



**Une prise en charge efficace et rapide d'un premier épisode de psychose est cruciale. Le Programme Navigate propose un accompagnement et un suivi professionnel complet pour assurer le rétablissement et l'avenir des patients.**

Vivre un premier épisode psychotique est très éprouvant pour les patients et leurs proches. Ils se retrouvent confrontés à la maladie, mais aussi projetés dans des systèmes de santé et administratifs complexes. Familles et patients doivent cependant réagir rapidement et faciliter la mise place d'une stratégie thérapeutique efficace. Navigate, programme en 4 étapes à la carte, a été conçu dans cette optique.

1. Une prescription personnalisée favorise l'adaptation de la personne au traitement, dont la nature et les doses sont soigneusement évaluées pour viser une amélioration, tout en limitant les effets secondaires.
2. Un programme éducatif d'une douzaine de sessions forme la famille à cerner la psychose et les soins, afin que les proches deviennent des alliés face à la maladie.
3. Au cours de séances de psychothérapies hebdomadaires, le patient travaille sur sa motivation afin de renforcer sa combativité, d'améliorer son mode de vie, par exemple, ses comportements alimentaires.
4. Une dernière étape accompagne le patient pour qu'il trouve les formations qui lui permettront de s'épanouir, aussi bien dans un cadre professionnel que de loisirs.



## COMMENT BÉNÉFICIER DES RÉSULTATS DE CETTE RECHERCHE?

Si ce programme n'est pas encore disponible en France, les professionnels de la santé mentale rassemblent leur force pour faire évoluer la prise en charge des psychoses débutantes. Certains centres ont déjà mis en place des procédures adaptées, tels le Centre de liaison et d'intervention précoce à Nancy, le Centre d'intervention précoce pour psychose à Dijon ou l'unité mobile à Saint-Etienne.

- [http://www.ch-lachartreuse-dijon-cotedor.fr/wp-content/uploads/2016/03/Guide\\_CIPP\\_2016.pdf](http://www.ch-lachartreuse-dijon-cotedor.fr/wp-content/uploads/2016/03/Guide_CIPP_2016.pdf)
- <https://observatoire.unafam.org/2019/02/20/clip-nancy/>
- <https://www.institutdepsychiatrie.org/uploads/media/IDPSY/0001/01/a0d7778727cdb019945a72311ec1fc92c97a09e7.pdf>

## COMMENT LA RECHERCHE A-T-ELLE ÉTÉ TESTÉE?

Une étude a inclus 404 personnes âgées entre 15 et 40 ans. Toutes avaient vécu un premier épisode de psychose depuis moins de 6 mois. Certaines pouvaient être traitées avec des antipsychotiques. Une moitié a suivi Navigate, alors que l'autre a reçu une prise en charge classique. Après deux ans d'évaluation, les sujets accompagnés éprouvent une meilleure qualité de vie et une meilleure réinsertion.



### POUR COMPRENDRE

#### **Effets secondaires:**

*réactions indésirables provoquées par la prise d'un médicament. On en distingue trois types : les latéraux, les toxiques et les indésirables. Les premiers sont inévitables et apparaissent à des doses normales ; les deuxièmes viennent d'une surconsommation ; les troisièmes sont imprévisibles et dépendent de notre propre biologie.*

#### **Motivation:**

*désire de s'engager dans des activités pour atteindre un but ou des objectifs bien définis. Cela implique la capacité à anticiper le plaisir d'un résultat désiré et équilibre l'effort pour parvenir à ce résultat.*



### POUR EN SAVOIR PLUS

- <https://navigateconsultants.org>

Le Programme Navigate a été mis sur pied à l'initiative de l'Institut national de la santé mentale aux États-Unis, où il a déjà été mis en œuvre par sa coordinatrice Susan Gingrich dans 14 États. Pour ce programme, elle a collaboré avec les Dres Shirley Glynn et Piper Meyer-Kalos, toutes deux psychologues.

**SE RÉTABLIR DE LA SCHIZOPHRÉNIE N'EST PLUS UNE FICTION**

*Cette fiche a été vulgarisée par Amélie Wegener, puis relue et validée.*