

PSYCHOLOGIE avec notre partenaire Tempo Santé

La crise inquiète les professionnels de la santé mentale

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. Où l'on parle de « vague psy »...

Deuils, épreuve de la maladie, isolement, violences familiales, burn-out en télétravail, peur des lendemains... 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. Des professionnels alertent. Même si la mise en place d'une Commission Nationale de la Psychiatrie pour accélérer la mise en place de réformes a été annoncée, les questions restent entières.

« Manque de moyens »

Serge Hefez, psychiatre et psychanalyste, notamment auteur de *Transitions, Réinventer le genre* (Calmann-Lévy 2020), s'interroge : « 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 et rien ne change. La crise rend criant le besoin de moyens pour répondre aux urgences et réformer globalement la psychiatrie. Elle génère fatigue,



Les professionnels demandent la création d'un Institut de santé des jeunes. Ils sont impactés directement par la crise et leur développement peut en être affecté. Photo AdobeStock

insomnies, état de sidération, angoisses, colère, etc., par son caractère multidimensionnel ». Et d'ajouter : « 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 basculer un jour vers celui-ci ».

« Crise existentielle »

Cynthia Fleury, philosophe et psychanalyste, notamment auteure de *Ci-gît l'amer : Guérir le ressentiment* (Gallimard, 2020), explique que la crise sur-sollicite la santé mentale. « Après l'amnésie générationnelle des grandes pandémies du passé, explique-t-elle, 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, du

terrorisme, par la banalisation de l'état d'exception et la mise à mal de notre sens fondamental de la sociabilité ».

Penser aux plus jeunes

Pour Marie-Rose Moro, pédopsychiatre, directrice de La Maison de Solenn, notamment co-auteure de *Pour le bien-être et la santé des jeunes* (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 ». Pour la pédopsychiatre, « ils souffrent non seulement des effets immédiats de la situation, comme en témoigne l'augmentation 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.

Nous demandons la création d'un Institut de Santé des Jeunes afin d'encourager la formation des professionnels qui s'occupent des enfants et défendre la recherche dans ce domaine. »

Marion Leboyer, psychiatre, directrice de la fondation Fondamentale et co-auteure de *Psychiatrie : l'état d'urgence* (Fayard, 2018), va même plus loin. Pour elle, 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 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 ».

Des symptômes et une écoute

Les signes qui doivent alerter sont les suivants : fatigue, insomnies, anxiété, colère, trouble de la concentration, troubles du comportement alimentaire ou addiction.

Dans ce cas, il ne faut pas hésiter à demander de l'aide du médecin traitant avant de consulter éventuellement un psychiatre ou un psychologue.

CovidEcoute, téléconsultation gratuite de la Fondation Fondamentale durant les confinements, peut apporter une aide. D'autres espaces d'écoute et des contacts sont sur le site de Santé Publique France.

Sophie VIGUIER-VINSON

Retrouvez cette Rubrique dans TEMPO SANTÉ en vente chez votre Marchand de Journaux ou par Abonnement

OUI, je profite de l'offre d'abonnement découverte à TEMPO SANTÉ :

1 AN - 6 numéros pour **16,90 €/an** au lieu de ~~19,20 €~~

Je joins mon règlement par :

Chèque libellé à l'ordre de L'Est Républicain

J'accepte de recevoir des offres promotionnelles de L'Est Républicain et du Groupe Bayard

VOS COORDONNÉES

Nom _____ Prénom _____

N° _____ Rue _____

Code postal _____ Ville _____

Téléphone _____

E-mail _____

Les informations demandées sont utilisées uniquement pour la livraison et la facturation de votre commande.

À compléter et à retourner avec votre règlement à : L'Est Républicain - La Boutique

Rue Théophraste Renaudot 54185 Heillecourt CEDEX - ou par téléphone au 03 83 59 08 94 (appel non surtaxé)

TEMPO Santé avec L'EST REPUBLICAIN RI Vosges mat

3,20 € Prévenir ma santé, c'est essentiel!

GYM Je veux une taille fine!

Stop aux kilos superflus
20 BONS REFLEXES
POUR RÉCUPÉRER (ET GARDER!)
SON POIDS IDÉAL

Rameur, vélo elliptique...
S'équiper sans se ruiner
+ les exercices faciles

BIEN-ÊTRE
Se soigner sans danger
avec les huiles essentielles

1 Français sur 3 concerné

ACNÉ, PSORIASIS, URTICAIRE...
RETROUVEZ UNE PEAU APAISÉE
Prévention et nouveaux traitements : ce qui marche vraiment

Consultation post-Covid :
pour qui ?

+ DE 20 EXPERTS SANTÉ À VOTRE SERVICE

L'EST REPUBLICAIN RI Vosges mat