

Dans le cadre des Semaines de la Santé Mentale 2015, Dominique Ergand, Catherine Bailly (UNAFAM 91) et Dominique Ramel (ALVE) ont animé une conférence-débat ayant pour titre:
Troubles psychiques : le soutien aux familles et l'accompagnement des personnes

L'UNAFAM, association de soutien aux familles et amis des malades psychiques, a été créée en 1963 : 15 000 adhérents, 2 000 bénévoles, 20 salariés.

L'ALVE est affiliée à l'UNAFAM et propose des structures d'hébergement et d'accompagnement des malades.

Les troubles psychiques ont des causes multiples : génétique, biologique, environnementale. Souvent la maladie survient à la fin de l'adolescence; si il y a déni de la famille ou du patient, la prise en charge est inadaptée et il n'y a pas de diagnostic ce qui retarde le traitement adéquat. En moyenne il faut 5 ans pour diagnostiquer les schizophrènes et 8 à 10 ans pour les bipolaires. Il est important de faire le diagnostic pour développer le bon traitement, d'autant plus qu'il y a 10% de cas de suicides pour les schizophrènes non diagnostiqués et 20% pour les bipolaires. Infos plus complètes sur <http://www.psycom.org>

La prise de cannabis qui calme les schizophrènes peut déclencher la maladie. Ces personnes ont des problèmes d'alimentation, la perception du corps est modifiée; le contact avec le monde environnant est rompu. C'est l'une des 10 maladies entraînant le plus d'invalidité. LA PRÉVENTION EST UNE NECESSITÉ. Une bonne santé mentale est favorisée par un soutien familial, social, et une bonne insertion sociale. Bien sûr la maladie a des risques d'addiction.

La bipolarité qui est une alternance de dépressions et d'exaltation crée une désinsertion sociale, des comportements à risques, des risques élevés de diabète, d'obésité, des maladies cardiovasculaires.

Il existe des centres d'expertise médicale où l'accès doit être demandé par un médecin.

La prévention des rechutes pendant la maladie implique une éducation du patient et de sa famille.

PEURS ET PRÉJUGÉS :

la maladie psychique est repoussée : "cela va passer, d'ailleurs il dit qu'il va bien " ; la maladie est cachée par la société et à la société.

La maladie est incomprise il y a des « pourquoi ? », des jugements ;

30% des SDF ont des maladies psychiques et 20 à 30% des détenus.

Le déni fait partie de la maladie. Souvent il y a des problèmes de sommeil aggravés par le café et le tabac.

MAUX DES FAMILLES :

incompréhension, révolte, isolement rupture, culpabilité, repli, honte, épuisement, imprévisibilité, insécurité, impuissance, confusion, désespoir, stigmatisation.

De 300 jours/an d'hospitalisation en 1950, on en est à 30 jours /an en moyenne, la moyenne est tous les 18 mois.

ACTIONS DE L'UNAFAM

soutien aux familles : (pas de remède miracle) compréhension, entraide, conseils, défense des intérêts des familles.

Travail en réseau au service des familles : vie citoyenne, insertion professionnelle,

accompagnement.

Concrètement : groupes d'entraide mutuelle (GEM), groupes de parole, café rencontre, groupe de parole conjoint.

Site de l'UNAFAM: www.unafam.org/

Contact UNAFAM ESSONNE, 01 64 46 9621, 91@unafam.org

ALVE

Promotion des lieux de vie : foyers appelés « maisons »
groupes d'entraide mutuelle (GEM)
créée par l'UNAFAM.

Premier foyer ouvert en 2001. Petite structure de 19 personnes. Ce sont les médecins qui déterminent ceux qui peuvent y être admis.

Les résidents s'installent chez eux après quelquefois des dizaines d'années d'hospitalisation. L'installation dans la cité se fait au rythme de chacun. Les éducateurs désapprennent leur savoir. Il y a 6 foyers en Essonne (94 personnes). Souvent les malades des foyers n'ont plus d'hospitalisation.

Services d'accompagnement dans leur projet de vie à la vie sociale, soit collectivement, soit individuellement : soutien et création d'un réseau au travers d'activités.

Dans les GEM, les malades se regroupent dans des associations avec des parrains, pour se rencontrer, faire du sport.

Les ESAT sont des établissements ateliers de travail et accueillent des malades handicapés.

Contact ALVE : 01 60 85 04 00, siège@alve.fr, <http://www.alve.fr>

L'oeuvre FALRET est une autre association plus ancienne :

Offrir un accompagnement complet, lutter contre la discrimination et l'exclusion des personnes malades psychiques. Son champ est plus vaste: <http://www.falret.org/>

Au cours du débat, Jean-Alain Baup, Vice-président de l'oeuvre FALRET, insiste sur le fait qu'il est important que les malades prennent bien leur médicament sinon elles risquent une rechute grave.

Paul-Marie Viennot

Autres sites intéressants sur les maladies psychiques:

www.fondation-fondamental.org/ site de chercheurs en matière de troubles psychiques

www.psycom.org/ site qui contient des brochures d'information médicale