



## *La voie du progrès : recommandations de l'OMS*

**L**e Rapport sur la Santé dans le Monde 2001, Santé mentale : Nouvelle conception, nouveaux espoirs, propose aux pays dix recommandations à suivre pour améliorer la santé mentale. Chaque pays peut les adapter en fonction de ses besoins et de ses ressources.

### *1. Traiter les troubles au niveau des soins primaires*

La prise en charge et le traitement des troubles mentaux au premier niveau des soins permettra au plus grand nombre d'accéder plus facilement et plus rapidement aux services. Le traitement au niveau des soins primaires pourrait renforcer la possibilité de poser des diagnostics précoces, de traiter, d'avoir le suivi nécessaire et de faire diminuer le nombre des investigations inutiles et des traitements inadaptés ou non spécifiques. Pour cela, il faut enseigner au personnel de santé générale les compétences essentielles en matière de santé mentale.

Un certain nombre de pays en développement ont entrepris des programmes nationaux qui intègrent la santé mentale dans les soins primaires. L'Afrique du Sud, le Brésil, la Colombie, l'Iran, l'Inde, le Pakistan, la Malaisie ou le Nigéria ont formé des médecins généralistes dans les domaines de la psychiatrie, de la réponse au stress face à des catastrophes, de la psychopharmacologie, des techniques de communication et d'entretien, de la thérapie de soutien, du conseil et de la prévention des maladies mentales.

### *2. Rendre les psychotropes disponibles*

Les médicaments des troubles psychiatriques et de l'épilepsie se classent dans quatre groupes : les antidépresseurs contre la dépression, les neuroleptiques contre les symptômes psychotiques, les antiépileptiques contre l'épilepsie et les anxiolytiques (ou tranquillisants) contre l'anxiété. Les psychotropes essentiels doivent être disponibles en permanence à tous les niveaux des soins. Ils doivent figurer sur la liste des médicaments essentiels de tous les pays. Ils peuvent atténuer les symptômes, réduire les incapacités, écourter la durée de nombreux troubles et prévenir les rechutes. Ils constituent souvent le traitement de première intention, surtout en l'absence

d'interventions psychosociales et de personnel hautement qualifié.

Il est possible de traiter la plupart des troubles mentaux avec un petit nombre de médicaments. La plupart d'entre eux sont abordables et le choix de l'un par rapport à l'autre dépend dans une grande mesure de son prix. Alors que certains médicaments peuvent s'avérer onéreux, les dépenses sont souvent compensées par la diminution des besoins en soins et traitements d'une autre nature. Un certain nombre de pays ont déjà inclus les médicaments essentiels en santé mentale dans leur liste de médicaments essentiels pour les soins de santé primaires.

### *3. Soigner dans la communauté*

Les services de santé mentale doivent être assurés dans les communautés plutôt que dans des hôpitaux ou institutions spécialisées. Les soins dans la communauté donnent de meilleurs résultats thérapeutiques et améliorent la qualité de la vie des patients atteints de troubles mentaux chroniques. Le transfert des patients des hôpitaux psychiatriques vers les soins à assise communautaire peut également se révéler avantageux sur le plan économique, contribuer au respect des droits de l'homme, limiter la stigmatisation associée au traitement et rendre celui-ci plus précoce.

Les grands hôpitaux psychiatriques de type carcéral doivent être remplacés par des structures de soins communautaires qui doivent s'assortir de lits psychiatriques dans les hôpitaux généraux et d'une aide à domicile pour éviter des lacunes dans les services offerts. Cette transition vers les soins communautaires demande la présence d'agents de santé et de services de réadaptation au niveau local, ainsi que des dispositifs d'aide d'urgence, d'hébergement adapté et d'emploi protégé.



On trouve en Australie un exemple de transition vers des services à assise communautaire. Sur une période de cinq ans, de 1993 à 1998, la part relative aux soins communautaires est passé de 29 à 46 % du total des dépenses de santé mentale. Le nombre des lits dans les institutions psychiatriques a diminué de 42 % et le nombre des lits psychiatriques d'urgence a augmenté de 34 % dans les hôpitaux généraux. Cette croissance a été en grande partie financée par les ressources libérées avec la diminution de la taille des institutions mentales.

#### *4. Eduquer le grand public*

Tous les pays devraient mener des campagnes d'éducation et de sensibilisation du grand public portant sur la santé mentale. Le but essentiel est de réduire les obstacles au traitement et aux soins en informant l'opinion de la fréquence des troubles mentaux, des possibilités de traitement, des chances de guérison et des droits des malades. Il faut aussi faire largement savoir quelles sont les différentes options thérapeutiques et leurs avantages afin que la population, les professionnels, les médias, les décideurs et les politiciens aient une attitude éclairée. La sensibilisation du public peut faire reculer la stigmatisation et la discrimination, inciter les malades à faire appel aux services de santé mentale et réduire l'écart entre santé mentale et santé physique, perçues comme deux problèmes séparés.

Par exemple, l'Association mondiale de psychiatrie a élaboré un programme « Ouvrir les portes » qui est la première action mondiale contre la stigmatisation et la discrimination entourant la schizophrénie. Le matériel de ce programme a été utilisé en Allemagne, en Autriche, au Brésil, au Canada, en Egypte, en Espagne, en Grèce, en Inde et en Italie pour des programmes nationaux engageant les pouvoirs publics, les médias, les agents de santé, des organisations non gouvernementales, ainsi que des patients et leurs familles.

#### *5. Associer les communautés, les familles et les consommateurs*

Les communautés, les familles et les consommateurs doivent prendre part à la planification et à l'élaboration des politiques, des programmes et des services de santé

mentale, cet engagement permettant de les adapter aux besoins en tenant compte de l'âge, du sexe, de la culture et de la condition sociale. Ces services seront alors davantage utilisés par les personnes atteintes de troubles mentaux et leur famille.

Le rôle de la communauté va de l'auto-assistance et de l'aide mutuelle aux pressions exercées pour changer les soins de santé mentale et les ressources, en menant des activités éducatives, en participant au contrôle et à l'évaluation des soins, et en appelant à changer d'attitude et à diminuer la stigmatisation.

Les groupes de consommateurs sont apparus comme un facteur de changement puissant, actif et se faisant entendre. On compte désormais de nombreuses associations de consommateurs s'impliquant dans la santé mentale. Leur participation dans la création de services, l'examen des normes de soins, l'élaboration et l'exécution de mesures politiques et de législations augmente la transparence que les autorités responsables doivent appliquer.

Les familles représentent souvent les principaux dispensateurs de soins et il est donc essentiel de les aider à comprendre la maladie, à acquérir les compétences nécessaires pour les soins et le soutien aux malades, à respecter les traitements et à reconnaître les premiers signes de rechute afin de faciliter la guérison et de réduire les incapacités.

Des organisations comme la World Fellowship for Schizophrenia and Allied Disorders (WSF) soulignent que l'échange des connaissances entre les professionnels de santé et les familles ou les consommateurs est crucial pour développer la confiance et établir une alliance thérapeutique efficace. Ce partage développe l'assurance des aidants familiaux et leur permet de « passer d'une attention passive à des soins actifs ».

#### *6. Adopter des politiques, des programmes et une législation au niveau national*

Une action efficace et prolongée en santé mentale passe par l'adoption d'une politique, de programmes et d'une législation. Ceux-ci doivent reposer sur les connaissances actuelles et sur le respect des droits de l'homme. La réforme de la santé mentale doit s'inscrire



dans celle du système de santé en général. La plupart des pays doivent accroître la part de budget qu'ils consacrent à la santé mentale et, dans ceux ayant récemment mis au point ou révisé leur politique ou leur législation, on a observé des progrès dans la mise en œuvre des programmes de soins de santé mentale.

En Ouganda, de grandes réformes à partir de 1996 ont établi des normes et des directives pour les soins des adultes et des enfants à tous les niveaux des soins de santé ; des formations pour les agents de soins dans la reconnaissance et la prise en charge des troubles mentaux courants ; un nouveau système d'orientation recours et un réseau de soutien ; des liens avec d'autres programmes comme la santé de l'adolescent, la santé génésique, l'éducation sanitaire ou le SIDA. Les médicaments pour le traitement des troubles neurologiques et mentaux ont été intégrés dans la liste nationale des médicaments essentiels. La loi sur la santé mentale a été revue et intégrée dans une loi sur les services de santé. La santé mentale fait désormais partie du budget du Ministère de la Santé.

### *7. Développer les ressources humaines.*

De nombreux pays doivent intensifier et améliorer la formation des professionnels de santé mentale qui dispensent les soins spécialisés, ainsi que celle des agents de santé généraux à tous les niveaux. Dans la plupart des pays en développement, les spécialistes sont trop peu nombreux pour pouvoir assurer les services de santé mentale. Une fois formés, ils devraient être encouragés à rester dans leur pays à des postes où ils puissent mettre à profit leurs compétences au mieux. On trouve dans cette catégorie de personnel les professionnels, de formation médicale ou non, tels que les psychiatres, les psychologues cliniciens, les infirmiers(ères) psychiatriques, les travailleurs sociaux compétents en psychiatrie et les ergothérapeutes, qui peuvent œuvrer ensemble pour dispenser des soins complets et intégrer les patients à la communauté.

Il convient d'actualiser les programmes de cours pour donner aux futurs diplômés en médecine les compétences utiles au diagnostic et au traitement des personnes atteintes de troubles mentaux. Le Sri

Lanka par exemple a prolongé récemment la durée de la formation en psychiatrie et l'a incluse dans le programme d'examen.

### *8. Etablir des liens avec d'autres secteurs*

La guerre, les conflits, les catastrophes, l'urbanisation anarchique, la perte d'emploi et la pauvreté sont des facteurs de pathologie mentale ainsi que des obstacles au traitement. Les actions dans d'autres secteurs que celui de la santé, éducation, travail, protection sociale, justice, ont de profondes répercussions sur la qualité de vie des personnes atteintes de troubles mentaux. Il conviendra donc de les impliquer dans l'amélioration de la santé mentale des communautés. Les organisations non gouvernementales devraient être encouragées à soutenir les initiatives locales et à y participer.

Les exemples de possibilités d'amélioration de la santé mentale en faisant appel à plusieurs secteurs comprennent l'élaboration d'une politique du travail qui crée un environnement positif sans discrimination et vient en aide au chômeur. Dans le domaine de l'éducation, les mesures doivent s'intéresser aux besoins particuliers de certains groupes dans le cadre du programme général d'enseignement. Le logement des personnes atteintes de troubles mentaux dans les communautés doit être une priorité. La justice doit empêcher l'emprisonnement inique de ces personnes et prévoir le traitement des troubles mentaux et du comportement dans les prisons.

### *9. Surveiller la santé mentale des communautés*

Il convient de surveiller la santé mentale des communautés en l'intégrant dans les systèmes généraux d'information sanitaire et de notification. Les indicateurs doivent renseigner à la fois sur le nombre de personnes touchées et sur la qualité des soins qu'elles reçoivent. L'amélioration de l'information sanitaire et des systèmes de notification aide à dégager les tendances et à repérer les changements. Le suivi est nécessaire pour fixer les priorités, évaluer les besoins ainsi que l'efficacité des traitements et des programmes de prévention.

Les pays scandinaves ont contrôlé la consommation totale d'alcool et pris des mesures politiques pour



maîtriser les quantités au bénéfice de la santé publique. Aux Etats-Unis, une « fiche de renseignement » sur la santé mentale, remplie par les consommateurs et leur famille, évalue la performance des services de santé mentale dans quatre domaines : accès, qualité/bien fondé des soins, résultats et prévention.

### *10. Soutenir la recherche.*

De nouveaux travaux de recherche s'imposent sur les aspects biologiques et psychosociaux de la santé mentale si l'on veut mieux appréhender les causes, l'évolution et le devenir des troubles mentaux et si l'on veut développer des services thérapeutiques plus efficaces. Ces travaux devraient être effectués dans un vaste contexte international afin de comprendre les variations entre communautés.

Il est urgent de renforcer le potentiel de recherche des pays en développement. Les études de l'OMS sur la schizophrénie ont montré l'importance des facteurs

socioculturels et de l'intégration de l'appui familial pour améliorer la santé mentale dans les pays en développement.

Des travaux de recherche s'imposent dans les domaines de l'épidémiologie, du traitement, de la prévention, de la politique, des services et de l'économie. Ils seront la base scientifique et rationnelle orientant toutes les politiques – qu'il s'agisse de plaidoyer, de traitement ou de prestation de services. Les outils et les méthodes de recherche doivent tenir compte du cadre culturel dans lequel les travaux ont lieu et s'y adapter.

C'est aux pays que revient la responsabilité de donner la priorité à la santé mentale dans leur planification sanitaire et de mettre en œuvre ces recommandations. Dans le domaine de la santé mentale, une politique et une législation spécifiques éclairées, s'appuyant sur la formation des professionnels et des financements suffisants et durables, peuvent aider à fournir à ceux qui en ont besoin les services nécessaires à tous les niveaux des soins de santé.