

Que faire du suicide ?

Le suicide est un danger réel pour les personnes atteintes de schizophrénie. Le taux de suicide parmi ce groupe est dix fois plus élevé que parmi la population en général.

Le suicide se produit parfois durant un épisode psychotique. Le risque de suicide est aussi plus élevé après le renvoi de l'hôpital, lorsque la personne n'est pas encore stabilisée.

Quelles sont les personnes les plus vulnérables au suicide ?

- > Les personnes qui ont déjà fait une tentative de suicide.
- > Les personnes qui ont des idées suicidaires ou qui sont préoccupées par la mort.
- > Les jeunes hommes qui ont souvent des rechutes.
- > Les personnes atteintes de schizophrénie qui sont conscientes des contraintes causées par la maladie.
- > Les personnes déprimées ou qui éprouvent un profond désespoir.
- > Les personnes qui ont des antécédents en matière de toxicomanie.

Quels sont les signes précurseurs du suicide ?

- > Une tentative de suicide préalable.
- > Des paroles ou des écrits suicidaires.
- > La dépression ou un calme soudain.
- > La personne entend des voix l'encourageant à poser un geste dangereux.
- > La personne met de l'ordre dans ses affaires.

Quelles mesures les familles peuvent-elles prendre ?

- > Porter attention aux signes précurseurs du suicide.
- > Éviter d'avoir des armes à feu dans la maison.
- > Si la personne a des pensées suicidaires, en parler avec elle.
- > Communiquer sans tarder avec un médecin ou un autre professionnel de la santé si la personne parle de suicide ou tente de se suicider.

Où trouver de l'aide ?

La Société ontarienne de la schizophrénie est là pour aider. Notre organisme regroupe des familles qui comprennent les difficultés de vivre avec la schizophrénie. Nos objectifs consistent à :

- > fournir un soutien et un programme d'éducation à l'intention des familles;
- > favoriser la sensibilisation et la compréhension du public;
- > intervenir en faveur des personnes atteintes de schizophrénie pour obtenir des lois plus favorables et de meilleurs services;
- > promouvoir la recherche des causes, des traitements et de la guérison de la schizophrénie.

« pour soulager la souffrance causée par la schizophrénie »



Plus info :

Pour de plus amples renseignements, joignez-vous aux coordonnées suivantes :

Société ontarienne de la schizophrénie

130 Spadina Avenue, bureau 302
Toronto ON M5V 2L4
Téléphone : 416-449-6830
Sans frais : 1-800-449-6367
Télécopieur : 416-449-8434
Courriel : sso@schizophrenia.on.ca
Site Web : www.schizophrenia.on.ca

Les présents renseignements ne doivent pas remplacer l'avis d'un médecin. Consultez un médecin ou un avocat pour discuter de votre situation individuelle.



A REASON TO HOPE. THE MEANS TO COPE.
THE SCHIZOPHRENIA SOCIETY OF ONTARIO
SOCIÉTÉ ONTARIENNE DE LA SCHIZOPHRÉNIE
UNE SOURCE D'ESPOIR, DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE.

Ce projet a été soutenu par la Bishop
Alexander Carter Foundation

Subvention accordée à titre éducatif par Janssen-Ortho Inc.



JANSSEN-ORTHO



UNITED WAY OF
STORMONT, DUNDAS
& GLENGARRY
CENTRAIDE DE
STORMONT, DUNDAS
& GLENGARRY



A REASON TO HOPE. THE MEANS TO COPE.
THE SCHIZOPHRENIA SOCIETY OF ONTARIO
SOCIÉTÉ ONTARIENNE DE LA SCHIZOPHRÉNIE
UNE SOURCE D'ESPOIR, DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE.

La schizophrénie

Dossier d'information pour les familles



Mesures à prendre en cas de crise

Comment reconnaître une crise ?

La schizophrénie est une maladie du cerveau qui se manifeste par plusieurs symptômes différents. Les personnes malades peuvent éprouver de la difficulté à penser logiquement, elles peuvent se comporter de façon étrange ou elles peuvent avoir des réactions émotionnelles bizarres.

Les personnes atteintes de schizophrénie risquent de souffrir d'« épisodes psychotiques » au cours desquels elles ne peuvent distinguer ce qui réel de ce qui ne l'est pas. Pendant ce temps, elles peuvent avoir des hallucinations ou entendre des voix. Elles peuvent devenir agitées et hostiles, pensant qu'elles-mêmes ou des personnes aimées sont en danger. Ces épisodes peuvent se présenter graduellement ou soudainement.

Un épisode psychotique est effrayant tant pour la personne qui en est victime que pour ceux et celles qui l'entourent. On parle de ce moment comme une situation de « crise ».

Comment prévenir une crise ?

Les situations de crise ne peuvent pas toutes être évitées. En revanche, si vous vous occupez d'une personne souffrant de schizophrénie, vous pouvez prendre certaines mesures pour vous y préparer :

- > Apprenez à reconnaître les signes d'une crise potentielle. Observez le comportement de la personne malade;
- > Portez attention aux situations qui pourraient provoquer une crise, par exemple, l'abandon de la prise des médicaments, l'usage de stupéfiants ou d'alcool ou les situations de stress élevé;
- > Établissez un plan d'urgence.

Durant une situation de crise, votre rôle, comme personne soignante, est de :

- > tentez d'éviter l'aggravation du comportement;
- > protéger la personne malade de tout danger;
- > assurer votre sécurité et celle des autres personnes;
- > demeurer calme. Évaluer la situation. Jusqu'à quel point est-elle urgente ? Quels sont les dangers ?

Comment établir un plan d'urgence ?

Un plan d'urgence comprend une liste des numéros de téléphone importants, les noms de personnes-ressources, ainsi que les documents importants relatifs à son état de santé. En élaborant un plan, impliquez les membres de votre famille, les professionnels, ainsi que la personne malade. Les suggestions suivantes pourraient vous aider :

- > Demandez l'avis d'un psychiatre et d'un avocat sur la façon de répondre à une situation de crise;
- > Renseignez-vous sur les services de soutien disponibles en cas d'urgence dans votre communauté;
- > Dressez la liste des numéros de téléphone d'urgence et gardez-la à portée de main. Ajoutez les noms d'amis et de parents qui ont accepté de vous aider;
- > Dressez une liste de mesures d'urgence. Celle-ci devrait inclure les médicaments, les allergies, le numéro de la carte d'assurance maladie, la couverture des soins de santé, ainsi que le nom et le numéro de téléphone du psychiatre;
- > Discutez de la manière de procéder en temps de crise avec toutes les personnes impliquées, y compris la personne malade;
- > Discutez de la possibilité d'obtenir une « procuration relative au soin de la personne ». Celle-ci est un document légal qui permet à une personne désignée de prendre les décisions importantes pour une personne malade, telles que celles qui concernent les soins de santé;
- > Renseignez-vous sur les lois provinciales relatives à l'hospitalisation involontaire. En Ontario, communiquez avec le ministère de la Santé de l'Ontario et Soins de longue durée (www.gov.on.ca/santé/indexf.html).

Que faire dans une situation menaçante ?

La manière la plus efficace de faire face aux menaces physiques ou verbales dépend de la personne malade. Avec le temps, vous apprendrez ce qui donne de meilleurs résultats. Voici quelques suggestions :

- > Parlez doucement, fermement et clairement;
- > Évitez d'argumenter ou de raisonner. Montrez-vous rassurant. Parlez en termes non menaçants, comme : « À quoi penses-tu ? » ou répondez simplement « Je ne sais pas »;
- > Si les requêtes de la personne malade sont raisonnables et ne mettent personne en danger, ne la contrariez pas;
- > Établissez une distance physique entre vous et la personne. Elle sentira peut-être le besoin de garder ses distances et ne voudra peut-être pas être touchée;
- > Invitez la personne malade à s'asseoir;
- > Placez-vous en angle, dans une position non conflictuelle et non menaçante, plutôt que directement en face d'elle. Évitez les échanges de regard;
- > Ni vous ni la personne malade ne devrait être « acculé au pied du mur ». Vous devriez tous deux avoir une porte de sortie;
- > Éloignez-vous. Allez dans une autre salle ou quittez la maison;
- > Demandez l'aide d'un ami ou d'un proche parent.

Parfois, vous serez incapable de gérer une crise par vous-même. Vous aurez besoin d'aide professionnel. Dans ces occasions, il est important d'obtenir de l'aide le plus tôt possible.

Il se peut que la personne doive être hospitalisée durant une crise.

Parfois, une personne atteinte de schizophrénie est tellement imprévisible ou menaçante que cela dérange le fonctionnement de toute la famille ou met d'autres personnes en danger. Dans un tel cas, la personne devra peut-être vivre en foyer d'accueil supervisé, éloignée de sa famille.

Quand appeler la police ?

Si vous pensez que la personne malade ou quelqu'un d'autre est en danger immédiat, composez le 911.

- > Restez calme. Votre comportement pourrait influencer la façon de répondre des policiers;
- > Expliquez la situation au téléphone. Dites au réceptionniste du 911 que la personne souffre de schizophrénie, qu'elle a besoin d'aide médicale et qu'elle doit se rendre à l'hôpital. Décrivez son comportement et indiquez si la personne est armée;
- > À l'arrivée de la police, donnez-leur votre liste de mesures d'urgence. Les renseignements qu'elle contient leur seront utiles s'ils doivent transporter la personne à l'hôpital;
- > Prenez note de tous vos contacts avec la police, y compris le nom des policiers;
- > Si on vous demande de déposer une accusation contre la personne, consultez un avocat au préalable.

