



# Bulletin d'information pour les familles Hospitalisation en soins psychiatriques

2004, volume 1

**Vivre avec une maladie mentale peut être difficile, tant pour la personne elle-même que pour son entourage. Comment aider et soutenir la personne malade sans s'oublier? Que répondre aux enfants qui s'inquiètent, aux proches et aux amis?**

**Ce bulletin vise à répondre à certaines questions que vous pourriez vous poser lors de l'hospitalisation de votre proche.**

## **Qui prendra soin de mon proche?**

Au Centre hospitalier Pierre-Janet, nous favorisons le travail en équipe interdisciplinaire. Cette équipe est principalement formée d'un médecin psychiatre, d'une infirmière et de préposés aux bénéficiaires. En collaboration avec les membres de l'équipe, le médecin établit le diagnostic et détermine le traitement approprié. L'infirmière assure la coordination et la continuité des soins pendant toute la durée du séjour. Elle est assistée du préposé aux bénéficiaires qui intervient au niveau des activités de la vie quotidienne et pour assurer la sécurité du milieu. À cette équipe de base peuvent se greffer le travailleur social, le psychologue, l'éducateur spécialisé, l'ergothérapeute, l'éducateur physique, la pharmacienne, la technicienne en diététique et le médecin généraliste.

## **Est-ce que mon proche va guérir?**

Les nouveaux médicaments et les nouvelles thérapies améliorent les chances de contrôler les maladies mentales tout en offrant aux patients un plus grand confort. Pour certaines maladies mentales, on peut même parler de guérison. Pour d'autres, l'hospitalisation permettra de diminuer les symptômes de la maladie sans toutefois apporter une guérison complète. Le patient devra apprendre à vivre avec cette réalité.

## **Mon proche prend beaucoup de médicaments, est-ce que c'est normal?**

Généralement, une personne est admise dans un service de psychiatrie suite à une désorganisation importante. Pour permettre à l'équipe de soins d'évaluer son état, il est important de diminuer rapidement certains symptômes de la maladie. En raison de sa rapidité d'action, la médication est souvent le traitement de choix. Il n'existe pas d'autres moyens plus efficaces et aussi rapides. Ce n'est pas votre responsabilité d'évaluer la médication que prend votre proche. Il est toutefois recommandé d'indiquer au personnel les effets secondaires observés chez votre proche comme la somnolence, la sécheresse de la bouche, les mouvements involontaires de la langue, des lèvres, de la mâchoire ou des doigts, les problèmes d'élocution, le gain de poids, des problèmes d'ordre sexuel, l'arrêt des menstruations, etc. Après une certaine période d'observation et d'évaluation, l'équipe de soins sera en mesure de mieux ajuster la médication du patient. Il faut se souvenir que la médication vise à réduire les symptômes tout en maximisant la qualité de vie du proche.

## **Est-ce qu'il devra prendre des médicaments tout le temps?**

Il se peut que la personne doive prendre des médicaments sur une base régulière voire permanente. Des maladies telles que la schizophrénie, le trouble bipolaire, tout comme le diabète, exigent que la personne atteinte gère sa maladie avec une médication appropriée afin d'éviter les rechutes.

## **Est-ce que je peux obtenir de l'information sur sa maladie?**

Il existe plusieurs sources d'information sur les différentes maladies mentales dont votre bibliothèque de quartier, les sites Internet, les organismes de soutien aux familles, le CLSC de votre localité. Vous pouvez aussi obtenir de l'information auprès du personnel infirmier et médical du centre hospitalier Pierre-Janet.

## **Les enfants me posent des questions sur la maladie du proche hospitalisé, que dois-je leur répondre?**

Vous ne devez pas cacher la vérité aux enfants et il est mieux de répondre simplement à leurs questions avec des mots qu'ils comprennent sinon ils auront tendance à tirer leurs propres conclusions qui peuvent être erronées et terrifiantes. Il faut les soutenir et les aider à comprendre qu'ils ne sont pas responsables de la maladie mentale du proche. Il importe de ne pas centrer toutes vos énergies autour de la personne atteinte car cela risquerait de développer d'autres conflits au sein de la famille, comme de la jalousie fraternelle par exemple. Gardez les enfants actifs et encouragez-les à poursuivre leurs activités habituelles. Ils pourront visiter le proche à l'hôpital, une fois que la maladie sera stabilisée davantage.

## **Mon proche ne veut pas que je parle à son psychiatre. Est-ce que je peux le rencontrer quand même?**

Il est important de communiquer avec le psychiatre et l'équipe traitante pour rapporter des informations qui serviront à mieux traiter votre proche. Sachez toutefois que sans le consentement de votre proche, le psychiatre et les intervenants seront limités dans les informations qu'ils pourront vous transmettre. Expliquez à votre proche que vous pourrez plus efficacement lui venir en aide s'il accepte que vous participiez à son plan de traitement.

**Des soins professionnels et de qualité... Nos interventions visent à favoriser l'autonomie et le bien-être de la personne souffrante, dans le respect de son intégrité, de ses différences et de ses croyances.**

## **Mon proche nie son problème de santé mentale. Que puis-je faire?**

Il est difficile pour une personne d'accepter de souffrir d'une maladie mentale. Elle devra apprendre à vivre au quotidien avec cette réalité. Elle traversera différentes étapes comme la négation de la maladie, la colère, la peine et finalement l'acceptation de son état qui peut s'échelonner sur plusieurs années. Vous pouvez l'aider et la supporter en demeurant à son écoute sans jamais nier la présence de la maladie mentale.

**N.B. Le masculin est utilisé dans ce texte dans le seul but d'en alléger la forme et désigne aussi bien les femmes que les hommes.**

### **Mon proche souffre d'une maladie mentale et consomme régulièrement de la drogue. Est-ce dangereux?**

La combinaison drogue et médicament peut causer des effets secondaires néfastes. Chez les patients qui consomment régulièrement, on peut observer une augmentation des idées délirantes, de persécution et de grandeur. On peut même voir apparaître des épisodes de manie, une altération du jugement, de la dépression, une intensification de l'irritabilité, de l'agressivité et des troubles psychotiques graves, accompagnés d'hallucinations. La drogue peut diminuer et ralentir les effets curatifs recherchés par la médication psychiatrique. À la longue, la consommation de drogue peut diminuer la motivation du patient à prendre régulièrement sa médication.

### **Que puis-je faire pour aider mon proche à cesser de consommer?**

Soyez patient et ne lui faites surtout pas la morale car cela risquerait d'envenimer la relation que vous avez avec lui. La décision d'arrêter de consommer de la drogue lui appartient entièrement mais vous pouvez le supporter dans cette démarche. Dites-lui que vous devez informer le médecin et l'équipe soignante au sujet de sa consommation. Partagez les inquiétudes que vous avez concernant les risques que sa consommation peut entraîner sur son traitement. Rappelez-lui les périodes où il fonctionnait bien lorsqu'il ne consommait pas et qu'il prenait sa médication de façon régulière.

### **Mon proche est découragé et parle de suicide; que dois-je faire?**

Il est important de ne pas banaliser les menaces de suicide. Tout soupçon d'idées ou d'actions suicidaires doit être pris très au sérieux. Pour vous venir en aide, vous pouvez faire appel à la ligne d'intervention téléphonique pour les personnes en situation de crise suicidaire et leurs proches en composant le **1-866-APPELLE (277-3553) ou au Centre de crise 24/7 (595-9999)** en tout temps. Si le danger vous semble immédiat, vous faites appel au **911** et les ambulanciers, accompagnés des policiers, si nécessaire, reconduiront votre proche en crise à l'hôpital afin qu'il soit protégé contre lui-même.

### **Est-ce que je dois visiter mon proche tous les jours?**

Il n'est pas nécessaire de le visiter tous les jours. Cependant, n'oubliez pas qu'il apprécie votre présence et qu'à certains moments, il peut se sentir isolé. Nous vous suggérons de partager les visites à tour de rôle avec les membres de votre famille, les proches et les amis.

### **Lorsqu'il me téléphone, il me crie par la tête, me dit des choses blessantes et me fait continuellement des reproches; que dois-je faire?**

Bien que ce soit parfois difficile, il est important de garder son calme et de demander à votre proche d'en faire autant. N'hésitez pas à lui dire que vous allez raccrocher s'il continue de se conduire de la sorte et faites-le s'il le faut. Vous pouvez demander aux intervenants de l'hôpital de limiter les appels si le comportement de votre proche n'est pas suffisamment adéquat lorsqu'il vous contacte par téléphone.

### **Est-ce que je peux le confronter lorsqu'il dépasse les bornes?**

Oui. Identifiez clairement le comportement dérangeant sans le juger et sans le lui reprocher tout en lui indiquant le comportement souhaité. Le support d'un intervenant peut être obtenu si nécessaire.

### **Je suis épuisé et je n'ai plus d'énergie; que dois-je faire?**

L'hospitalisation de votre proche est le moment approprié pour vous reposer, pour faire le point, pour identifier vos limites et pour penser à vous.

Vous ne pouvez porter seul le fardeau de cette maladie. Il est important de vous trouver un réseau de soutien (amis, groupe d'entraide, etc.) avant que la situation ait des répercussions sur votre santé physique et mentale.

### **Je me sens isolé et personne n'est au courant que mon proche souffre d'une maladie mentale. Que puis-je faire pour remédier à la situation?**

Dépendamment de votre tempérament, vous pouvez vous confier à un ami intime ou faire appel à des services existants dans la communauté. Dans la région de l'Outaouais, **L'Apogée** (association pour parents et amis de la personne ayant un problème de santé mentale) offre des rencontres individuelles et de groupes pour les familles qui ont besoin d'écoute. En plus, l'association offre des sessions de formation aux familles leur permettant de développer de nouvelles attitudes face à la maladie mentale. Vous pouvez les contacter au **819-771-6488** ou le **1-866-358-6488**. Vous pourrez échanger avec d'autres personnes qui vivent la même situation que vous.

### **Mon proche voudrait avoir un congé en fin de semaine pour venir à la maison mais je n'ai ni la force ni l'énergie pour l'accueillir?**

Un congé à la maison devrait être planifié avec l'équipe de soins particulièrement si vous avez des inquiétudes ou des appréhensions. Vous êtes donc encouragé à en parler ouvertement avec votre proche et les membres de l'équipe traitante.

### **Est-ce que je peux décider que mon proche ne vienne plus vivre à la maison lorsqu'il obtiendra son congé ?**

Il n'est pas toujours approprié que votre proche revienne vivre à la maison. Il est parfois important qu'il puisse vivre dans la communauté afin de développer son autonomie personnelle et maintenir ses habiletés de base. Cette décision devrait être

**Plus on assume de responsabilités pour l'autre, moins on lui permet de grandir.**

**C. Pharand, L'Apogée**

soulevée avec l'équipe de soins durant le séjour de votre proche à l'hôpital afin d'explorer toutes les solutions alternatives. Malgré la maladie, le proche peut subvenir à ses besoins et il est important que la décision finale de la famille ne soit pas le fruit d'un sentiment de culpabilité mais bien une décision éclairée sur la meilleure solution possible pour tous.