

# Anxiété liée aux bruits chez le chien - Nouvelles scientifiques

Dr Stefanie Riemer, Companion Animal Behaviour Group, Abteilung Tierschutz, Vetsuisse Fakultät, Universität Bern, [riemer.stefanie@gmail.com](mailto:riemer.stefanie@gmail.com), [www.hundeunibern.ch](http://www.hundeunibern.ch)

*Un article sur l'anxiété liée aux bruits en juin, alors que le 1er août et le Nouvel An sont dans si longtemps ? Eh oui ! Car les propriétaires qui commencent une formation dès maintenant offrent à leur chien une bonne chance de pouvoir se détendre davantage lors du prochain feu d'artifice.*

L'anxiété liée aux bruits est le trouble anxieux le plus fréquent chez les chiens. Selon certaines études, elle toucherait un quart à la moitié d'entre eux (Blackwell et al., 2013; Riemer, 2019; Salonen et al., 2020). Les feux d'artifice en constituent le principal élément déclencheur, suivis par le tonnerre et les coups de feu (Salonen et al., 2020). Alors que les types d'anxiété dus à ces trois stimuli surviennent souvent ensemble, ils ont seulement un lien limité avec ceux causés par d'autres sortes de bruits (cris ou bruit de moteur, par exemple) (Riemer, 2019).



Photo : Stefanie Riemer. Arrière-plan : Pixabay.

## Aspects démographiques

L'anxiété liée aux bruits se manifeste souvent de manière précoce : chez la majorité des chiens concernés, des signes apparaissent dès l'âge de 1-2 ans (Riemer, 2019; Tiira et al., 2016). Bien que l'anxiété augmente souvent encore au fil du temps, seuls peu de chiens commencent à se montrer anxieux lors de feux d'artifice après 6 ans (Riemer, 2019). En revanche, un premier signe d'anxiété liée aux bruits à un âge avancé est susceptible d'indiquer un problème de douleurs. Il convient donc également de procéder à un examen clinique approfondi et, le cas échéant, à un traitement de la douleur adapté dans le cadre de la thérapie mise en place (Lopes Fagundes et al., 2018). L'apparition précoce de la sensibilité aux bruits suggère une forte composante génétique – hypothèse également confirmée par des différences de susceptibilité entre groupes de races : les chiens de berger semblent souffrir d'anxiété associée aux feux d'artifice particulièrement souvent ; les molossoïdes, au contraire, rarement. Même les groupes de races des retrievers, des « chiens courants, chiens de recherche au sang et races apparentées » ainsi que des chiens d'agrément et de compagnie s'avèrent relativement peu anxieux (Riemer, 2019).

## Influences environnementales

Selon une étude publiée récemment, ce sont cependant tous les groupes de races croisées qui présentent les niveaux d'anxiété les plus élevés,

laissant supposer que certaines influences environnementales jouent un rôle dans cette situation : les chiens croisés provenaient plus souvent d'un refuge ou de la rue que les chiens de race, dont la plupart sortaient d'un élevage. Il est probable que les premiers se soient donc en moyenne moins bien sociabilisés que les seconds et qu'un manque d'expériences (positives) précoces ait contribué à augmenter l'anxiété. Ainsi, les chiens de refuge et les chiens d'élevage sont respectivement les plus touchés et les moins touchés par l'anxiété associée aux feux d'artifice. Comme chaque trait de comportement, celle-ci est donc également influencée par une combinaison de facteurs génétiques et environnementaux (Riemer, 2019).

## Thérapie de l'anxiété liée aux bruits

Différentes approches de formation comportementale – notamment le contre-conditionnement et des techniques de relaxation – peuvent réduire l'anxiété liée aux bruits chez les chiens. En cas de délai trop court pour une formation préparatoire ou d'anxiété prononcée, l'administration d'anxiolytiques peut prévenir de mauvaises expériences supplémentaires ou au moins en réduire l'ampleur. À long terme, il convient cependant de ne pas se reposer uniquement sur cette thérapie médicamenteuse et des mesures de gestion mais plutôt d'agir de manière ciblée contre cette anxiété à l'aide d'une formation comportementale.

## Gestion

Des mesures de gestion doivent favoriser un sentiment de sécurité chez le chien et réduire au maximum l'intensité perçue des stimuli à l'origine de l'anxiété. Il est recommandé de préparer un lieu de retraite sûr pour son chien, comme par exemple une cage d'intérieur aménagée de manière confortable. Ce lieu doit être associé à des éléments positifs avant la soirée du Nouvel An, par exemple des objets à mâchouiller, des caresses et éventuellement des jouets. Pour que les détonations soient moins flagrantes, il est possible de mettre de la musique, en particulier avec de nombreuses basses (à condition que le chien y soit habitué) (Mills, 2005; Pike et al., 2015; Sherman und Mills, 2008), ou de laisser simplement l'aspirateur allumé (pour les animaux qui n'en sont pas effrayés). Les stimuli visuels peuvent être supprimés au maximum en fermant les rideaux ou les volets (Mills, 2005; Pike et al., 2015; Sherman und Mills, 2008). Chez certains chiens, un Thundershirt (utilisé au préalable dans une ambiance détendue avec des récompenses afin de les accoutumer !) peut même améliorer la situation (Buckley, 2018). Contrairement à certaines recommandations passées, il est déconseillé d'ignorer cette anxiété. Si un chien recherche du soutien et de la proximité, il faut absolument les lui accorder : un attachement sain consiste aussi à ne pas le laisser seul en cas d'urgence. Bien que les chiffres de l'anxiété liée aux bruits ne soient pas encore clairs, d'autres situations stressantes prouvent que les signes de stress d'un chien peuvent être réduits par des marques d'affection telles que des caresses et des paroles (par exemple, Csoltova et al., 2017; Hennessy et al., 1998; Lynch und McCarthy, 1967).

## Les récompenses n'aggravent pas l'anxiété !

Auparavant, on supposait à tort que l'anxiété pouvait être renforcée involontairement par des marques d'affection ou des récompenses

alimentaires. Cependant, offrir des récompenses ne rend pas une émotion plus négative. Au contraire, les expériences positives entraînent une émotion (plus) positive, après quoi l'animal peut également changer son comportement (Reid, 2019). Les récompenses sont donc absolument recommandées chez les animaux anxieux, même lorsqu'ils se montrent déjà anxieux.

### Formation comportementale

#### **Enregistrements / CD de bruits**

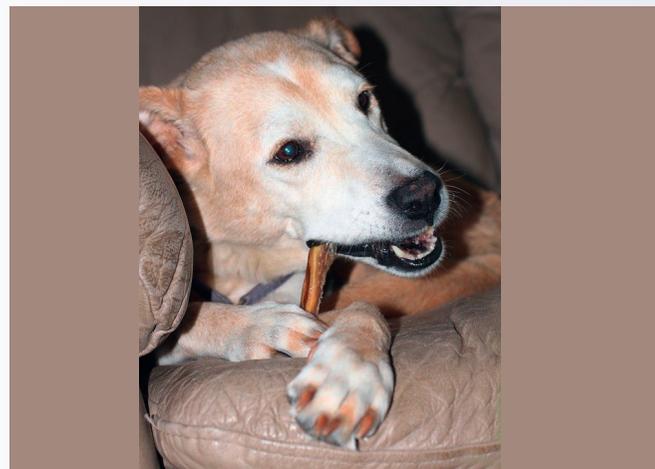
Dans le cadre d'une thérapie de l'anxiété liée aux bruits, il est souvent recommandé de recourir à une formation avec des enregistrements audio du tonnerre ou de feux d'artifice. Cela consiste à faire écouter au chien des enregistrements de ces bruits en commençant à un niveau très bas, avant d'augmenter progressivement le volume tant qu'il reste détendu (désensibilisation). Dans l'idéal, ces bruits sont également associés à un aliment ou à un jouet de qualité (contre-conditionnement). Notons qu'il faut éviter d'augmenter trop vite le volume pour passer au prochain niveau, si le chien n'est pas détendu. Par ailleurs, la formation doit être – en cas de succès – répétée occasionnellement pour préserver son efficacité (Levine und Mills, 2008; Sheppard und Mills, 2003). Selon quelques plus petites études, le taux de réussite est élevé avec des CD de bruits (Levine et al., 2007; Levine und Mills, 2008). Réalisée indépendamment des vétérinaires traitants, la plus grande étude montre un taux de réussite de 54,4% avec des enregistrements de bruits (Riemer, 2020). Ce type de formation semble donc être bénéfique à seulement un chien sur deux. D'une part, des enregistrements ne peuvent pas reproduire correctement toutes les fréquences ; d'autre part, ils n'incluent pas de stimuli lumineux ni d'autres sensations associées aux feux d'artifice. Même dans des conditions acoustiques optimales, certains chiens restent détendus lors de l'utilisation d'enregistrements, mais réagissent en cas de véritables feux d'artifice ou tonnerre (Shull-Selcer und Stagg, 1991).

#### **Contre-conditionnement ad-hoc : la fête après le bruit**

Comme indiqué ci-dessus, le meilleur moyen de faire disparaître l'anxiété consiste à présenter son élément déclencheur de manière très dosée. Cependant, il s'avère souvent impossible de contrôler les stimuli associés aux bruits forts du quotidien. Il est alors particulièrement important que chacun de ces bruits induise directement une conséquence positive – approche qualifiée ci-après de « contre-conditionnement ad-hoc ». Par exemple, si un pot d'échappement émet une détonation inattendue, qu'une poêle tombe par terre ou qu'un ballon éclate, le ou la propriétaire peut immédiatement faire une petite « fête », montrer des émotions positives et donner à son chien une délicieuse friandise ou jouer avec lui si celui-ci aime beaucoup les jeux. De la même manière, il est très utile de lui offrir un aliment ou un objet à mâchouiller de qualité (ou de jouer avec lui, selon ses préférences) lors d'un orage ou d'un feu d'artifice. C'est en effet la seule des quatre stratégies de gestion de Riemer (2020) montrant une amélioration significative en cas d'anxiété associée aux feux d'artifice. En outre, plus de 70% des participants ont observé une diminution de ce type d'anxiété chez leur chien grâce au contre-conditionnement

ad-hoc. Ce dernier a donc représenté la méthode de formation au taux de réussite le plus élevé dans l'étude de Riemer (2020).

Certains chiens sont trop stressés pour manger lors d'un orage ou d'un feu d'artifice. Il est donc particulièrement important qu'ils considèrent cette nourriture comme véritablement délicieuse. D'ailleurs, un chien stressé qui refuse un aliment solide acceptera souvent des alternatives à lécher – pâtée, pâté de foie, fromage à tartiner... En cas d'anxiété excessive, il peut être judicieux de lui administrer des médicaments pour l'aider.



Le recours à des récompenses de qualité ou à des activités appréciées lors de feux d'artifice permet de réduire spécifiquement l'anxiété associée à ceux-ci chez de nombreux chiens. Photo : Pixabay

#### **Techniques de relaxation**

Les techniques de relaxation constituent une méthode moins connue et pourtant efficace de modification comportementale. Grâce à elle, les animaux apprennent à se détendre en réponse à un signal donné. Cette méthode peut se baser sur différents processus, dont l'un est le conditionnement classique. Masser ou caresser lentement son chien lui permet de se détendre, mais l'on peut également profiter de situations dans lesquelles il se calme lui-même. S'il est dans un état de relaxation ou que ce dernier peut être déclenché avec fiabilité, un signal peut être instauré. Il consiste par exemple à répéter un mot précis ou à effectuer un massage toujours sur la même couverture. Une odeur (celle de l'huile de lavande, par exemple), une musique ou un livre audio peuvent aussi être associés à la relaxation. Après un conditionnement réussi, il suffit d'utiliser ce signal (mot, couverture, odeur, etc.) même en situation de stress pour calmer son animal (cf. Horwitz und Mills, 2012).

Une autre solution consiste à lui offrir des récompenses dans des cas spécifiques – toujours lorsqu'il montre un comportement qui indique une certaine décontraction, notamment en s'allongeant, en reposant sa tête ou en déplaçant son poids vers ses hanches. Malgré les distractions intentionnelles de son propriétaire, le chien doit conserver sa position pour être récompensé. Cette solution aussi exige souvent

une couverture, sur laquelle il doit s'allonger (von Büren, 2020). Ces types de protocoles de relaxation semblent être tous deux aussi efficaces pour aider un chien à se détendre à un signal donné (von Büren, 2020). Évidemment, il convient d'établir correctement cette association à l'avance pour que le signal de relaxation puisse avoir un véritable effet même dans les « situations d'urgence ». En ce qui concerne l'anxiété associée aux feux d'artifice, l'étude de Riemer (2020) montre un taux de réussite élevé avec des techniques de relaxation : 69% des utilisateurs les jugent utiles. Ce taux correspond à peu près à celui du contre-conditionnement ad-hoc et s'avère considérablement plus élevé que celui de la formation avec des CD de bruits.



Des techniques de relaxation soigneusement mises en place - avec pour signal de déclenchement une couverture, une musique ou une odeur précise, par exemple - peuvent également réduire l'anxiété pendant le réveillon du Nouvel An. Photo : Stefanie Riemer

### **Produits d'apaisement**

De nombreux propriétaires souhaiteraient aider leur chien à surmonter son anxiété avec des produits d'apaisement – des compléments alimentaires aux médicaments en passant par des phéromones et l'homéopathie. Malheureusement, il existe à ce jour peu d'études fondées sur des données probantes.

### **Produits à base de phéromones**

L'utilisation de produits à base de phéromones (collier, spray ou diffuseur Adaptil) est souvent conseillée en cas d'anxiété liée aux bruits. Certes, quelques plus petites études montrent l'efficacité d'un traitement à base de phéromones chez les chiens souffrant d'anxiété liée aux bruits (Landsberg et al., 2015; Sheppard und Mills, 2003), mais un examen systématique a indiqué qu'en l'absence de critères de qualité scientifique, celle-ci ne pouvait pas être clairement prouvée dans la majorité d'entre elles (Frank, 2010). Une grande étude par questionnaire a enregistré un taux de réussite de seulement 28,8% en utilisant des phéromones chez des chiens – une valeur non supérieure à celle attendue en cas d'effet placebo (Riemer, 2020).

### **Compléments alimentaires**

De nombreux compléments alimentaires promettent de favoriser une certaine relaxation en cas d'états anxieux ou plus précisément d'anxiété liée aux bruits. Toutefois, leur efficacité est prouvée par un nombre limité d'études fondées sur des données probantes, dont la qualité est en outre souvent insuffisante, parce qu'elles n'ont pas été menées en aveugle ou que le groupe placebo a été omis (Review dans Riemer, 2020). Dans l'étude par questionnaire de Riemer (2020), le taux de réussite est de 27% avec des compléments alimentaires en cas d'anxiété associée aux feux d'artifice. Alors qu'il est impossible d'exclure l'efficacité de solutions spécifiques puisque la catégorie des compléments alimentaires regroupe divers produits, ce résultat indique que la plupart des produits de ce type ne présentent pas plus qu'un effet placebo (Riemer, 2020).

### **Solutions alternatives**

Des propriétaires ont observé des taux d'efficacité similaires pour les produits végétaux (35,1%), l'homéopathie (31,2%), les fleurs de Bach (33,5%) et les huiles essentielles (31,1%) (Riemer, 2020). Il est donc probable que ces solutions soient insuffisantes en cas d'anxiété grave.

### **Médicaments psychotropes**

Le taux de réussite est considérablement plus élevé avec des anxiolytiques – 68,9%. Les médicaments le plus souvent prescrits étaient alors la benzodiazépine Alprazolam (taux de réussite de 91%) et le gel à base de dexmédétomidine Sileo® (taux de réussite de 74%) (Riemer, 2020). Outre les benzodiazépines et Sileo®, les inhibiteurs MAO, les inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine et la trazodone comptent parmi les options possibles pour l'indication d'anxiété liée aux bruits. Encore une fois, il manque cependant en majeure partie des études contrôlées par placebo (Review dans Riemer, 2020).

Actuellement, les données les plus probantes (études cliniques de terrain randomisées, en double aveugle, contrôlées par placebo) plaident en faveur du gel à base de dexmédétomidine Sileo® et de l'imépitoiné, utilisée jusqu'à présent comme antiépileptique. Dans le cas de ces médicaments, plus de deux tiers des propriétaires ont qualifié la réussite du traitement de bonne à excellente pendant le réveillon du Nouvel An – soit plus du double par rapport à ceux des groupes placebo (Engel et al., 2019; Korpivaara et al., 2017). Le produit contre l'anxiété des chiens liée aux bruits Sileo® est autorisé dans l'Union européenne depuis plusieurs années (European Medicines Agency, 2015) et depuis janvier 2020 également en Suisse.

### **L'anxiété associée aux feux d'artifice peut être en grande partie évitée !**

Une formation préventive, au cours de laquelle les animaux apprennent à établir un lien entre bruits et conséquences positives, permet de prévenir le développement de l'anxiété liée aux bruits dans de nombreux cas. Ce type d'anxiété survient rarement de manière tardive, surtout lorsque les chiens suivent une formation aux bruits dès leur plus jeune âge. Toutefois, celle-ci peut également porter ses fruits chez des adultes et s'avère être associée à une bien moindre anxiété liée aux bruits (Riemer, 2019).

## Résumé

Dans l'idéal, l'anxiété des chiens liée aux bruits peut être évitée à l'aide d'une formation préventive. Si un animal en souffre déjà, il s'agit d'abord de lui épargner un nouveau traumatisme grâce à des mesures de gestion et, le cas échéant, à l'administration d'anxiolytiques lors d'événements inévitables tels que le réveillon du Nouvel An et d'améliorer son bien-être. À long terme, une formation est nécessaire pour lui apprendre à adopter une réaction émotionnelle (positive) en réponse à l'ancien élément déclencheur de cette anxiété. Outre une formation avec des enregistrements de bruits, souvent recommandée, le contre-conditionnement (une récompense de qualité est offerte après chaque bruit fort) et les techniques de relaxation se sont avérés particulièrement efficaces.

## Littérature

- Blackwell, E.J., Bradshaw, J.W.S., Casey, R.A., 2013. Fear responses to noises in domestic dogs: Prevalence, risk factors and co-occurrence with other fear related behaviour. *Appl. Anim. Behav. Sci.* 145, 15–25.
- Buckley, L.A., 2018. Are Pressure Vests Beneficial at Reducing Stress in Anxious and Fearful Dogs? *Vet. Evid.* 3.
- Csoltova, E., Martineau, M., Boissy, A., Gilbert, C., 2017. Behavioral and physiological reactions in dogs to a veterinary examination: Owner-dog interactions improve canine well-being. *Physiol. Behav.* 177, 270–281.
- Engel, O., Müller, H.W., Klee, R., Francke, B., Mills, D.S., 2019. Effectiveness of imepitoin for the control of anxiety and fear associated with noise phobia in dogs. *J. Vet. Intern. Med.* 33, 2675–2684.
- European\_Medicines\_Agency, 2015. Sileo Dexmedetomidine hydrochloride - EPAR summary for the public.
- Hennessy, M.B., T Williams, M., Miller, D.D., Douglas, C.W., Voith, V.L., 1998. Influence of male and female petters on plasma cortisol and behaviour: can human interaction reduce the stress of dogs in a public animal shelter? *Appl. Anim. Behav. Sci.* 61, 63–77.
- Horwitz, D., Mills, D., 2012. *BSAVA manual of canine and feline behavioural medicine*, second. ed. BSAVA.
- Korpivaara, M., Laapas, K., Huhtinen, M., Schöning, B., Overall, K., 2017. Dexmedetomidine oromucosal gel for noise-associated acute anxiety and fear in dogs—a randomised, double-blind, placebo-controlled clinical study. *Vet. Rec.* 180, 356.
- Landsberg, G., Mougeot, I., Kelly, S., Milgram, N., 2015. Assessment of noise-induced fear and anxiety in dogs: modification by a novel fish hydrolysate supplemented diet. *J. Vet. Behav.* 10, 391–398.
- Levine, E.D., Mills, D.S., 2008. Long-term follow-up of the efficacy of a behavioural treatment programme for dogs with firework fears. *Vet. Rec.* 162, 657–9.
- Levine, E.D., Ramos, D., Mills, D.S., 2007. A prospective study of two self-help CD based desensitization and counter-conditioning programmes with the use of Dog Appeasing Pheromone for the treatment of firework fears in dogs (*Canis familiaris*). *Appl. Anim. Behav. Sci.* 105, 311–329.
- Lopes Fagundes, A.L., Hewison, L., McPeake, K.J., Zulch, H., Mills, D.S., 2018. Noise sensitivities in Dogs: An exploration of signs in Dogs with and without Musculoskeletal Pain Using Qualitative content Analysis. *Front. Vet. Sci.* 5, 17.
- Lynch, J.J., McCarthy, J.F., 1967. The effect of petting on a classically conditioned emotional response. *Behav. Res. Ther.* 5, 55–62.
- Mills, D., 2005. Management of noise fears and phobias in pets. *In Pract.* 27, 248.
- Pike, A.L., Horwitz, D.F., Lobprise, H., 2015. An open-label prospective study of the use of l-theanine (Anxitane) in storm-sensitive client-owned dogs. *J. Vet. Behav.* 10, 324–331.
- Reid, P.J., 2019. Treatment of Emotional Distress and Disorders--Nonpharmacologic Methods, in: McMillan, F.D. (Ed.), *Mental Health and Well-Being in Animals*. CABI, pp. 345–363.
- Riemer, S., 2020. Effectiveness of treatments for firework fears in dogs. *J. Vet. Behav. - Clin. Appl. Res.* accepted manuscript.
- Riemer, S., 2019. Not a one-way road – severity, progression and prevention of firework fears in dogs. *PLoS One* 14, e0218150.
- Salonen, M., Sulkama, S., Mikkola, S., Puurunen, J., Hakanen, E., Tiira, K., Araujo, C., Lohi, H., 2020. Prevalence, comorbidity, and breed differences in canine anxiety in 13,700 Finnish pet dogs. *Sci. Rep.* 10, 1–11.
- Sheppard, G., Mills, D.S., 2003. Evaluation of dog-appeasing pheromone as a potential treatment for dogs fearful of fireworks. *Vet. Rec. J. Br. Vet. Assoc.* 152, 432–436.
- Sherman, B.L., Mills, D.S., 2008. Canine anxieties and phobias: an update on separation anxiety and noise aversions. *Vet. Clin. North Am. Small Anim. Pract.* 38, 1081–1106.
- Shull-Selcer, E.A., Stagg, W., 1991. Advances in the understanding and treatment of noise phobias. *Vet. Clin. North Am. Small Anim. Pract.* 21, 353–367.
- Tiira, K., Sulkama, S., Lohi, H., 2016. Prevalence, comorbidity, and behavioral variation in canine anxiety. *J. Vet. Behav. Clin. Appl. Res.* 16, 36–44.
- von Büren, R., 2020. *Entspannungstraining in der Verhaltensmodifikation bei Hunden*. Masterarbeit, Vetsuisse Fakultät, Universität Bern.

