

La dépression – une caractéristique de notre temps ?¹

Conclusions de l'étude LAC

Marianne Leuzinger-Bohleber

Psychotherapie-Wissenschaft 10 (2) 19–20 2020

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2020-2-19>

Mots clés : dépression chronique, thérapies psychanalytiques et cognitivo-comportementales à long terme, études de résultats, changements symptomatiques et structurels

À notre connaissance, l'étude LAC (étude à long terme des dépressions chroniques) est la première étude contrôlée de psychothérapie à comparer les résultats d'une psychothérapie psychanalytique (PAT) et d'une psychothérapie cognitivo-comportementale (PCC) à long terme chez des patients souffrant de dépression chronique, avec répartition aléatoire et préférentielle. 554 patients et patientes souffrant de dépression chronique ont été interrogés dans quatre centres de traitement, 252 ont été inclus dans l'étude et ont fait l'objet d'une investigation intensive au moyen d'une série de questionnaires et d'entretiens sur une période de cinq ans.

Entretemps, les résultats les plus importants concernant les changements symptomatiques après trois ans de traitement ont été publiés dans la *Canadian Journal of Psychiatry (Revue canadienne de psychiatrie)* (Leuzinger-Bohleber et al., 2019a). Un deuxième article publié dans l'*International Journal of Psychoanalysis (Revue internationale de psychanalyse)* a comparé les résultats des changements symptomatiques et structurels (Leuzinger-Bohleber et al., 2019c). Les deux articles ont été publiés sous forme étendue en allemand dans un numéro spécial de *Psyche* (Leuzinger-Bohleber et al., 2019b ; Kaufhold et al., 2019). Peter Fonagy (psychanalyste) et John Clarkin (thérapeute comportemental) ont procédé à un examen critique détaillé de l'étude dans ce numéro spécial.

Les deux méthodes de psychothérapie se sont avérées efficaces. Les auto-évaluations des patients/patientes et les évaluations des évaluateurs en aveugle ont montré des changements importants et stables dans l'évolution des symptômes trois ans après le début du traitement. Les forces d'effet et les taux de rémission complète étaient plus élevés que dans d'autres études. Contrairement à nos hypothèses, mais en accord avec de nombreuses autres études, nous n'avons trouvé aucune différence statistiquement significative dans la réduction des symp-

tômes entre les méthodes et aucune différence d'effet entre l'attribution aléatoire de la thérapie ou le traitement avec la psychothérapie préférée après trois ans de traitement.

Cependant, si les chercheurs/chercheuses ont ajusté le microscope de la recherche différemment, il y a eu des différences. Un an après le début du traitement, les parts des *changements structurels* selon l'échelle de restructuration de Heidelberg (HSCS) ne différaient que légèrement entre la PAT (26 %) et la PCC (24 %). Au bout de trois ans, cependant, plus de patients et patientes dans la PAT (60 %) remplissaient les critères d'un changement structurel par rapport à la PCC (36 %). Des analyses plus approfondies ont montré que les changements structurels définis à l'aide de l'HSCS étaient également associés aux changements de symptômes.

L'un des points forts de l'étude LAC est qu'elle reflète bien la pratique existante de traitement des dépressifs chroniques par des psychothérapies à long terme dans le système de santé allemand et qu'elle a donc une validité externe élevée. Les thérapies ont été effectuées par des psychothérapeutes expérimenté(e)s et certifié(e)s.

Dans la suite des travaux, les variables médiatrices et modératrices seront étudiées afin de pouvoir décrire quels facteurs thérapeutiques ont conduit à quels effets dans chacune des deux méthodes. La question de savoir si certains patients bénéficient davantage de l'une des deux méthodes que de l'autre revêt une importance clinique particulière. En outre, nous espérons trouver des réponses à la question de savoir si ou quelle combinaison avec des médicaments est appropriée pour quels patients et patientes. Pour répondre à ces questions, les données des mesures de résultats secondaires sur l'adaptabilité sociale, la qualité des relations sociales, les traits de personnalité, etc. sont également utilisées.

Des analyses économiques des données sur la santé sont également nécessaires. Il ne fait aucun doute que les coûts directs de la psychothérapie sont plus faibles dans le cadre de la PCC, car le nombre moyen de séances était beaucoup plus faible (57) que dans le cadre de la PAT

¹ Cette contribution est basée sur des travaux antérieurs (Leuzinger-Bohleber et al., 2019a, c, 2020 ; Kaufhold et al., 2019), qui contiennent d'autres références.

(234 séances). Cependant, diverses études montrent que le tableau change de manière décisive dès que les coûts indirects des soins de santé (tels que les jours d'absence du travail, les séjours hospitaliers, la satisfaction de vivre, la maladie des enfants, etc.) sont tenus en compte (cf. Laezer et al., 2016, entre autres).

Comme toute étude, la LAC a ses limites. Le plus important est que l'étude a un pouvoir statistique trop faible afin de pouvoir répondre à certaines des hypothèses centrales. Le fait que nous n'ayons pas trouvé de différences statistiques entre les méthodes et les traitements randomisés et préférés peut être lié à ce manque de pouvoir statistique. Mais malgré toutes les limites, nous avons pu montrer dans cette étude complexe et exigeante sur le plan méthodologique que les thérapies psychanalytiques et cognitivo-comportementales à long terme peuvent aider les patients et patientes souffrant de

dépression chronique à obtenir une amélioration durable de leur maladie dépressive.

L'auteur

Marianne Leuzinger-Bohleber, Dr. phil., est analyste de formation (DPV/IPA) et ancien professeur de psychanalyse à l'université de Kassel. Elle a été directrice du Sigmund-Freud-Institut (SFI) à Francfort/M. de 2001 à 2016 et est aujourd'hui Senior Scientist à l'université de Mayence et au centre d'excellence IDeA à Frankfort/M. Elle a, entre autres, reçu le prix Mary Sigourney Award de 2016 et le prix Haskell Norman pour l'excellence en psychanalyse en 2017.

Contact

E-Mail : m.leuzinger-bohleber@gmx.de