

<https://sante.lefigaro.fr/article/sante-mentale-une-urgence-qui-nous-concerne-tous/>

Santé mentale: une urgence qui nous concerne tous!

Par Didier Meillerand | Mis à jour le 31/05/2019 à 14:46 / Publié le 31/05/2019 à 05:00



AVIS D'EXPERT - Selon Didier Meillerand, fondateur de l'association Psychodon, les hôpitaux psychiatriques manquent de ressources pour soigner les 12 millions de Français touchés par un trouble psychiatrique.

Peur, tabou, repli, déni... Voilà le champ lexical actuel sur la maladie psychique. Et tant que nous en resterons là, il incarnera une réalité biaisée, stigmatisante, blessante. La maladie psychique représente un défi majeur pour notre société. Les chiffres sont là, suffisamment alarmants pour qu'on ne détourne plus les yeux: selon l'OMS, les troubles de la santé mentale (dépression, bipolarité, anxiété, addictions, schizophrénie...) touchent une personne sur cinq dans le monde, et la dépression sera la deuxième cause de maladie et d'arrêts de travail en 2020.

Dans l'Hexagone, 12 millions de Français sont aujourd'hui touchés par un trouble psychique. On estime également que 1 personne sur 5 sera atteinte un jour d'une maladie psychique en France. Le «traitement» de la maladie mentale pèse par ailleurs très lourd, 113 milliards d'euros par an. Il s'agit du premier poste de dépenses sociales de notre pays.

Avec de tels indicateurs, et même si nos pouvoirs publics semblent vouloir davantage prendre le sujet à bras-le-corps, comment se fait-il qu'il n'y ait pas de réelle prise de conscience collective? Car qui ne connaît pas quelqu'un ayant souffert d'un burn-out, vivant une dépression, touché par des [troubles bipolaires](#) ou [troubles schizophréniques](#)? Aujourd'hui, de près ou de loin, tout le monde est concerné! Il faut donc cesser d'avoir peur, dépasser les idées reçues et stéréotypes pour enfin changer le regard sur la santé psychique.

Le «traitement» de la maladie mentale pèse par ailleurs très lourd, 113 milliards d'euros par an. Il s'agit du premier poste de dépenses sociales de notre pays.

Familles épuisées

NON, la personne touchée par la maladie psychique n'est pas «mauvaise par nature» comme on l'entend couramment. NON, elle n'est pas non plus un malade mental qui met le feu. NON, la dépression n'est pas la faiblesse de quelqu'un qui «ferait bien de se secouer un peu». NON, les troubles psychiques ne sont pas une fatalité! Il s'agit de maladies que l'on peut prévenir, soigner et accompagner pour permettre à ceux qui sont touchés de mieux vivre et de réussir une intégration sociale et professionnelle.

Les familles l'expriment régulièrement: elles sont épuisées et ne peuvent plus pallier le manque de ressources des hôpitaux psychiatriques. Les personnels soignants sont à bout de souffle et sursollicités vu l'ampleur des troubles psychiques dans notre société. La dérive ambulatoire n'est pas une solution: les personnes malades rentrent chez eux avec des médicaments, et ensuite? Comment font les proches?

Des moyens pour la recherche

À ce tableau dramatique s'ajoute le manque criant de moyens alloués à la recherche sur ces pathologies psychiques: seulement 3 % du budget national de la recherche leur est dédié. Avec les enjeux que l'on sait désormais, c'est à peine croyable. Certains de nos voisins européens, comme la Finlande, nous donnent une leçon de réalisme, en y consacrant 10 % de leur budget.

En plus des moyens supplémentaires qu'il est plus que jamais nécessaire de consacrer à la recherche pour améliorer la compréhension et le traitement de ces pathologies complexes, l'accompagnement des malades et des aidants familiaux, des soignants, partout en France, mais aussi la prévention, doivent aussi être une priorité.

Sensibiliser le plus grand nombre, les rassembler autour de cette cause des maladies psychiques, collecter des dons: c'est tout l'enjeu du Psychodon (psychodon.org), événement qui se tiendra le 12 juin à l'Olympia en présence d'artistes comme Yannick Noah, parrain de cette édition, Gringe, Chimène Badi, Oldelaf, Les Fatals Picards, Didier Gustin... La soirée accueillera également des entreprises et les acteurs de terrain: Fondation de France, Fondation FondaMental, Fondation Pierre Deniker, Fondation Falret, Unafam, les entreprises Sisley et Vivendi... qui agissent au quotidien, que ce soit sur le terrain de la recherche, du soin ou de l'accompagnement.

Nous devons suivre la voie montrée par le Téléthon ou le Sidaction, deux initiatives formidables qui chaque année redonnent de l'espoir et de la dignité à des millions de personnes et leur famille. Avec pour seul mot d'ordre désormais: STOP au tabou sur la maladie psychique et place à la mobilisation citoyenne pour vivre AVEC la maladie psychique de nos proches, de nos amis!