

Santé mentale

Diagnostiquer tôt peut tout changer

Il y a toujours pénurie de personnel dans le réseau

La population québécoise est de mieux en mieux informée sur les maladies mentales, mais les ressources manquent pour une bonne prise en charge.

HÉLÈNE ROULOT-GANZMANN

Semaines ou journées de prévention contre le suicide des jeunes, la maladie d'Alzheimer, la santé mentale, psychologues dans les écoles, brochures dans les CLSC, les cliniques médicales, sites Internet de l'Ordre des psychologues, de la Société canadienne de la santé mentale, du ministère de la Santé et des Services sociaux les Québécois n'ont jamais eu à leur disposition autant de ressources pour s'informer sur les maladies mentales qui peuvent les atteindre ou toucher leurs proches.

S'il y a problème, c'est que, passé le déni, la prise en charge par le service public peut s'avérer tellement lente que soit le patient potentiel baisse les bras, soit le diagnostic survient trop tard pour être réellement efficace.

«Prenons l'exemple des jeunes enfants qui ont des troubles de développement ou d'apprentissage, commente Dominique Verreault, présidente de l'Alliance du personnel professionnel et technique de la santé et des services sociaux du Québec (APTSQ). Quand ils sont diagnostiqués avant l'âge de cinq ans et qu'on les prend en charge, ils vont être capables de s'intégrer dans le milieu scolaire. Avec un peu d'accompagnement dans les devoirs et en classe, ils vont suivre une scolarité normale. Plus l'enfant est vieux, plus ça devient difficile d'intervenir. Une fois l'enfant rendu à 10 ou 12 ans, le problème devient chronique, et souvent ça fait des jeunes qui vont décrocher et qui vont avoir toutes sortes d'autres problèmes dans la vie. Il est donc évident qu'en santé mentale, tout comme en

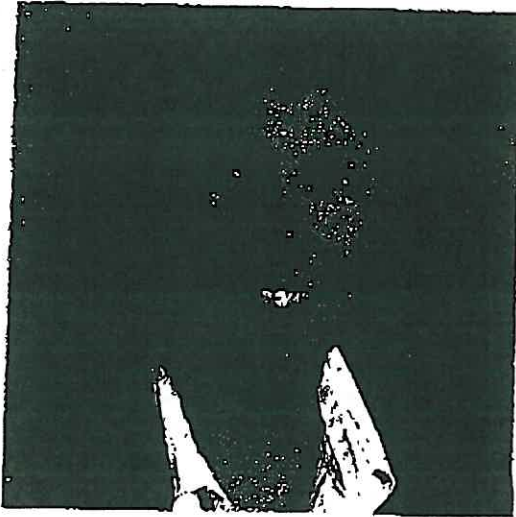
santé physique, la prévention peut faire énormément pour la qualité de vie des personnes, mais également en matière de coûts pour la société, parce que ça devient des gens qu'il faut soutenir tout au long de la vie.»

La prévention est d'autant plus complexe en santé mentale que les personnes sont souvent dans le déni. Si l'information passe mieux qu'au cours des décennies précédentes, le tabou n'est pas totalement levé et nous sommes encore nombreux à penser que ça n'arrive qu'aux autres. «Reprenons l'exemple des jeunes enfants, poursuit Mme Verreault. Ce sont souvent les éducatrices en garderie qui constatent que l'enfant a un problème au niveau de l'attention, de son développement cognitif, dans l'apprentissage de certaines choses. Quand on met un enfant de deux ans dans un groupe avec d'autres, on est capable de comparer son évolution. Reste à en convaincre les parents... Dans de nombreux cas, il est difficile pour eux de l'admettre. Ils minimisent, ils ne veulent pas consulter, ils pensent que ça va se rétablir tout seul. Si on était capable de leur donner un rendez-vous rapidement avec un psychologue pour établir un diagnostic, ce serait plus simple de les en persuader... Mais comme ça prend en moyenne un an, on les perd trop souvent.»

Manque de moyens

Le grand problème se situe au niveau des ressources, à commencer par les moyens financiers et le manque de psychologues dans le réseau public, ceux-ci préférant s'établir dans le secteur privé, où les salaires sont plus élevés et les conditions de travail, plus flexibles. Ainsi, dans le secteur public, un psychologue en début de carrière touche 40 000 dollars par an après sept à douze ans d'études. Deux fois moins qu'en Ontario!

«C'est un des irritants majeurs, admet la présidente de l'APTSQ. Résultat: nous avons 250



Dominique Verreault

SOURCE APTSQ

postes vacants et de grandes difficultés à attirer et à retenir les jeunes diplômés dans notre réseau. La prévention en pâtit forcément. Nous devrions faire beaucoup d'actions ciblées, plus d'éducation, de promotion, de publicité. Aller vers les parents, les familles; les éducateurs en garderie, les enseignants, les personnes qui s'occupent des aînés, les itinérants également. Les Québécois sont de mieux en mieux informés sur les maladies mentales, mais savent-ils seulement où se rendre s'ils prennent conscience qu'ils développent un trouble, s'ils se sentent dépressifs, ont des idées suicidaires ou s'ils suspectent cela dans leur entourage?

En cause, l'accessibilité aux soins de première ligne. Le bon réflexe serait de consulter son médecin de famille pour que, le cas échéant, il envoie son patient au CSSS dont il dépend, à des

fins de diagnostic... Mais encore faut-il en avoir un, et dans la grande région de Montréal notamment, les listes d'attente sont longues.

«Autre solution, les urgences psychiatriques, explique Dominique Verreault. Mais toutes les régions du Québec n'en sont pas dotées. Il y a beaucoup d'hôpitaux généraux où il n'y a ni psychologue, ni psychiatre, et il faut alors six, sept, huit, neuf mois pour obtenir un rendez-vous et voir un spécialiste... c'est beaucoup trop pour des gens qui sont souvent en grande détresse et qui ont accepté de faire le pas et de demander de l'aide. Il faut absolument rendre tout ça plus facile. La prévention pour la prévention, ça ne sert à rien s'il n'y a pas d'accès aux services de première ligne, si elle ne permet pas de diagnostiquer tôt. Parce que diagnostiquer tôt, ça fait toute la différence.»

Une situation qui, selon la présidente de l'APTSQ, se serait dégradée ces dernières années. Depuis que le Québec a pris la décision de sortir le plus possible des hôpitaux psychiatriques les personnes atteintes d'une maladie mentale pour leur permettre d'habiter dans des milieux de vie naturels. «Sauf que les services qui auraient dû être mis en place pour soutenir ce changement ne l'ont pas été, estime-t-elle. Résultat: non seulement ces gens-là n'ont pas été pris en charge pour leur permettre une bonne réintégration dans la société, pour leur trouver un emploi qui les valorise, par exemple, mais bien souvent ils ont arrêté de prendre leur médication et les cas lourds de troubles mentaux ont augmenté. Ce sont les psychologues de notre réseau qui font ce constat. Et toutes les ressources que nous sommes obligés de mettre là, c'est ça de moins dont nous disposons aussi bien pour la prévention, l'information, l'éducation que pour le diagnostic.»

Collaboratrice du Devoir