

Université Toulouse III – Paul Sabatier
Faculté de médecine de Rangueil

Année 2021

2021 TOU3 1036

MEMOIRE DE THÈSE
POUR LE DIPLÔME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN MÉDECINE
SPÉCIALITÉ MÉDECINE GÉNÉRALE

De Etienne MEYNIER

Thèse présentée et soutenue publiquement le 15 juin 2021

Par Etienne Meynier et Marion Ruiz Monange

**Guide de prise en charge des troubles anxieux et du
syndrome de stress post traumatique chez l'adulte en
soins premiers : une méta-revue systématique**

Directeur de thèse : Docteur Damien DRIOT

Jury :

Madame le Professeur Marie-Eve ROUGE-BUGAT Présidente

Monsieur le Docteur Michel BISMUTH Assesseur

Monsieur le Docteur Jordan BIREBENT Assesseur

Monsieur le Docteur Damien DRIOT Assesseur

SOMMAIRE :

SOMMAIRE :..... 1
CHOIX DU SUJET :..... 2
RECHERCHES BIBLIOGRAPHIQUES :..... 3
EQUATION DE RECHERCHE ET SELECTION DES ARTICLES :..... 4
ANALYSE DES DONNEES :..... 5
REDACTION DE LA THESE :..... 6
CONCLUSION :..... 7
BIBLIOGRAPHIE :..... 8

CHOIX DU SUJET :

Lors du congrès des jeunes chercheurs de mars 2019 qui se déroule chaque année à la faculté de Ranguéil j'ai pu assister à la présentation d'un travail sur le TDAH : une méta-revue de la littérature qui a abouti à un algorithme de prise en charge du TDAH afin d'alimenter un site d'aide à la prescription des psychotropes en médecine générale, psychotropes.fr. A la fin de la présentation le Dr Damien Driot, qui avait dirigé cette thèse, a fait appel à candidature pour un travail similaire sur les benzodiazépines.

A l'époque, j'occupais mon quatrième jour de SASPAS en participant à l'équipe mobile de gériatrie extra hospitalière sur les troubles du comportement avec le Dr Saidlitz, et l'aspect gériatrique de la prescription des antipsychotiques m'intéressait. Je suis donc allé à la rencontre du Dr Driot à la fin de sa présentation pour discuter de la possibilité de réaliser une thèse sur ce sujet. Malheureusement ce travail avait déjà été réalisé et trop récemment pour nécessiter une mise à jour. Le Dr Driot a alors réitéré sa proposition sur les benzodiazépines. A côté de moi une interne que je connaissais bien s'était également présentée pour en savoir plus sur ce sujet de thèse. Il s'agissait de Marion que je connaissais pour l'avoir croisée dans le Lot où elle avait pris ma suite aux urgences de Cahors et dans le Gers. J'avais pu sympathiser avec elle lors des stages précédents et connaissait sa rigueur et son sérieux. Nous avons donc décidé de tenter l'aventure ensemble et le soir même nous avons recontacté le Dr Driot. Il nous alors proposé de choisir entre deux sujets : l'insomnie ou les troubles anxieux.

Le sujet sur les troubles anxieux avait ma préférence, de par différentes situations rencontrées au cours de mon internat. C'était le cas aussi pour Marion, et comme un autre binôme souhaitait traiter l'insomnie le choix entre les deux sujets fut rapide.

Lors de notre premier entretien avec le Dr Driot il nous a expliqué la méthode des revues systématiques et présenté plus en détail le projet psychotrope.fr ainsi que la méta revue initiale sur la primo prescription des benzodiazépines dans les troubles anxieux et l'insomnie en médecine générale dont notre travail allait être une mise à jour, avec pour but de développer plus l'aspect non médicamenteux.

RECHERCHES BIBLIOGRAPHIQUES :

La rédaction de l'introduction fut la première étape et a nécessité de nombreuses recherches bibliographiques. Cette rédaction s'est faite à deux, nous utilisons Google Doc en ligne pour écrire en même temps sur le document avant de passer au mode révision du logiciel de traitement de texte utilisé pour la thèse. Plusieurs modifications ont été apportées suite aux relectures successive de notre directeur de thèse.

Au cours de l'internat nous avons bénéficié d'un enseignement sur la recherche bibliographique et l'utilisation de Pubmed© et Zotero®, animé par notre directeur de thèse justement.

Nous avons utilisé les moteurs de recherche suivants : le CISMef©, la Banque de Données en Santé Publique©, le catalogue SUDOC© et Pub Med©, les sites de la HAS (Haute Autorité de Santé), des ARS (Agences Régionales de Santé). Sur les conseils du Dr Driot nous avons aussi consulté diverses revues comme Exercer, Prescrire, etc

Nous mettions en commun sur le logiciel Zotero® les articles qui nous semblaient pertinents.

Tout au long du travail nous conservions les articles qui nous semblaient intéressants pour la discussion sur Zotero® afin de les retrouver facilement plus tard.

Concernant la méthodologie des revues systématiques nous nous sommes appuyés sur un article du Dr Driot paru dans la revue Exercer, qui a été notre livre de chevet tout au long de ces mois pour les critères PICOT mais aussi la formulation de l'équation de recherche sans parler de la rédaction.

EQUATION DE RECHERCHE ET SELECTION DES ARTICLES :

Une fois l'introduction rédigée et l'objectif posé, il a fallu s'attaquer à l'équation de recherche. Cette étape nous a pris plusieurs semaines a été particulièrement fastidieuse. Notre sujet est vaste ce qui entraînait un nombre d'articles important. Marion et moi avons eu plusieurs débats et de nombreux questionnements sur le choix de la période de recueil ainsi que la pertinence de ne se concentrer que sur un seul trouble. Nous nous sommes tournés vers notre directeur de thèse pour trancher la question. Cette séparation troubles anxieux / stress posttraumatique avait été évoquée du fait du changement de la classification DSM V et devant le nombre colossal d'articles portant spécifiquement sur le SSPT (surtout en provenance des Etats Unis). Le Dr Driot de concert avec le Dr Dupouy nous a conseillé de ne pas faire les troubles séparément au vu de leur prévalence mais plutôt réduire la période en partant de 2010.

Le protocole d'étude a été enregistré sur la base PROSPERO, base de données internationale d'enregistrement des protocoles de revues systématiques, sous le numéro CRD42020186252.

Les recherches ont été effectuées sur trois bases de données : PubMed, Cochrane Library et Web of Science. Les résultats de ces recherches ont été extraits le 12 octobre 2019.

La recherche sur les bases de données informatiques a retrouvé 7076 articles. Entre temps nous avons appris à nous servir de Mendeley (un logiciel de bibliographie) qui nous a permis d'éliminer les doublons.

Nous avons ensuite sélectionné les articles selon leur titre et résumé. Nous avons réalisé cette étape chacun de notre côté pour conserver l'objectivité. Nous nous tenions au courant de notre avancée, en se fixant des objectifs réalistes tels que le nombre d'articles hebdomadaires pour nous motiver mutuellement. Lors de la mise en commun de ce travail, les désaccords ont été résolus par consensus, si le doute persistait nous prenions l'avis de notre directeur de thèse.

ANALYSE DES DONNEES :

Il s'agit de l'étape la plus chronophage. Une grande partie s'est faite indépendamment : la sélection des articles après lecture entière afin de garantir une analyse la plus objective possible. Cent-cinq articles ont été lus. Nous communiquions sur notre avancement mais pas sur les résultats, nous nous sommes quand même vus régulièrement car il y avait toujours des éléments de rédaction à peaufiner. Au fur et à mesure de la lecture des articles nous remplissions chacun de notre côté une grille, décrite dans la méthode, pour extraire les données. En cas de désaccord ou de doute sur l'exclusion de tel ou tel article l'avis du directeur de thèse était de nouveau sollicité.

Puis nous avons comparés les grilles de lecture obtenues avant de les fondre en un seul document Excel® de synthèse. Nous avons favorisé la communication directe pour une prise de décision plus rapide et partagée. C'est ce document de synthèse issu de nos longues discussions qui nous a permis de réaliser les algorithmes puis passer à la rédaction des résultats.

REDACTION DE LA THESE :

La majeure partie de la thèse a été rédigée à deux mains, en face à face. Avant la pandémie au domicile de l'un ou de l'autre puis par Zoom®, ce qui a permis de maintenir la fréquence hebdomadaire des rendez-vous malgré le peu de temps que l'épidémie nous laissait pour avancer. Les horaires étaient facilement adaptables en fonction des disponibilités de chacun. Marion était compréhensive et réactive quand j'avais un empêchement et devait décaler. J'espère l'avoir été tout autant.

Nous avons commencé par les algorithmes. Le schéma général de l'algorithme s'est fait à deux, à l'ancienne avec papier et crayon, puis nous nous sommes répartis les tâches : Marion a dessiné ceux sur la phobie sociale, le TOC (trouble obsessionnel compulsif) et le trouble panique pendant que je dessinais ceux sur le trouble anxieux généralisé et le stress post traumatique. La semaine suivante nous avons tous mis en commun et complété les cases avant de soumettre une première version à notre directeur de thèse.

Une fois les algorithmes réalisés et validés par notre directeur de thèse tout s'est accéléré. L'étape de rédaction des résultats a été plus agréable car on voyait le matériau naître sous nos yeux.

Pour la rédaction des résultats nous avons suivi le plan des algorithmes, chacun reprenant l'algorithme sur lequel il avait travaillé, puis nous avons mis en commun et modifié pour harmoniser. Nous avons surtout dû élaguer après les premiers commentaires de notre directeur de thèse.

Pour la discussion, après avoir défini le plan chacun a rédigé un paragraphe sur deux et dans la même journée nous les avons repris en commun. Nous avons repris certains articles issus des premières recherches bibliographiques stockés sur un fichier commun.

Nous nous sommes répartis équitablement certaines étapes de la mise en page moins amusantes : numérotation des articles au sein du texte, mise en page des références et mise en forme des tableaux pour moi, toute la partie des annexes pour Marion. Le reste de la mise en page : police des titres, sommaire, etc... s'est faite à deux à mesure que nous relisons le texte.

CONCLUSION :

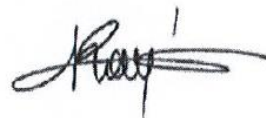
La réalisation de cette méta revue systématique de la littérature a été longue mais enrichissante. J'ai beaucoup aimé cette méthode de recherche scientifique et m'en suis inspiré pour mon mémoire de DES. Travailler avec Marion, sérieuse et motivée tout au long de cette aventure, a été un plaisir et une chance pour moi qui avait des a priori et des souvenirs négatifs du travail en groupe. En plus les échanges ne portaient pas forcément que sur la thèse, nos rendez vous hebdomadaires me manqueront.

La préparation de la thèse a été perturbée par l'actualité covid-19 qui m'a obligé à réduire le temps de travail personnel au profit du cabinet. Le fait de se fixer des rendez-vous réguliers permettait d'avoir un cap et de tenir tant bien que mal nos objectifs.

Nous avons pu bénéficier des précieux conseil du Dr Damien Driot qui n'en était pas à son coup d'essai pour la direction des travaux de thèses et nous a fait profiter de son expérience de chercheur. Ses commentaires francs et pertinents ont été un atout inestimable.

Ce travail a changé ma pratique et permis d'appréhender différemment certaines consultations et prescriptions. J'espère qu'il sera utile à d'autres médecins généralistes.

Lu et approuvé le 14 Mai 2021
Professeur Marie-Eve Rougé Bugat



Toulouse, le 17/05/2021

Vu permis d'imprimer
Le Doyen de la Faculté
de médecine Rangueil
Elie SERRANO



BIBLIOGRAPHIE :

1. Alonso J, Lépine J-P, ESEMeD/MHEDEA 2000 Scientific Committee. Overview of key data from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD). *J Clin Psychiatry*. 2007;68 Suppl 2:3-9.
2. American Psychiatric association. DSM-5 - Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux [Internet]. [Cité 31 août 2019]. Disponible sur: <https://www.elsevier-masson.fr/dsm-5-manuel-diagnostique-et-statistique-des-troubles-mentaux-9782294743382.html>
3. Norton J, de Roquefeuil G, David M, Boulenger J-P, Ritchie K, Mann A. Prévalence des troubles psychiatriques en médecine générale selon le patient health questionnaire : adéquation avec la détection par le médecin et le traitement prescrit. *L'Encéphale*. déc 2009;35(6):560-9.
4. Palmato C. Conception d'un site internet d'aide à la prise en charge des pathologies mentales et à la prescription des psychotropes en soins premiers : psychotropes.fr. Université Paul Sabatier (Toulouse III) - Faculté de médecine de Rangueil ; 2018.
5. Berthes A. Guide de la première prescription des benzodiazépines dans les troubles anxieux et l'insomnie : une revue systématique de la littérature [Revue systématique]. [France] : Université Toulouse III - Paul Sabatier; 2013.
6. Driot D. Revue systématique de la primo prescription des benzodiazépines en soins premiers pour les troubles anxieux et l'insomnie. *Exercer*. 2017;(131 : 1):20-30.
7. Conn MK, Shafer S, Cline T. Anxiety Management in Primary Care: Implementing the National Institute of Clinical Excellence Guidelines. *Arch Psychiatr Nurs*. avr 2017;31(2):205-10.
8. Overviews of review. In: *Cochrane handbook for systematic reviews of intervention Version 6*. Higgins JPT, Green S. The Cochrane collaboration; 2019.
9. Damien Driot, Marie-Eve Rougé-Bugat, Emile Escourrou, Michel Bismuth, Thierry Brillac, Stéphane Oustric, et al. Méta-revues de revues systématiques pour la pratique et la recherche en soins premiers. Proposition d'une grille de lecture méthodologique. *Exercer*. 2018;(143):232-8.