



pro mente sana

mars 2005

# Lettre trimestrielle N° 27

## EDITO

### Les bonnes intentions de la Confédération

#### Politique nationale suisse en matière de santé psychique

**E**n 1998, le Département fédéral de l'intérieur et la Conférence suisse des directrices et directeurs des affaires sanitaires ont lancé le projet « Politique nationale suisse de la santé » dans le but d'améliorer la convergence et de mieux coordonner les politiques sanitaires cantonales et la politique nationale en matière de santé publique. La Suisse est un pays dont la complexité, eu égard au fédéralisme, est une réalité quotidienne; la coordination entre les cantons est parfois laborieuse. Les lois sanitaires sont du ressort des cantons qui élaborent leurs bases légales, dans le cadre donné par la Confédération. Donc il devient urgent, en vue d'améliorer la santé de la population vivant en Suisse, de parvenir à une conjonction des efforts, à une coordination des actions.

La santé psychique a été reconnue, en 2000, comme l'un des trois axes prioritaires du projet « Politique nationale suisse de la santé ». Ainsi, elle semble être devenue un thème incontournable sur lequel cantons et Confédération se doivent de développer une politique commune et coordonnée.

En février 2004, le rapport consacré à la santé psychique et proposé à la consultation était publié sous le titre « Stratégie nationale visant à protéger, promouvoir, maintenir et rétablir la santé psychique de la population en Suisse »<sup>1</sup>.

Cette édition de la lettre trimestrielle de Pro Mente Sana aura pour objet d'une part de vous décrire les points principaux de ce projet, puis de vous présenter brièvement notre position sur la question. En effet, il nous semble important que toutes les personnes intéressées par la problématique de la santé psychique puissent être informées de ces questions, prennent connaissance du contenu de ce projet et en saisissent les enjeux. S'il est possible de concevoir le fossé existant entre une situation particulière et individuelle et une politique nationale en matière de santé psychique et si ce fossé est impossible à combler, tant ces deux réalités se trouvent, non pas opposées mais

distinctes dans leur essence, l'une se centrant sur l'individu, l'autre sur la collectivité, nous pensons que la tension qui anime ces deux manières d'envisager la santé psychique peut être fertile et parfois déboucher sur une interaction productive.

L'orientation stratégique du projet national dont nous parlons vise un objectif particulièrement ambitieux: promouvoir, maintenir et rétablir la santé psychique des personnes vivant en Suisse, considérant toutes les classes d'âge et tous les groupes sociaux. Il préconise une approche intégrative qui « se fonde sur une compréhension globale de la santé et de la maladie; en d'autres termes, cela signifie que la santé psychique est influencée par des facteurs biologiques, psychologiques, sociologiques et économiques. » En effet, il est évident que la santé psychique est une dimension que l'on ne peut appréhender sous le seul angle de la santé et de la maladie, mais qu'elle se trouve directement influencée par des facteurs extérieurs, sociaux, économiques et politiques. Ainsi, les politiques publiques en général, et pas seulement celles relevant de la santé publique, doivent intégrer cette donnée afin d'octroyer aux habitants de ce pays des conditions favorables à leur santé psychique, ou plutôt des conditions telles qu'elles ne détériorent pas leur santé psychique.

L'enjeu est de taille. En effet, les études épidémiologiques nationales et internationales réalisées durant les dernières décennies montrent que presque une personne sur deux est atteinte une fois dans sa vie, plus ou moins longuement, d'une maladie psychique. Selon certaines études, 20 à 25% de l'ensemble de la population souffre chaque année d'un trouble psychique correspondant à un diagnostic reconnu. Enfin, le nombre de personnes au bénéfice d'une rente de l'assurance invalidité en raison de maladies psychiques augmente de manière continue depuis 1986. On comprend dès lors pourquoi, alors que la santé psychique a été passablement délaissée dans les politiques sanitaires antérieures, elle devient aujourd'hui un thème prioritaire. ■

<sup>1</sup> Le rapport dans son exhaustivité se trouve et en format pdf sur Internet à l'adresse suivante: <http://bagfiles.psszone.com/files/AdobePDF/Pdf1580.pdf>

Le projet dont nous vous résumons les grandes lignes se divise en 3 parties: la première traite du cadre de référence, de l'orientation stratégique du projet, basée sur un état des lieux. La deuxième partie est consacrée au plan d'action, dont la mise en œuvre décrit les mesures nécessaires. Et la dernière énumère des propositions de mise en œuvre. « Ces trois parties ont pour but de dessiner une stratégie cohérente. Par ce moyen, on devrait pouvoir améliorer globalement la santé psychique ».

Le calendrier vise l'objectif suivant: la Confédération et les cantons devraient s'accorder entre eux et poursuivre une stratégie commune et, en coopération avec les acteurs de la santé, de la formation et de l'économie se verraient enjoins de concrétiser les recommandations suivantes dans les dix prochaines années:

- Améliorer la bonne santé psychique de la population en Suisse.
- Faciliter l'accès à des traitements adéquats.
- Améliorer la participation des personnes concernées et de leurs proches.
- Réduire la chronicité des troubles psychiques et diminuer le nombre de personnes devant être mises au bénéfice d'une rente AI.
- Diminuer le nombre de suicides.
- Accroître la satisfaction des patients et réduire la fréquence du *burn-out* (épuisement) chez les professionnels.
- Accroître l'attractivité du travail avec les personnes malades psychiques.

Pour pouvoir atteindre ces objectifs, le plan d'action a défini dix priorités:

1. Dépistage et intervention précoce en cas de maladies psychiques, maintien de l'intégration scolaire ou professionnelle et prévention de l'invalidité.
2. Promotion de la santé psychique dans les contextes de la famille, de la formation et du travail.
3. Prise de conscience de la population par rapport à la santé et aux maladies psychiques.
4. Promotion de l'aide à soi-même et de l'entraide; soutien des proches et développement de la participation des organisations de patients et de proches à tous les niveaux du système de santé.
5. Développement de la qualité des offres de traitements visant à guérir et à réhabiliter les personnes souffrant de maladies psychiques.
6. Encouragement de la relève professionnelle en médecine, psychiatrie, soins infirmiers, psychologie et travail social; promotion de la recherche et du développement.

7. Collaboration multisectorielle.
8. Observation du problème, surveillance continue et synthèse des données disponibles.
9. Adaptation de la législation.
10. Coordination et coopération nationale et internationale.

Nous vous proposons, ci-dessous, une synthèse du rapport de politique nationale en matière de santé psychique, organisée d'après les thèmes importants:

## Les valeurs

La stratégie du rapport est basée sur des valeurs énoncées par la Constitution fédérale et la Convention européenne des droits humains, telles l'autonomie, l'égalité des chances, la tolérance, la solidarité et l'intégration sociale.

## La définition

La santé psychique est envisagée comme le résultat d'interactions diverses et ne relève pas exclusivement de l'individu lui-même et de son comportement mais également de facteurs socio-économiques, culturels et écologiques.

La complexité de la santé psychique à travers la vie d'un individu est clairement exposée, donnant à cette expression polysémique toute son ampleur. Tout individu est susceptible de voir sa santé psychique altérée tant ce processus, qui s'étend sur la vie entière, est dépendant de facteurs divers et reflète la complexité de la vie elle-même: les différentes étapes qui la caractérisent, l'âge, les événements imprévus, le lien social et familial, les migrations, etc. Les déterminants de la santé psychique proviennent de nombreux facteurs et leurs effets peuvent être tout aussi bien positifs que négatifs. Ainsi, « les conditions positives de la santé psychique sont réunies lorsque les ressources personnelles, sociales et matérielles sont disponibles en suffisance pour permettre de maîtriser les exigences et les contraintes personnelles, sociales et professionnelles. » Il faut ajouter que la santé psychique dépend également du lien social dont bénéficie un individu tout au long de sa vie.

## La prévention et la détection précoce

L'approche visant une meilleure coordination et un meilleur transfert des compétences et des connaissances dans le but de promouvoir la santé psychique dans les écoles et les entreprises devrait être mise sur pied et

encouragée. La détection précoce des maladies psychiques et la mise en place de mesures visant à maintenir l'intégration des personnes touchées par les troubles psychiques dans tous les âges de la vie ne sont pas suffisamment développées dans notre pays. Des programmes efficaces de détection précoce devraient être encouragés de manière ciblée. La promotion de la santé se trouverait mise en œuvre tout au long des étapes de la vie et intégrée dans les cadres de vie. La prévention serait renforcée auprès de groupes de population qui vivent une phase de transition ainsi que vers ceux qui sont difficilement atteignables (troisième et quatrième âges).

### L'offre de soins

Si l'offre de soins est reconnue comme étant bonne en Suisse, des lacunes existent dans les moyens de détection et les traitements précoces ainsi que dans les moyens de maintenir les personnes concernées dans leur activité professionnelle. Il manque également un programme national de prévention du suicide. Des services ambulatoires sont également en nombre insuffisant en raison notamment du manque de coordination entre les institutions hospitalières et les services ambulatoires ou semi-ambulatoires. L'offre intégrée de traitements et de mesures de réhabilitation devrait être développée. Il manque un centre de compétences en matière de réhabilitation psychiatrique en Suisse.

D'autre part, il conviendrait de coordonner les offres en matière de soins, aujourd'hui trop fragmentées afin de rendre accessibles toutes les offres innovantes à l'ensemble de la population. Le manque de coordination est également patent dans le parcours et le financement des soins. Des lacunes dans la législation, en particulier en ce qui concerne les mesures de contraintes sont relevées. Et ce dernier point n'est pas sans inquiéter Pro Mente Sana.

De plus, il y a aujourd'hui encore beaucoup trop de personnes qui souffrent très longtemps avant de trouver l'aide adéquate alors que d'autres subissent des traitements contre leur volonté. Ce programme viserait donc à garantir un accès à des soins adaptés à toute la population, que ce soit dans l'offre, l'entraide et le soutien à l'auto-support.

### L'intégration

Les changements de plus en plus rapides que subit notre société et les épreuves qui jalonnent la vie d'un

individu peuvent influencer sa santé psychique et la mettre en danger. Or, on constate des disparités dans la résistance d'une personne mais également dans sa possibilité de recevoir des soins adéquats au bon moment et, en cas de handicap lié à des troubles psychiques, de bénéficier d'une bonne qualité de vie. Il serait donc important de renforcer les ressources psychosociales et socio-économiques et d'alléger les contraintes pesant sur la santé psychique dans la famille, l'école, le travail. Ceci contribuerait à favoriser la santé par des stratégies globales visant la famille, la formation, l'économie, la sécurité sociale et l'environnement. Les personnes atteintes de troubles psychiques devraient avoir la possibilité d'exercer une profession appropriée par rapport à leurs troubles afin de conserver une vie sociale.

### La promotion de l'entraide et la participation des personnes concernées à tous les niveaux du système de santé.

Le rapport préconise un renforcement des offres d'entraide qui, visant à surmonter la maladie au quotidien et augmenter la qualité de vie des personnes concernées et de leurs proches, augmentent les chances de guérison et d'intégration. La promotion de l'aide bénévole, le soutien aux proches et la participation des patients devraient se voir développer dans toutes les régions du pays. L'implication des personnes concernées à tous les niveaux, que ce soit en ce qui concerne la relation thérapeutique mais aussi dans l'organisation des institutions de soins, se révèle absolument indispensable.

### La recherche relative à la santé psychique

La recherche épidémiologique est déterminante afin de disposer d'informations fiables sur l'incidence et la prévalence des troubles psychiques. Des études au niveau international sont produites et utilisées ainsi que celles de l'Office fédéral de la statistique et de l'Observatoire suisse la santé. Cette discipline étant relativement jeune, elle repose sur des notions empiriques qui concernent les symptômes, la durée, la fréquence, les atteintes. La donnée la plus significative des études réalisées jusqu'à ce jour montre que les troubles psychiques sont extrêmement fréquents, et que, chaque année en Suisse, environ 1,5 million de personnes subissent une maladie psychique. Les conséquences de ce type de maladie sur les proches, l'entourage et sur la société dans son ensemble sont importantes. Afin de planifier une offre d'intervention basée réellement sur les besoins de la population, il serait donc nécessaire de disposer

d'informations statistiques et épidémiologiques qui aujourd'hui manquent. Les travaux scientifiques, interdisciplinaires, sont encore très rares dans notre pays, ce qui est une grande lacune eu égard à l'ampleur et à la complexité de la problématique. Le transfert suprarégional du savoir entre les différentes écoles et pratiques n'est pas encore d'actualité. Il conviendrait d'encourager fortement la recherche en vue de protéger, promouvoir, maintenir et rétablir la santé psychique et de favoriser la communication entre recherche et pratique.

## L'information

Il est évident que la protection, la promotion, le maintien et le rétablissement de la santé psychique sont fortement influencés par les connaissances et l'attitude de la société face à la santé et à la maladie psychiques. Le projet reconnaît des lacunes dans l'information au public dont les effets sont préjudiciables. En effet, les personnes concernées ont parfois de la difficulté à reconnaître leur maladie car la stigmatisation de la société, de l'entourage etc. ne facilite pas l'entrée dans un processus de traitement adéquat et la prévention en matière de santé publique n'est pas reconnue comme une priorité. Le rapport le dit : la santé psychique doit devenir un thème politique prioritaire. L'information publique permettrait de faire évoluer la tolérance de la société à l'égard des personnes souffrant de troubles psychiques, tolérance qui aujourd'hui est très faible. Des campagnes d'information et de sensibilisation devraient être menées et les médias se trouveraient impliqués dans ce processus.

## Notre avis

On ne peut que se réjouir de la rédaction d'un tel projet, en d'autres termes que les autorités prennent enfin la mesure de l'enjeu que représente la santé psychique dans notre pays. Ce texte a pour qualité essentielle de proposer un état des lieux. De nombreuses insuffisances sont relevées, certains dysfonctionnements également et l'ampleur de la problématique s'y trouve exposée. Que la santé psychique devienne un thème prioritaire en matière de santé publique est tout à fait fondamental. Or, le manque de coordination et de collaboration entre les cantons, entre les institutions, etc. montre qu'une stratégie commune reste à inventer. Ce rapport en est la première esquisse.

Mais ne conviendrait-il pas de proposer des objectifs véritablement réalisables à moyen terme afin de mobiliser concrètement les forces en présence et de faire réellement évoluer la situation ? Car, il est également possible d'affirmer que les objectifs sont très ambitieux, peut-être trop. La société décrite par le rapport, lorsque toutes les mesures se trouveraient mises en œuvre, apparaît idyllique, tous les problèmes sociaux se verraient résolus, chacun vivant dans un monde accueillant et bienveillant et la santé psychique de chacun serait excellente. Au vu de la situation de plus en plus tendue, dans le monde du travail par exemple, d'une société qui devient plus complexe, et de la dégradation du lien social, on ne peut que craindre l'impossibilité de passer à une réalisation, pour des raisons tant structurelles que financières. A vouloir tout régler, sans disposer des moyens nécessaires, on prend le risque de renoncer complètement à s'atteler au problème. Nous sommes d'avis qu'il serait plus judicieux de viser des objectifs moins abstraits et dans un ordre de priorité mieux défini. Ce projet, nous l'avons dit, n'est qu'un cadre, une recommandation de la Confédération que les cantons et avec eux tous les acteurs du domaine de la santé, du social, de l'économie et du monde politique devraient suivre. La multitude des niveaux auxquels la mise en œuvre de ce plan s'opérerait est telle que le danger est que nous en restions à celui des « bonnes paroles ».

En ce qui nous concerne, nous pensons que la question de l'entraide et de la participation des usagers de la psychiatrie n'est pas suffisamment prioritaire (il ne s'agit que de la quatrième priorité) et que la contribution qu'apporterait leur développement n'est pas assez mise en valeur. Le thème de l'entraide est traité de manière abstraite, mettant toutes les associations et institutions dans un même panier, au risque d'être compris comme une recommandation exclusivement démagogique. Nous aurions espéré une explicitation de la « promotion de l'entraide et du travail bénévole, du soutien aux proches et de la participation des personnes concernées à tous les niveaux du système de santé », par des exemples, et une plus grande précision dans les buts visés et les modalités de les atteindre.

Reste que ce rapport est sûrement un premier pas dans la bonne direction. S'y référer sera utile. Nous resterons vigilants à la suite qui lui sera donnée afin d'éviter qu'il ne se retrouve dans un tiroir, dans l'attente de jours meilleurs et d'une conjoncture plus propice...

## Lettre trimestrielle de l'Association romande Pro Mente Sana

40, rue des Vollandes – 1207 Genève – Tél: 022/ 718 78 40 – Fax: 022/ 718 78 49 – CCP 17-126 679-4  
Courriel: info@promentesana.org – www.promentesana.org