



« *Trouble de stress aigu* (TSA) »

Le trouble de stress aigu décrit une série de sensations, de comportements et d'expériences susceptibles de se produire durant le premier mois suivant l'exposition d'une personne à un événement potentiellement traumatisant sur le plan psychologique (par exemple exposition à un décès, menace de mort, blessure grave ou violence sexuelle).

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale

« **Trouble de stress aigu** »



Les réactions liées au trouble de stress aigu sont principalement :

- **des sensations instantanées de terreur, de panique, d'anxiété, de rage ou de nausée lors de l'exposition à un son, un lieu ou une odeur qui rappelle l'événement;**
- **des souvenirs vives et dérangeants qui donnent l'impression de revivre l'événement (« flash-back »);**
- **des cauchemars et un sommeil perturbé;**
- **l'absence de souvenir de l'événement (amnésie) ou se sentir émotionnellement engourdi;**
- **l'évitement des lieux, des personnes ou des circonstances qui rappellent l'événement;**
- **une extrême vigilance face à une menace ou un danger;**
- **une impression que les choses ne sont pas réelles ou de vivre dans un rêve (dépersonnalisation ou déréalisation).**

#L'importance des mots

Améliorer la littératie en santé mentale

Heber A, Testa V, Groll D, Ritchie K, Tam-Seto L, Mulligan A, Sullo E, Schick A, Bose E, Jabbari Y, Lopes J, Carleton RN. Glossaire des termes : Une compréhension commune des termes courants utilisés pour décrire les traumatismes psychologiques, version 3.0. Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada. 2023;43(10/11).

<https://doi.org/10.24095/hpcdp.43.10/11.09f>



« *Trouble de stress aigu* »

- Après un mois, le trouble de stress aigu peut se transformer en trouble de stress post-traumatique.
- Un trouble de stress aigu est diagnostiqué si aucune autre maladie physique ou mentale n'explique mieux l'état de la personne.

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale



« ***Trouble de stress aigu*** »

Consultez d'autres ressources ici :

Pour les PSP:

<https://www.pspmentalhealth.ca/fr/>

PeerOnCall: <https://www.oncallapp.ca/>

Pour les professionnels de la santé:

<https://www.beyondsilence.ca/fr/>

<https://healthcaresalute-soinsdesantesalute.com/fr/>

Pour les familles:

<https://www.pspnet.ca/en/for-families-of-bsp>

#L'importance des mots
Améliorer la littératie en santé mentale



Glossaire des termes

Contexte

Le glossaire des termes a été créé pour promouvoir une compréhension commune de nombreux termes courants utilisés pour décrire les problèmes de santé mentale découlant de l'exposition à des événements et des facteurs de stress potentiellement traumatisants sur le plan psychologique.

Le but initial du glossaire était de :

- 1) faciliter le discours et les conversations ouvertes entre les nombreux partenaires et parties prenantes à la Conférence nationale sur le TSPT qui s'est tenue en 2019; et
- 2) contribuer à l'élaboration du cadre fédéral sur le TSPT. À ce jour, la Loi C-211 est la seule loi du gouvernement fédéral qui reconnaît l'importance des facteurs de risques liés au travail dans le développement du TSPT chez certaines professions.

COLLABORATION

Le Glossaire des termes réunit un groupe diversifié, multi-institutionnel, pancanadien d'universitaires, de cliniciens et de décideurs. Ensemble, nous travaillons vers un ensemble de termes largement acceptés pour les cliniciens, les scientifiques, les décideurs, les gens ayant une expérience vécue, et le grand public.



Canadian Institute for
Pandemic Health
Education and Response

CIPHER



ICEISP

Institut canadien
d'éducation et d'intervention
en santé en cas de pandémie



Occupational Science & Occupational Therapy
UNIVERSITY OF TORONTO

