



BILAN DE LA CAMPAGNE 2022 RELATIONS PRESSE

France - Suisse - Belgique - Québec

Avril 2022

the desk
Communication d'influence



1. Rappel des dispositifs RP de l'édition 2022

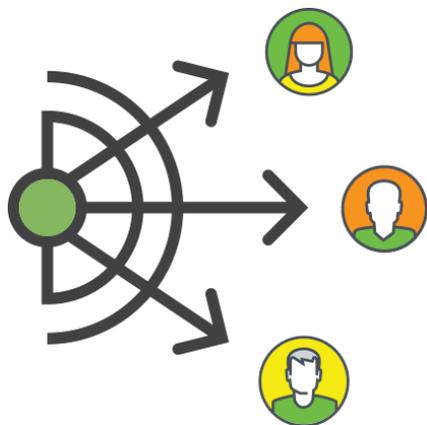
1. Détails du plan d'actions Relations Presse France – Suisse – Belgique – Québec

L'édition 2022 des Journées de la Schizophrénie a été mise en avant auprès des médias français, suisses, belges et québécois avec un **CP générique articulé autour de 4 grands leviers RP** :

- ➔ **Tout se joue (ou presque) avant 25 ans** : il est primordial de pouvoir détectiez la maladie dès le début de l'âge adulte pour multiplier par 4 les chances d'un rétablissement social dans les 2 ans.
- ➔ Pour cela, valorisation de **l'outil de détection précoce** de la psychose chez les moins de 25 ans
- ➔ Et notamment, **déjouer les dangers de l'auto-diagnostic observés sur les Réseaux Sociaux**.
- ➔ Rétablir la vérité autour de cette maladie complexe et stigmatisée par les principaux concernés : **Campagne SchizOdyssey**



Actualisation et qualification des fichiers de contacts :



Cibles médias : **Print, Web, Radio et TV**

Domaines médias : **grand public généralistes** (Actu), **grand public thématiques** (Santé, Société, Féminins) et **professionnels** (Santé, Communication)

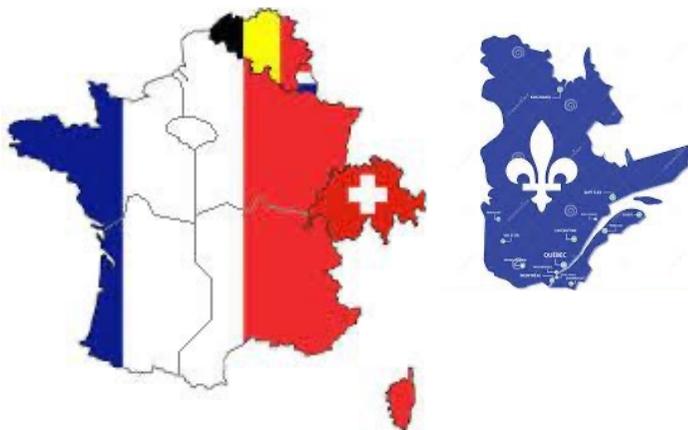
Spécialités journalistes : **Santé & Recherche médicale / Société / Actualités**

2 385 contacts pour la France

529 contacts pour la Suisse

564 contacts pour la Belgique

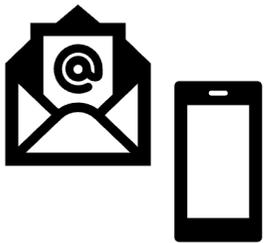
322 contacts pour le Québec



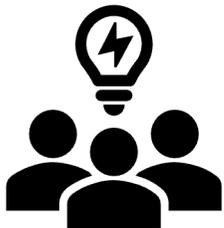
Diffusion du communiqué France via 3 vagues d'e-mailing global :

- 1ère diffusion : **17/02/2022** (J-1 mois)
- 2ème diffusion : **08/03/2022** (sortie de vacances scolaires)
- 3ème diffusion : **14/03/2022** (J-5)

Pour la Belgique et la Suisse a été diffusé le 8 mars et pour le Québec le 14 mars.



Approches personnalisées auprès d'un « cœur de cible » (médias prioritaires) :
+ de 500 relances personnalisées par téléphone, SMS et mail.



Traitement et suivi des demandes d'infos et d'interviews multiples :
30 demandes pour la France,
10 demandes pour la Suisse,
8 demandes pour la Belgique



2. Constats relatifs à la campagne RP 2022

Constats relatifs à la campagne RP 2022

Une belle campagne RP en dépit d'un contexte d'actualité très largement centré sur la guerre en Ukraine (début du conflit le 24 février à J+J de l'envoi du CP).

Si les journalistes Santé n'étaient pas concernés par le sujet, reste que leurs parts de voix ont été considérablement réduites dans les médias d'actualités (Radio & TV en éditions spéciales, PQN avec l'Ukraine/La Russie en fil rouge pendant plusieurs semaines). Les journalistes Société ont quant eux été rapidement mobilisés au sein de leurs rédactions pour couvrir les multiples angles autour du conflit.

3 leviers ont très bien fonctionné auprès des médias :

► N°1 : **Encore et toujours le duo gagnant qui permet d'incarner le sujet** : l'expert médical (psychiatre ou psychologue) et le témoignage patient.

► N°2 : **Un phénomène de société** : les dérives des réseaux sociaux en matière de santé mentale décryptées par des experts psychiatres.

► N°3 : **L'outil de détection précoce** : clair et bien expliqué qui suscite l'intérêt des journalistes permet d'aborder plus simplement et plus clairement.



3. Chiffres clés de la campagne RP 2022

Scorings de la couverture médias de la Campagne 2022

UN TOTAL DE 123 RETOMBÉES MÉDIAS (*versus 118 en 2021*)



88 RETOMBÉES MÉDIAS FRANCE

1 dépêche d'agence
5 sujets Radio
3 sujets TV
25 retombées en
presse écrite
54 retombées Web



17 RETOMBÉES MÉDIAS SUISSE

1 dépêche ATS
2 sujets TV
4 sujets Radio
10 retombées Web



14 RETOMBÉES MÉDIAS BELGIQUE

1 dépêche d'agence
13 retombées Web



4 RETOMBÉES MÉDIAS QUÉBEC

4 retombées Web

Scorings de la couverture Médias de la Campagne 2022

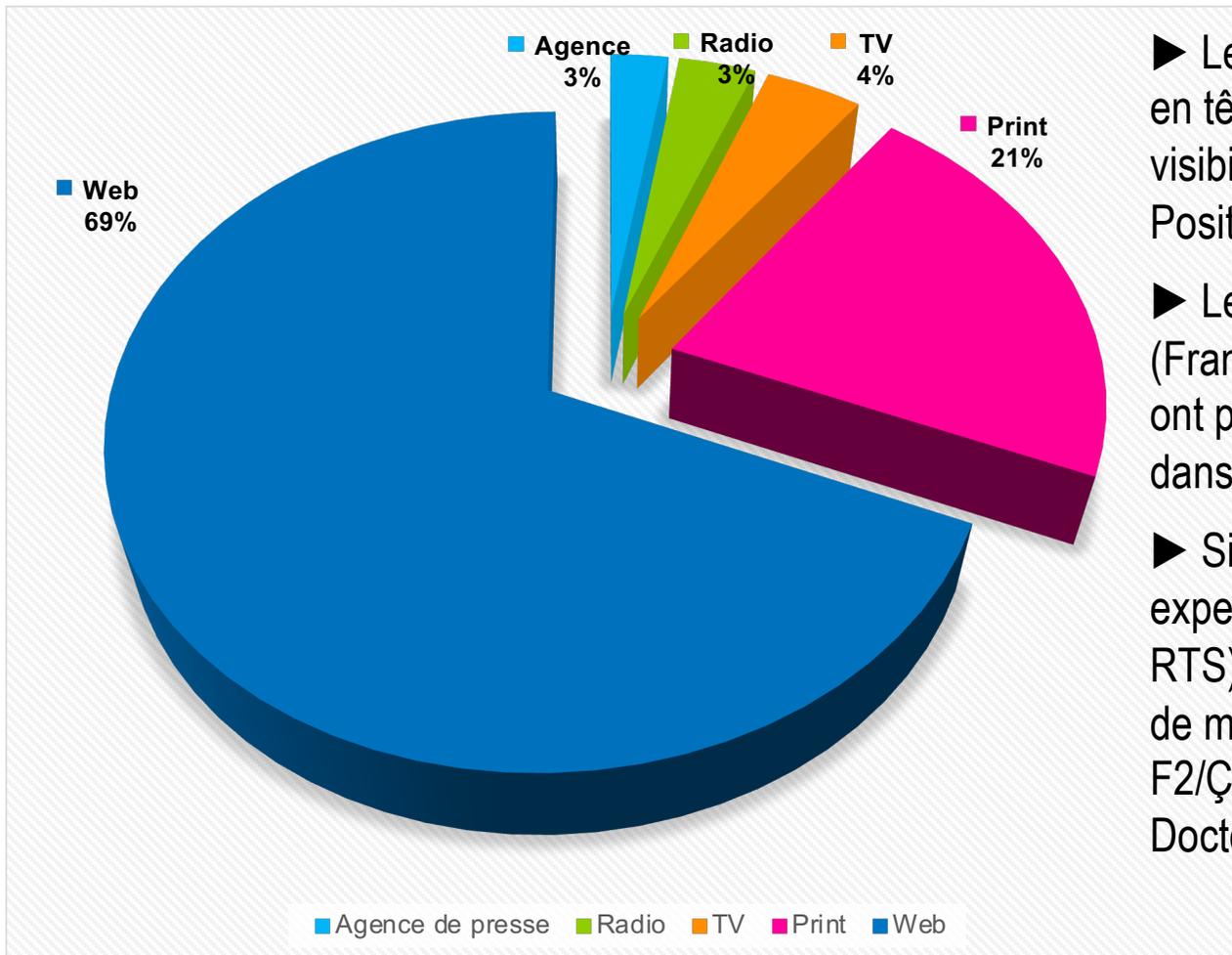
DONT 57 INTERVIEWS RÉALISÉES DANS LE CADRE DE CETTE CAMPAGNE

- 35 interviews pour la France
- 12 interviews pour la Suisse
- 10 interviews pour la Belgique

**POUR, UNE AUDIENCE CUMULÉE DE PRÈS DE 315 791 936 PERSONNES TOUCHÉES
ET UNE ÉQUIVALENCE PUBLICITAIRE DE 675 000€***

**Calcul effectué uniquement pour les retombées FRANCE. Les informations pour les autres pays ne sont pas disponibles.*

Répartition des retombées par type de médias



► Les **retombées Web** (69%) arrivent logiquement en tête. Elles ont l'avantage de pérenniser la visibilité et donc la notoriété des JDS et de PositiveMindors

► Les 3 **dépêches d'agences** - Destination Santé (France), Belga News (Belgique) et ATS (Suisse) - ont permis de générer des dizaines de reprises dans la **Presse écrite** et Web.

► Si la **Radio** a surtout permis de valoriser des experts médicaux (Europe1, Podcast 20MINUTES, RTS), **la TV et les plateformes vidéos** ont permis de mettre en avant la parole des patients (M6 et F2/Ça commence aujourd'hui ; Dr Good, Pourquoi Docteur ? ; RTL-TVI ; Paris Match Belgique).



4. Le « meilleur » des retombées médias

« Best of » de la couverture médias – FRANCE



Santé mentale et réseaux sociaux : de faux amis ?

Si les réseaux ont levé des tabous, ils ont augmenté les risques d'automédication et de fausses représentations, selon des psychiatres et des associations.

Les réseaux sociaux ont, indéniablement, contribué à libérer la parole sur la santé mentale. Dans la foulée de stars révélant leurs difficultés (la dépression de Selena Gomez ou de Storme, la bipolarité de Kanye West), faire part de ses troubles mentaux est devenu viral pour nombre d'influenceurs.

Le collectif Positive Minders, qui coordonne les Journées de la schizophrénie (du 19 au 26 mars), s'inquiète des effets chez les adolescents : « On peut craindre un phénomène d'attraction malsaine, entretenu auprès de milliers de jeunes déjà psychologiquement vulnérables. »

« Des influenceurs discutent de pathologies dont ils ne souffrent pas forcément eux-mêmes, note le psychiatre Thomas Cantaloup. Il n'y a pas forcément de mauvaises intentions. Et s'exprimer est une thérapie.

Mais les commentaires devraient être au minimum modérés pour éviter les dérives.

Épidémie de TDI

À vrai dire, la schizophrénie, qui reste un trouble mental particulièrement stigmatisé, n'est pas la plus revendiquée. « On expose souvent des maladies rares, concernant peu de personnes, parce qu'elles excitent la curiosité. »

Ainsi, il semble y avoir une épidémie de troubles dissociatifs de l'identité (TDI) parmi les influenceurs de YouTube ou TikTok, à l'image d'Olympe (185 000 followers) ou The Peculiar Club (76 000 abonnés) qui font partie des chaînes YouTube « santé mentale » les plus populaires de France.

Pour le psychiatre Christophe Debiens (du CHU de Lille), « les témoignages, c'est génial. C'est un des leviers de la désigmatisation. Mais attention aux risques d'auto-

diagnostics. Le risque est que tout le monde se trouve quelque chose. Si on a des signes de troubles mentaux, il faut aller voir un médecin. »

Les deux médecins reconnaissent que les experts et les associations ont dû mal à occuper l'espace des réseaux sociaux de manière raisonnable et raisonnée », initiative encore rare pour les Journées de la schizophrénie. Positive Minders propose de poster sur Facebook, Instagram et TikTok, des témoignages vidéo d'une minute sous le hashtag #Pysstory. Ils seront en suite rassemblés (et filmés ?) sur les sites schizo360.com et (pour les troubles bipolaires) bipo360.com.

Philippe RICHARD.



Schizophrénie : quels sont les signes précurseurs ?



12 | DOSSIER SANTE

Quand la crise d'adolescence cache le risque de psychose

Certains changements de comportement peuvent annoncer un épisode psychotique aigu et méritent une consultation médicale.

SCIENCE
Le lien entre la crise d'adolescence et le risque de psychose est complexe. Les symptômes de la crise d'adolescence peuvent être très similaires à ceux d'une psychose, ce qui rend difficile le diagnostic. Cependant, les changements de comportement peuvent être un signe avant-coureur d'une psychose.

LE SOCIAL
Le lien social est un facteur de risque important. Les adolescents qui ont des difficultés à établir des relations sociales sont plus à risque de développer une psychose.

MEMOIRE ET CONCENTRATION
Les troubles de la mémoire et de la concentration peuvent être un signe de psychose.

HYGIENE
Les troubles de l'hygiène personnelle peuvent être un signe de psychose.

ALCOOL ET AGITATION
L'abus d'alcool et l'agitation peuvent être des signes de psychose.

SOLITUDE
La solitude peut être un facteur de risque de psychose.

10 SIGNES D'ALERTE
Il est important de surveiller certains signes d'alerte qui peuvent indiquer une psychose imminente.

85% des psychoses débutent avant 25 ans

60% des adolescents souffrent de troubles mentaux

DE L'AIDE POUR LES FAMILLES AUSSI

Les familles jouent un rôle crucial dans le soutien de leur adolescent. Il est important de leur offrir de l'aide et des ressources pour faire face à la situation.

Si la crise psychotique survient, la prise en charge précoce est indispensable

Des thérapies pour prendre du recul sur les pensées délirantes

Il est crucial de consulter un professionnel de santé dès l'apparition de symptômes. Une prise en charge précoce peut améliorer les résultats et réduire les risques de récurrence.

Les thérapies disponibles incluent des médicaments, une thérapie cognitive-comportementale (TCC) et un soutien psychosocial. Ces approches aident à gérer les symptômes et à améliorer la qualité de vie.

« Best of » de la couverture médias – FRANCE



Schizophrénie, trouble de la personnalité multiple : quelles différences ?

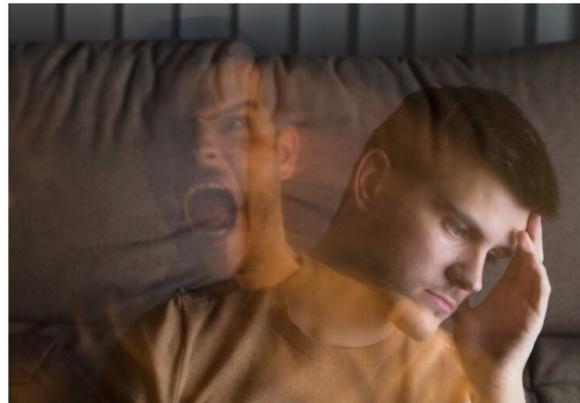
Beaucoup d'idées reçues circulent autour de ces deux maladies psychiatriques. Pourtant, elles sont bien distinctes. La schizophrénie touche plus de 600 000 personnes en France. Plus rare, le trouble de la personnalité multiple, qu'on appelle aujourd'hui trouble dissociatif de l'identité, reste controversé et mal connu des psychiatres et psychologues, d'où des difficultés à le diagnostiquer.



Dans le langage commun, le mot «schizophrène» est souvent utilisé pour désigner une personne aux multiples visages dotée d'une **double personnalité**. Une idée reçue assez éloignée de la réalité. La **schizophrénie** est une maladie psychiatrique bien définie qui touche 0,7 % de la population française, soit plus de 600 000 personnes. On la confond souvent avec une entité beaucoup plus rare : le trouble de la personnalité multiple, aujourd'hui appelé trouble dissociatif de l'identité (TDI). Qu'en est-il vraiment ?

Schizophrénie : les symptômes à reconnaître chez les moins de 25 ans

Repérer précocement les signes de la schizophrénie, notamment chez les jeunes de moins de 25 ans, pour une prise en charge rapide et efficace : c'est l'enjeu soulevé cette année par l'association Positive Minders, à l'origine des Journées de la schizophrénie qui se déroulent cette semaine.



« Best of » de la couverture médias – FRANCE



Enfin, une campagne qui déstigmatise la schizophrénie. Par Positive Minders

Inclusif, positif, et un brin décalé. Le spot réalisé par *Positive Minders* pour en finir avec la stigmatisation de la schizophrénie par le commun des mortels donne la parole à un jeune adulte qui explique pourquoi il est accro à son téléphone portable... Drôle.



Ce n'est ni pour sa puissance, ni pour sa caméra, ce n'est pas pour une question d'autonomie, ou de design, ou pour le confort... « En fait si je suis tout le temps sur mon téléphone c'est parce que je gère mes symptômes sans me faire remarquer. Je suis schizophrène. Quand je réponds à mes voix, je n'ai pas l'air bizarre ». La baseline « Exemples un jour, héroïques toujours » vient alors clore ce témoignage plein d'humour et de sensibilité...

Les Echos

SANTÉ MENTALE / Au cœur de cette maladie se trouve une altération de la signalisation d'un neurotransmetteur, la dopamine. Entre autres pistes, l'étude des membranes des neurones pourrait permettre de mieux comprendre les soubassements biologiques de la pathologie.

Schizophrénie : la recherche progresse

Yann Verdo
@verdoyam

Dans le sillage de la Journée mondiale de la schizophrénie, qui tombe ce samedi 19 mars, un nouveau site Internet va voir le jour : dès le 22 mars, les jeunes comme leurs parents pourront trouver sur santepsejeunes.fr toutes les informations et ressources qui leur seront utiles pour mieux faire face à une maladie encore si méconnue du grand public. Une initiative qui répond à un double besoin, selon la spécialiste de la schizophrénie Marie-Odile Krebs, Professeure de psychiatrie à l'université de Paris et directrice d'une équipe de recherche à l'Institut de psychiatrie et neurosciences de Paris, elle coordonne le projet de recherche hospitalo-universitaire PsyCARE qui a financé la création du site.

D'abord, la nécessité—encore et toujours—

de tordre le cou à certaines idées reçues et aux clichés. Non, la schizophrénie n'a rien à voir avec un quelconque « dédoublement de la personnalité », même si certains de ses symptômes sont qualifiés de « dissociatifs » (ceux correspondant à une désorganisation de la pensée et des paroles). Non, les schizophrènes ne sont pas, dans leur immense majorité, dangereux pour la société ; mais ils le sont malheureusement pour eux-mêmes : environ la moitié des personnes qui en sont affectées font au moins une tentative de suicide au cours de leur vie...

Mais surtout, le site santepsejeunes.fr a été conçu pour apprendre aux jeunes et à leur entourage à reconnaître les premiers symptômes par lesquels peut éventuellement se manifester une schizophrénie, afin de les encourager, en cas de comportement jugé inquiétant, à consulter le plus tôt possible un psychiatre. Il y a une bonne raison à

cela. Comme le diabète, que précède une longue phase de prédiabète, la schizophrénie, en effet, n'est pas une maladie d'apparition brutale, se traduisant d'emblée par les symptômes les plus spectaculaires et distinctifs (ceux que les spécialistes qualifient de « positifs », tels que les idées délirantes ou les hallucinations visuelles et/ou auditives).

Un « faisceau de marqueurs » Elle débute au contraire par des symptômes atténués, souvent peu spécifiques : isolement social, baisse des résultats scolaires, irritation... Or, insiste Marie-Odile Krebs, « plus la maladie est prise tôt, plus les chances sont grandes de parvenir à la juguler grâce à un traitement adéquat et d'obtenir une récupération fonctionnelle intégrale ou quasi ». Au contraire, plus on la laisse s'installer, plus les quatre antipsychotiques de seconde génération classiquement prescrits en pre-



« Minute Papillon ! » : Alerte sur l'auto-diagnostic des maladies mentales sur les réseaux sociaux



PODCAST - Dans « Minute Papillon ! », Jasmina Mallet, médecin psychiatre de l'Assistance publique-Hôpitaux de Paris et chercheuse, alerte sur la tendance de l'auto-diagnostic des troubles mentaux sur les réseaux sociaux. [https://podcasts.20minutes.fr/v1/embed/cal72ba48cf894901fecbf8595733d618967e40.js?c_aaync=1&v1=getElementsByTagName\('script'\)](https://podcasts.20minutes.fr/v1/embed/cal72ba48cf894901fecbf8595733d618967e40.js?c_aaync=1&v1=getElementsByTagName('script'))



« Best of » de la couverture médias – FRANCE



Schizophrénie : les signes qui doivent alerter

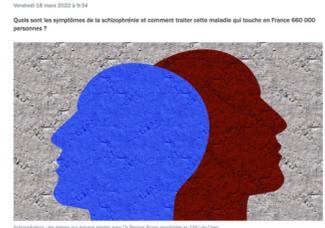


Schizophrénie : Un outil de sensibilisation et une campagne

À l'occasion de la 15^e édition des Journées de la schizophrénie, organisées du 19 au 26 mars 2022, l'association Positive Minders lancera, le 22 mars prochain, le site : <http://www.santepsyjeunes.fr/>

Destiné au grand public et aux professionnels de santé, celui-ci se présentera comme un nouvel outil de repérage informatisé à destination des jeunes, des proches et des professionnels de première ligne. Objectif : identifier plus facilement et plus tôt les troubles psychiatriques chez les jeunes, puis faciliter leur orientation, sans délai, vers des spécialistes adaptés.

En parallèle, l'association lancera sa campagne « schizOdyssey ». Basée sur de nombreux témoignages, elle encouragera la libération de la parole en partenariat avec de nombreuses organisations. Un spot vidéo sera notamment diffusé à la télévision, dans les cinémas et sur les réseaux sociaux. Plus d'infos sur : <https://schizinfo.com/>



C'est quoi la schizophrénie ?

La schizophrénie est une maladie mentale méconnue et stigmatisée qui touche 600 000 personnes en France. Elle se caractérise par des hallucinations auditives et visuelles, des idées délirantes, et/ou des propos incohérents, mais également par des symptômes tels que la dépression et des troubles cognitifs. Les premiers signes de schizophrénie se manifestent entre 15 et 25 ans : 80% des nouveaux cas sont diagnostiqués dans cette tranche d'âge.

Clé Expert avec Dr Perrine BRAZD psychiatre au CHU de Caen.

Un outil pour faciliter la détection précoce

L'objectif est de clarifier les signes qui doivent inciter à une détection précoce. Dès qu'un diagnostic est posé, une intervention précoce est mise en place sans hospitalisation. Son objectif est de maintenir les liens sociaux, de réduire les troubles cognitifs et d'éviter le glissement de la maladie grâce à un suivi personnalisé. Dans de nombreuses recherches, ce type de dispositif a montré son efficacité, en multipliant par quatre les chances de maintien de l'insertion ou dans une autre forme de soutien. La détection précoce et l'intervention précoce sont toutes deux réalisées par des centres spécialisés.



Schizophrénie : initier les Français au repérage, ça change tout...

Paris, le mercredi 23 mars 2022 - Depuis 2004, l'association Positive Minders, qui s'est faite pour objectiver et sensibiliser le grand public à la schizophrénie et de faciliter l'accès précoce aux soins organise les Journées de la schizophrénie, qui se tiennent cette année du 19 au 26 mars. Cet événement est également soutenu par le réseau transition et la fondation Fondamental.

Cette année, l'accent est mis sur « les signes qui doivent alerter » dans un contexte de dégradation de l'état mental de la population liée à la crise sanitaire.

Pour ces Journées de 2022, Positive Minders attire ainsi « l'attention sur la nécessité d'une détection et d'un accompagnement précoce et multidisciplinaire ». Pour cela, elle a conçu un outil, afin de donner aux proches, professeurs, médecine généraliste, etc « les clés pour agir précoçement ». Ce dispositif vise également à répondre à une tendance récente : certains contenus sur les réseaux sociaux incitent les jeunes à s'autodiagnostiquer et à se soigner par eux-mêmes.

L'association rappelle qu'on évalue le temps d'errance diagnostique entre deux et quatre ans. Or cette errance est synonyme de difficultés accrues dans la quête d'un « parcours » le plus classique possible.



psychologies

Témoignage : « Je suis schizophrène »

24 mars 2022 à 15:13
Par **Delphine Blanchard**



[VIDÉO] La schizophrénie est une maladie de longue durée affectant la vie quotidienne des malades. Elle est souvent diagnostiquée jeune. C'est le cas de Nicolas, brancardier. Témoignage.

« Best of » de la couverture médias – SUISSE



JOURNÉES DE LA SCHIZOPHRÉNIE

Se soigner via les réseaux sociaux, la pratique inquiète

Les jeunes qui souffrent de troubles mentaux s'informent de plus en plus sur les plateformes. Certains spécialistes suisses mettent en garde.

par Leila Hussein



En Suisse, 1% de la population souffre de schizophrénie, une maladie du cerveau caractérisée par des hallucinations et une perte de contact avec la réalité. Getty Images/Stockphoto

«Avec la crise du Covid, les échanges sur les réseaux sociaux au sujet de la santé se sont intensifiés», constate Yasser Khazaal, médecin chef du Service de médecine des addictions du Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV). Loin d'aborder uniquement le virus, la parole s'est aussi libérée autour des troubles psychiatriques. «Depuis un an, il y a un nombre impressionnant de témoignages. Certains cumulent des millions de vues», détaille Jean-Christophe Leroy, directeur de l'association vaudoise [PositivMinders](#) qui a pour but de déstigmatiser les maladies psychiques, comme la [schizophrénie](#).

LE TEMPS

PRÉVENTION

Prendre la schizophrénie de vitesse

Idées noires, rituels étranges et isolement social sont des signes qui devraient pousser les jeunes à consulter, afin de vérifier s'ils ne souffrent pas de schizophrénie, maladie qui touche environ 1% de la population. Car plus le diagnostic est précoce, meilleures sont les chances de guérison.



Lorsque la détection est précoce, environ 60% des jeunes atteints de schizophrénie se rétablissent en deux ans (image d'illustration). — ©

Marie Maurisse

Publié mercredi 23 mars 2022 à 16:03
Modifié mercredi 23 mars 2022 à 18:08



Jules Brischoux se souvient bien de ses 18 ans. Cette année-là, alors qu'il était au gymnase, il s'est mis à manquer de concentration, perdre le goût d'étudier et s'éloigner de ses proches. Quelque temps plus tard, il vivait sa première crise psychotique. Le diagnostic de la schizophrénie a été posé assez vite par son médecin. «Je ne connaissais pas cette maladie, se souvient ce Jurassien. Mais pour ma famille, cela a été ravageur.» Il a fallu se faire suivre, gérer son traitement médicamenteux, participer à des groupes de parole...

« Best of » de la couverture médias – SUISSE



En Suisse, une personne sur 100 est touchée par la schizophrénie

En Suisse, une personne sur 100 est touchée par la schizophrénie, 65% des troubles psychotiques se déclarent entre 15 et 25 ans, et en moyenne les jeunes sont diagnostiqués 2 à 4 ans après l'apparition des premiers troubles. En cause, la peur de la maladie ou son déni. Du 19 au 26 mars, les Journées de la schizophrénie mettent l'accent sur l'identification précoce des psychoses.

Vincent Bonnard, médecin psychiatre et chef de clinique du Programme TIPP (traitement et intervention précoce dans les troubles psychotiques) du CHUV, répond aux questions de Johanna Colange.

- ☑ Programme TIPP (traitement et intervention précoce dans les troubles psychotiques)
- ☑ L'application PsyQuiz sur iOS
- ☑ L'application PsyQuiz sur Android
- ☑ La web TV PSY'2022: plongée au cœur de la prévention, de l'intervention précoce et du rétablissement des jeunes
- ☑ SCHIZINFO, toute l'Info des Journées de la Schizophrénie
- ☑ PositiveMinders: l'histoire de David, 38 ans

Partager Copier le lien



Un outil pour détecter plus tôt les cas de schizophrénie

Cette maladie mentale n'est souvent diagnostiquée que deux à quatre ans après les premiers signes. L'association Positive Minders souhaite agir pour une intervention précoce.

Publié 17/03/2023, 14h18

Partager Copier le lien



La schizophrénie se manifeste généralement au début de l'âge adulte (photo d'illustration).



Dans les dossiers : déstigmatiser la schizophrénie

Jusqu'à samedi se tiennent les Journées de la schizophrénie, l'occasion de casser les stéréotypes autour de cette maladie qui touche environ 85'000 en Suisse.



La schizophrénie, une maladie qui gagne à être connue

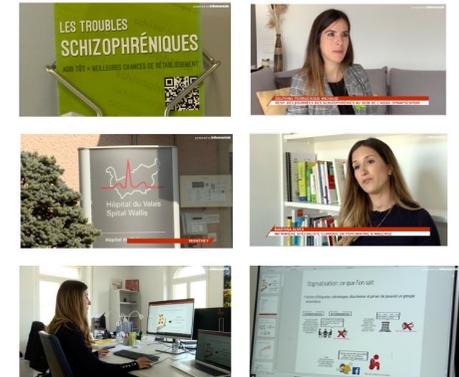
Les journées consacrées à cette maladie se tiennent dès samedi. Plusieurs facteurs peuvent la provoquer et l'actualité liée au coronavirus et au conflit ukrainien peut accentuer le risque de crise.



Une semaine pour parler de la schizophrénie

27 mars 2023

C'est une maladie qui souffre encore de nombreux clichés. La schizophrénie, qui touche 1% de la population. Elle est cette semaine au centre d'un événement, les Journées de la schizophrénie, qui entendent informer le public, le sensibiliser et soutenir les personnes concernées. En Valais, c'est l'association Synapsepro qui les organise.



« Best of » de la couverture médias – BELGIQUE



La pandémie a levé le tabou des troubles mentaux, mais gare à l'auto-diagnostic

SOCIÉTÉ

« Je ne serai jamais guéri de ma schizophrénie »

SANTÉ

À l'occasion des Journées de la schizophrénie, Jean-Philippe nous livre son témoignage sur la maladie avec laquelle il a appris à vivre.

Jean-Philippe s'exprime parfois aussi dans les écoles, où il met en garde les jeunes sur le cannabis, qui a probablement joué un rôle déclencheur dans la maladie. « J'ai fumé pour la première fois à l'âge de 13 ans, jusqu'à 23 ans. J'étais devenu un gros fumeur. 5 à 6 cigarettes par jour. Je dis aux jeunes d'essayer d'arrêter... Je ne suis pas leur père ni leur mère, mais fumer du cannabis n'est pas anodin. »

Sa 1^{re} crise vers 20 ans
 « Ma crise, c'était une hallucination liée à l'église, se souvient Jean-Philippe. C'est tellement réel que même si on vous prouve par A + B que ce n'est pas vrai, cela reste tangible. C'est comme une sorte de rêve éveillé, une montée qui ne redescend plus pendant un an. »

La vie a fait reculer Jean-Philippe en 2006, « j'ai diminué mon traitement sans le dire à mon médecin parce que ça m'empêchait de travailler comme je voulais. Puis mon grand frère est décédé dans un accident de voiture. J'ai tenu le coup, le temps que

la famille s'en sorte. Puis j'ai craqué, et c'est revenu. »

Jean-Philippe sait qu'il y a un pas de guérison à l'horizon. « C'est une sorte de rémission, on essaie d'être de mieux en mieux. » Cette grande sagesse, ce côté posé de Jean-Philippe, l'aide à suivre son traitement, même si ce lui pèse. « J'ai toujours été en ordre dans mes papiers, et ça m'a empêché de tomber dans la pauvreté, comme d'autres malades. J'en ai croisé un à Liège, j'étais malade, qui demandait de la nourriture aux gens. Quand on est malade, on reçoit 500 €, on ne se rend pas toujours compte que si on dépense tout, on ne pourra plus manger. »

Cette sagesse est selon lui aussi dictée par la peur. « Je me souviens très bien de mes délirés, et ça me fait peur. J'ai tourné autour d'empêcher pendant une demi-heure, sans avoir la force de quitter. J'ai peur de ne pas avoir la force de surmonter ça si ça devait recommencer. »

Un couple, une famille
 Aujourd'hui, Jean-Philippe a une compagne, qu'il a rencontrée lors de son travail au service social. « J'ai parlé d'elle à un poste, je me demandais comment lui parler de ma maladie. Il m'a répondu : "Dis-lui après, quand elle sera amoureuse de toi." Mais ça ne me semblait pas correct. Ma psychiatre m'a conseillé de lui dire tout de suite et c'est ce que j'ai fait. »

La jeune femme a répondu :



Fumer du cannabis n'est pas anodin. Jean-Philippe l'apparition de ses crises à sa consommation.

Diagnostiquer la schizophrénie tôt pour aider le jeune à se construire

Les Journées de la schizophrénie (du 19 au 26 mars) mettent cette année l'accent sur la prévention, soulignant que 85 % des psychoses déboulent avant 25 ans et que 60 % des jeunes souffrant de psychoses se rétablissent socialement en deux ans grâce à une intervention précoce.

Le problème du diagnostic
 Le Dr Deschietre, responsable des urgences psychiatriques aux cliniques universitaires Saint-Luc, explique que la première difficulté pour le diagnostic, c'est que régulièrement la personne ne se rend pas compte qu'elle est malade. « Puisque ça altère l'organe cérébral, il y a une perte de la capacité de distinguer ce qui est lui aux autres et ce qui est lié à soi. Cette absence partielle de conscience morbide est une des caractéristiques de la maladie mentale. »

Une autre grande difficulté, c'est qu'avant de penser à une hypothèse psychiatrique, il faut exclure d'autres causes. « Il faut faire des examens biologiques et radiologiques pour être sûr qu'il n'y a pas de maladie neurologique, une tumeur cérébrale ou une encéphalopathie qui pourrait expliquer des symptômes plus ou moins équivalents. »

C'est pour ces raisons qu'une dizaine d'années se passent entre l'apparition des symptômes et l'annonce d'une hypothèse diagnostique qui évoque la schizophrénie, selon le spécialiste. « Or les années entre 25 et 30 ans sont cruciales pour la construction de l'identité de la personne : les études, la vie sociale, amoureuse... en réduisant la période de latence, on peut améliorer le pronostic de la maladie. »

Que se passe-t-il quand on est schizophrène ?
 Le problème biologique de la personne schizophrène n'est pas toujours le même : « Cela peut être soit une hyperactivité au niveau de la dopamine, dans des circuits cérébraux, soit une hypo-activité. C'est donc essentiellement une approche au niveau d'un neurotransmetteur, mais on sait aujourd'hui que c'est beaucoup plus complexe : il y a d'autres facteurs qui sont interrogés au niveau des récepteurs gaba, glutamate (NMDA : d'autres neurotransmetteurs), et de la façon dont le cerveau est constitué au niveau de ses différentes aires cérébrales. Dans les années à venir, on attendra des éléments plus précis pour définir différents types de schizophrénie. »

Difficile compliance
 De nombreux patients ont du mal à suivre leur traitement à la lettre. « Tout d'abord, parce que la personne ne reconnaît pas la maladie. Pour elle, c'est le monde qui va mal, ou elle se sent oppressée quand elle souffre de schizophrénie paranoïde. »

Ensuite, un patient qui va mieux a tendance à vouloir arrêter le traitement, « comme quelqu'un atteint de broncho-pneumonie qui arrête les antibiotiques avant la fin de la boîte. Il y a un risque de rechute dans les mois ou les années qui suivent, selon le Dr Deschietre. »

Mais certains ne rechutent pas. « Il conseille aux patients des traitements par injection, tous les 15 jours, une fois par mois ou tous les 3 mois. C'est moins contraignant qu'un médicament quotidien. Puis il y a ceux qui n'en suivent plus à cause des effets secondaires : prise de poids, troubles métaboliques, et enfin des troubles pseudo-parkinsoniens (difficultés pour se mouvoir, tremblements, dyskinesie orofaciale). C'est pourquoi en tant que psychiatre, il autorise parfois des patients à diminuer ou à arrêter le traitement, sous contrôle. AS.

ANN SANDRONT 1

« Best of » de la couverture médias – BELGIQUE



L "La nuit, j'entendais une voix qui criait 'Crève !'": Ou l'enfer de la schizophrénie

Dans 85 % des cas, les psychoses apparaissent avant l'âge de 25 ans, mettant des jeunes en réel danger. Des discours décomplexés sur les maladies psychiatriques, qui circulent sur les réseaux sociaux, inquiètent. D'où la nécessité de rétablir la vérité.



@Shutterstock



Journées de la schizophrénie : de l'importance de comprendre la maladie



SANTÉ Ce 26 mars marque le dernier jour de la semaine de la schizophrénie. Encore trop méconnue et souvent en proie aux idées reçues, cette maladie chronique concerne toutefois plus de 100 000 personnes en Belgique. Mais cette stigmatisation entraîne des retards de diagnostic. Rencontre avec Sophie Tambour, psychiatre en région Liégeoise.

La schizophrénie est une maladie chronique appartenant à la famille des psychoses qui touche 1% de la population mondiale. Affectant le cerveau, elle engendre le plus souvent une perte de contact avec la réalité et provoque des manifestations qualifiées d'errance : hallucinations, idées délirantes, comportement désorganisé, mais aussi des symptômes dits « négatifs » tels que le repli sur soi, le manque de motivation ou encore la difficulté à communiquer. De par ces symptômes complexes et le manque de connaissances sur la maladie, les personnes schizoéphréniques, souvent associées à des idées dangereuses et imprévisibles, souffrent également de ces préjugés et du rejet social qui en découle. Cette réalité constitue un obstacle majeur au mécanisme de prise en charge et par conséquent au bon rétablissement des patients.

Sophie Tambour est psychologue dans le service Ecotone de la province de Liège, un programme de prise en charge des personnes qui présentent un premier état de décompensation psychotique. Elle a accepté de nous en dire plus sur cette maladie qu'elle côtoie chaque jour, afin de déconstruire ces idées reçues.

Un diagnostic complexe

Les premiers signes de psychotose se manifestent généralement entre 15 et 25 ans, dans la période charnière entre l'adolescence et l'âge adulte. Mais il faut toutefois bien distinguer les signes psychotiques de la schizophrénie. « La schizophrénie ne concerne qu'une partie des jeunes qui présentent à l'origine un épisode psychotique », explique Sophie Tambour. Un épisode psychotique peut donc ne se présenter qu'une fois au cours d'une vie, sans pour autant être précurseur d'une pathologie.

Selon la psychiatre, un épisode de crise psychotique se manifeste par des symptômes de l'ordre de la déconcentration, comme des idées délirantes non fondées sur du concret. Pour être reconnu comme personne schizoéphrénique, il faut être sujet à des crises psychotiques multiples sur une période déterminée, et présenter une mauvaise réadaptation entre ces crises.

Il est très complexe de prévenir l'arrivée d'une première crise. « C'est toute la difficulté de la chose, car les premiers signes, on ne peut les identifier qu'à posteriori ». Le décrochage scolaire, la consommation de drogues, la méfiance ou un changement d'attitude plus global sont des comportements précurseurs d'un premier épisode psychotique. Mais tous ces éléments se confondent facilement avec d'autres maladies, ou sont simplement assimilés à la crise d'adolescence. « La question est donc de savoir si on intervient quand on identifie quelque chose, car il y a toujours le risque que ce soit un faux positif. On va peut-être dire à un gamin en décrochage qu'il est en train de basculer vers la psychotose alors que c'est faux », ajoute la psychiatre.



Merci !

thedesk
Communication d'influence

131 AVENUE DE MALAKOFF
75 016 PARIS

Contacts :

Stéphanie Kanoui
P : 06 11 66 00 50
E : stephanie@agencethedesk.com

Aurélie Bois
P : 06 87 26 27 68
E : aurelie@agencethedesk.com