

# Efficacité des chiens d'assistance psychiatrique pour les vétérans ayant un trouble de stress post-traumatique

Rapport aux participants



UNIVERSITÉ  
LAVAL

Cirris

- \*Les résultats présentés dans ce document proviennent du rapport final pour le ministère des anciens combattants.
- \*Ils ne sont pas définitifs et seront bientôt soumis pour publication dans une revue scientifique.

# Remerciements

Nous tenons à remercier tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce projet et en particulier les participants de l'étude pour leur générosité et leur support.

## Chercheur principal

**Claude Vincent**, Ph.D., erg.

Professeure, Département de réadaptation, Université Laval

## Équipe de recherche

**Frédéric Dumont**, Ph.D., CIRRIIS

**Dany H. Gagnon**, Ph.D., Université de Montréal

**Geneviève Belleville**, Ph.D., Université Laval

**Edouard Auger**, MD, CHU de Québec

**Vicky Lavoie**, Ph.D., CHU de Québec

**Markus Besemann**, MD, CF Health Services Gp HQ

**Noël Champagne**, E.D. M.A., Fondation Mira

**Geneviève Lessard**, cPh.D, Université de Montréal

## Avec une contribution significative de

**Jean Leblond**, Ph.D, CIRRIIS

**Élisabeth Béland**, Université Laval

**Julie Bourassa**, Université Laval

**Élisabeth Bernier-Banville**, Université Laval

## Support pour le recrutement des participants

Paws fur Thought

Royal Canadian Legion

Asista

CARES

Citadel Canine

Vancouver Island compassion dogs

Thames center service dog

National service dogs

Canadian Canine Training

## Support financier pour ce projet fourni par

L'Institut canadien de recherche sur la santé des militaires et des vétérans (ICRSMV), en collaboration avec Anciens Combattants Canada



## Participants

Depuis 2014, 31 vétérans ayant un trouble de stress post-traumatique ont été recrutés pour participer à notre étude. Dix-huit d'entre eux ont complété le dernier suivi après 12 mois en compagnie de leur chien d'assistance.

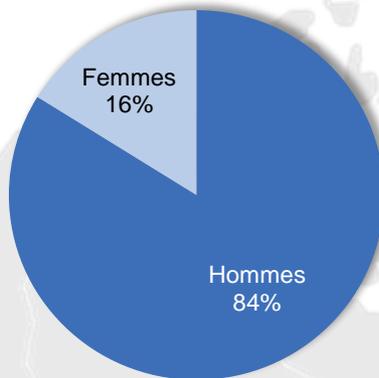


Voir la section *Glossaire* à la fin de ce document si certains termes sont moins familiers.

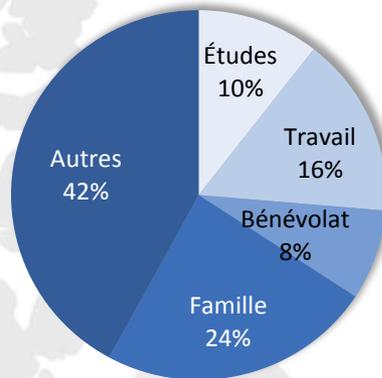
# Caractéristiques démographiques

Cette section présente les principales caractéristiques des participants.

## SEXE



## PRINCIPALE OCCUPATION



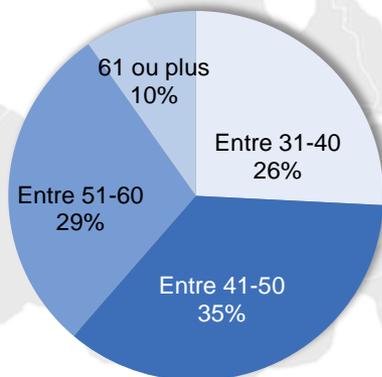
## EN MOYENNE, LES PARTICIPANTS...

Avaient servi **20 ans** dans l'armée

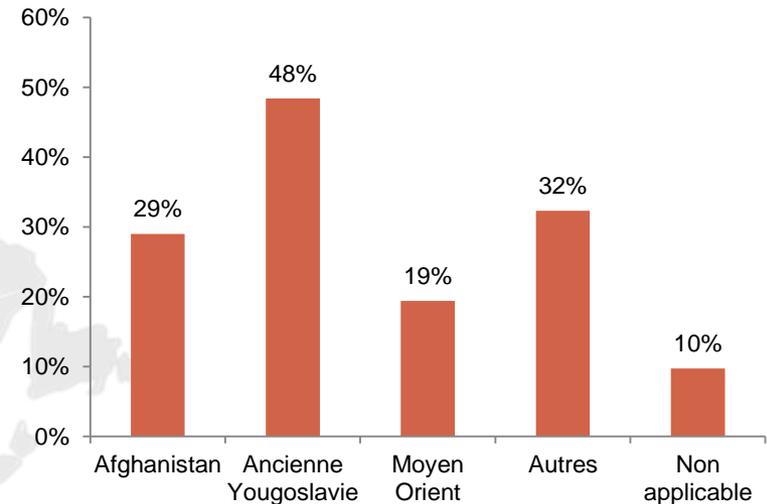
Étaient à la retraite depuis **9 ans**

Avaient un trouble de stress post-traumatique diagnostiqué depuis **7 ans**

## GROUPE D'ÂGE



## LIEUX DE DÉPLOIEMENT



**81%**  
Étaient mariés ou en couple

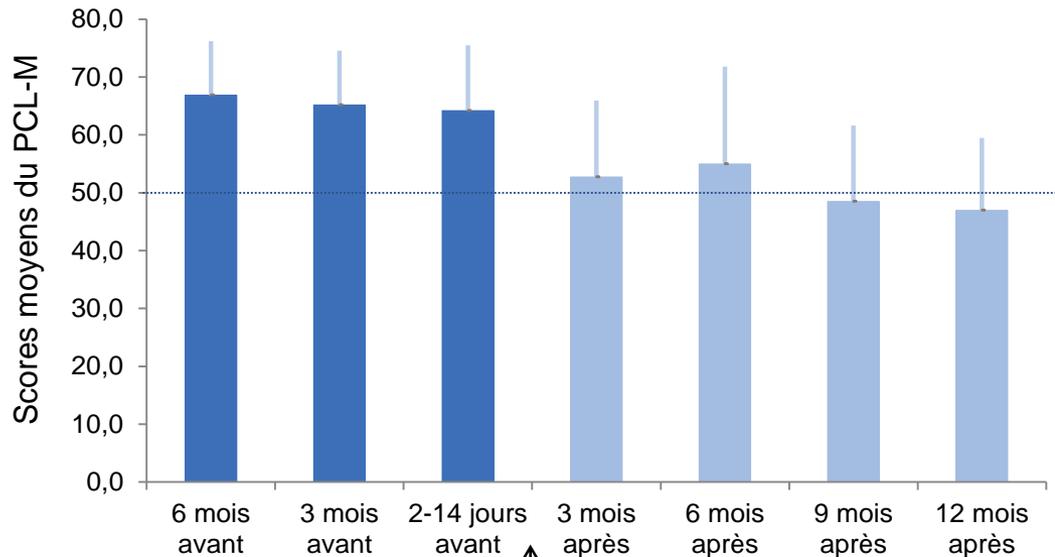
**81%**  
Habitaient dans une maison

**42%**  
Avaient déjà un autre chien

# Symptômes post-traumatiques

Parmi les symptômes post-traumatiques figurent les reviviscences, l'évitement, les altérations cognitives et émotionnelles, et l'hyper-activation du système nerveux. Leur importance a été mesurée sur 18 mois, en utilisant le questionnaire **Posttraumatic Stress Disorder Checklist for military (PCL-M)**.

## SCORES TOTAUX DU PCL-M AU FIL DU TEMPS



Échelle de score du PCL-M:  
17 - 85



## Diminution générale des symptômes post-traumatiques

Les scores du PCL-M étaient **significativement inférieurs** après l'acquisition du chien d'assistance, indiquant une réduction des symptômes. Après 12 mois, les scores totaux moyens étaient **autour de 50 points**, ce qui est considéré comme un faible niveau de symptômes.

Avant d'acquérir un chien d'assistance, les participants ont généralement répondu qu'ils avaient été « **assez** » dérangés par chacun des 17 items du questionnaire. Néanmoins, à la fin de l'étude, les réponses se situaient principalement **entre « un peu » et « modérément »** sur cette échelle de 5 points.

## Les items qui ont été les plus réduits...

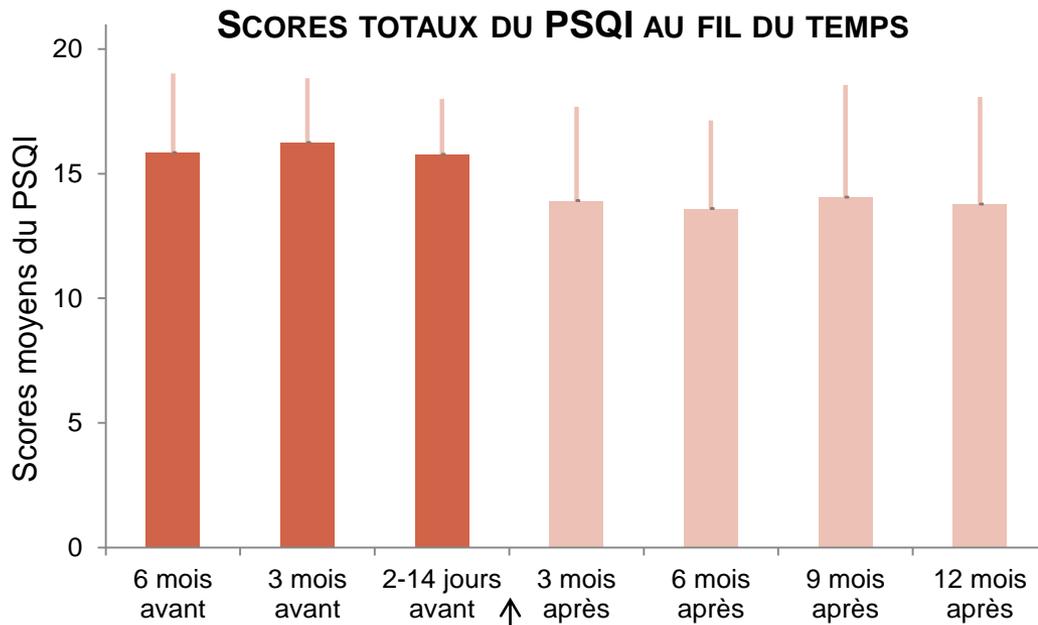
- *Se sentir distant ou coupé des autres*
- *Être excessivement alerte ou vigilant*
- *Se sentir nerveux ou facilement effrayé*

Le seul item qui n'a pas été réduit était *Difficulté à se souvenir de parties importantes d'une expérience militaire stressante.*

# Qualité du sommeil

La qualité du sommeil des participants a été mesurée sur 18 mois, avant et après la distribution du chien, en utilisant l'**Index de qualité du sommeil de Pittsburgh (PSQI)**. Dans ce questionnaire, un score plus faible indique moins de problèmes de sommeil.

Les scores du PSQI étaient **significativement inférieurs** après l'acquisition du chien d'assistance, ce qui indique que la qualité du sommeil des participants était généralement meilleure.



Échelle de score du PSQI:  
0 - 21



## Les aspects du sommeil qui se sont améliorés...

- *Qualité subjective du sommeil*
- *Latence du sommeil*
- *Durée du sommeil*
- *Moins de cauchemars*

## Les aspects du sommeil qui n'ont pas changé...

- *Efficacité du sommeil*
- *Utilisation de médicaments pour dormir*
- *Dysfonctionnement durant la journée*
- *Perturbations du sommeil en général*

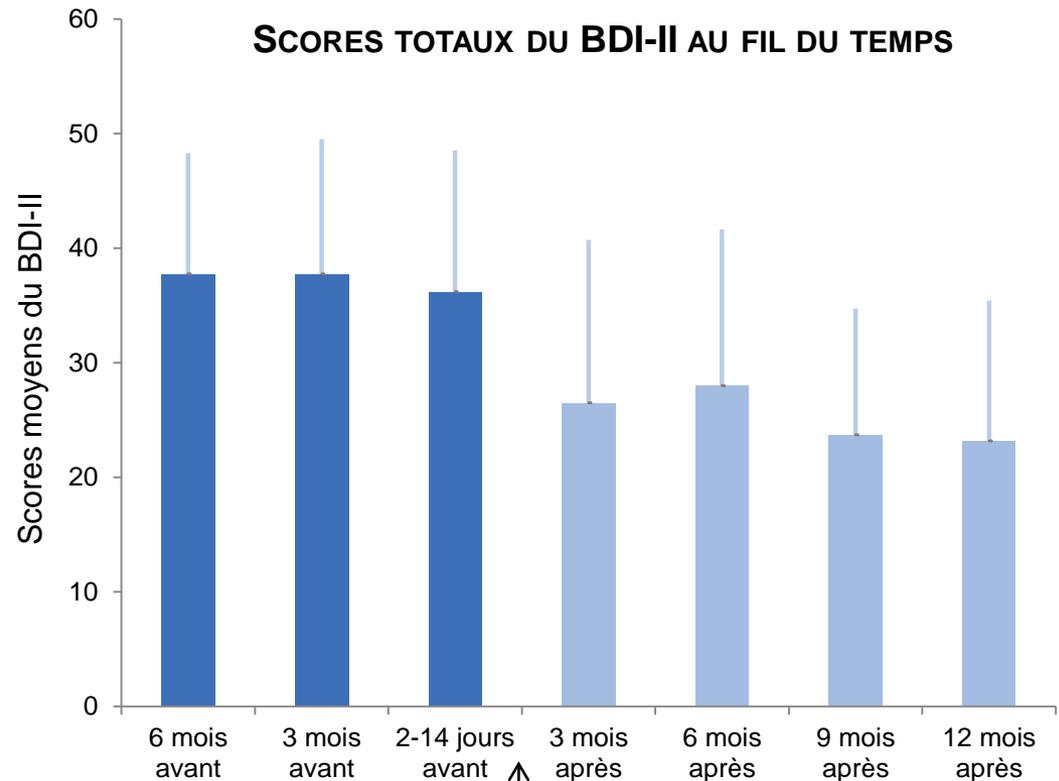
# Symptômes dépressifs

Des sentiments dépressifs sont souvent associés au trouble de stress post-traumatique. Ils ont été mesurés dans cette étude en utilisant le questionnaire **Beck Depression Inventory (BDI-II)**.

## Diminution générale des symptômes dépressifs

Les scores du BDI-II étaient **significativement inférieurs** après l'acquisition du chien d'assistance, ce qui indique une réduction des symptômes dépressifs. Le taux de dépression est passé de « sévère » (score de 29-63) à « modéré » (20-28) selon la classification généralement acceptée.

Avant l'acquisition d'un chien d'assistance, les participants ont en moyenne sélectionné **“2”** sur une échelle de 0 à 3, pour chacun des 21 items. Par exemple, la plupart d'entre eux ont répondu « **Je suis tout le temps triste** » au premier item du questionnaire. Cependant, au dernier suivi, « **Je me sens très souvent triste** » était la réponse moyenne, valant 1 point sur l'échelle de score du BDI-II.



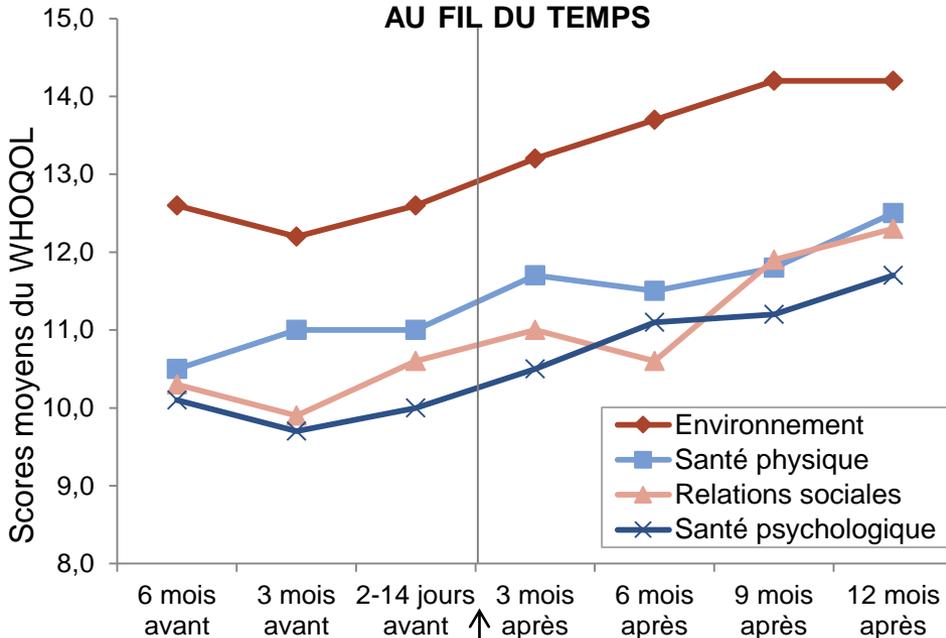
Échelle de score du BDI-II:  
0 - 63



# Qualité de vie

La qualité de vie est déterminée par une série d'énoncés en lien avec la satisfaction d'une personne quant à différents aspects de son quotidien. Elle a été mesurée dans cette étude avec le questionnaire **Brief World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF)**, qui contient quatre domaines.

**SCORES DES DOMAINES DU WHOQOL-BREF  
AU FIL DU TEMPS**



Échelle de score du WHOQOL:  
4 - 20



## Augmentation générale de la qualité de vie

Les score totaux du WHOQOL-BREF étaient **significativement supérieurs** après l'acquisition du chien d'assistance, ce qui indique une plus grande satisfaction dans la vie.

**Environnement:** Les scores du domaine de l'environnement ont commencé à augmenter après 3 mois en compagnie du chien d'assistance. Le **sentiment de sécurité** des participants a été particulièrement amélioré.

**Santé physique:** Une augmentation significative dans le domaine de l'activité physique a été observée après seulement 3 mois en compagnie du chien d'assistance. Les participants ont par exemple indiqué que leur niveau d'**énergie** et d'**activité de la vie quotidienne** était supérieur.

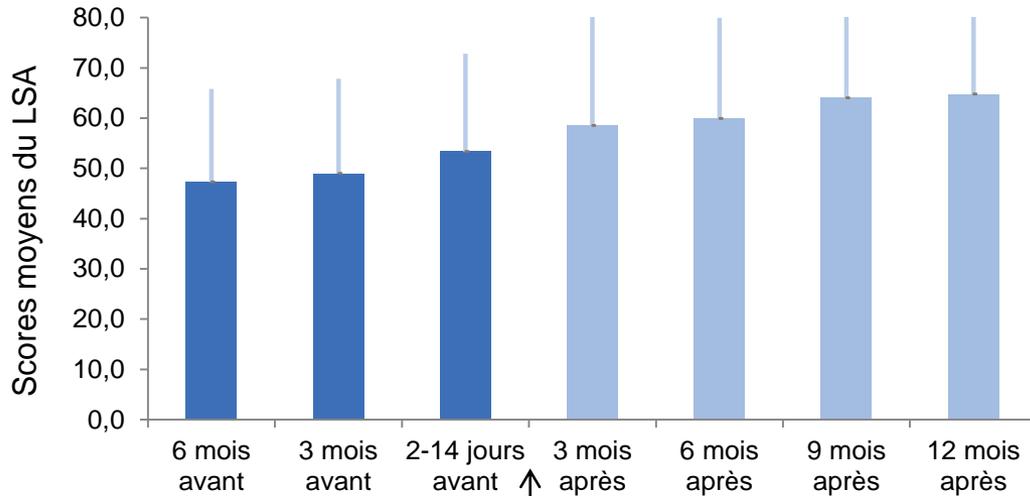
**Relations sociales:** L'augmentation globale était moins distincte pour le domaine des relations sociales. Les scores étaient significativement plus élevés seulement 9 mois après l'acquisition du chien. Néanmoins, en observant les items individuellement, la **satisfaction à propos des relations personnelles** et le **soutien social** se sont révélés bien meilleurs. Seul l'item en lien avec la **satisfaction à propos des activités sexuelles** n'a pas changé.

**Santé psychologique:** Neuf mois après l'acquisition du chien d'assistance, les scores du domaine psychologique ont commencé à augmenter significativement. Les participants ont notamment rapporté plus de **sentiments positifs** et une meilleure **estime de soi**.

# Mobilité

Le niveau de mobilité des participants, c'est-à-dire la mesure dans laquelle ils/elles sont allé(e)s à l'extérieur de leur chambre, a été évalué au fil du temps en utilisant le questionnaire **Life Space Assessment (LSA)**.

## SCORES TOTAUX DU LSA AU FIL DU TEMPS



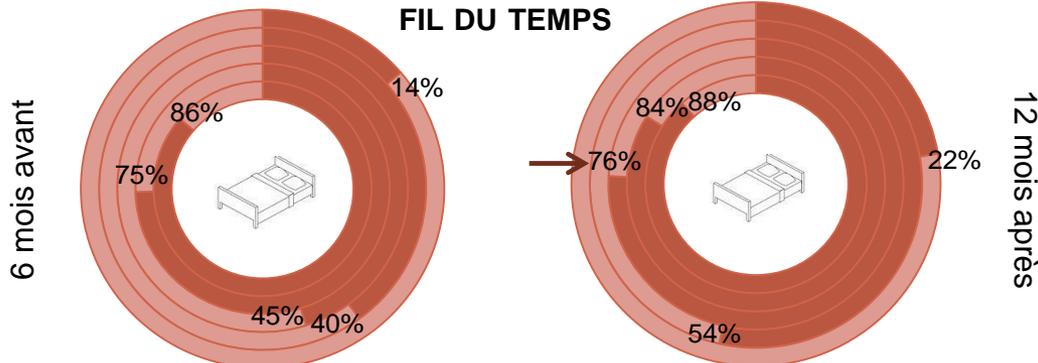
Échelle de score du LSA:  
0 - 120



### Augmentation globale de la mobilité

Les scores du LSA étaient **significativement supérieurs** après l'acquisition du chien d'assistance, ce qui indique que les participants sont allés plus souvent à l'extérieur. Le niveau de mobilité a commencé à augmenter au moment où les participants se sont engagés dans le processus d'acquisition du chien.

## SCORES DES AIRES DU LSA AU FIL DU TEMPS



### Augmentation dans l'aire 3

Les résultats indiquent que les participants sont allés **dans leur voisinage** (aire 3) plus souvent avec leur chien d'assistance. En 18 mois, le score moyen pour cette aire est passé de **45%** à **76%** du maximum. Cela signifie qu'initialement, les participants allaient en moyenne **1-3 fois par semaine** dans leur voisinage, mais que ce taux a augmenté jusqu'à **4-6 fois** après 12 mois en compagnie du chien.

# Impact psychosocial

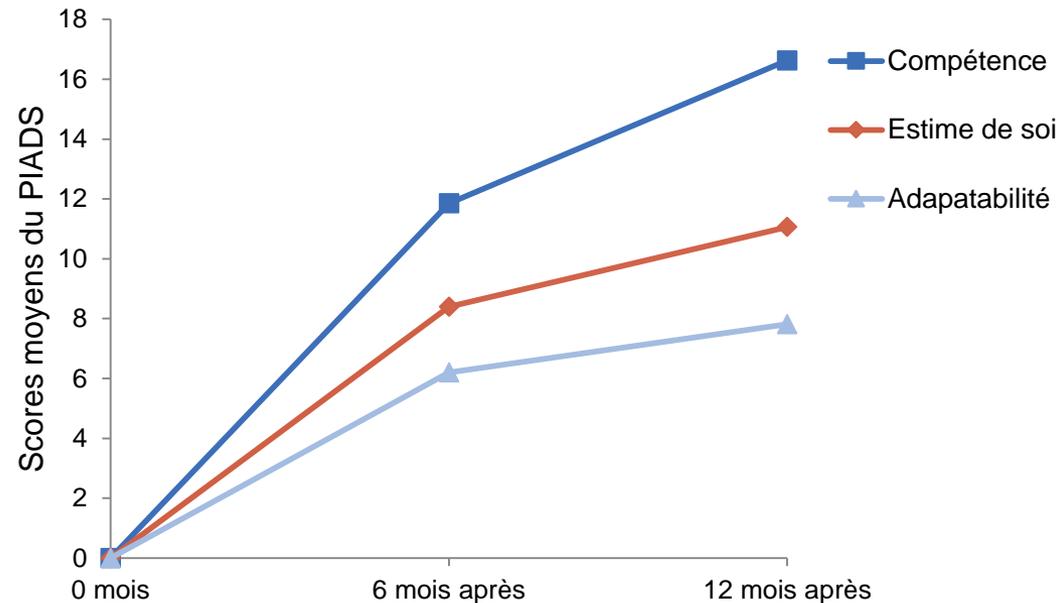
L'approche psychosociale se concentre sur l'influence combinée des facteurs psychologiques et de l'environnement social sur le fonctionnement quotidien d'une personne. L'impact psychosocial des chiens d'assistance a été mesuré à deux reprises au cours de l'étude, en utilisant l'**Échelle de mesure de l'effet des aides techniques sur le plan psychosocial (PIADS)**.

## Impacts psychosociaux généralement positifs

Les scores du PIADS étaient **positifs pour chacune des catégories**, ce qui indique que le chien d'assistance a eu un impact psychosocial bénéfique sur plusieurs aspects de la vie. La compétence, l'estime de soi et l'adaptabilité des participants ont généralement été améliorées par l'acquisition du chien. **Les scores étaient même supérieurs au dernier suivi**, suggérant que les effets ont été maintenus ou rehaussés au fil du temps.

Après 6 mois avec leur chien, les participants ont en moyenne choisi "+1" pour chaque item, sur une échelle de "-3" à "+3". Six mois plus tard, cette moyenne a augmenté à presque "+2" par item.

## SCORES DES DOMAINES DU PIADS AU FIL DU TEMPS



## Les items qui avaient les meilleurs scores après 12 mois...

1. *Se sentir en sécurité plutôt que se sentir vulnérable*
2. *Bonheur*
3. *Indépendance*
4. *Qualité de vie*
5. *Se sentir capable*



# Proches aidants

Dix-neuf partenaires de vétérans ayant un trouble de stress post-traumatique ont aussi accepté de participer à cette étude. Nous avons pris en compte leurs perceptions à propos de l'impact des chiens d'assistances dans leur vie, en utilisant le questionnaire **Caregiver Burden Scale**.

## Observations des proches aidants à propos de leur partenaire

Les observations des proches aidants **ont confirmé et précisé les résultats** en lien avec l'efficacité des chiens d'assistance pour les vétérans ayant un trouble de stress post-traumatique. Les aidants ont notamment soulevé une augmentation de la proportion de vétérans qui pouvaient **sortir et faire des courses seul et sans assistance**. Cette proportion est passée de 33-53% avant l'acquisition du chien à 100% 6 mois après. Il a aussi été observé que **moins de participants passaient plus de la moitié de la journée dans leur lit ou leur chaise**. Le pourcentage est passé de 47-50% à 14-25%.



## Fardeau des proches aidants

**Aucun changement significatif** dans les scores du questionnaire n'a été observé au fil du temps en lien avec le fardeau des proches aidants. Ceci suggère que le chien d'assistance n'a pas rendu la tâche significativement plus facile aux partenaires des vétérans. Toutefois, ces résultats peuvent être dus au fait que le fardeau était déjà considéré comme faible pour quelques items avant l'acquisition du chien d'assistance. De plus, tel que mentionné par une proche aidante, des effets pourraient être mesurés lors d'un suivi plus long:

“Notre avancée dans ce processus de guérison ne fait que lentement commencer.”

“Sa qualité de vie a changé drastiquement, tout comme la nôtre. Est-ce une baguette magique? Non. Est-ce un remède? Non. Cependant notre chien est un outil, l'un des meilleurs outils qui lui ont été donnés pour faire face à ses blessures.”

# Glossaire

**Altérations cognitives et émotionnelles:** Changements importants en lien avec les émotions et les façons de penser d'une personne. Ces altérations peuvent se manifester de différentes façons, mais se retrouvent souvent sous la forme d'une humeur neutre ou négative et d'un sentiment de détachement par rapport aux autres personnes.

**Beck Depression Inventory (BDI-II):** Un questionnaire de 21 items qui évalue l'importance des sentiments dépressifs du répondant. Chaque item est coté sur une échelle de 0 à 3, un score plus élevé indiquant des symptômes dépressifs plus sévères.

**Brief World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF):** Un questionnaire qui porte sur la satisfaction d'une personne par rapport à différents aspects de sa vie. Il contient 26 questions, générant ensemble quatre scores pour quatre domaines. Chaque item est coté sur une échelle de 5 points dans laquelle '1' indique des perceptions faibles/négatives et '5' indique des perceptions élevées/positives.

**Caregiver Burden Scale:** Un questionnaire qui porte sur le fardeau perçu par les personnes qui prennent soin d'individus en situation de handicap. Deux des sous-sections de ce questionnaire ont été sélectionnées pour les fins de cette étude: le Concern for the Care recipient's Well-Being (CCWB) et le Impact on the Caregiver's Social Life (ICSL). Chaque sous-section contient respectivement 6 et 17 items.

**Échelle de mesure de l'effet des aides techniques sur le plan psychosocial (PIADS):** Un outil de mesure auto-administré pour évaluer les impacts d'une aide technique (ici, le chien d'assistance) sur la compétence, l'adaptabilité et l'estime de soi des utilisateurs. Le questionnaire contient 26 items, chacun coté sur une échelle de 7 points allant de -3 ("impact négatif maximal") à +3 ("impact positif maximal").

**Efficacité du sommeil:** Le nombre d'heures de sommeil divisé par le nombre d'heures passées au lit.

**Évitement:** Façons d'agir ou de penser qui témoignent d'un désir d'éviter des souvenirs désagréables. Cela peut inclure des cas où une personne tente d'arrêter de penser à un événement traumatique ou d'arrêter de faire des choses qui sont associées à cet événement.

# Glossaire

**Hyper-activation du système nerveux:** Altérations de l'activation et de la réactivité d'une personne. Ces changements incluent des symptômes tels que la colère, des difficultés de concentration, des pertes de mémoire, l'hyper-vigilance, des perturbations du sommeil et des réactions de sursaut exagérées.

**Index de qualité du sommeil de Pittsburgh (PSQI):** Un questionnaire de 21 items qui porte sur la qualité du sommeil et les perturbations du sommeil d'une personne dans le dernier mois, générant sept composantes. Chaque item est coté sur une échelle de 3 points.

**Life Space Assessment (LSA):** Une questionnaire qui recueille des information à propos des habitudes de mobilité d'une personne dans cinq secteurs de l'environnement: dans la maison, autour de la maison, dans le voisinage, dans la ville et hors de la ville. On demande aux répondants si, dans les quatre dernières semaines, ils se sont rendus dans chacun des cinq secteurs, à quelle fréquence hebdomadaire, et si des aides techniques ont été utilisées ou si de l'aide humaine a été nécessaire. À partir d'un total de 20 items, cinq scores sont générés.

**Latence du sommeil:** Le temps qu'une personne passe dans son lit avant de s'endormir.

**Perturbations du sommeil:** Facteurs généraux qui peuvent interrompre ou déranger le sommeil d'une personne. Ces facteurs incluent: devoir utiliser la toilette, toux, trop froid, trop chaud, mauvais rêves, douleur, difficulté à respirer confortablement, se réveiller au milieu de la nuit ou tôt le matin.

**Posttraumatic Stress Disorder Checklist for military (PCL-M):** Une liste de contrôle auto-administrée portant sur les symptômes du trouble de stress post-traumatique. Elle contient 17 items. Les répondants indiquent dans quelle mesure ils ont été dérangés par un symptôme en particulier au cours du dernier mois, en cotant chaque item sur une échelle de 1 ("pas du tout") à 5 ("extrêmement").

**Reviviscences:** Souvenirs récurrents d'un évènement traumatique, qui surviennent fréquemment et entraînent une grande détresse chez la personne. Il peut s'agir de souvenir répétitifs, de rêves tourmentants ou de réponses physiologiques déclenchées lorsque la personne se retrouve dans une situation qui lui rappelle l'évènement traumatique.