

## Thérapie par Exposition à la Réalité Virtuelle (TERV) :

### une proposition innovante en psychiatrie pour accompagner la réduction des risques et dommages des usages de substances psychoactives

L'EPSM 71 accueille une moyenne de 1200 patients par an. Les troubles psychiatriques sont très fréquemment associés aux usages de toxiques, comme le rapportent nombre d'études sur le sujet.

L'établissement dispose d'une Unité Médicale d'Hospitalisation en Addictologie (UMHA), d'une équipe de liaison et de consultation spécialisée en addictologie, ainsi que d'une Infirmière de Pratique Avancée (IPA) spécialiste des pathologies duelles, en charge du projet TERV, qui a été initié en 2025 afin de développer le travail des stratégies d'adaptation proposé aux patients accueillis.

Les objectifs de la TERV sont d'aider les patients à stopper ou réduire leurs usages de substances psychoactives (SPA), prévenir les rechutes pour ceux qui visent l'abstinence, développer des stratégies d'adaptation face au craving, améliorer l'accompagnement thérapeutique des patients, et proposer une offre de soins innovante en psychiatrie.

Grâce à la TERV, le patient est immergé dans des environnements simulant des situations à risque d'usages, comme les soirées festives, les repas familiaux ou toutes autres situations sociales.

Les patients sont soumis à un bilan initial avant exposition, puis répondent à un questionnaire afin d'évaluer leur satisfaction, l'évolution de leur craving avant et après TERV, ainsi que les stratégies acquises et transposables en vie réelle.

Les résultats ont mis en évidence un sentiment de sécurité pendant les séances, et une meilleure capacité pour affronter les situations à risque d'usage.

En conclusion, la TERV constitue une innovation prometteuse en addictologie. Elle permet, une exposition contrôlée aux situations à risque, un meilleur engagement des patients, ainsi que le développement de stratégies de prévention des usages de SPA. Elle ouvre des perspectives majeures pour l'évolution des pratiques en addictologie et en santé mentale.

#### Co-auteurs:

C. Bernard, pôle PACS ESPM71 Chalon sur Saône, France

A. Michot-Boutabout, Pôle PACS, EPSM 71, Chalon sur Saône, France

S. Collard-Le Noc, Pôle PACS, EPSM 71, Chalon sur Saône, France

L. Martin, Pôle PACS, EPSM 71, Chalon sur Saône, France

#### Auteur référent :

Bernard Christelle, EPSM 71, Chalon sur Saône, France

[christelle.bernard@epsm71.fr](mailto:christelle.bernard@epsm71.fr)

Aucun lien d'intérêt à déclarer pour chacun des co-auteurs