

LE BILLET DE LA CRSA

PAROLE À

Docteur Gérard MILLERET

Praticien Hospitalier,
Centre Hospitalier La Chartreuse - Dijon

« La pandémie que nous vivons depuis près d'un an nous a aussi fait prendre conscience de la place de la santé mentale dans notre société. »

LA SANTÉ MENTALE... L'AFFAIRE DE TOUS

Aller au-delà des préjugés

La pandémie que nous vivons depuis près d'un an nous a aussi fait prendre conscience de la place de la santé mentale dans notre société.

L'attitude générée par les chiffres quotidiens où sont évoqués tour à tour : le nombre de contaminations, d'hospitalisations, d'admissions en réanimation, de mortalité... ne font qu'accentuer ce mal-être général. Les répercussions économiques sont considérables même si l'aide de l'État se veut rassurante avec d'autres conséquences sociales.

Les équipes des services d'urgence, d'accueil, les médecins généralistes constatent des symptômes variés de l'ordre de l'anxiété, l'insomnie, la tristesse, le défaitisme, les idées noires, les idées suicidaires, les conduites addictives... Ces états cliniques prédominent aussi chez des patients connus fragiles psychologiquement.

Les différents âges de la vie sont touchés, allant de l'enfance à l'adolescence, à l'adulte, aux personnes âgées... La peur du virus peut aussi entraîner des réactions d'évitement, la crainte d'aller à l'hôpital, au Centre Médico-Psychologique, au cabinet du médecin généraliste... car le malade a peur d'être contaminé.

Ne voyons-nous donc pas ici l'illustration de la place de la santé mentale dans le domaine plus général de la santé ? Il est vrai que les préjugés dans ce domaine vont bon train. Ils véhiculent une image négative confondant déraison, simulation, théâtralisme... Et pourtant l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) fait de la dépression la 1^{ère} cause d'incapacité dans le monde. Elle toucherait 264 millions de personnes¹ et il s'agit de la principale cause de perte de vie en bonne santé physique apparente pouvant être soignée. En effet, elle peut conduire à l'irréversible : le suicide. C'est aussi la première cause d'incapacité au travail, les femmes étant plus touchées que les hommes.

1. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/depression>

LE BILLET DE LA CRSA

Gérard Milleret

Avec le Centre Collaborateur OMS, nous avons participé à deux enquêtes-actions, l'une au sein de la population (Image et réalité de la santé mentale de la population générale), l'autre en lien avec les médecins généralistes (Santé mentale et médecine générale).

Le premier travail qui a déjà recueilli plus de 70 000 réponses distingue les images véhiculées entre le fou, le malade mental et le dépressif. Folie, maladie mentale renvoient une image de violence, d'irresponsabilité alors que la dépression est plus acceptée bien qu'elle soit considérée comme inadaptée à la collectivité.

Le rôle de la famille, de l'entourage est souvent ambigu. Elle a besoin d'aide dans les moments de crise, mais l'attitude est renversée quand la souffrance mentale la touche personnellement. En quelque sorte les soins en psychiatrie « c'est bon pour les autres et pas pour soi ».

Le 2^e travail montre que la place du médecin généraliste reste fondamentale. Nous avons constaté qu'il est sollicité le plus souvent en priorité. S'il est peu consulté lors de troubles de la personnalité de type psychotique, de conduites addictives aux produits illicites, ou dans une pathologie de l'enfance ou de l'adolescence, il est très souvent consulté pour d'autres symptômes en particulier lors de problèmes anxiodépressifs mais aussi d'addiction à l'alcool ou de troubles liés au vieillissement.

Il s'agit d'un réel problème de santé publique, la place de la santé mentale dans une patientèle de médecins généralistes est considérable. Nous percevons les répercussions sociales, familiales, individuelles, qui touchent la population.

Ces constatations nous renvoient aussi au système de soins où l'image de l'ancien asile du XIX^{ème} siècle reste toujours présente dans les esprits.

Que sait-on du secteur psychiatrique ? De l'organisation d'un Centre Médico-Psychologique (CMP) ? Du travail en psychiatrie libérale ? De la différence entre un psychiatre et un psychologue ? ...

Et pourtant nous le savons, nous avons à notre disposition des prises en charge psychologiques et pharmacologiques efficaces, qui ont fait leurs preuves.

C'est dans ce sens qu'il est urgent de combattre les préjugés ancrés socialement, y compris auprès des soignants d'autres spécialités, qui aggravent la stigmatisation et l'exclusion.

Pour aller plus loin :

Le site du CCOMS. E-santé mentale : premier bilan des réalisations du projet eMEN. 05/11/2020. Retours d'expériences de la crise COVID-19. <http://www.ccomssantementalelillefrance.org/>
<https://www.psychom.org/actualites/vu-sur-le-web/preserver-sa-sante-mentale-en-periodede-covid-notre-selection-de-ressources/>