raval et al. 2021; De Vos et al., 2021; Ly et al., 2020

Qu'est-ce que la psychothérapie ?



- Génération de choix
- Aiguiser la perception des possibilités
- "Ce qui est" → "Ce qui pourrait être"
- Catalyse des processus d'auto-organisation

Trouble psy



Attracteurs
cognitifs-comportementaux
monopolisés

Réorganisation neuronale
Neuroplasticité



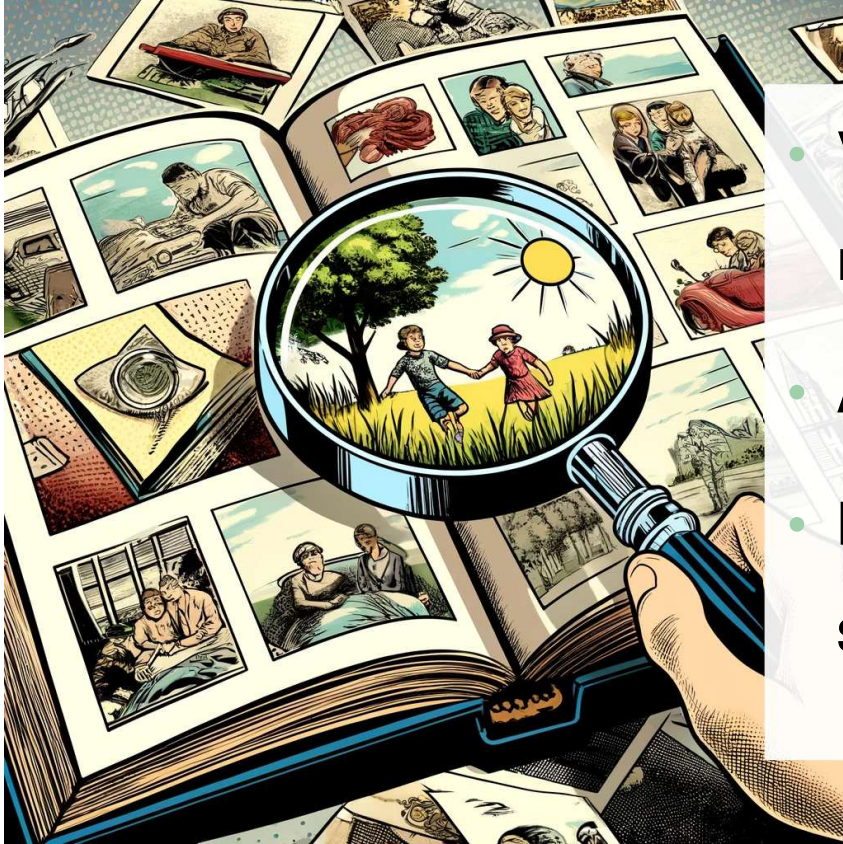
Psychothérapie

Rétablissement



(Re)développement
des soi
possibles

Psychothérapie



- Voir plus clairement certains aspects du monde
- Attirer l'attention sur ce qui est essentiel
- Mémoire et prospective = outils de simplification et de sélection

Tâche algorithmée

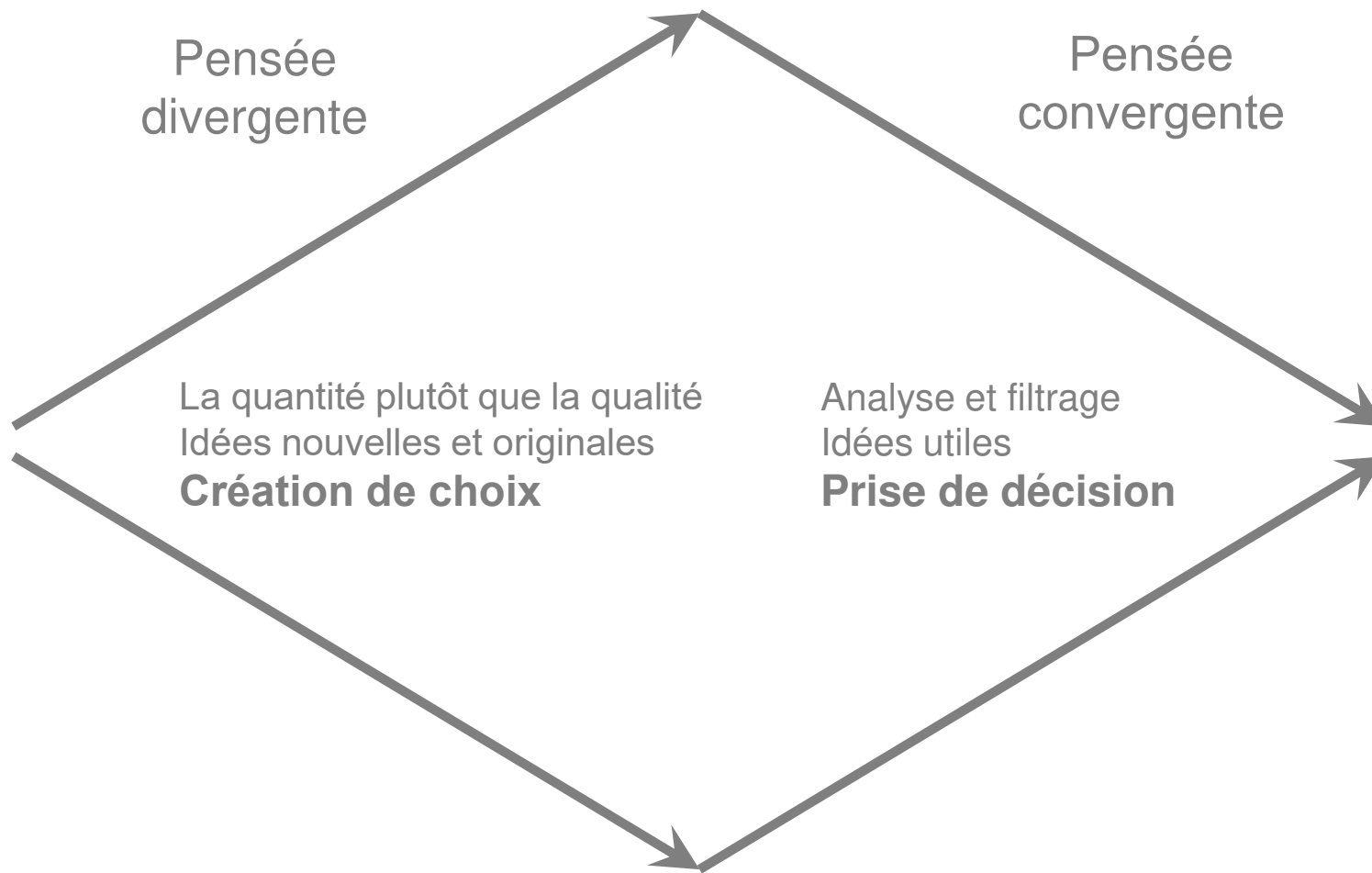


- Suivre une série d'instructions établies
 - le long d'un chemin **unique**
 - à un résultat **prédéterminé**
- *Tâches de routine*

Tâche heuristique



- Aucun algorithme n'existe
 - Expérimenter des possibilités
 - Développement de nouvelles solutions
- *Créer quelque chose dont le monde ne savait pas qu'il manquait*



Mécanismes d'action universels



Mécanismes d'action spécifiques





Alliance thérapeutique

*qualité de la relation entre le
thérapeute et le patient*



Actualisation du problème

*expérience émotionnelle concrète de
son propre problème lors des
séances de thérapie*



Clarification motivationnelle

*réflexion consciente sur les motifs
(in)conscients de son propre
comportement*



Activation des ressources

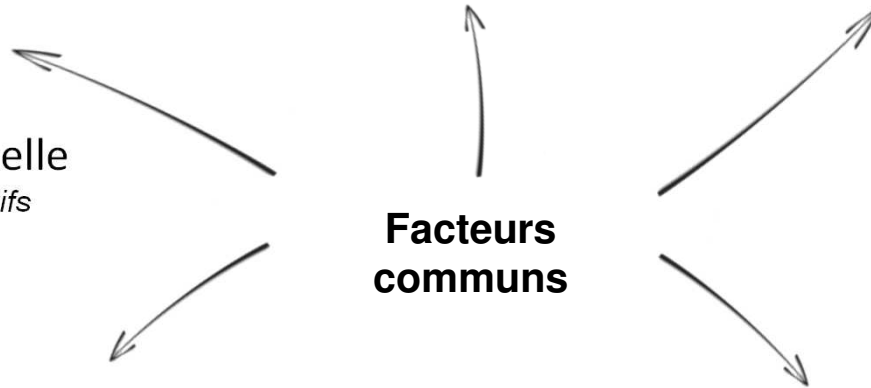
*utilisation ciblée des capacités pour
les changements thérapeutiques*



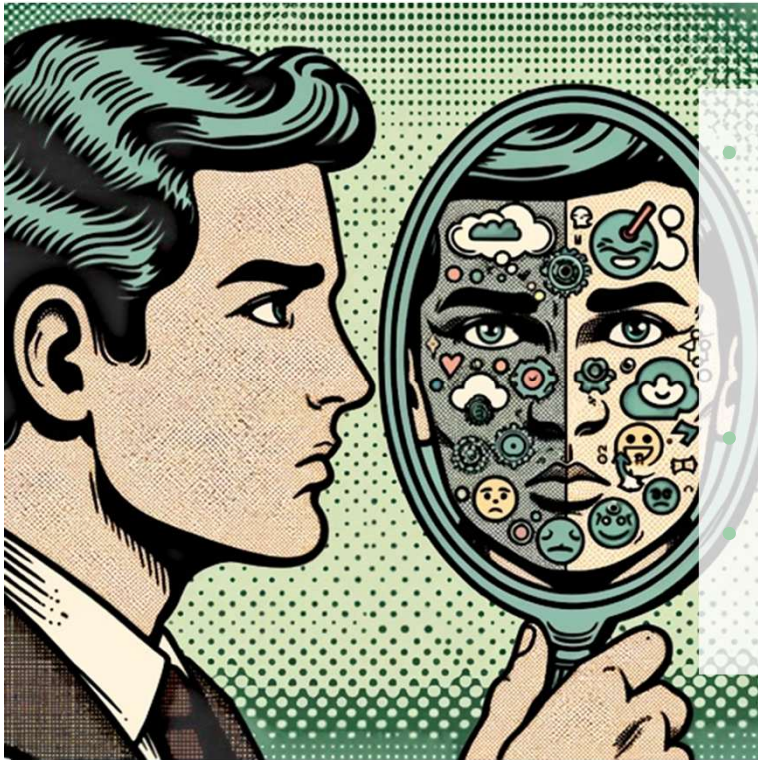
Résolution de problèmes

*apprentissage de stratégies
concrètes pour faire face aux
situations problématiques*

Facteurs communs



Décentration



- Capacité à observer ses pensées, émotions et sensations corporelles avec un détachement impartial
- Sans les juger ni s'y identifier
- Observer le processus de pensée plutôt que son contenu

Safran & Segal, 1990

Violation des attentes et décentration



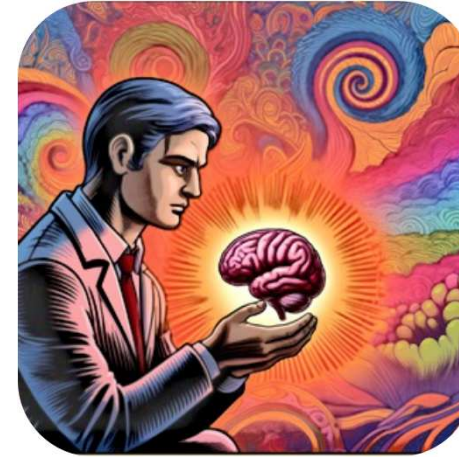
- Anticipations situation / résultat contredites par expériences réelles
 - dissonance cognitive
 - restructuration cognitive
 - prise de conscience propres processus cognitifs = décentration

Décentration TCC



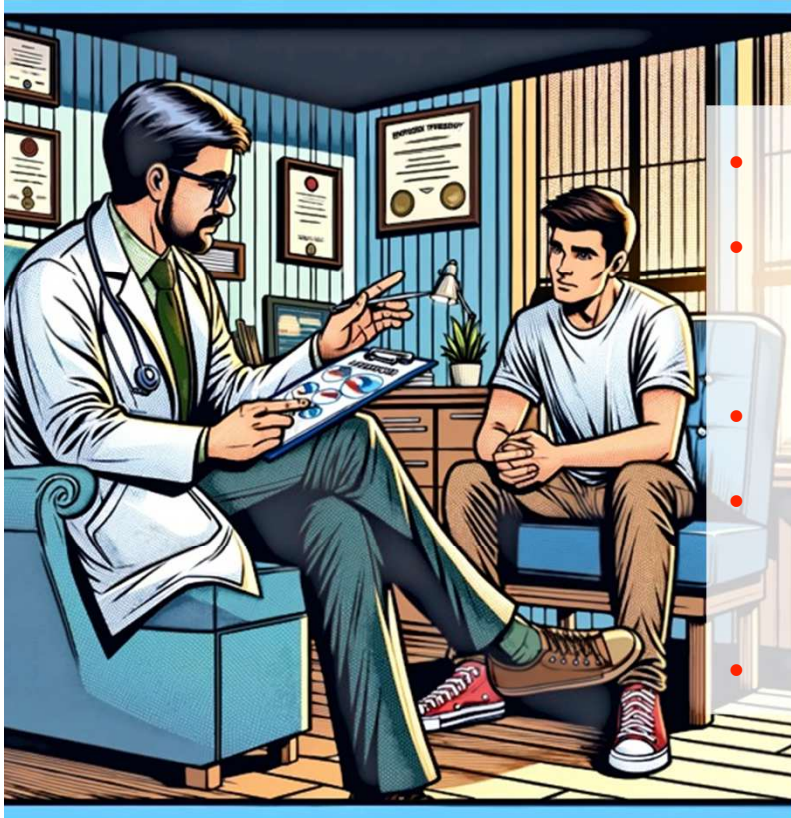
- Induit par techniques de restructuration cognitive
- Implique identification et remise en question des pensées inadaptées
- Courte durée et dépendant d'interventions thérapeutiques

Décentration psychédélique



- Se produit spontanément
- ↓ égocentrisme
- Décentration plus profonde et immersive
- Longue durée, même au-delà de l'effet pic

Préparation



- Objectif : violation des attentes et décentration
- Assurer que patient aborde la séance avec ses schémas dysfonctionnels
- Éviter de trop décentrer ou cognitivement restructurer
- Accent sur préparation à l'exposition de ses schémas dysfonctionnels dans environnement contrôlé
- Reproduire fidèlement cadre séance psychédélique à venir

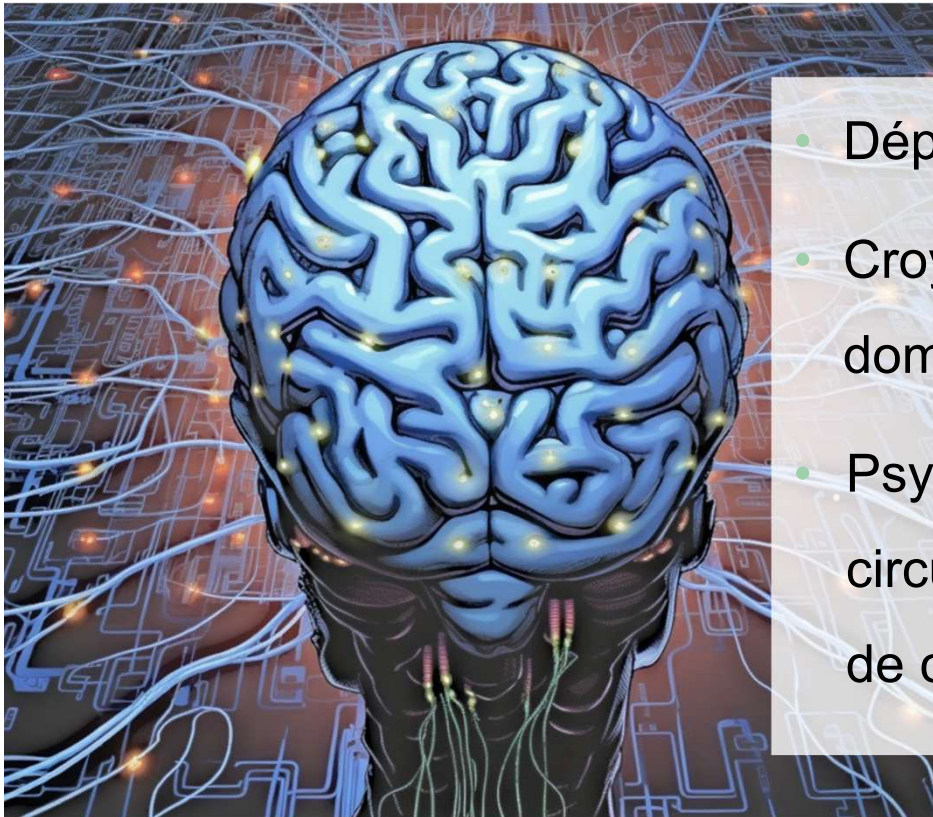
Indications actuelles



- Dépression
- Troubles anxieux, TOC
- Addictions

Nutt et al., 2020; Carhart-Harris et al., 2018; Rucker et al., 2018; Bogenschutz & Ross, 2018; Bogenschutz et al. 2015; Johnson et al. 2014; Garcia-Romeu et al. 2014; Gasser et al. 2014; Gasser et al. 2015; rob et al., 2011; Ross et al. 2016; Griffiths et al. 2016; Moreno et al. 2006; Carhart-Harris et al. 2016

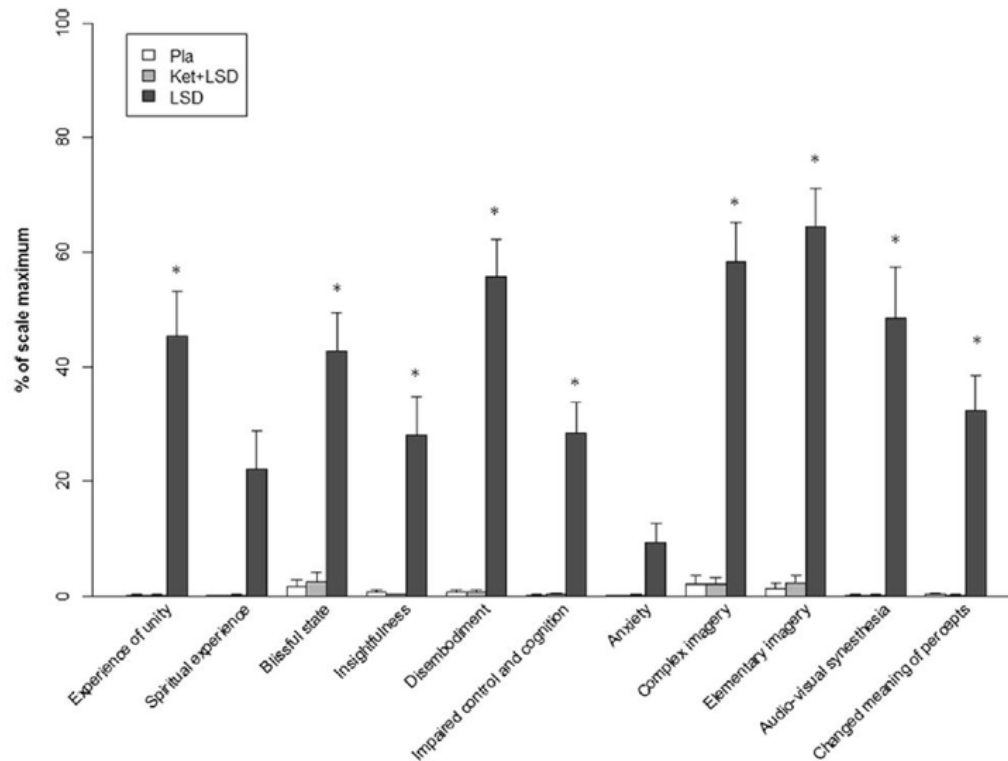
Surtout pour *troubles internalisés*



- Dépression, addictions, PTSD
- Croyances, biais et rituels excessivement dominants et résistants à la révision
- Psychédéliques : dérégulation et recalibrage des circuits qui encodent ces habitudes de pensée et de comportement

Nutt et al., 2020; Carhart-Harris and Friston, 2019; Carhart-Harris, 2019

Perspectives d'avenir



- Raccourcissement durée des séances avec kétansérine, antagoniste 5-HT₂

Preller et al., 2017

Questions non résolues



- Setting, „décoration“

- Musique

- Expérience personnelle du thérapeute

- Durée séance psychédélique nécessaire

Take home



- Traitements psychédéliques = psychothérapie relancée par intervention pharmacologique
- Importance de travailler sur le set pour maximaliser l'effet
- Importance d'intégrer l'expérience psychédélique dans un concept psychothérapeutique