

SISM 2023 : À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit

ZOOM SUR LE RÔLE DU MÉDECIN GÉNÉRALISTE

Quelles ressources pour repérer et accompagner la souffrance psychique des jeunes et des séniors ?

La pandémie du Covid-19 et les phases d'isolement social qui l'ont accompagné a permis de mettre en lumière les problématiques de santé mentale rencontrées par les populations jeunes et séniors.

Situés à une période charnière de développement et de risques d'apparition des troubles psychiques, les jeunes représentent une population particulièrement vulnérable et dont la santé psychique doit faire l'objet d'une attention particulière. De la même manière, les séniors qui avancent en âge sont exposés à des besoins nouveaux, qu'ils soient déjà concernés par des troubles psychiques ou bien que ceux-ci apparaissent au cours de la vie.

Au niveau du Centre Ressource Troubles Psychiques, cette vigilance passe notamment par un repérage des dispositifs et des acteurs qui interviennent auprès de ces publics pour orienter les sollicitants vers les ressources adaptées. Pour ce faire, l'enjeu de la proximité est

primordial afin de faciliter l'accès aux soins / soutiens qui existent.

Parler de santé mentale à tous les âges de la vie pose la question des espaces existants où cette parole est rendue possible. Premier acteur du soin auprès de la population, le médecin généraliste, du fait de sa connaissance des patients et de sa proximité géographique, est un observateur privilégié de la souffrance psychique.

S'il est d'abord identifié comme un professionnel du soin somatique, le médecin généraliste dispose d'outils de repérage et d'évaluation de la santé mentale et peut contribuer à rapprocher les personnes concernées d'une prise en charge psychiatrique lorsque c'est nécessaire.

À l'occasion des [Semaines d'information sur la santé mentale 2023](#), nous avons posé quelques questions sur le sujet au Dr Certain, médecin généraliste.



L'INTERVIEW DE...

DR MARIE-HÉLÈNE CERTAIN

Docteure en médecine générale – Maison de Santé Philippe Marze – Les Mureaux (78) – Fédération des CPTS

Que représentent les souffrances psychiques parmi les problématiques des patients qui consultent leur MG ? À quels niveaux du parcours en santé mentale celui-ci intervient-il ?

La souffrance psychique est très présente en soins de santé primaires : elle concerne 30 % de l'activité en médecine générale; deuxième motif de recours aux médecins généralistes, premier pour les personnes âgées de 25 à 60 ans.

La souffrance psychique peut recouvrir différents types de situation, d'origines et de causes différentes, qu'il va falloir identifier pour apporter les réponses adaptées.

Quelques situations :

- Une souffrance réactionnelle à un événement de vie : personnel, professionnel, familial
- Un trouble d'adaptation, et/ou de personnalité, entraînant une souffrance en dehors de tout facteur favorisant identifié ou évident
- Un contexte de maladies somatiques, maladies chroniques, cancer

- Des troubles d'allure somatoformes
- L'association à une maladie psychiatrique : trouble anxiodépressif léger ou modéré, pathologie psychiatrique sévère.

Le cloisonnement somatique / psychique très prégnant et historique en France entraîne sans doute un retard à un diagnostic de situation précis et global, et donc l'accès à des soins pertinents.

La posture de la médecine générale et plus largement des soins de santé primaires, à la fois dans le système de santé et dans la cité au plus proche des cadres de vie des personnes permet cette approche globale et l'organisation de réponses adaptées et graduées qui seront le plus souvent pluriprofessionnelles.

Au sein de l'écosystème de santé, la collaboration entre les acteurs du soin du quotidien, mais aussi les autres acteurs de la cité, à proximité des patients, est essentielle. Elle garantit une réponse adaptée, susceptible de limiter les difficultés d'accès aux soins et de lutter contre l'iniquité des soins, encore plus nécessaire dans un système en tension.

Comment les problématiques de santé mentale se déclinent-elles selon l'âge des patients ? À quels signaux se doit-on d'être attentifs pour repérer la fragilité psychique chez les publics jeunes et séniors ?

Pour repérer, il faut y être attentif, et privilégier cette approche globale, bio psychosociale, inhérente à la médecine générale.

Tous les âges, toutes les classes sociales sont concernés par la souffrance psychique, elle peut survenir chez chacun d'entre nous en dehors même de toute situation pathologique (deuil, événements de vie, difficultés au travail, conflits).

Une réaction exacerbée peut aussi révéler un authentique trouble psychopathologique et/ou psychiatrique. Les signes d'appel sont effectivement différents selon l'âge :

- Chez les enfants, il s'agira d'agitation, de troubles de l'attention ou des apprentissages, parfois des douleurs inexplicables (mal de ventre)

- Chez les adolescents, et les jeunes, il s'agira plutôt de conduites à risques, ou mésusage de produits, troubles du sommeil, isolement ou repli sur soi, troubles des conduites alimentaires

- Chez les adultes, conflits familiaux et difficultés au travail amènent très souvent les personnes en consultation

- Chez les personnes âgées, il s'agit plutôt d'isolement et repli sur soi, apathie, négligence, parfois des troubles somatiques.

Devant un signe d'appel, il est fondamental d'analyser la situation au fond et si besoin même de tout demander l'avis d'autres professionnels, par exemple psychologue, psychomotricienne, médecin scolaire ou du travail, infirmières et auxiliaires de vie. Lorsque c'est possible, l'avis de l'entourage peut être déterminant.

Auriez-vous une initiative, un outil ou une approche que vous souhaiteriez évoquer ?

Selon les causes identifiées, les niveaux d'intervention sont donc multiples, mais intriqués et complémentaires, en tous cas doivent être gradués :

SISM 2023 : À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit

ZOOM SUR LE RÔLE DU MÉDECIN GÉNÉRALISTE

Quelles ressources pour repérer et accompagner la souffrance psychique des jeunes et des séniors ?

– Information, prévention et promotion de la santé : les liens avec les acteurs de la cité, des collectivités et associations, sont nécessaires à une approche globale des problèmes de santé mentale

– Repérage et soins à un stade précoce, pour des pathologies débutantes (troubles d'adaptation, troubles anxio-dépressifs légers et modérés, troubles de l'usage de substances psychoactives) :

le parcours de soin ambulatoire développé par les professionnels de santé de proximité est le plus

souvent suffisant

– Avis diagnostique et thérapeutique pour les pathologies nécessitant des soins plus spécialisés ou hospitaliers (Centre hospitalier spécialisé / Centre médico-psychologique / établissement) : un parcours de soins cohérent est indispensable entre l'ambulatoire et l'hôpital ou avec les structures médicosociales ; il requiert une identification des acteurs, un carnet d'adresses territorialisé, des outils de communication.

Dans notre Maison de santé, nous déployons le dispositif SESAME qui permet au médecin généraliste l'adressage à une infirmière expérimentée en psychiatrie qui fera une évaluation globale approfondie pour aider à trouver la meilleure stratégie, et le cas échéant la meilleure orientation, sociale ou soins spécialisés.

En conclusion, avez-vous un conseil à transmettre à nos lectrices et lecteurs sur

cette thématique ?

Ne pas rester seul, parler à un professionnel du social ou de santé, pour trouver les causes et agir au bon endroit et au bon moment. Ne pas agir vite, c'est aussi laisser des situations s'enkyster et s'aggraver.

Les personnes trouveront les ressources en elle-même, notre rôle de professionnel est de les accompagner dans ce chemin...

RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES SUR LA THÉMATIQUE



▶ Intervention du Dr Certain [au colloque du Céapsy](#), sur la psychothérapie du médecin généraliste



▶ Sensibilisations du Céapsy : Cycle « GÉNÉRATIONS : bien grandir et bien vieillir psychiquement » ([informations ici](#))



▶ Découvrez le modèle [SÉSAME](#) de soins collaboratifs en santé mentale expérimenté dans les Yvelines (78).