

Journées de la Schizophrénie – du 13 au 20 mars 2021

Schizophrénie : C'est quoi ce délire !?

Alors que l'accès aux soins et la santé mentale des Suisses s'est fortement dégradée dans le contexte anxiogène lié à la pandémie de Covid-19, qu'en est-il des troubles des personnes souffrant de schizophrénie ? À l'initiative de la 18^e édition des Journées de la Schizophrénie, l'association PositiveMinders fait le point sur cette maladie qui touche près de 85 000 personnes en Suisse.

Pour sa campagne 2021 de déstigmatisation, PositiveMinders rétablit la réalité autour des symptômes les plus impressionnants de la schizophrénie : les délires psychotiques, qui véhiculent beaucoup de fausses croyances et de peurs. Qu'est-ce que le délire, comment y faire face et maintenir la communication ? Psychiatres, chercheurs, patients et proches apportent leurs réponses et témoignages.

Et pour souligner l'importance de la prévention et d'un diagnostic précoce, PositiveMinders a conçu un dispositif digital original, TheMostIncredibleShop.com, qui plonge le grand public au cœur de quelques-uns des délires les plus frappants. Elle en profite également pour promouvoir l'accélération du rétablissement des patients grâce aux nouvelles technologies.

■ **SCHIZOPHRÉNIE ET PANDÉMIE : APPEL À UNE VIGILANCE ACCRUE**

La schizophrénie est un trouble psychique méconnu qui touche 1% de la population, sans distinction de pays et de milieu social. La maladie se manifeste principalement au début de l'âge adulte (entre 15 et 25 ans), d'où l'importance d'un dépistage et d'une prise en charge précoces, et évolue le plus souvent par épisodes. Elle se caractérise par un ensemble de symptômes très variables : les plus marquants sont les délires et les hallucinations, même si les plus invalidants sont souvent le retrait social et les difficultés cognitives. Les personnes qui développent une schizophrénie ont une fragilité biologique (cerveau et corps), mais aussi elles ont été soumises à des stress environnementaux.

Le contexte actuel de la pandémie est manifestement un stress environnemental auquel se combinent l'augmentation de l'anxiété et celle de la prise de toxiques : des facteurs classiques menant à la décompensation. Il est donc très important pendant cette période d'être attentif, chez les jeunes, à des signes tels que les expériences inhabituelles (entente de voix/sons, changements visuels, olfactifs, somatiques), la perturbation du sommeil ou les troubles alimentaires.

La pandémie a de plus bouleversé le suivi d'une grande partie des patients. Des hôpitaux de jour, des ateliers et des structures ambulatoires ont fermé, les thérapies de groupes ont souvent été stoppées, l'accès à une première prise en charge est rendu plus difficile et de très nombreuses consultations se font désormais par téléphone ou visioconférence. De façon générale, en dépit des efforts des professionnels du médico-social, le changement soudain du fonctionnement des services spécialisés en santé mentale a entraîné pour certains patients une perte de rythme, qui cause progressivement un désengagement du suivi thérapeutique et une mauvaise observance des traitements, ce qui peut conduire à une rechute.

Les personnes souffrant de schizophrénie ont depuis très longtemps des difficultés d'accès aux soins somatiques. Cela s'est avéré pour de nombreuses pathologies, par exemple le cancer. La Covid-19 n'est pas en reste et la pandémie se révèle particulièrement meurtrière pour cette population (sur le 1^{er} semestre 2020, la mortalité liée au Covid-19, à l'hôpital, des patients schizophrènes âgés de plus de 65 ans est supérieure de 35% à celle des patients sans ce trouble et de 18% si on ne fait aucune distinction d'âge).

→ **Proposition d'interview avec des experts, psychiatres et chercheurs.**

■ **FACE AUX DÉLIRES PSYCHOTIQUES : DE MULTIPLES STRATÉGIES**

- À chacun ses délires...

Le délire est une perte du sens de la réalité, se manifestant par des convictions erronées et envahissantes, auxquelles la personne qui le vit semble adhérer fortement. Le délire est un phénomène fréquent (8% de la population) qui ne nécessite pas toujours, en lui-même, des soins (cf. complotisme, superstition, pensée magique). Dans le cas de la schizophrénie et d'autres psychoses, même si généralement le symptôme s'exprime de façon discontinue, le délire crée chez le patient une grande souffrance et a des conséquences sur son quotidien (anxiété, retrait social, troubles du sommeil, conduites à risque, etc.).

Le délire adopte pour thématiques des idées de persécution (croire qu'on est surveillé par des caméras ou des micros, suivi dans la rue), de culpabilité (se sentir responsable d'un crime ou simplement du temps qu'il fait) ou de grandeur (sauver le monde). Il fait parfois référence à des missions divines ou donne l'impression au patient d'être contrôlé par une maladie ou des forces externes.

Les idées délirantes cherchent souvent une validation dans la réalité du plus grand nombre. Bien souvent, l'entourage n'arrive pas à trier ce qui appartient à la réalité et ce qui fait partie du délire. De plus, le délire est influencé par la culture et l'époque. Ainsi, dans les années 70, les extraterrestres apparaissaient souvent ; dans les années 80, c'était le paranormal, puis la transmission de la pensée ; plus récemment, la mort ou l'espionnage et actuellement la Covid-19.

Les délires s'accompagnent fréquemment d'hallucinations auditives (entente de voix), visuelles (anamorphose, déformations des couleurs), olfactives et gustatives (odeurs et goûts transformés) ou sensorielles (se sentir transpercé par des ondes ou avoir des fourmis dans les veines) et de perturbations de la perception du corps (impression d'habiter le corps d'un autre).

- Comprendre, accueillir et gérer les délires

Face aux délires psychotiques, il est donc indispensable de mettre en place de multiples stratégies :

La réponse médico-sociale : l'intervention précoce, l'entraînement du patient à gérer ses délires et ses biais cognitifs, les thérapies cognitives et comportementales, la remédiation cognitive, l'utilisation d'avatars, la stimulation magnétique transcrânienne complètent désormais les traitements médicamenteux par antipsychotiques, qui restent nécessaires.

La prise en compte du patient : face aux crises, l'alliance thérapeutique, les décisions partagées, les directives anticipées, la psychoéducation et le soutien par des pairs sont devenues des stratégies clés. Elles reposent sur l'écoute et permettent d'ouvrir le dialogue avec le patient.

Le soutien aux proches aidants : pour l'entourage, la psychoéducation et l'appui des associations dès la survenue de la maladie sont aussi des solutions bénéfiques, car elles permettent de faire comprendre les symptômes dès leur apparition, d'adapter le soutien et de prendre du recul. Le patient bénéficie ainsi d'un accompagnement adapté hors du cadre médico-social, ce qui accélère l'alliance thérapeutique du patient avec les professionnels.

La combinaison de ces stratégies améliore considérablement l'évolution de la maladie et prévient des rechutes.

→ Proposition de témoignages de patients et de proches et d'interview avec des experts psychiatres pour décrypter ces délires psychotiques, leur thématiques socio-culturelles et évoquer leur gestion.

■ LES TECHNOLOGIES QUI CANALISENT LES DYSFONCTIONNEMENTS DU CERVEAU

La schizophrénie a été considérée comme une « maladie de l'âme ». Elle est désormais reconnue comme une maladie du cerveau qui a de nombreux impacts notamment psychologiques et somatiques. Comment, les technologies apportent-elles des réponses performantes et complémentaires dans le processus de rétablissement des patients, notamment chez les plus jeunes ? Avatars, réalité virtuelle, applications mobiles, bot, stimulation magnétique transcrânienne, neuro feed-back : les technologies les plus avancées aident à canaliser le cerveau quand il dysfonctionne.

Dans le cadre des Journées de la Schizophrénie, PositiveMinders coorganise du 15 au 19 mars avec l'Université de Montréal le TECHNOSY'21, un événement virtuel international gratuit pour tout public. Durant 5 jours, 1 heure par jour, 20 des meilleurs spécialistes présenteront leurs solutions innovantes.

→ Propositions d'interview avec les spécialistes et des patients bénéficiant de ces technologies.

UN DÉLIRE HIGH-TECH

« Imaginez ce que vous pourriez faire avec, en poche, une caméra qui filme à travers les murs, un détecteur de mensonge miniature et un bloqueur d'ondes. C'est exactement ce que nous vous proposons ! », annonce Loïc Martinez de l'agence CYCA.

[TheMostIncredibleShop.com](https://themostincredibleshop.com) met en avant trois objets aux fonctionnalités totalement incroyables : le T-Wall, le Voice Scanner et le Block 5. Hyperréalistes, ces technos sorties du futur sont accessibles à tous.

Bénéficiant, **dès le 6 mars**, d'un lancement digne des rois de la high-tech, spot télé, campagne sur les réseaux sociaux, etc., ce sont, en réalité, des objets de transfert de délires très fréquents. Chacun des produits guide l'internaute vers l'expérience vécue par d'incroyables personnalités souffrant de schizophrénie et qui, dans le but de déstigmatiser la maladie, exposent à la vue de tous les délires dont ils se sont rétablis.

« Nous avons voulu vous attirer par ce qui, dans la vie réelle, vous effrayerait. Le délire est fascinant mais fait souvent souffrir. Heureusement, il se soigne ! » ajoute Jean-Christophe Leroy, président de PositiveMinders.



SCHIZOPHRÉNIE : LES CHIFFRES CLÉS

- **85 000** personnes touchées en Suisse, soit **1 personne sur 100**
- **30%** des personnes souffrant de schizophrénie ne sont pas suivies
- **57%** des patients sont des hommes, **43%** sont des femmes
- Sur la vie entière, **40%** des personnes atteintes tentent de se suicider et **10%** de toutes les personnes souffrant de schizophrénie mettent fin à leurs jours
- L'OMS classe la schizophrénie dans le groupe des **10** maladies entraînant le plus d'invalidité
- L'espérance de vie des patients est en moyenne de **10** ans inférieure à celle de la population générale
- Dans **80%** des cas, les symptômes s'améliorent dès qu'ils sont traités.
- Il est établi que **50 à 70%** (selon les régions) des personnes atteintes par la schizophrénie se rétablissent, c'est-à-dire arrivent à reprendre une vie épanouissante et pleine de sens.

À propos de PositiveMinders

L'organisation est à l'origine des Journées de la Schizophrénie créées en 2004 dans le but de sensibiliser le grand public, de déstigmatiser la maladie et de faciliter l'accès précoce aux soins. Cette année, soit 17 ans plus tard, la manifestation s'étend dans une dizaine de pays. Depuis 2020, l'association a élargi son champ d'actions à tous les troubles psychiques avec, notamment, l'organisation de webinaires thématiques qui ont déjà rassemblé plus d'une centaine d'intervenants et qui touchent plusieurs milliers de participants. PositiveMinders collabore avec plus de 250 partenaires impliqués dans la connaissance, le traitement et l'accompagnement des personnes atteintes de troubles psy : fondations pour la recherche, associations de patients et de proches, structures médico-sociales, hôpitaux, organismes publics, écoles, associations culturelles et sportives, etc., et des centaines de bénévoles.

CONTACT PRESSE

Pour tout complément d'information et demande d'interview :

THE DESK – Aurélie Bois – aurelie@agencethedesk.com – (+33) 6 87 26 27 68