

■ SOCIÉTÉ / PSYCHO

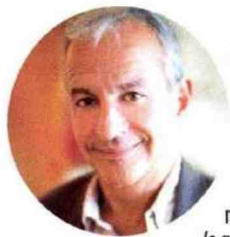
Covid-19

VERS UNE NOUVELLE VAGUE PSY?

Alors que la psychiatrie est depuis longtemps le parent pauvre de la médecine, des experts tirent la sonnette d'alarme sur l'impact psychique de la crise sanitaire.

SOPHIE VIGUIER-VINSON

Deuil, épreuve de la maladie, isolement, violences familiales, burn-out en télétravail, peur du lendemain... frappent fort. L'augmentation des états dépressifs et de l'anxiété depuis le début de l'épidémie de Covid-19, enregistrée par Santé publique France*, est sans surprise et dessine une « troisième vague » de santé mentale. Comment parer aux urgences et faire face aux effets à long terme? Des professionnels alertent sur le manque de moyens qui frappe la psychiatrie, sur les besoins urgents aux différents âges de la vie et sur les solutions pour une meilleure prise en charge des troubles psychiques.



« La crise met en évidence le manque de moyens en psychiatrie »

Serge Hefez, psychiatre et psychanalyste, auteur notamment de *Transitions, réinventer le genre* (éd. Calmann-Lévy, 2020)

« Qui ne s'est pas indigné du tri des patients de la Covid-19 l'an dernier en raison de l'engorgement du système hospitalier? Ce tri, nous le faisons tous les jours depuis longtemps en psychiatrie, en raison du manque de praticiens, en ville comme à l'hôpital, et rien ne change, malgré les signalements répétés. La crise sanitaire, à l'origine de nouveaux troubles psychiques ou de leur aggravation, rend criant le besoin de moyens pour répondre aux urgences. Chez beaucoup, elle génère fatigue, insomnies, état de sidération, angoisses, colère..., par son caractère multidimensionnel (sanitaire, social, économique, écologique). Elle souligne aussi la nature de la maladie mentale qui s'inscrit dans un *continuum*, entre l'état de bien-être et le mal-être pathologique. Tout le monde peut y basculer un jour et avoir besoin de soins spécifiques que le système de santé n'est pas en mesure d'apporter dans un délai raisonnable. »



« N'oublions pas les plus jeunes »

Marie Rose Moro, pédopsychiatre, directrice de la Maison de Solenn, coauteure notamment de *Pour le bien-être et la santé des jeunes* (éd. Odile Jacob, 2019)

« Il est urgent de prendre soin des bébés, des enfants et des adolescents victimes de la double peine que leur inflige la crise sanitaire. Ils souffrent non seulement des effets immédiats de la situation, comme en témoigne l'augmentation actuelle des cas d'urgences pédopsychiatriques, mais ils sont également impactés dans leur développement et seront pénalisés à plus long terme. Tous ne sont pas suivis aujourd'hui faute de moyens. Pour faire face à l'avenir, nous demandons la création d'un institut de santé des jeunes afin d'encourager la formation des professionnels qui s'occupent des enfants, défendre la recherche dans ce domaine et faire prendre conscience que la santé mentale des jeunes est un enjeu majeur de santé publique globale. »



« Une consultation Covid Psy est nécessaire »

Marion Leboyer, psychiatre, directrice de la fondation FondaMental et coauteure de *Psychiatrie : l'état d'urgence* (éd. Fayard, 2018)

« Si les conséquences psychiatriques de la crise sont déjà tangibles, elles sont aussi devant nous car elles s'inscrivent dans un temps long. Les femmes, les jeunes, les plus âgés isolés, les personnes précaires et/ou exposées à un trouble psychique antérieur ainsi que les ex-patients de la Covid-19 sont particulièrement à risque. Il est urgent de faciliter l'accès à

PRISCALÉ LOURMAND CALMANN-LÉVY



un suivi thérapeutique par une solide information sur les ressources et le déploiement de nouveaux dispositifs de consultation en ligne, que l'on pourrait appeler Covid Psy. On peut aussi se tourner vers les espaces d'écoute existants. Enfin, il faut encourager cette prise en charge, car nous sommes tous touchés et fragilisés par la situation. »



« **Nous vivons une crise existentielle et globale** »

Cynthia Fleury, philosophe et psychanalyste, auteure notamment de *Ci-gît l'amer : guérir le ressentiment* (éd. Gallimard, 2020)

« La situation actuelle sursollicite la santé mentale. Après l'amnésie générationnelle des grandes pandémies du passé, l'expérience du réel de la mort refait effraction dans les vies individuelles et collectives. Elle génère une anxiété maximale, renforcée par la peur de la mort économique et sociale, comme du terrorisme, par la banalisation de l'état d'exception et la mise à mal de notre sens fondamental de la sociabilité. Le prolongement de l'épidémie annonce une crise systémique qui force la conscientisation et l'expérience inévitablement anxiogène de l'effondrement dans nos corps. » ■

* « Covid-19 : une enquête pour suivre l'évolution des comportements et de la santé mentale pendant l'épidémie », 7 décembre 2020.

VIACHESLAV PERETIATKO/ADOBE STOCK - FRANCESCA MANTOVANI/EDITIONS GALLIMARD

LES SIGNES À DÉTECTER POUR BIEN RÉAGIR

Fatigue	<input type="checkbox"/>
Insomnies	<input type="checkbox"/>
Anxiété	<input type="checkbox"/>
Colère	<input type="checkbox"/>
Trouble de la concentration	<input type="checkbox"/>
Victime de violence familiale ou conjugale	<input type="checkbox"/>
Troubles du comportement alimentaire	<input type="checkbox"/>
Addiction	<input type="checkbox"/>

Vous avez coché une ou plusieurs cases ? Les troubles s'aggravent ? N'hésitez pas à demander de l'aide au médecin traitant avant de consulter éventuellement un psychiatre ou un psychologue.

VERS QUI SE TOURNER ?

► Les conseils de l'ONU

À retrouver sur :

www.un.org/fr/coronavirus/mental-health-and-wellbeing

► Des mesures en France

CovidEcoute : covidécoute.org

Téléconsultation gratuite de la Fondation FondaMental durant les confinements.

Autres espaces d'écoute et contacts sur le site de Santé publique France :

www.santepubliquefrance.fr

Annnonce de la mise en place d'une commission nationale de la psychiatrie pour accélérer la mise en place de réformes.

► Des solutions en Belgique

Informations et contacts dédiés à la santé mentale sur :

www.info-coronavirus.be. Ce site renvoie

vers la Croix-Rouge belge et des espaces d'écoute : www.tele-accueil.be ; www.preventionsuicide.be ;

ecouteviolenceconjugale.be...

