

## Aux proches d'un malade souffrant de schizophrénie: vous n'êtes plus seuls !

Rien ne prépare une famille à la maladie mentale, et sa confrontation, au sein de son propre foyer, désarme et désoriente complètement. La schizophrénie est une maladie tragique qui prive de jeunes adultes de leurs rêves et de leurs ambitions et qui provoque de grandes souffrances parmi les proches du malade.

### Mythes et préjugés

Les médias utilisent à tort et à travers le mot «schizophrénie» sans mesurer la portée



négative de l'image véhiculée et du sentiment de culpabilité, voire de honte, qu'elle éveille parmi les proches des malades ainsi discriminés.

Faisons un sort à certaines idées reçues. Les personnes atteintes de schizophrénie ont généralement une intelligence normale ou supérieure à la normale. Sur cent naissances à travers le monde, un de ces 100 bébés développera une schizophrénie. La maladie atteint aussi bien les filles que les garçons. D'origine neurobiologique, elle donne lieu à des modifications du cerveau. A l'heure actuelle, nous ne connaissons pas sa cause exacte. La plupart des personnes qui en sont atteintes sont vulnérables et fragiles. Elles sont rarement violentes et sont plus susceptibles de s'en prendre à elles-mêmes qu'aux autres. Le taux de suicide chez ces malades est supérieur à 10% et 20 à 40% font des tentatives. Il est également plus élevé que dans le reste de la population pour les proches de malades souffrant de schizophrénie qui ne savent pas vers qui se tourner pour trouver des réponses à leurs questions. On croit ces malades paresseux et manquant de volonté mais il n'en est rien. Ils déploient, au contraire, une grande énergie pour vivre avec tout ce qui se passe dans leur cerveau et sont donc très fatigués. Leur médication les rend souvent apathiques et supprime leurs émotions. C'est souvent à cause de ces effets secondaires que bien des malades arrêtent de prendre leurs médicaments pour retrouver un peu de vie dans leur

tête. La schizophrénie n'est pas le résultat d'un rôle parental mal assumé et peut se développer dans toutes les couches de la population. «A-t-on jamais culpabilisé les mères en les accusant d'être "diabétogène" dans cette autre maladie chronique d'origine génétique et aussi influencée par l'environnement ?»

### Programmes d'information, bénévolat et soutien aux proches

Des programmes d'information et de soutien destinés aux proches de personnes souffrant de schizophrénie ont été conçus au Québec en 1987 par le Professeur Hugues Cormier et ses collaborateurs. Ils ont pour but d'améliorer la qualité de vie de toute la famille, malade y compris. Des cours sont organisés en partenariat avec les départements Psychiatrie Adulte des Hôpitaux et avec bon nombre d'autres Centre, Clinique et Services Psychiatriques. Les professionnels des différents services psychiatriques s'investissent eux-mêmes énormément et méritent un grand coup de chapeau pour leur soutien sans faille. Des brochures sont également à disposition. Vous trouverez tous renseignements utiles ci-après.

Des associations ont vu le jour pour venir en aide aux proches confrontés à la maladie d'un membre de leur entourage. Des cours et des conférences sont régulièrement organisés pour informer toujours davantage sur la maladie, ses conséquences, ses remèdes. On peut s'adresser à elles pour un soutien ponctuel, pour des questions sans réponse, pour n'importe quel problème difficile à régler. Des bénévoles, concernés eux-mêmes par la maladie, sont prêts à vous répondre et à vous venir en aide.

**L'îlot, Association de proches de personnes souffrant de schizophrénie** a été créée en 2003 à l'issue d'un cours Profamille et à l'initiative de quelques membres ayant participé à ce cours. Son but avoué est de venir essentiellement en aide aux proches de malades souffrant de schizophrénie comme son nom l'indique. Elle compte aujourd'hui plus de 80 membres. Chaque premier mercredi du mois, des réunions de partage et/ou des conférences ont lieu à 20h à l'EMS Pré-de-la-Tour, à Pully. Un riche échange d'expérience est possible au cours de ces rencontres. Chaque année, l'association organise un stand d'information Place de la Palud à Lausanne. Elle participe à nombres d'autres actions grand public. Dès sa création, L'îlot avait comme objectif d'ouvrir des antennes régionales, ainsi des rencontres de partage sont-elles prévues pour le Pays-d'Enhaut.

Trois de ces premières rencontres auront lieu au rez-de-chaussée de la maison d'accueil de PRAZ-SOLEIL, à Château-d'Æx, à 20h, aux dates suivantes: • mercredi 11 février • mercredi 22 avril • et mercredi 10 juin.

Nous ne pouvons que vous encourager vivement à venir participer à ces soirées de partage et d'échange. Vous y trouverez le soutien que vous recherchez.

Pour tout renseignement: Ulrich Vetsch, Le Mont-sur-Lausanne - Tél. 021 653 31 06 et/ou 079 545 72 90 – Praz Soleil, Château-d'Æx - Tél. 026 923 72 72. *Micheline Charlet*