



Mood Disorders Society of Canada
Société pour les troubles de l'humeur du Canada

www.mooddisorderscanada.ca | www.troubleshumeur.ca

Le trouble de stress post-traumatique (TSPT) nous concerne tous

Venir en aide aux Canadiens atteints de trouble de stress post-traumatique

6 août 2014

Phil Upshall
Directeur général national
Société pour les troubles de l'humeur du Canada

Résumé et introduction

« La maladie mentale a des conséquences considérables sur nos vies à tous. Elle est présente dans nos familles, dans nos milieux de travail, dans nos rues. Elle coûte des milliards de dollars à notre économie et une douleur indicible à notre société. C'est un problème de santé publique majeur à l'échelle nationale. » [traduction]

Le très honorable Stephen Harper, 31 août 2007

La maladie mentale est l'un des problèmes de santé les plus courants et les plus délétères : selon les estimations, dix pour cent des Canadiens connaîtront une dépression majeure durant leur vie. Les stigmates et la discrimination associés à la maladie mentale représentent des obstacles au traitement à la fois profonds et nocifs de nos jours.

La Société pour les troubles de l'humeur du Canada (la Société) est un organisme national de bienfaisance en santé, sans but lucratif et composé de bénévoles qui veillent à faire entendre la voix des consommateurs, des familles et des aidants naturels à l'égard des enjeux liés à la santé mentale et à la maladie mentale, et notamment en ce qui concerne la dépression, la bipolarité et d'autres troubles de l'humeur.

Notre Société a été créée officiellement et constituée en société en 2001. Notre objectif général est de faire valoir le point de vue des personnes atteintes de troubles de l'humeur avec vigueur et cohésion à l'échelle nationale dans le but d'améliorer l'accès au traitement, d'alimenter la recherche et d'influencer les programmes et les politiques du gouvernement afin d'améliorer la qualité de vie de ces personnes.

Le trouble de stress post-traumatique (TSPT) est un problème de santé mentale majeur au Canada. Les conséquences du TSPT en tant que maladie mentale concernent tous les segments de la société – des militaires actifs aux anciens combattants en passant par les policiers et d'autres premiers intervenants et jusqu'aux victimes d'accidents graves, de blessures liées au sport (comme les commotions cérébrales) et de diverses formes de mauvais traitements et d'intimidation. Dans chaque cas, les familles, les aidants naturels, les fournisseurs de soins de santé, les réseaux de soutien et l'économie canadienne subissent les conséquences du TSPT. Et, presque à chaque fois, la dépression – qui est la maladie mentale la plus courante – est un état comorbide ou associé.

Notre mémoire renvoie sans équivoque à la priorité du gouvernement du Canada invitant à « [s]outenir les familles et aider les Canadiens vulnérables en mettant l'accent sur la santé, l'éducation et la formation ».

C'est à titre de partenaire avéré et de confiance du gouvernement du Canada lorsqu'il est question d'aider les Canadiens souffrant de maladie mentale que la Société pour les troubles de l'humeur du Canada recommande que le budget fédéral de 2015 lui réserve un montant de 10 millions de dollars pour alléger le fardeau et réduire les conséquences du TSPT pour ceux qui en sont victimes, pour les familles et les aidants naturels et pour le système de santé dans son ensemble.

Ces fonds permettront de financer les initiatives suivantes :

1. Créer une banque de données nationale sur le TSPT, qui permettra de faire progresser le traitement et la formation grâce à des statistiques, des renseignements et des résultats de recherche à jour et diffusés auprès de tous ceux qu'intéresse la maladie mentale.
2. Mieux sensibiliser les médecins de famille, les autres fournisseurs de soins de santé, les organismes voués à la maladie mentale et les familles et aidants naturels au TSPT.
3. Améliorer considérablement la disponibilité de soutien par les pairs et par des ressources psychologiques et élaborer des trousseaux d'information et d'autres documents à l'intention des médecins de famille et des familles.
4. Approfondir la recherche pour mieux comprendre le TSPT et l'état comorbide qui l'accompagne le plus souvent, à savoir la dépression, et pour élaborer des pratiques optimales d'intervention précoce pour le diagnostic et le traitement de ce trouble.

Le leadership de la Société en matière de TSPT

Depuis notre partenariat avec l'Agence de la santé publique du Canada pour produire le premier rapport du gouvernement du Canada sur la maladie mentale en 2002, puis un second en 2006, nous sommes à l'avant-garde de l'élaboration de documents de recherche qui ont transformé la façon dont on aborde les enjeux de la santé mentale dans notre société et dans notre système de soins de santé. Nous avons pris d'autres initiatives, de concert avec des protagonistes de premier plan :

- Élaborer des mesures de prévention du suicide, de concert avec des partenaires importants.
- Élaborer des documents de sensibilisation importants en matière de santé mentale (notamment à l'égard des stigmates qui y sont associés), qui sont largement utilisés par l'Association médicale canadienne, des médecins, des infirmières et d'autres fournisseurs de soins de santé dans tout le Canada.
- Créer un « réseau de champions » composé de Canadiens éminents, de responsables politiques et de figures connues pour sensibiliser la population aux enjeux de la santé mentale.
- Créer des liens avec les collectivités des Premières Nations, des Inuits et des Métis du Canada.
- Créer un réseau de centres de recherche (les « carrefours pour la dépression » du RCRID) de concert avec la Commission de la santé mentale, l'Institut de recherche en

santé mentale de l'Université d'Ottawa et des établissements d'enseignement de tout le Canada.

- Ouvrir un cours de formation médicale continue sur le TSPT, conçu pour sensibiliser 77 000 médecins de famille au TSPT (diagnostic et traitement). Ce cours, qui est construit et évalué, est désormais offert aux médecins de famille du Canada et agréé par le Collège des médecins de famille du Canada et par le Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada.
- Nous avons organisé une table ronde réunissant des personnes très influentes, dont certaines sont atteintes du TSPT, des familles, des aidants naturels, des députés et des spécialistes du TSPT et nous avons produit un rapport qui continue d'alimenter l'analyse des enjeux associés à ce trouble.
- Nous avons créé des partenariats avec toutes sortes de protagonistes s'intéressant à la santé mentale au Canada, aux États-Unis et en Europe.
- Nous offrons de la formation en soutien par les pairs, dirigée par d'ex-policiers qui connaissent le TSPT et qui en ont souffert.
- Les stigmates associés à ce trouble sont un obstacle majeur pour ses victimes lorsqu'elles essaient d'obtenir des services en santé mentale. Outre le cours de formation médicale sur les stigmates du TSPT élaboré de concert avec la Commission de la santé mentale du Canada, notre campagne nationale intitulée « L'éléphant dans la pièce » a pu être diffusée dans des centaines d'écoles, de milieux de travail et d'établissements publics du Canada, ainsi qu'en Grande-Bretagne et en Irlande.
- Nous avons élaboré et nous gérons la campagne nationale « Surmontez la dépression » de concert avec diverses organisations et des organismes communautaires voués à la santé mentale.

En termes simples, notre réseau et l'expérience que nous avons acquise font de notre Société l'organisation idéale pour diriger un projet touchant les Canadiens de tous horizons. Nous avons le savoir et le savoir-faire pour obtenir des résultats et contribuer à l'allègement du fardeau que le TSPT (comme la dépression et le suicide) fait peser sur les Canadiens d'un océan à l'autre.

Des avantages pour tous les Canadiens

Le TSPT concerne toutes les familles canadiennes. On dispose de quelques statistiques (celles, par exemple, du ministère de la Défense et du ministère des Affaires des anciens combattants), mais il n'existe pas de banque de données générale sur le sujet. Comme la question touche les Canadiens de tous horizons, voilà l'occasion d'élargir notre savoir pour mieux aider ceux qui sont atteints de TSPT.

Comme il n'y a pas de statistiques nationales, les médias s'intéressent plutôt à la situation de nos militaires et de nos anciens combattants sans se rendre compte que l'incidence du TSPT dans l'armée ne semble pas être très supérieure à son incidence dans la population générale. Nous savons que les policiers, les premiers intervenants et les collectivités autochtones sont

aussi touchés par ce trouble. Nous savons également qu'il fait des victimes parmi les Canadiens qui se trouvent mêlés à bien d'autres types d'événements traumatisants.

On sait très bien que plus l'intervention est précoce, plus le diagnostic et le traitement seront fructueux et moins il y aura de répercussions sur le système de santé et sur l'économie en général.

Par ailleurs, le suicide est un problème important au Canada. Le diagnostic et le traitement précoces du TSPT permettraient de réduire considérablement les taux de suicide au pays.

En sensibilisant plus largement la population au TSPT et plus particulièrement aux efforts déployés par le MDN, AACC et Affaires autochtones pour régler ces problèmes, on aidera les Canadiens à obtenir les soins dont ils ont besoin quand ils en ont besoin. Autrement dit, des données de meilleure qualité, un accès plus facile à ces données et une consolidation de la formation et des modes de traitement seraient très avantageux pour les Canadiens, pour le système de santé dans son ensemble et pour l'économie en général.

Un partenariat pancanadien pour aider les personnes atteintes de TSPT

L'un des atouts qui expliquent notre leadership en matière de TSPT est le solide réseau de protagonistes que nous avons réussi à attirer pour continuer d'améliorer la formation et les modes de traitement des Canadiens atteints de TSPT. Comme ces problèmes touchent des Canadiens de tous horizons, un partenariat pancanadien est le meilleur moyen de garantir qu'on continuera à faire des progrès. Nous poursuivons notre travail avec nos partenaires, mais il est important de reconnaître que tout le monde profiterait du soutien durable du gouvernement du Canada. Cela prouverait clairement que nous devons tous collaborer pour continuer de progresser. Ces partenaires gouvernementaux et non gouvernementaux sont nombreux. En voici quelques-uns :

- La Commission sur la santé mentale du Canada.
- L'Association médicale canadienne.
- L'Association des infirmières et infirmiers du Canada.
- Le Réseau canadien de recherche et intervention sur la dépression.
- Le ministère de la Défense nationale.
- Affaires des anciens combattants Canada.
- Santé Canada et l'Agence de la santé publique du Canada.
- Le Collège des médecins de famille du Canada.
- Le Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada.
- L'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale.
- Les organismes voués à la santé mentale et les fournisseurs de services en santé mentale à l'échelle provinciale, régionale et locale.

Conclusion

Comme l'a déclaré le premier ministre Harper, la santé mentale est un enjeu fondamental de la santé publique, dont les coûts sont très réels pour notre système de santé et notre économie, sans parler des coûts assumés par les intéressés eux-mêmes. Le Canada est considéré comme un chef de file en matière de santé mentale dans le monde, et les mesures prises à l'égard de tous les enjeux qui y sont associés ont obtenu le soutien politique dont on avait besoin depuis très longtemps.

Nous avons fait du chemin, mais il y a encore à faire, notamment à l'égard de la prévention du suicide, du diagnostic et du traitement de la dépression, et du diagnostic et du traitement du TSPT.

Les médias ont tendance à s'intéresser exclusivement à certains segments de la population (les anciens combattants, les premiers intervenants en cas d'urgence, etc.) et à négliger la souffrance des Canadiens ordinaires que sont nos familles, nos voisins, nos amis et nos collègues.

Un engagement renouvelé dans le cadre du budget de 2015 à l'égard des Canadiens souffrant de TSPT permettrait de relancer le leadership du Canada et de veiller à ce que l'on continue de faire des progrès dans le traitement des intéressés et la formation des familles et des aidants naturels comme de ceux sur qui nous comptons dans le système de santé pour aider nos proches à se porter mieux.

Les avantages pour le système de santé comme pour l'économie sont évidents. Le gouvernement fédéral continue de placer le Canada en position favorable à long terme, mais il doit prendre acte du rôle de ses partenaires et collaborer avec eux à l'allègement des problèmes sociaux qui entravent la prospérité économique. Les problèmes de santé mentale que sont le TSPT, la dépression et le suicide sont trois aspects qui doivent continuer d'attirer notre attention et notre soutien dans le cadre de l'élaboration de la politique gouvernementale.

En s'engageant à collaborer avec les organismes voués à la santé mentale pour régler ces questions et en adoptant les mesures recommandées dans ce mémoire prébudgétaire, le gouvernement du Canada pourrait durablement faire reconnaître son leadership dans ces domaines cruciaux.

Pour tout renseignement :

Phil Upshall
Directeur général national
Société pour les troubles de l'humeur du Canada
304, chemin Stone ouest

**Unité 3, bureau 736
Guelph (Ont.)
N1G 4W4
519-824-5565**