

# Effets de la diffusion d'huile essentielle de lavande sur l'anxiété et les constantes cardiaques pendant la remédiation cognitive chez des patients suivis en HDJ de psychiatrie

clariane

## Introduction / Objectifs

Les conséquences des altérations cognitives dépassent les épisodes aigus, entraînant un handicap fonctionnel dans la vie quotidienne et impactant l'état émotionnel. La remédiation cognitive individuelle a démontré son efficacité dans ces situations cliniques (1). De plus en plus d'études montrent que la diffusion d'huile essentielle de lavande vraie (concentrée en linalol) peut améliorer l'état émotionnel et les performances cognitives par un effet anxiolytique via les récepteurs olfactifs et les récepteurs cérébraux (NMDA/glutamate) (2)(3). Nous souhaitons étudier l'impact de l'aromathérapie sur l'état d'anxiété et sur les constantes cardiaques habituellement modifiées par le stress (pouls et pression artérielle), pendant les séances de remédiation cognitive, en vue d'optimiser les soins des patients et d'améliorer leurs performances cognitives.



## Contexte

Les participants pour lesquels un programme individuel de remédiation cognitive a été indiqué, sont reçus par le neuropsychologue pour des séances hebdomadaires réparties sur six mois. Nous souhaitons optimiser ces séances qui sont chronophages et mobilisent un soignant en séances individuelles pendant plusieurs mois.

## Matériels et méthode

Nous envisageons la mise en œuvre de tests comparatifs afin d'évaluer l'effet de la diffusion d'huile essentielle de lavande pendant les séances de remédiation cognitive sur une période de six semaines. Une diffusion, alternativement avec ou sans huile essentielle (au total, 3 séances « avec » et 3 séances « sans »), d'une durée de quinze minutes au début de chaque séance, sera réalisée de façon aléatoire.

Un questionnaire d'évaluation de l'anxiété et une mesure du pouls et de la pression artérielle, seront réalisés au début et à la fin de chaque séance. L'anxiété sera évaluée selon l'échelle STAI (State-Trait Anxiety Inventory). Cette échelle est conçue pour évaluer l'anxiété étatique, c'est-à-dire l'anxiété ressentie par le sujet à un moment précis, notamment pendant la remédiation cognitive.

Le pouls et la pression artérielle seront mesurés par une IDE en début et en fin de séance. La comparaison des résultats entre la fin et le début de chaque séance sera analysée en fonction de la présence ou de l'absence d'huile essentielle dans la diffusion.

Chaque patient bénéficiera également d'1 séance de remédiation cognitive sans aucune diffusion mais avec réalisation des tests en début et en fin de séance, afin de contrôler l'effet de la simple diffusion. Chaque patient sera ainsi son propre témoin et bénéficiera de 14 mesures au total.

## Résultats anticipés

Nous formulons l'hypothèse qu'une réduction du score STAI « état » ainsi que du pouls et de la pression artérielle pourraient être observées, en corrélation avec les sessions de diffusion de l'huile essentielle de lavande.

## Discussion

Ce projet pourrait confirmer des résultats déjà observés dans la littérature quant à l'effet potentiel de la diffusion d'huile essentielle de lavande sur l'anxiété et les constantes cardiaques et valider l'intérêt de les utiliser pour potentialiser l'efficacité reconnue des séances de remédiation cognitive. Cependant, plusieurs éléments devront être pris en compte dans l'interprétation de nos résultats.

Nos limites comprennent la variabilité des séances de remédiation cognitive, la mesure subjective de l'anxiété à travers des questionnaires auto-administrés et la taille limitée de l'échantillon. De plus, la nature volontaire de la participation peut introduire un biais de sélection. Les participants étant potentiellement plus enclins à avoir une perception positive de l'aromathérapie ?

Une autre considération concerne l'effet placebo, qui pourrait jouer un rôle significatif dans les résultats observés : la reconnaissance olfactive de la diffusion d'huile essentielle pourrait influencer la perception subjective de l'anxiété, particulièrement en utilisant un questionnaire d'auto-évaluation comme l'échelle STAI. A cet effet, le patient sera informé du protocole sous ces termes : « nous étudions les effets de la diffusion de la lavande comparée à une diffusion « sans odeur » ».

## Conclusion

Optimiser l'efficacité des séances de remédiation cognitive en les rendant plus performantes constitue un objectif intéressant de réhabilitation en santé mentale. Nous envisageons également de développer des projets de potentialisation des séances de stimulation cognitive en groupe par l'utilisation de l'aromathérapie, tout en évaluant l'impact de ces initiatives sur l'amélioration des fonctions cognitives. Enfin, si les patients perçoivent une diminution de leur anxiété sous l'effet de la diffusion de lavande, l'ancrage olfactif positif créé pourra être utilisé ultérieurement par celui-ci pour toute situation anxiogène et ainsi limiter le recours aux anxiolytiques de la pharmacopée allopathique classique.

### REMÉDIATION COGNITIVE

#### 1. SÉANCE HORS PROTOCOLE

évaluation sans diffusion d'huiles essentielles

mesures : \*TA - Pouls

\*STAI

#### 2. SÉANCE 1

Diffusion **avec** d'huiles essentielles

#### 3. SÉANCE 2

Diffusion **sans** huiles essentielles

#### 4. SÉANCE 3

Diffusion **avec** d'huiles essentielles

#### 5. SÉANCE 4

Diffusion **sans** d'huiles essentielles

#### 6. SÉANCE 5

Diffusion **avec** d'huiles essentielles

#### 7. SÉANCE 6

Diffusion d'huiles essentielles

recueil résultats

### Références

- (1) Franck, N. (2023). Remédiation cognitive. Elsevier Health Sciences.
- (2) Bavarsad, N. H., Bagheri, S., Kourosh-Arabi, M., & Komaki, A. (2023). Aromatherapy for the brain: Lavender's healing effect on epilepsy, depression, anxiety, migraine, and Alzheimer's disease: A review article. Heliyon.
- (3) Solari, M. A. (2019). Stress et anxiété, recours aux huiles essentielles. Actualités Pharmaceutiques, 58(590), 29-32.