

Avant la sortie d'hospitalisation :

Demandez à être prévenu le plus tôt possible de la date de sortie et à rencontrer l'équipe soignante pour être informé de la meilleure façon d'accompagner votre proche : dates des prochains rendez-vous, surveillance du traitement et des effets secondaires éventuels, soins de réhabilitation psycho-sociale, programme de soins (dans le cas du maintien de soins sans consentement en ambulatoire), etc.

FACILITER LA COMMUNICATION

- ▶ Prendre rendez-vous
- ▶ Préparer votre entretien. Vous pouvez rencontrer un bénévole de l'Unafam pour vous aider
- ▶ S'exprimer brièvement et ne relater que des faits
- ▶ Parler de ses difficultés d'aidant et des retentissements sur la famille et l'environnement
- ▶ Ne pas hésiter à poser les questions qui vous préoccupent
- ▶ Valoriser les qualités et compétences de la personne et ne pas évoquer uniquement ses troubles
- ▶ Éviter les critiques et les reproches qui empêchent le dialogue

EXEMPLES DE QUESTIONS À POSER À L'ÉQUIPE

- ▶ Comment accompagner mon proche ?
- ▶ Comment faire part des signes qui m'inquiètent et des difficultés de la vie de la famille, des frères et sœurs du proche malade ?
- ▶ A qui s'adresser s'il ne va pas à ses rendez-vous ? S'il ne prend pas son traitement ? Si les troubles du sommeil sont importants ?
- ▶ Est-il possible de prévoir :
 - un "plan de crise conjoint" de type "mon GPS – Guide Prévention et Soins" <https://www.psychom.org/agir/la-defense-des-droits/kit-mon-gps/>
 - un programme de réhabilitation psycho-sociale

EN CAS DE DIFFICULTÉS

Si vous rencontrez des difficultés concernant la prise en charge de votre proche, joignez votre délégation départementale Unafam qui pourra :

- ▶ vous aider dans la relation avec l'établissement
- ▶ savoir quelles sont les démarches à faire
- ▶ comment rencontrer une assistante sociale
- ▶ comment contacter le représentant des usagers de l'établissement
- ▶ comment déposer une réclamation ou une plainte qui peut être suivie d'une médiation
- ▶ ...et si aucune solution ne peut être trouvée, vous guider dans les instances de recours

Demandez à l'Unafam le dépliant "La place des familles dans les soins psychiatriques : droits et conseils"

COMMENT COMMUNIQUER AVEC L'ÉQUIPE DE PSYCHIATRIE

Votre proche vient d'être pris en charge pour des soins psychiatriques. L'existence d'un trouble psychique chez un proche est souvent un moment de détresse pour l'entourage.

Le soin est une co-construction patient médecin entourage où chacun va avoir un rôle et où on doit pouvoir compter les uns sur les autres.

C'est l'alliance thérapeutique. L'objectif de ce dépliant est de vous aider à mieux vous rapprocher de l'équipe de soins.

REJOIGNEZ L'UNAFAM

ET RETROUVEZ LA FORCE D'AVANCER

LE SOIN EN PSYCHIATRIE S'INSCRIT DANS LA DURÉE

Dans un premier temps, l'équipe médicale n'est souvent pas en mesure de poser un diagnostic précis, ni de prévoir l'évolution. Mais elle informera les proches des modalités de la prise en charge et du rôle de la famille dans l'accompagnement. Les soins se dérouleront par étapes en fonction de l'évolution des troubles.

L'ALLIANCE THERAPEUTIQUE

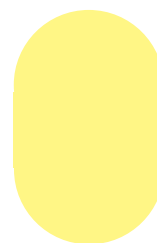
L'alliance thérapeutique est un processus qui se construit avec le temps, dans laquelle le patient, l'équipe médicale et l'entourage s'engagent pour accompagner la personne sur le chemin du rétablissement. Elle se construit sur un lien incluant confiance, respect, bienveillance.

Même si le secret médical empêche la diffusion de certaines informations, il n'est pas un frein à l'alliance. Le secret médical s'impose à tous les soignants, ce qui ne doit pas empêcher des échanges avec l'entourage.

Il est possible que le médecin refuse de recevoir la famille seule pour protéger son lien de confiance avec le patient, mais il vous recevra avec votre proche.

Si votre proche vous a désigné comme personne de confiance, vous pouvez plus facilement être associé à certains entretiens et décisions. <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32748>

Si votre proche ne veut pas que vous ayez des contacts avec l'équipe de soins, vous ne pouvez que respecter sa décision. En attendant que les soignants puissent travailler ce refus, faites savoir à l'équipe le rôle que vous jouez auprès de lui en dehors des soins, et que vous êtes prêt à vous impliquer dans une alliance thérapeutique.



COMMENT PRENDRE CONTACT ?

La plupart des soins se font en ambulatoire c'est-à-dire en dehors de l'hospitalisation.

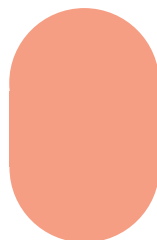
Lors des contacts avec l'équipe du CMP (centre médico psychologique) : Le médecin reçoit la personne concernée seule la plupart du temps mais peut aussi associer la famille à certains rendez-vous. Si vous n'êtes pas sollicités, vous pouvez signaler votre présence et vous informer sur les possibilités de joindre et de rencontrer le psychiatre ou un infirmier pour exprimer vos observations, inquiétudes, et répercussions familiales. Vous pouvez toujours écrire, envoyer un mail.

En cas d'hospitalisation, renseignez-vous pour connaître le nom des référents infirmier et médecin. Notez les numéros de poste. Demandez quand vous pourrez les rencontrer. Donnez vos disponibilités pour un rendez-vous.

Demandez à qui vous pouvez téléphoner pour avoir des nouvelles ; quels sont les horaires possibles ; s'il est possible de joindre votre proche au téléphone ; s'il pourra vous contacter et à partir de quel moment.

Renseignez-vous sur les horaires et les possibilités de visites à l'hôpital.

Demandez ce que vous pouvez apporter à la personne hospitalisée.



CONNAÎTRE LES MODALITÉS DE L'HOSPITALISATION EN PSYCHIATRIE

La majorité des hospitalisations en psychiatrie se font avec l'accord du patient, en hospitalisation libre.

Dans certaines circonstances l'entourage peut demander des soins si l'état de la personne le nécessite et ne lui permet pas d'y consentir.

La personne sera hospitalisée sans consentement si le médecin constate cette nécessité. La loi a prévu que l'entourage puisse signer une demande de soins, mais ce n'est pas l'entourage qui décide d'une hospitalisation. Cela reste une décision médicale en fonction de l'état du patient tout comme la sortie qui ne dépend pas de la demande de l'entourage.

La loi impose que le juge des libertés et de la détention vérifie que la procédure est bien respectée. La personne qui signe la demande de soins sera informée de l'audience devant le juge qui se tient dans les douze premiers jours.

Si vous avez signé une demande de soins sans consentement, vous devez être informé de la levée de la mesure et de toute modification de la modalité de l'hospitalisation.

Pour en savoir plus vous, rendez-vous sur le site de l'Unafam : <https://www.unafam.org/troubles-et-handicap-psy/soins-et-rehabilitation/organisation-de-la-psychiatrie>

