

Un collectif de professionnels de la santé

Quels jeunes sauverons-nous du suicide ?

Au moins six mois de délai avant qu'un jeune ne soit admis en psychiatrie. Le covid met les soins de santé mentale à rude épreuve. Psychiatres et pédopsychiatres craignent de ne plus pouvoir soigner tout le monde.

La population et le monde politique sont désormais bien conscients des retombées que peut avoir un débordement de notre système de soins sur la santé des citoyens. Les nombreuses mesures mises en œuvre pour endiguer la pandémie ont notamment pour objectif de prévenir une telle saturation des services médicaux afin d'éviter au maximum que des patients ne se retrouvent sans soins, qu'ils souffrent du covid ou d'une autre pathologie. Nous nous souvenons tous de ce genre de grands titres dans les médias : « On doit choisir qui soigner, comme en situation de guerre », « S'il n'y a pas de place, comment choisir quel patient ira aux soins intensifs ? », « Coronavirus et triage de catastrophe : faudra-t-il choisir qui sauver ? », « Des médecins obligés de choisir qui doit mourir »...

Ce dont la plupart des citoyens et des politiciens semblent moins conscients, c'est que le même type de problématique est en train de se jouer dans le domaine des soins en santé mentale, et ce malgré les moyens supplémentaires qui ont été accordés au secteur depuis le début de la pandémie. En tant que psychiatres et pédopsychiatres, nous observons en effet depuis plusieurs mois une flambée du nombre de demandes de prises en charge qui nous sont adressées, à tel point que nous n'arrivons plus à les assumer toutes dans les délais qu'elles nécessiteraient. Tant les services de consultations ambulatoires (consultations à l'hôpital, services de santé mentale, cabinets privés, etc.) que les hôpitaux et les structures intermédiaires (centres et hospitalisations de jour, habitations protégées, etc.) sont, pour la plupart, submergés de nouvelles demandes, bien au-delà de leurs capacités à y répondre suffisamment rapidement. A titre d'exemple, une majorité des services pédopsychiatriques hospitaliers pour adolescents comptent entre six mois et un an de délai avant qu'un jeune, chez qui l'indication d'un tel séjour est posée, ne puisse y être accueilli.

« Faudra-t-il choisir quels jeunes sauver ? »

Nous en arrivons, dans le domaine de la santé psychique, aux mêmes drames que ceux dénoncés en matière somatique par les grands titres évoqués ci-dessus. Transposés par exemple à la situation des adolescents tourmentés par des idées suicidaires, ces quatre titres font froid dans le dos : « On doit choisir quels jeunes soigner », « S'il n'y a pas de place, comment choisir quel adolescent peut entrer à l'hôpital ? », « Faudra-t-il choisir quels jeunes sauver ? », « Des médecins obligés de choisir qui risque de se suicider »... Dans de nombreux lieux de soins, les psychiatres, les pédopsychiatres, les psychologues, les assistants sociaux et autres intervenants en santé mentale sont déjà contraints de poser des choix quant aux patients qu'ils peuvent prendre en charge. Et le réseau est tellement saturé qu'ils n'arrivent que rarement à proposer une réelle solution alternative.

Les conséquences psychiques de la pandémie viennent exacerber une situation de saturation qui était déjà présente, avant elle, dans de nombreux sous-secteurs de la santé mentale. Elles révèlent une problématique plus profonde qu'il convient de prendre en compte si nous voulons éviter de « foncer dans le mur » : nous ne pouvons pas continuer à croire que les professionnels de la santé mentale ont et auront suffisamment de moyens pour prendre

en charge tous les patients qui s'adressent à eux si nous n'œuvrons pas tous, là où nous sommes, pour une société plus harmonieuse qui crée moins de souffrance psychique.

La majorité des personnes qui nécessitent des soins psychiques n'est pas porteuse d'une maladie mentale, au sens médical du terme, mais est constituée de personnes écorchées par la vie ou par le fonctionnement social. Nous pouvons en fait chacun, un jour, nous trouver dans une situation de détresse psychologique si intense que nous devons être aidés par des professionnels. Et ce risque est majoré si nous vivons dans un contexte familial et/ou socio-professionnel délétère. C'est donc sur ce contexte qu'il est urgent de travailler, chacun à notre mesure, citoyens et politiciens, afin qu'il charrie moins de désarroi.

La faillite de tout un système

Etant donné la faillite actuelle du système de soins en santé mentale, mais aussi celle de l'aide à la jeunesse, de l'aide sociale et du monde psychosocial dans son ensemble, faillites corrélatives à une « demande » croissante qu'il n'est plus possible d'absorber, il est urgent de se pencher sur la question de la prévention. Nous formulons le vœu d'un changement de paradigme, où prévenir vaudrait mieux que guérir et où l'on travaillerait davantage les problématiques à leur racine afin de diminuer la souffrance psychique, au niveau des individus, des groupes, des couples et des familles, du monde de la petite enfance jusqu'à celui de nos aînés.

Les mondes professionnel et scolaire ont fait preuve de grandes capacités d'adaptation à la pandémie. A titre d'exemple, le télétravail a été déployé à une échelle qui n'avait jusqu'ici jamais été atteinte. Il est rapidement apparu que celui-ci pouvait être vecteur de

bien-être professionnel, ou au contraire de burn-out, selon les modalités de son organisation (...). Etudes et récentes expériences de télétravail à grande échelle confirment les liens étroits qui existent entre l'organisation du travail et l'équilibre psychologique des travailleurs. S'il nous a été possible, à l'occasion de la pandémie, de bouleverser cette organisation au nom de l'intérêt pour la santé somatique des citoyens, ne devrait-il pas maintenant être envisagé d'opérer des changements organisationnels en profondeur au sein du champ professionnel, cette fois au nom de la santé psychique des travailleurs ?

L'école inadaptée à la lutte contre la pandémie

Ce qui vaut pour le monde adulte et de l'entreprise est tout autant pertinent, voire plus encore, pour nos enfants et nos adolescents. Le monde de l'enseignement a été particulièrement impacté par la succession des différentes mesures sanitaires. Nous nous sommes permis, à cause de la pandémie, de bousculer le système éducatif jusque-là en place et de relâcher par moments la pression scolaire. Ces bouleversements ont hélas été opérés de manière assez chaotique : la charge de travail demandée aux élèves et aux professeurs n'a pas été suffisamment adaptée en fonction des différentes étapes de la pandémie, le programme scolaire n'a que peu été adapté, des élèves se sont retrouvés à certains moments avec une charge plus lourde que d'habitude alors que d'autres se sentaient au contraire « lâchés » par leur école, etc. Si la majorité des jeunes en ont souffert, et si le décrochage scolaire a grimpé en flèche, on a aussi vu, à certains moments, que la baisse de la pression permettait à une partie des élèves de voir leur anxiété diminuer, parfois au bénéfice de leur insertion scolaire. Ceci illustre qu'à l'ins-

tar de ce qui se passe dans le monde du travail, l'équilibre des jeunes est en partie tributaire de l'organisation de l'enseignement. Le but serait de combiner au mieux les apprentissages et l'équilibre psychique des enfants et des jeunes.

Engagement citoyen

Ces constats tirés des domaines professionnel et scolaire ne sont que des exemples parmi d'autres d'une réalité beaucoup plus vaste, celle de l'intrication entre nos conditions de vie et notre santé psychique. Or, nous avons tous, à notre mesure, les moyens d'œuvrer d'une manière ou d'une autre à améliorer ces conditions d'existence, en cherchant des leviers d'action et des façons d'être et d'être ensemble, au sein de nos liens, de nos activités, de nos domaines d'intérêt, et pour certains d'entre nous au sein de nos missions professionnelles. Dès lors, ferons-nous le choix de contribuer, chacun où nous sommes, à des changements de société à visée humaine, au sens large, comme nous avons été capables d'en réaliser d'autres à visée sanitaire, au sens strict ?

A eux seuls, les professionnels de l'aide n'arriveront pas à relever ce défi de diminuer significativement, en amont de la sphère des soins, la souffrance des individus et des groupes. L'engagement de chaque citoyen et de chaque politicien est plus que jamais nécessaire pour créer ensemble des conditions d'existence plus favorables. Ceci ne se fera pas sans une forme de radicalité, en osant de nouvelles approches et des transformations en profondeur afin qu'à court, moyen et long termes, quand nous regarderons dans notre rétroviseur, nous puissions percevoir a posteriori la pandémie que nous traversons comme une crise qui aura catalysé des changements considérables, porteurs de renouveau.

Dans de nombreux lieux de soins, les intervenants en santé mentale sont déjà contraints de poser des choix quant aux patients qu'ils peuvent prendre en charge

”

« Dans de nombreux lieux de soins, les psychiatres, les pédopsychiatres, les psychologues, les assistants sociaux et autres intervenants en santé mentale sont déjà contraints de poser des choix quant aux patients qu'ils peuvent prendre en charge », avertissent les auteurs. © PIERRE-YVES THIENPONT.



ABONNÉS



A lire sur notre site, la version intégrale de cette carte blanche, avec les noms de tous les signataires.