



LES RÉSULTATS DES SOINS COLLABORATIFS POUR L'USAGER

Une mère raconte l'histoire de son adolescente aux prises avec des troubles de l'alimentation et explique comment elles ont obtenu l'aide nécessaire grâce aux soins de santé mentale axés sur la collaboration.

Un profond sentiment de soulagement envahit Susan lorsqu'elle se rend à la clinique de médecine familiale Cowie à Halifax, en Nouvelle-Écosse.

Au cours des deux dernières années, Susan a traversé une épreuve qui lui a semblé l'une des plus difficiles de sa vie : composer avec le trouble de l'alimentation de son adolescente. Après s'être d'abord adressée à une clinique des troubles de l'alimentation afin d'obtenir des soins pour sa fille Anna, Susan a fini par trouver les conseils et le soutien dont Anna avait besoin pour se rétablir dans le cadre du programme de soins collaboratifs offert par son médecin de famille à la clinique Cowie.

« J'avais vraiment le sentiment d'être arrivée à bon port », se rappelle Susan.

Quand Anna est tombée malade, Susan l'a convaincue de consulter leur médecin de famille des dix dernières années, D^{re} Ajantha Jayabarathan, ou « D^{re} AJ », comme on l'appelle. Cependant, comme il n'y avait pas de psychiatre pour adolescents à plein temps à la clinique Cowie, on a adressée Anna à une clinique locale s'occupant des troubles de l'alimentation. Elle a eu recours à ces services un temps, mais avec sa mère, elle n'a pas tardé à revenir vers D^{re} AJ qui a alors suggéré le recours aux soins collaboratifs offerts à la clinique Cowie.

La clinique Cowie offre une solution de rechange aux soins classiques en santé mentale. Au lieu d'adresser les clients qui ont besoin d'aide à un psychiatre, à un psychologue ou à un travailleur social, les médecins de famille de la clinique, les infirmières en soins familiaux et les résidents en médecine familiale demandent conseil à

des spécialistes, par exemple des travailleurs sociaux pour enfants ou adolescents et un psychiatre qui donne des consultations régulières à la clinique. Au besoin, ces spécialistes rencontrent les clients en personne.

Aux dires de Susan, la clinique Cowie a une petite « touche personnelle ». Elle explique : « On s'y sent à l'aise, en terrain familier. » — Susan et Anna se sentaient à l'aise avec leur médecin de famille, elles savaient qu'elles pouvaient discuter ouvertement des solutions possibles et évaluer celles-ci, ainsi que participer aux décisions quant aux soins à prodiguer à Anna. Les soins personnels qu'a reçus Anna à la clinique Cowie ont enlevé un poids des épaules de Susan, qui était elle-même en proie à ses propres sentiments d'impuissance et de culpabilité tout au long de la maladie d'Anna.

« C'était horrible. Je n'ai jamais rien traversé d'aussi difficile... j'étais rongée par la culpabilité. Je mettais en doute tout ce que je disais et faisais. Je devais me retenir de surveiller constamment les moindres faits et gestes d'Anna. »

Pendant qu'Anna fréquentait la clinique des troubles de l'alimentation, Susan a décidé d'assister aux séances avec elle. Ce choix l'obligeait à s'absenter de son travail, mais elle était décidée à faire tout ce qu'il fallait pour aider sa fille à se rétablir, même au détriment de sa propre santé mentale.

« En tant que mère, votre instinct vous dit de faire ce qu'il faut pour régler le problème. C'est ma petite, elle est brisée, et il faut que je l'aide. » Si elle a le rhume, je la soigne avec du sirop contre la toux; si elle a la grippe, je lui



donne du Gravo]MC... le plus frustrant, c'était de ne pas pouvoir l'aider, même si mon instinct me dictait que je devais le faire », explique Susan.

Susan s'est plongée dans des livres pour s'instruire sur la maladie de sa fille et un beau jour, elle a dû se résoudre à consulter un conseiller pour évacuer l'excédent de stress que le problème de sa fille lui causait. « Il y avait des jours où je rentrais au travail et me retrouvais seule, je pleurais alors toute la journée. Je préférais éviter de le faire à la maison, car je craignais qu'Anna ne se sente coupable, ce qui risquait évidemment de provoquer ses crises [de boulimie]. »

Pendant qu'Anna recevait des soins à la clinique des troubles de l'alimentation, sa maladie a atteint un point critique, le corps médical a établi un diagnostic de dépression majeure et lui a prescrit des médicaments. Cependant, en raison d'une mauvaise définition des rôles et d'un manque de communication, il n'y a pas eu de suivi et l'état d'Anna s'est à nouveau aggravé.

C'est exactement pour éviter ce manque de communication que des programmes collaboratifs comme celui de la clinique Cowie sont en place. En faisant appel à des professionnels en soins primaires, comme un omnipraticien travaillant en collaboration avec des praticiens en soins de santé mentale pour traiter un cas individuel, des clients comme Anna peuvent recevoir une plus grande attention et de meilleurs soins personnels.

Anna se porte beaucoup mieux maintenant et elle est sur la bonne voie pour se rétablir de son trouble alimentaire. Susan attribue l'amélioration de son état à la détermination d'Anna de même qu'aux ressources mises à leur disposition par la clinique Cowie.

Susan affirme d'ailleurs à ce sujet : « Je crois que la présence de l'autre équipe qui travaille

ici [avec D^{re} AJ], et le fait d'avoir accès à différentes ressources – l'infirmière, la diététiste, le psychiatre, le psychologue, le conseiller – et à tous les outils disponibles pour Anna... ont vraiment contribué à nous fournir toute l'aide dont nous avons besoin. Je crois que ces ingrédients sont tous indispensables pour que les soins fonctionnent. Personne ne peut y arriver seul. »

...

La clinique « Cowie Family Medicine » d'Halifax, en Nouvelle-Écosse, est un exemple d'intégration fructueuse des soins de santé mentale dans un établissement de soins de santé primaires. Elle fait partie de la centaine d'initiatives de soins de santé mentale axés sur la collaboration présentées dans le répertoire élaboré par l'Initiative canadienne de collaboration en santé mentale (ICCSM). Intitulé « Soins de santé mentale axés sur la collaboration dans le contexte des soins de santé primaires : Un examen des initiatives canadiennes », le répertoire présente le vaste éventail de contextes de soins primaires dans lesquels les initiatives de soins de santé mentale axés sur la collaboration peuvent s'inscrire et les nombreuses équipes uniques de prestataires de soins qui travaillent en collaboration pour partager leurs connaissances et leur expertise. Ces nouveaux partenariats et cadres de soins constituent non seulement une nouvelle source d'espoir pour les usagers, les membres de leur famille et les prestataires de soins – ils donnent également à ceux-ci un meilleur accès aux services de santé mentale tout en favorisant leur participation à l'élaboration d'un plan de traitement. Pour en savoir davantage sur les travaux de l'Initiative canadienne de collaboration en santé mentale, un projet de deux ans dont le financement provient du Fonds pour l'adaptation des soins de santé primaires de Santé Canada, visitez son site Web à l'adresse www.iccsm.ca ou envoyez un courriel à l'adresse info@iccsm.ca.