

SCHIZOPHRÉNIE EN BREF



Par @rireemblouses L'infirmière qui te facilite la vie!

I. Définition : Quand le cerveau perd la télécommande

Imagine que ton cerveau est une télécommande défectueuse 📺 qui change de chaîne toute seule

🕵️ Une minute tu es sur une chaîne parano 📡 ("on m'espionne"),

🔊 Ensuite sur une chaîne hallucinatoire 🗣️ ("j'entends des voix"),

📺 Puis sur une chaîne du vide total 🚫 ("rien ne m'intéresse").

📌 La schizophrénie est une maladie psychiatrique chronique touchant 1% de la population, souvent entre 15 et 35 ans.

💎 Deux façons dont la "série" schizophrénique démarre :

🎬 "Mode Netflix Bug" → Début progressif, symptômes qui apparaissent doucement : isolement, idées bizarres, retrait social.

💣 "Mode Explosion Saison 1" → Début brutal, hallucinations, confusion, délire d'un coup.



💡 **Moyen mnémotechnique :**

"SCHIZO TV" → Série qui part en vrille, Cerveau qui zappe sans contrôle.

II. Pourquoi certaines personnes sont touchées ?

Imagine un cocktail explosif 🍹 qui rend le cerveau fragile :

- 1 **Hérédité** (Si tes parents ont le virus "schizo", tu as plus de risque).
- 2 **Stress intense** (Trauma, gros stress = court-circuit mental).
- 3 **Drogues** (cannabis, LSD, alcool... trop fort)
- 4 **Problèmes à la naissance** (manque d'oxygène = cerveau plus fragile).
- 5 **Mauvaise hygiène de vie** (sommeil en vrac, isolement social, malbouffe...).

Moyen mnémotechnique :

"SCHIZO en FLAMME" 

F → Famille (génétique)

L → Lifestyle (mauvaise hygiène de vie)

A → Accouchement compliqué (hypoxie, prématurité)

M → Maladies psy et stress

M → Marijuana et drogues

E → Événements traumatisants

→ Si ton cerveau est en FLAMME, attention, c'est un terrain à risque pour la schizo !

Par @rireenblouses L'infirmière qui te facilite la vie!

III. Symptômes : Quand la télécommande fait n'importe quoi

Déjà, c'est quoi "positif" et "négatif" en psychiatrie ?

+ Symptômes positifs = un truc EN PLUS ! → des choses qui ne devraient pas être là apparaissent (hallucinations, délires, comportements étranges).

- Symptômes négatifs = un truc EN MOINS  → la personne perd des capacités normales (émotions, motivation, interaction sociale...).

1 Symptômes Positifs = Quand le cerveau AJOUTE des choses qui n'existent pas !

 Imagine que tu as une "télé dans la tête" qui diffuse des choses inexistantes. 

Exemples de symptômes positifs :

- **Hallucinations**

→ Tu entends des voix, tu vois des choses qui n'existent pas.

Exemple : "J'entends quelqu'un me parler alors que je suis seul·e."

- **Délires** 🧠

→ **Pensées fausses mais impossibles à raisonner.**

Exemple : "Je suis poursuivi par des agents secrets qui veulent me kidnapper."

- **Discours incohérent** 🗣️

→ **La personne dit des phrases sans logique.**

Exemple : "Le ciel est en plastique, la table m'a téléphoné ce matin."

- **Comportements bizarres** 🤪

→ **Se parler tout seul, faire des gestes étranges, être excité sans raison.**

Exemple : S'asseoir en plein milieu de la rue et commencer à prier un lampadaire.

2 Symptômes Négatifs = Quand le cerveau SUPPRIME des choses normales !

💡 Imagine que ton "téléviseur intérieur" perd progressivement ses couleurs et s'éteint. 📺❤️

Exemples de symptômes négatifs :

- **Affect émoussé** 😐

→ **Plus d'émotions visibles, visage figé, voix monotone.**

Exemple : Quelqu'un lui annonce une mauvaise nouvelle et il ne réagit pas du tout.

- **Apathie (perte de motivation)** zzz

→ **Plus envie de rien faire, tout semble inutile.**

Exemple : "Pourquoi me lever aujourd'hui ? À quoi bon ?"

- **Isolement social** 🚪🔒

→ **La personne fuit les interactions, s'enferme.**

Exemple : "Je ne veux plus voir personne, laissez-moi tranquille."

- **Alogie (diminution du langage)** 🗣️

→ **Difficulté à trouver les mots, parle très peu.**

Exemple : "Tu as passé une bonne journée ?" Réponse : "Ouais... bof..." Silence

- **Anhédonie (incapacité à ressentir du plaisir)** 😞

→ **Même les choses qu'elle aimait avant ne lui procurent plus de plaisir.**

Exemple : "Avant, j'adorais la musique, mais maintenant ça ne me fait plus rien."

💡 **Moyen mnémotechnique :**

"SCHIZO- = Sans Contact Humain, Interaction Zéro, Ouvertures fermées"

S = Silence émotionnel (peu d'émotions)

C = Coupure sociale (isolement total)

H = Humeur plate (plus aucune réaction)

I = Incapacité à ressentir du plaisir (anhédonie)

Z = Zéro motivation (apathie totale)

O = Oubli des mots (alogie, parle moins)

→ SCHIZO- = Le cerveau coupe tout contact et plonge dans le vide.



COMMENT BIEN DIFFÉRENCIER POSITIF ET NÉGATIF ?



- Si c'est quelque chose qui N'EXISTE PAS MAIS APPARAÎT → C'est positif !
(Exemple : voir des choses qui n'existent pas, délirer, dire des phrases sans queue ni tête)
- Si c'est quelque chose qui DEVRAIT ÊTRE LÀ MAIS DISPARAÎT → C'est négatif !
(Exemple : ne plus parler, ne plus ressentir d'émotions, ne plus vouloir rien faire)

 SCHIZO+ = Ajoute du chaos

 SCHIZO- = Enlève toute énergie

3 Symptômes dissociatifs de la schizophrénie : Quand le cerveau se met en puzzle

Les symptômes dissociatifs correspondent à un bug global du cerveau, comme si les pensées, les émotions et les comportements étaient désorganisés, déconnectés les uns des autres.

 **En gros : La personne perd sa cohérence mentale et comportementale, ce qui entraîne une grande désorganisation dans la pensée, le langage et les actions.**

 La dissociation, c'est quand tout part dans tous les sens.

Normalement, notre cerveau fonctionne comme une équipe bien organisée :

- ✓ Les pensées sont logiques.
- ✓ Les émotions correspondent à la situation.
- ✓ Les gestes sont adaptés à ce qu'on vit.

 Dans la schizophrénie, la dissociation casse tout ça.



Tout se détache et devient incohérent

- Les idées sont en vrac →  Pensée désorganisée
- Les émotions ne correspondent plus à la situation →  Affect inadapté
- Les gestes deviennent étranges →  Comportement bizarre



 **Image mentale :**

 Imagine une émission en direct où :



- Le présentateur parle sans queue ni tête. 
- Les images à l'écran ne correspondent pas à ce qu'il dit. 
- Les sous-titres racontent autre chose. 

👉 Tout est mélangé, incompréhensible !

Dissociation intellectuelle → Pensées en freestyle 🤪

🧠 Les idées partent dans tous les sens : il n'y a plus de lien logique entre elles.

❌ Les phrases n'ont plus de sens.

❌ La personne peut changer de sujet en plein milieu d'une phrase, sans raison.

❌ Elle peut inventer des mots qui n'existent pas.

📌 Exemple :

👤 "Le soleil est un micro, la porte respire et j'ai un rendez-vous avec le vent."

💡 Moyen mnémotechnique : "Pensée Popcorn" 🍿

👉 Les idées explosent et partent dans tous les sens, comme du maïs qui éclate !

Dissociation affective → Émotions en bug 🐛

💔 La personne ne ressent plus les émotions normalement.

❌ Elle peut avoir des réactions complètement inadaptées.

📌 Exemple :

👤 Quelqu'un lui annonce un décès, elle éclate de rire. 😂

👤 On lui offre un cadeau, elle ne réagit pas du tout. 😐

💡 Moyen mnémotechnique : "Émotions en Wi-Fi" 📶

👉 Les émotions vont et viennent sans logique, parfois il n'y a plus de connexion du tout.

Dissociation comportementale → Gestes en freestyle 🤪

🤖 Les gestes deviennent bizarres, étranges ou incohérents.

❌ La personne fait des mimiques étranges (grimaces, mouvements bizarres).

❌ Elle peut répéter les mêmes gestes encore et encore, sans raison.

❌ Elle peut marcher en traçant des cercles, rester figée comme une statue.

📌 Exemple :

👤 Quelqu'un parle, mais au lieu d'écouter, la personne tire la langue et fait des grimaces.

👤 Elle fait des gestes répétitifs, comme secouer la tête sans s'arrêter.

💡 Moyen mnémotechnique : "Marionnette sans fils" 🧶

👉 Les gestes sont étranges, comme une marionnette qui bouge sans contrôle.

IV. Formes Cliniques : Les Variantes de la Schizo 🧠

- 🔍 **Paranoïde** → La plus courante ! Beaucoup de délires et hallucinations.
- 👁️ **Hébéphrénique** → Isolement total, pas de délire fort mais un retrait intense.
- 🧍 **Catatonique** → Mode statue activé, mutisme, rigidité corporelle.
- 😞 **Simple** → Peu de délires, mais une perte massive d'envie et de motivation.
- 🌟 **Héboïdophrénique** → Aggressivité, toxicomanie, passages à l'acte criminel.
- 🧐 **Dysthymique** → Mix avec bipolarité (phases maniaques et dépressives).

💡 **Moyen mnémotechnique : "P.H.C.S.H.D." → "Pauvre Hippopotame Curieux Se Heurte à un Démon"**



- P → Paranoïde (délires organisés)
- H → Hébéphrénique (isolement total)
- C → Catatonique (figé comme une statue)
- S → Simple (pas de délire, juste un vide total)
- H → Héboïdophrénique (agressivité, toxico)
- D → Dysthymique (schizo + trouble bipolaire)

V. Évolution et Complications : Les Étapes du "Show" 🗺️

La schizophrénie évolue en 4 phases :

- 1 **Phase pré morbide** → Aucun signe clair, juste des bizarreries.
- 2 **Phase prodromique** → Changement progressif (isolement, comportement étrange).
- 3 **Phase symptomatique** → BOUM ! Apparition des gros symptômes schizophréniques.
- 4 **Phase de rémission** → Traitement en place, mais des symptômes peuvent persister.

💡 **Moyen mnémotechnique : "Prépare-toi, Panne, Show, Reprise" (PPSR)**



- **P**répare-toi → Phase pré morbide (discrète)
- **P**anne → Phase prodromique (bug qui commence)
- **S**how → Phase symptomatique (explosion des symptômes)
- **R**eprise → Phase de rémission

VI. Traitements : Les Solutions pour "Réparer" la Télécommande 🛠️

🧐 **Traitements médicamenteux :**

- **Antipsychotiques** → Réduisent les hallucinations et les délires.

- **Antidépresseurs et anxiolytiques** → Selon les symptômes associés.

📖 Thérapies :

- **Réhabilitation cognitive et psychosociale** → Réapprendre à gérer le quotidien.
- **Thérapie cognitivo-comportementale (TCC)** → Comprendre et gérer ses pensées.

⚡ Autres Approches :

- **Stimulation magnétique transcrânienne** → Envoi d'ondes magnétiques.
- **Électroconvulsivothérapie** → Dernier recours pour les cas graves.

VII. Diagnostics Différentiels : Attention aux Faux Amis ! 🚨

🌀 **Bouffée délirante aiguë** → Un épisode unique, pas chronique.

🚫 **Prise de toxiques** → Drogues qui imitent la schizo.

😞 **Trouble névrotique** → Moins de désorganisation mentale.

🧠 **Affections neurologiques** → Tumeurs, épilepsie...

⚡ **Syndrome confusionnel** → Délire + désorientation.

👴 **Démence** → Déclin cognitif progressif.

Par @rreenblouses L'infirmière qui te facilite la vie!

"La fiche t'a aidé-e ? Dis-moi ce que tu en penses, ton avis compte ! 🗣️💬"

Retrouve encore plus de fiches ultra claires et pratiques sur ma boutique 🛒 et explore d'autres sujets pour enrichir tes révisions. 📖

👉 [Lien vers la boutique / autres fiches]**

Merci pour ton soutien, et bonne révision !

La fiche t'a aidé-e ? Dis-moi ce que tu en penses, ton avis compte !

RETROUVE ENCORE PLUS DE FICHES ULTRA CLAIRES ET PRATIQUES SUR MA BOUTIQUE 🛍️ ET EXPLORE D'AUTRES SUJETS POUR ENRICHIR TES RÉVISIONS.



👉 <https://rireemblouse.com>

MERCI POUR TON SOUTIEN, ET BONNE RÉVISION !

