

# Soins intensifs et TSPT

De nombreux aspects invasifs des soins intensifs sont nécessaires pour vous aider à survivre à un danger immédiat, mais peuvent également contribuer au développement ultérieur du TSPT. Apprendre ce qui s'est passé pendant les soins intensifs et pourquoi ces choses ont été faites peut vous aider à comprendre et à vous rétablir de vos expériences.



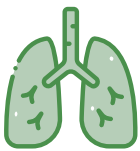
## Interventions médicales

Les interventions médicales peuvent être effrayantes, inconfortables, douloureuses, ou les trois à la fois.



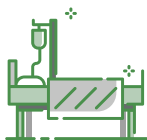
## Delirium

Le delirium ou délire est un état sévère de confusion. Les personnes atteintes de délire ne peuvent pas penser clairement, ont du mal à comprendre ce qui se passe autour d'elles et peuvent voir ou entendre des choses qui n'existent pas.



## La ventilation mécanique

Être équipé d'un tube respiratoire signifie que vous ne pouvez pas communiquer, vous laisse vous sentir impuissant et vous expose à un risque accru de délire.



## Facteurs

### environnementaux, tels que la lumière et le bruit des machines

Ceci peut vous faire sentir désorienté ou incapable de dormir.



## Conscience de la menace vitale

L'activation de votre "système de menace" entraîne des sentiments normaux de peur ou de terreur.



## Hallucinations, croyances inhabituelles, et rêves

Les patients en soins intensifs ont souvent des expériences effrayantes de se sentir persécutés, comme voir des choses qui ne sont pas réelles. Ce sont les tentatives de votre esprit pour donner un sens à ce qui vous arrive.



## Contrainte physique

Les patients en soins intensifs sont parfois attachés avec des mitaines de sécurité ou des bandages doux afin de les empêcher de retirer les tubes ou l'équipement. Cela peut vous laisser sentir impuissant et hors de contrôle.



## Isolement

Le manque de contact avec les personnes qui vous sont chères peut vous faire sentir seul et isolé.



## Durée prolongée

Certaines expériences traumatiques sont terminées en quelques minutes, mais votre séjour en soins intensifs peut durer des jours ou des semaines, ce qui vous expose à une plus grande "dose" de traumatisme.



## La sédation affecte la conscience

Il peut être désorientant de passer de la conscience à l'inconscience. Les médicaments sédatifs peuvent conduire au délire.



## Manque de sommeil

Le manque de sommeil est l'une des causes principales de symptômes psychologiques de détresse.



## Le personnel médical portant des équipements de protection individuelle (EPI)

Nous sommes programmés pour trouver les visages bienveillants rassurants. Une combinaison de semi-conscience et de visages masqués peut contribuer à la paranoïa.