

Schizophrénie

Guide pour les adultes atteints de schizophrénie recevant des soins dans la collectivité

Mise à jour 2023

Santé Ontario s'engage à améliorer la qualité des soins de santé dans la province en partenariat avec les patients, les professionnels de la santé et d'autres organismes.

Pour ce faire, Santé Ontario élabore des normes de qualité. Il s'agit de documents qui décrivent ce à quoi ressemblent des soins de haute qualité pour des états ou des processus pour lesquels il existe des différences importantes dans la prestation des soins, ou sur les écarts entre les soins offerts en Ontario et ceux que les patients devraient recevoir. Ces normes de qualité établissent des étapes importantes pour améliorer les soins. Elles sont fondées sur les données probantes actuelles et les commentaires d'un comité d'experts composé de patients, de soignants, de professionnels de la santé et de chercheurs.

Ce guide du patient accompagne la norme de qualité [Schizophrénie : soins destinés aux adultes dans la collectivité](#). Il présente les quinze principaux domaines dans lesquels les fournisseurs peuvent prendre des mesures pour améliorer les soins pour les personnes âgées de 18 ans et plus ayant reçu un diagnostic de schizophrénie. Le guide du patient comprend également des suggestions sur les sujets à aborder avec tes fournisseurs de soins de santé, ainsi qu'un lien vers des ressources utiles.

Ce guide a été élaboré en 2018 et révisé en 2023 pour refléter les mises à jour apportées à la norme de qualité [Schizophrénie : Soins destinés aux adultes dans la collectivité](#).

Pour de plus amples renseignements sur les soins de haute qualité fournis en milieu hospitalier aux personnes atteintes de schizophrénie, veuillez consulter la norme de qualité et le guide destiné aux patients [Schizophrénie : Soins destinés aux adultes dans les hôpitaux](#).

Si vous êtes un membre de la famille ou un aidant, ce guide a été créé également pour vous, afin de vous informer sur les éléments que vous devez connaître pour poser des questions éclairées aux professionnels de la santé qui s'occupent de votre proche.

Ce guide est destiné aux personnes atteintes de schizophrénie, aux membres de leur famille et à leurs aidants. Il peut vous aider à connaître les questions à poser lorsque des soins sont fournis en milieu communautaire et pour vous assurer que vous recevez des soins de la meilleure qualité possible.

La schizophrénie est un trouble de la santé mentale chronique qui débute généralement à la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Il n'existe aucun remède contre la schizophrénie, mais de nombreuses personnes peuvent « se rétablir ». Le « rétablissement » est un terme généralement employé dans le milieu de la santé mentale. Cela signifie que vous êtes capable de vivre une vie satisfaisante et heureuse, même si des symptômes de votre maladie peuvent subsister.

Vous et votre famille n'avez pas à affronter ça seuls. Votre professionnel de la santé vous aidera à avoir la meilleure qualité de vie possible et créera une relation de confiance avec vous et votre famille. Plus il est informé sur vous et vos objectifs, plus il pourra créer un plan de traitement et de rétablissement répondant à vos besoins.

Si vous êtes atteint de schizophrénie, ou si un de vos proches l'est, et que des soins sont fournis en milieu communautaire...

Vous pouvez vous servir de ce guide pour collaborer avec votre professionnel de la santé dans le cadre de l'élaboration d'un plan de santé qui vous convient, y compris l'accès à des soins adaptés sur le plan culturel. Nous vous encourageons à utiliser ce guide pour poser des questions éclairées sur les soins offerts dans le cadre de la schizophrénie et en savoir plus sur la façon dont vous et votre famille pouvez obtenir le soutien dont vous avez besoin.

Vous trouverez ci-dessous un résumé des quinze principaux domaines pour améliorer les soins pour les personnes atteintes de schizophrénie.



Énoncé de qualité 1 : Plan de soins et évaluation exhaustive

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie ont un plan de soins qui est régulièrement examiné et mis à jour, et qui repose sur une évaluation exhaustive.

Ce que cela signifie pour vous

Un plan de soins est un document écrit établi entre vous et votre professionnel de la santé, et que vous acceptez. Il décrit vos objectifs, les soins et les services que vous recevrez et les personnes qui vous les fourniront. Le professionnel de la santé qui s'occupe de vous doit échanger avec vous pour mettre à jour votre plan de soins régulièrement, et votre famille ou vos aidants peuvent participer à l'élaboration et à la mise à jour du plan, si vous êtes d'accord.

Votre plan de soins doit reposer sur une évaluation minutieuse de votre état de santé mentale et physique. Cela comprend des questions sur vos antécédents médicaux et sur les médicaments que vous prenez. Votre plan devrait aussi tenir compte de votre situation sociale, de vos objectifs, de la façon dont vous vous sentez et de la façon dont vous vivez les effets de vos symptômes sur votre vie quotidienne.

Si vous faites l'objet d'une ordonnance de traitement en milieu communautaire, votre plan de soins et vos objectifs serviront à orienter votre plan de traitement en milieu communautaire si possible.

Une **ordonnance de traitement en milieu communautaire** est une ordonnance juridique émise par un médecin pour fournir un plan complet de traitement ou de soins en milieu communautaire à une personne atteinte d'une maladie mentale grave ayant eu des difficultés à maintenir sa santé mentale dans la collectivité.





Énoncé de qualité 2 : Évaluation de la santé physique

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie font régulièrement l'objet d'une évaluation de leur état de santé physique.

Ce que cela signifie pour vous

Dans le cadre de consultations régulières, votre professionnel de la santé devrait vous soumettre à une évaluation pour vérifier les problèmes de santé qui sont courants chez les personnes atteintes de schizophrénie, comme le diabète, la prise de poids, les maladies cardiaques et pulmonaires. Votre plan de soins peut être modifié à l'issue de ces évaluations.



Énoncé de qualité 3 : Autogestion

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie ont accès à de l'information et de l'éducation pour favoriser l'acquisition de compétences en autogestion.

Ce que cela signifie pour vous

Votre professionnel de la santé devrait vous aider à en savoir plus sur la schizophrénie et sur vos options de traitement afin de vous aider à gérer votre maladie de façon à participer activement à l'élaboration de votre plan de soins. Vous devriez recevoir de l'information sur les services et groupes de soutien disponibles dans votre collectivité et en ligne.



Énoncé de qualité 4 : Éducation, soutien et intervention pour la famille

Ce que dit la norme

On offre aux familles de personnes atteintes de schizophrénie une éducation, un soutien et des interventions familiales adaptés à leurs besoins et préférences.

Ce que cela signifie pour vous

Les familles peuvent jouer un rôle vital dans le soutien au rétablissement d'une personne, la promotion de son bien-être et l'offre de soins.

Si un membre de votre famille est atteint de schizophrénie, le professionnel de la santé qui s'occupe de cette personne devrait vous donner l'occasion d'en apprendre plus sur la schizophrénie et d'obtenir les soutiens dont vous avez besoin. C'est important pour que vous puissiez aider le membre de votre famille tout en faisant attention à vos propres besoins.



Énoncé de qualité 5 : Accès à des services de traitement intensifs en milieu communautaire

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie ont accès rapidement à des services de traitements intensifs en milieu communautaire fondés sur leurs besoins et leurs préférences.

Ce que cela signifie pour vous

Selon vos besoins, votre professionnel de la santé peut vous mettre en lien avec des services de traitements spécialisés, comme :

- un programme d'intervention précoce dans le traitement de la psychose si vous vivez votre premier épisode de schizophrénie; la psychose est une maladie susceptible d'être traitée qui touche l'esprit et peut entraîner des difficultés à discerner ce qui est réel de ce qui ne l'est pas;
- un traitement appelé « suivi intensif dans le milieu »; il s'agit d'une équipe de professionnels de la santé qui travaillent ensemble pour vous fournir divers services afin de répondre à vos besoins, comme des médicaments, des conseils, des aptitudes à la vie quotidienne, des soutiens pour trouver un logement et un emploi;
- un service appelé « gestion des cas graves »; ce service est similaire au suivi intensif dans le milieu, mais ici, un gestionnaire de cas est au cœur des services de soutien qui vous sont offerts, il vous met en lien avec des services qui répondent à vos besoins, comme le soutien médical, les programmes de santé mentale et les services d'aide au logement, à l'emploi, aux aptitudes de la vie quotidienne et de justice.

Ces services visent à vous aider à vivre dans la collectivité, à gérer vos symptômes et à atteindre vos objectifs.



Énoncé de qualité 6 : Logement

Ce que dit la norme

Les personnes atteintes de schizophrénie vivent dans un environnement sûr, abordable et stable qui reflète leurs besoins et leurs préférences.

Ce que cela signifie pour vous

Il est plus facile de vous concentrer sur votre rétablissement lorsque vous n'avez pas à vous soucier de trouver un logement. Votre professionnel de la santé devrait vous mettre en lien avec des services qui peuvent vous aider à trouver un logement sûr, abordable et stable, ainsi qu'avec des services de soutien (comme la gestion de la pharmacothérapie, les soutiens du revenu, la préparation des repas, le suivi intensif dans le milieu ou la gestion des cas, et les activités de loisirs et de soutien), si vous en avez besoin.



Énoncé de qualité 7 : Monothérapie antipsychotique

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie se voient prescrire un seul médicament antipsychotique, si possible.

Ce que cela signifie pour vous

Un antipsychotique permet de réduire l'intensité des symptômes psychotiques, y compris les hallucinations et les idées délirantes. Votre professionnel de la santé doit discuter avec vous des potentiels bénéfiques, des risques et des effets secondaires du médicament afin que vous preniez ensemble des décisions éclairées sur vos soins. Si votre famille ou d'autres proches participent à vos soins, ces personnes devraient également en être informées.

Généralement, un professionnel de la santé proposera un seul antipsychotique à la fois. Toutefois, il peut arriver qu'il recommande la prise simultanée de plusieurs antipsychotiques.

Si vos symptômes ne s'améliorent pas ou si vous rencontrez des effets secondaires importants lorsque vous prenez un antipsychotique, parlez à votre professionnel de la santé de la possibilité de passer à un médicament différent.



Énoncé de qualité 8 : Traitement à l'aide d'un antipsychotique injectable à action prolongée

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie ont la possibilité de se faire administrer un médicament antipsychotique injectable à action prolongée.

Ce que cela signifie pour vous

Vous pourriez souhaiter prendre votre médicament antipsychotique sous la forme d'une injection à action prolongée afin de ne pas avoir à penser à le prendre chaque jour. Votre professionnel de la santé devrait, le plus tôt possible dans votre traitement, vous expliquer si cette option est une bonne solution pour vous. Selon le médicament administré, vous recevrez une injection à une fréquence variant de toutes les 2 semaines à tous les 3 mois. Tous les médicaments antipsychotiques ne peuvent pas être administrés sous forme d'une injection à action prolongée.



Énoncé de qualité 9 : Traitement à l'aide de clozapine

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie pour qui les essais de traitements antérieurs n'ont pas eu d'effet sur les symptômes avec deux différents antipsychotiques, se voient proposer de la clozapine.

Ce que cela signifie pour vous

Si vous avez essayé au moins deux différents antipsychotiques et que vos symptômes continuent d'être une source de détresse, discutez avec votre professionnel de la santé d'un médicament appelé la clozapine. La clozapine est administrée par voie orale (par la bouche).



Énoncé de qualité 10 : Poursuite du traitement antipsychotique

Ce que dit la norme

Il est conseillé aux adultes atteints de schizophrénie dont les symptômes se sont améliorés grâce à la prise d'un psychotique de poursuivre leur traitement antipsychotique à long terme.

Ce que cela signifie pour vous

Si un médicament antipsychotique est efficace et améliore vos symptômes, vous devrez probablement continuer à le prendre pour éviter que vos symptômes ne reviennent. Votre professionnel de la santé doit examiner votre traitement médicamenteux avec vous une fois par an pour s'assurer qu'il est toujours efficace et traiter tout effet secondaire.



Énoncé de qualité 11 : Thérapie cognitivo-comportementale pour les personnes atteintes de psychose et autres interventions psychosociales

Ce que dit la norme

Il est proposé aux adultes atteints de schizophrénie une thérapie cognitivo-comportementale pour les personnes atteintes de psychose et d'autres interventions psychosociales, selon leurs besoins.

Ce que cela signifie pour vous

Selon vos besoins, des interventions non médicamenteuses devraient vous être proposées dans le cadre de votre traitement. Les deux types d'interventions sont la thérapie cognitivo-comportementale et la rééducation cognitive.

Dans la thérapie cognitivo-comportementale, vous discutez avec un professionnel de la santé de vos pensées et croyances et vous apprenez comment celles-ci influent sur votre façon de vous comporter et de gérer vos problèmes.

Dans la rééducation cognitive, vous effectuez des activités d'apprentissage qui vous aident à améliorer votre mémoire, votre concentration et vos aptitudes à résoudre des problèmes.

Votre médecin ou votre infirmier praticien devrait vous proposer à la fois un antipsychotique et des interventions non médicamenteuses, au besoin, pour traiter vos symptômes.



Énoncé de qualité 12 : Promotion de l'activité physique et de l'alimentation saine

Ce que dit la norme

On propose aux adultes atteints de schizophrénie des interventions facilement accessibles pour promouvoir l'activité physique et l'alimentation saine.

Ce que cela signifie pour vous

Un mode de vie sain peut permettre d'améliorer votre état de santé physique et mentale. Votre professionnel de la santé devrait vous informer sur les programmes qui vous aideront à pratiquer une activité physique et à manger des aliments sains.



Énoncé de qualité 13 : Promotion du renoncement au tabac

Ce que dit la norme

On propose aux adultes atteints de schizophrénie qui fument du tabac des interventions pharmacologiques et non pharmacologiques pour les aider à réduire leur consommation ou à arrêter de fumer.

Ce que cela signifie pour vous

Le renoncement au tabac ou la diminution du tabagisme peuvent aider à améliorer votre état de santé physique et mentale. Votre professionnel de la santé doit vous parler des méthodes pour arrêter de fumer ou diminuer votre consommation.



Énoncé de qualité 14 : Évaluation et traitement des troubles liés à la consommation de substances

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie sont interrogés sur leur consommation de substances et, s'il y a lieu, sont évalués pour repérer un trouble lié à la consommation de substances et leur offrir un traitement.

Ce que cela signifie pour vous

La consommation d'alcool et de drogues peut aggraver les symptômes d'une personne schizophrène et réduire l'efficacité de ses traitements. Votre professionnel de la santé devrait vous interroger sur votre consommation d'alcool et de drogues et vous offrir un traitement (si vous en avez besoin) pour vous aider à arrêter.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le traitement des troubles liés à l'utilisation d'opioïdes et à la consommation d'alcool, veuillez consulter les normes de qualité [Trouble de consommation d'opioïdes \(la dépendance aux opiacés\)](#) et [Consommation problématique d'alcool et trouble de consommation d'alcool](#) de Santé Ontario.





Énoncé de qualité 15 : Emploi et soutien au travail

Ce que dit la norme

Les adultes atteints de schizophrénie qui souhaitent trouver un travail ou retourner au travail se voient offrir des programmes de soutien au travail. Les adultes atteints de schizophrénie qui ne souhaitent pas trouver un travail rémunéré sont soutenus dans d'autres activités professionnelles ou éducatives, selon leurs besoins et leurs préférences.

Ce que cela signifie pour vous

Votre fournisseur de soins de santé doit vous parler des programmes qui pourraient vous aider à atteindre vos objectifs en matière de travail ou d'études.

Tout le monde est différent, et certaines options ne s'appliqueront peut-être pas à votre cas. Si vous avez des questions sur vos soins, il est important d'en parler avec votre professionnel de la santé.

Suggestions de sujets à aborder avec tes fournisseurs de soins de santé pour t'aider à recevoir des soins de haute qualité

- Qui participera à mes soins et quels seront les rôles de ces personnes?
- Que pourrait comprendre mon traitement? (Envisagez de discuter des traitements comme les antipsychotiques et les interventions non médicamenteuses.)
- Quels sont les bénéfices et les effets secondaires de mon traitement? Comment pourrai-je gérer les effets secondaires, le cas échéant?
- Comment bien vivre en étant atteint de schizophrénie? (Envisagez de discuter des choses comme l'alimentation saine et la pratique d'une activité physique, l'arrêt du tabagisme et la consommation de substances, la participation de la famille et l'emploi et l'hébergement.)
- Qui dois-je appeler si je ne me sens pas mieux ou si mes symptômes s'aggravent et dans quels cas appeler?
- Où puis-je trouver plus d'informations et de soutien?

Suggestions sur les renseignements à communiquer à vos fournisseurs de soins de santé pour bénéficier de soins de grande qualité

- Toute préoccupation ou question sur votre état de santé et votre plan de traitement.
- Les personnes que vous souhaitez faire participer aux décisions concernant vos soins (comme un membre de la famille, un ami ou un aidant, si vous le souhaitez).
- Les raisons pour lesquelles vous prenez un médicament et la façon de le prendre.
- Les difficultés que vous avez à prendre votre médicament (par exemple, certaines personnes ne peuvent pas payer le médicament et d'autres connaissent des effets secondaires qui les poussent à arrêter la prise du médicament).
- Vos besoins de base (comme de la nourriture ou le chauffage) pour votre santé et votre bien-être.
- Toute question ou préoccupation que vous avez.



En savoir plus

Early Psychosis Intervention Ontario Network (EPION) help4psychosis.ca (en anglais seulement)

Ce site Web fournit une liste des programmes d'intervention précoce dans le traitement de la psychose pour les personnes atteintes de psychose. Il offre également de l'information et du soutien aux familles.

Institute for Advances in Mental Health (IAM) – Ligne de soutien individualisé bit.ly/3gwIHYh (en anglais seulement) ou par téléphone au : 1 855 449-9949

À l'IAM, une ligne de soutien est disponible par téléphone ou par courriel pour les personnes atteintes d'une maladie mentale chronique, y compris la schizophrénie et la psychose, et leur famille. La ligne de soutien peut apporter de l'aide dans de nombreux domaines, y compris le logement, l'emploi, la planification des crises, la toxicomanie et la consommation de substances et l'aide pour s'orienter et se mettre en lien avec des personnes-ressources dans la collectivité. De l'information et des ateliers destinés aux familles sont également disponibles sur le site Web.

Société canadienne de schizophrénie schizophrenia.ca/education/

La section « Education » de ce site Web fournit des renseignements, des outils et du soutien fiables aux personnes atteintes d'une maladie mentale et à leur famille.

Schizophrénie : Un guide d'information par le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) <https://www.camh.ca/-/media/files/guides-and-publications-french/schizophrenia-guide-fr.pdf>

Ce guide est destiné aux personnes atteintes de schizophrénie, à leur famille et à toute personne souhaitant mieux comprendre cette maladie et ce que vivent les personnes qui en sont atteintes. Ce guide vise à répondre aux questions que peuvent se poser les gens sur la schizophrénie et peut aussi aider les personnes à connaître les questions à poser à leur fournisseur de soins de santé.

ConnexOntario connexontario.ca ou par téléphone au : 1 866 531-2600

ConnexOntario offre de l'information 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 par téléphone, messagerie texte, clavardage ou courriel. Son rôle est de mettre en lien les services et soutiens offerts dans la collectivité avec les personnes atteintes de troubles de la santé mentale et de la toxicomanie, y compris la schizophrénie, et leur famille.

Besoin de plus d'informations?

Si vous avez des questions ou des commentaires au sujet de ce guide, veuillez communiquer avec nous à QualityStandards@OntarioHealth.ca ou au 1 877 280-8538 (TTY : 1 800 855-0511).

ISBN 978-1-4868-2484-7 (PDF)

© Imprimeur du Roi pour l'Ontario, 2023