

La folie. Aussi dur d'en parler que d'en guérir. Au près de médecins, de malades, de leurs proches ou d'associations, nous sommes allés à la rencontre de ceux qui au quotidien luttent contre la maladie mentale. Et parfois gagnent. L'hôpital de Digne-les-Bains est en charge de la psychiatrie dans le département. Entretien avec Isabelle Zerubia, cadre santé et Laurent Jacquemin, docteur en psychiatrie et chef de pôle.

### ■ Quelle est la caractéristique de l'hôpital de Digne-les-Bains ?

L.J. : C'est lui qui a autorité pour traiter la psychiatrie dans le département. Dans les années 70, grâce aussi à de nouveaux médicaments, la psychiatrie est ouverte sur la société et le 04 a fait partie des départements précurseurs de cette tendance. Il ne s'agissait plus d'enfermer les patients dans les hôpitaux mais de leur permettre de vivre auprès des autres. La grande majorité des personnes atteintes de troubles ne sont plus soignées à l'hôpital.

### ■ Mais des hospitalisations meurent.

Z. : En 2019, nous dénombrons 587 hospitalisations et environ 5000 personnes soignées et suivies en ambulatoire (extérieur à l'hôpital). L'unité psychiatrique compte 122 lits. Parmi les hospitalisés, il y a ceux en soins sans consentement, des gens placés à la demande de la justice, mais aussi des personnes dépressives dont on a estimé qu'elles ne peuvent rester seules.

### ■ Est-ce que le nombre de personnes hospitalisées s'accroît chez nous ?

Z. : Environ 80 cas de plus en ambulatoire par rapport à 2018, ce n'est pas si-



Le bâtiment de l'hôpital de Digne, où les personnes atteintes de maladies mentales sont hospitalisées.

/PHOTO ERIC CAMONIN

gnificatif.

L.J. : J'ignore s'il y a une hausse, mais il est certain que la précarité sociale fait le lit des pathologies psychiatriques. On fait d'ailleurs le choix d'ouvrir des structures dans les zones de précarité, chez nous : Digne, Sisteron, Manosque, Forcalquier et Riez. Des gens viennent parce que les loyers ne sont pas chers et se heurtent au manque d'emploi.

### ■ Comment soigne-t-on une personne atteinte de maladie mentale ?

L.J. : La guérison, surtout s'il s'agit d'une pathologie lourde, n'existe pas en psychiatrie. L'objectif est de permettre à la personne de retrouver l'autonomie, faire en sorte que les troubles ne gênent plus sa vie. Les mé-

dicaments sont efficaces mais peuvent aussi générer des effets secondaires (prises de poids, tremblements, troubles de la libido, sédation...).

D'où l'importance d'établir le traitement adapté qui s'accompagne d'une activité thérapeutique. Groupes de parole, activités de socialisation... Une personne schizophrène va suivre des ateliers de la vie quotidienne, faire un menu, ranger son espace. Une personne névrosée va apprendre la relaxation. À celles qui délirent et disent par exemple qu'elles ont entendu des Mar-tiens, on les ramène à la réalité sans entrer dans leur jeu : "As-tu pris ton petit-déjeuner?". Au près de ces personnes, les soignants sont des ambassadeurs de la réalité. Ils apprennent aux patients à trouver leurs solutions

personnelles, car il n'y a pas de solution générale.

### ■ Pourquoi associe-t-on souvent la maladie mentale au danger ?

L.J. : Pour une personne qui délire, ses propos ne sont pas un mensonge, mais la réalité. Pour les autres, c'est une transgression. Être confronté à quelqu'un qui vit dans une autre réalité est agaçant. Il y a bien moins d'agressions chez les personnes atteintes de maladies mentales qu'au sein du reste de la société, mais quand cela arrive, la différence est qu'elles sont incompri-ses. Un maltrat qui blesse quelqu'un c'est normal, mais une personne qui déclare que des voix lui ont dit de faire ça c'est choquant. Et du coup, très médiatisé.

## Les proches ont un sentiment de perte de l'être aimé

Avec l'arrivée de nouveaux médicaments dans les années 60, les personnes atteintes de maladies mentales sont sorties des hôpitaux. Presque aussitôt, l'Unafam (Union nationale des amis et familles de personnes avec troubles psychiques) voyait le jour afin que les familles puissent faire face en se regroupant. L'association dispose d'une délégation dans les Alpes-de-Haute-Provence basée à Forcalquier. Celle-ci compte actuellement 62 adhérents. "Quand une maladie mentale c'est un cataclysme pour la famille", indique Muriel Rochas, déléguée 04.

Schizophrénie, bipolarité, troubles "borderline"... qui bien souvent s'accompagnent de conduites addictives (alcool, drogues), les proches sont dépassés. "Il y a la honte. La personne ne va plus aller travailler, avoir des attitudes gênantes dans la rue, ne plus se laver... Les familles ne vont pas oser en parler. Souffrir d'isolement."

Muriel sait de quoi elle parle, un des ses proches qui menait une vie normale est devenu schizophrène du jour au lendemain à la suite d'un burn-out. Une personne atteinte de cette maladie souffre de perceptions différentes. Elle peut entendre des voix ou voir des gens qui n'existent pas. "Le pire pour un proche est le sentiment d'avoir en partie perdu l'être aimé. On n'arrive plus à parler avec lui, l'Unafam soutient les familles. "Une des solutions est déjà de se regrouper, de pouvoir parler de ce problème avec d'autres. Ensuite il faut apprendre à communiquer avec son parent. Cela peut se faire sur le terrain ou par le suivi d'une formation."

→ Unafam : ☎ 07 67 18 66 88