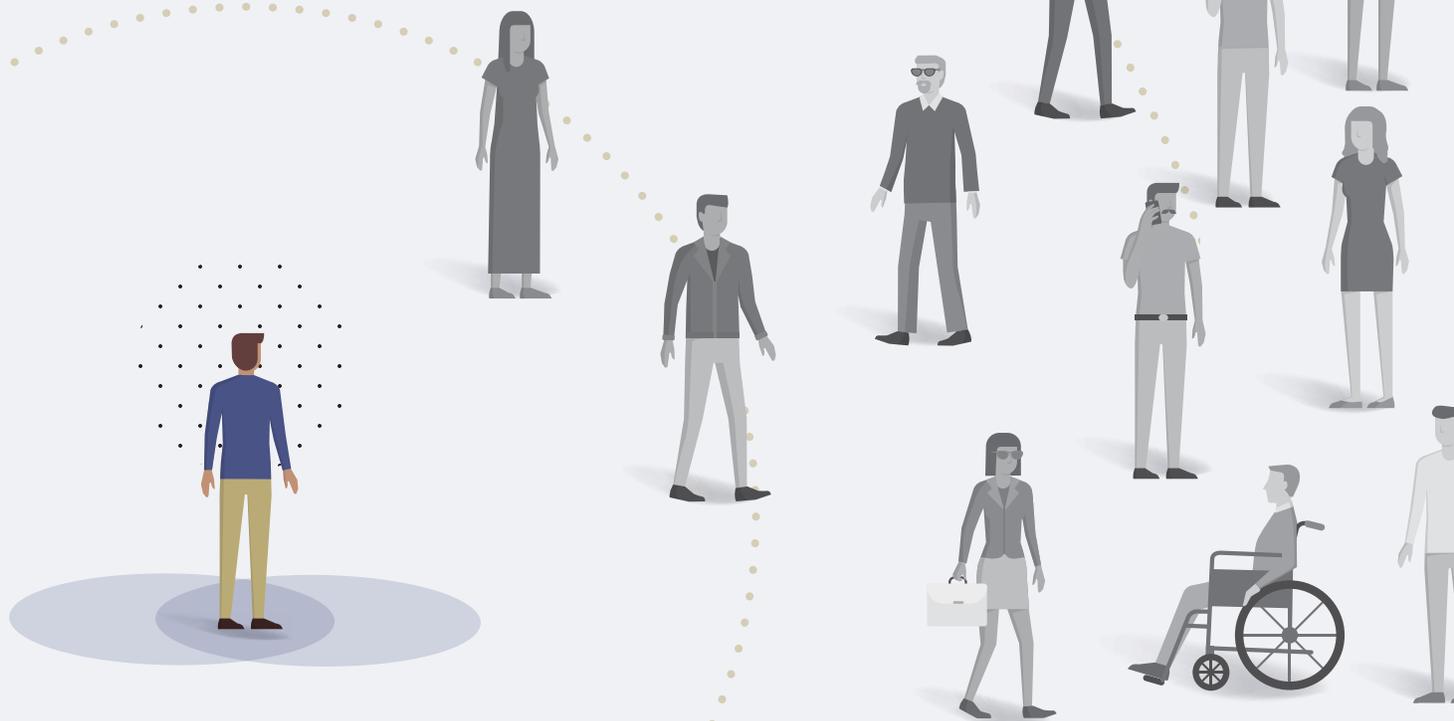


Guide de référence du patient

# La schizophrénie

Soins destinés aux adultes  
dans la collectivité



Les normes de qualité illustrent ce en quoi consistent des soins de haute qualité. Elles ciblent des troubles ou des thèmes où l'on constate d'importantes lacunes sur le plan de la prestation de services ou encore des zones où l'on a constaté des écarts entre les soins fournis en Ontario et les soins auxquels on devrait s'attendre dans la province.

Ce guide aborde les écarts et les lacunes auxquels il faut porter une attention particulière concernant les soins offerts dans la collectivité aux personnes atteintes de schizophrénie. Il est fondé sur les meilleures données probantes disponibles et a été créé en partenariat avec des personnes atteintes de schizophrénie, leurs familles et des professionnels de la santé.

**La norme de qualité, qui figure sur notre site Web, contient de plus amples renseignements à ce sujet. Vous la trouverez à l'adresse suivante : [hqontario.ca/Accueil](http://hqontario.ca/Accueil)**

#### **Dans ce guide, nous utilisons les termes suivants :**

**Soins dans la collectivité :** Ils comprennent les soins primaires, les services de consultations externes, les programmes de réadaptation, les services en milieux correctionnels et les soutiens et services communautaires.

**Aidant naturel :** Une personne non rémunérée qui vous fournit des soins et du soutien, comme un membre de la famille, un ami ou toute personne que vous désignez comme votre aidant naturel.

**Famille :** Les personnes les plus proches de vous, y compris un parent, un être cher, un enfant, un frère, une sœur, un ami ou une personne qui vous offre du soutien personnel. Vous déterminez les membres de votre famille et la manière dont ils participeront à vos soins.

**Professionnels de la santé :** Les différents types de personnes qui pourraient faire partie de votre équipe de soins :

- des psychiatres;
- des fournisseurs de soins primaires, comme un médecin de famille ou un infirmier praticien;
- un infirmier, un ergothérapeute, un pharmacien, un physiothérapeute, un psychologue ou un travailleur social.

**Rétablissement :** Vivre une vie satisfaisante et pleine d'espoir, malgré la présence de symptômes continus de schizophrénie.

# Le présent guide s'adresse aux personnes atteintes de schizophrénie, à leurs familles et à leurs aidants naturels.

Il pourra vous aider à connaître vos options au moment de recevoir des traitements et à vous assurer d'obtenir les meilleurs soins possibles.

La schizophrénie est un problème de santé mentale chronique qui commence normalement à la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Il n'y a aucune cure pour la schizophrénie, mais un grand nombre de personnes peuvent s'en « rétablir ». Le terme « rétablissement » est couramment utilisé dans le secteur de la santé mentale. Ce terme indique un état dans lequel il vous est possible de vivre une vie satisfaisante et pleine d'espoir, même si vous pouvez éprouver des symptômes continus de votre maladie.

Votre famille et vous ne devez pas hésiter à demander de l'aide. Votre professionnel de la santé souhaitera vous aider à avoir les meilleures conditions de vie possible et bâtir une relation de confiance avec vous et votre famille. Plus il aura de renseignements sur vous et vos objectifs, mieux il pourra vous aider à élaborer un plan de traitement et de rétablissement répondant à vos besoins.

## Si vous ou un proche êtes atteint de schizophrénie et recevez des soins dans la collectivité...

Vous pouvez utiliser ce guide afin de travailler avec votre professionnel de la santé pour élaborer un plan de soins qui vous convient, notamment en vous offrant un accès à des soins de santé adaptés sur le plan culturel. Nous vous encourageons à utiliser le guide pour poser des questions éclairées sur les soins offerts pour traiter la schizophrénie et pour en apprendre davantage sur la façon dont votre famille et vous pouvez obtenir le soutien dont vous avez besoin.

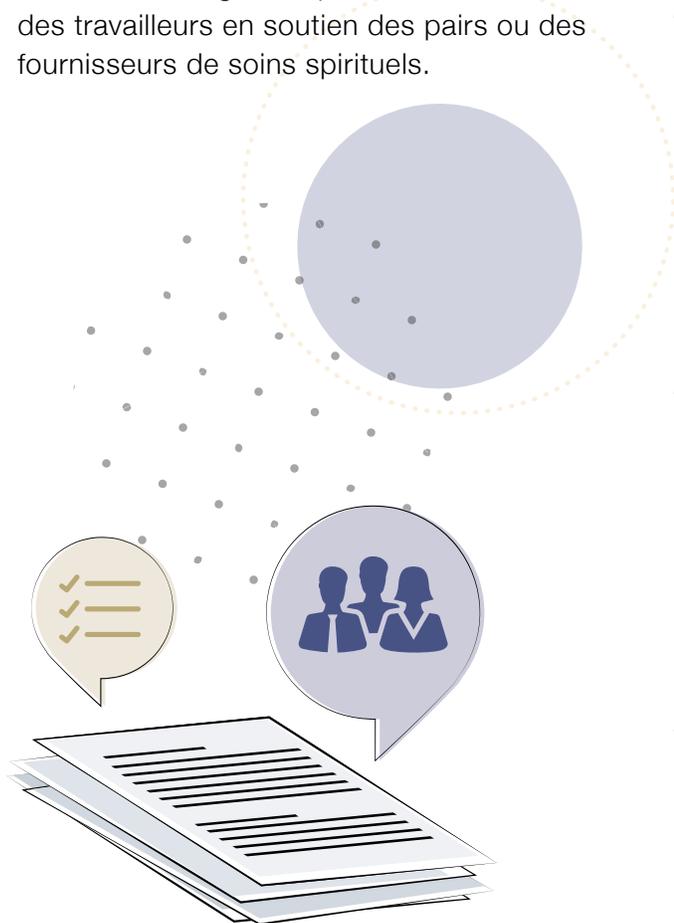
Puisque les plans de soins peuvent varier beaucoup d'une personne à l'autre, il vous est important de travailler en étroite collaboration avec votre professionnel de la santé dans le but d'élaborer un plan de soins qui répond à vos besoins.

Voici quelques facteurs à considérer.



## Qui me fournira des soins?

- Selon l'endroit où vous habitez et vos besoins, une équipe de soins de santé ou un professionnel de la santé pourra vous fournir vos soins.
- Une équipe de soins de santé est un groupe de fournisseurs de soins de santé qui travaillent ensemble pour vous offrir des soins. Votre équipe de soins peut comprendre des médecins, des infirmiers, des travailleurs sociaux, des ergothérapeutes, des bénévoles, des travailleurs en soutien des pairs ou des fournisseurs de soins spirituels.



- Si une équipe de soins de santé s'occupe de vous, elle devrait vous fournir le nom et les coordonnées de la personne responsable de la coordination et de la prestation continue de vos soins avec laquelle elle peut communiquer. C'est valable aussi lorsque des renseignements sur vos soins sont partagés avec d'autres membres de l'équipe de soins de santé et entre les milieux de soins de santé (comme entre un hôpital et le bureau de votre médecin de famille).

## En quoi consiste un plan de soins?

- Un plan de soins est un document écrit que votre professionnel de la santé et vous établissez ensemble et que vous approuvez. Il présente vos objectifs ainsi que les soins et les services que vous recevrez et les personnes qui les fourniront. Votre professionnel de la santé devrait travailler avec vous pour mettre à jour régulièrement votre plan de soins. Votre famille ou vos aidants naturels peuvent également participer à son élaboration et à sa mise à jour, si vous êtes d'accord.
- Votre plan de soins devrait s'appuyer sur une évaluation complète de votre santé physique et mentale, qui comprendra des questions au sujet de vos antécédents médicaux et des médicaments que vous prenez. Il devrait aussi tenir compte de votre situation sociale, de vos objectifs, de votre état de santé et de la façon dont vous gérez l'incidence de vos symptômes au quotidien.
- Durant vos rendez-vous réguliers, votre professionnel de la santé devrait vous évaluer pour des problèmes de santé qui sont courants chez les personnes atteintes de schizophrénie, comme du diabète, une prise de poids, une maladie cardiaque et une maladie pulmonaire. Ces évaluations pourraient entraîner des modifications à votre plan de soins.

## En quoi consiste une ordonnance de traitement en milieu communautaire?

- Une ordonnance de traitement en milieu communautaire est un ordre juridique, émis par un médecin, qui énonce le plan complet de traitement ou de soins en milieu communautaire d'une personne atteinte d'une maladie mentale grave ayant eu des difficultés à gérer ses symptômes dans la collectivité.
- Si vous faites l'objet d'une ordonnance de traitement en milieu communautaire, votre plan de traitement en milieu communautaire s'appuiera sur votre plan de soins et vos objectifs, dans la mesure du possible.

## Que pourrait comprendre mon traitement?

- Votre médecin ou votre infirmier praticien devrait offrir des antipsychotiques ainsi que des interventions non médicamenteuses, au besoin, pour traiter vos symptômes.
- Selon vos besoins, votre professionnel de la santé peut vous mettre en contact avec des services spécialisés dans la collectivité. Voici quelques-unes des possibilités :
  - Un programme d'intervention précoce en cas de psychose si vous éprouvez des symptômes de schizophrénie pour la première fois. La psychose est une affection traitable de l'esprit qui peut nuire à votre capacité de départager la réalité de l'imaginaire.
  - Une équipe appelée « équipe communautaire de traitement intensif ». Il s'agit d'une équipe de professionnels de la santé qui travaillent ensemble pour vous offrir divers services répondant à vos besoins, comme des prescriptions de médicaments, du counselling, du soutien aux aptitudes à la vie quotidienne, au logement et à l'emploi.
  - Une « gestion de cas intensive ». Il s'agit d'une option semblable à l'équipe communautaire de traitement intensif, sauf qu'un gestionnaire de cas est au cœur de votre soutien et vous lie à des services qui répondent à vos besoins, tels que du soutien en matière de médicaments, des programmes de santé mentale ainsi que des services de logement, d'emploi, d'aptitudes à la vie quotidienne et de justice.

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

## Antipsychotiques

- Les antipsychotiques réduisent l'intensité des symptômes de psychose, notamment les hallucinations et les idées délirantes. Votre professionnel de la santé devrait discuter avec vous des avantages, des préjudices et des effets secondaires potentiels des antipsychotiques afin que vous puissiez prendre des décisions éclairées sur vos soins. Si votre famille ou d'autres personnes participent à vos soins, elles devraient également recevoir ces renseignements.
- Habituellement, un professionnel de la santé offrira un type d'antipsychotique à la fois. Toutefois, il se pourrait qu'il recommande parfois la prise de plus d'un antipsychotique.
- Si vos symptômes ne diminuent pas ou si vous éprouvez d'importants effets secondaires après avoir pris un antipsychotique, discutez avec votre professionnel de la santé de la prise d'un autre médicament.
- Vous voudrez sans doute prendre un antipsychotique par voie d'injection à action prolongée afin de ne pas avoir à vous rappeler de prendre votre médicament tous les jours. Votre professionnel de la santé devrait vous indiquer au début de votre traitement s'il s'agit d'une bonne option pour vous. Selon le médicament, vous aurez une injection au moins toutes les 2 semaines, au plus tous les 3 mois. Les antipsychotiques ne peuvent pas tous être administrés par voie d'injection à action prolongée.

- Si vos symptômes constituent encore une source de détresse après avoir essayé au moins deux types différents d'antipsychotiques, demandez à votre professionnel de la santé si vous pouvez prendre de la clozapine.
- Si un antipsychotique vous aide à réduire vos symptômes, vous aurez probablement besoin de continuer de le prendre afin d'éviter que les symptômes ne resurgissent. Votre professionnel de la santé devrait examiner avec vous votre prise de médicament une fois par an pour s'assurer qu'elle continue d'être efficace et pour réduire les effets secondaires.

## Interventions non médicamenteuses

- En fonction de vos besoins, des interventions non médicamenteuses devraient vous être offertes dans le cadre de votre traitement. Deux de ces types d'interventions sont la thérapie cognitivo-comportementale et la rééducation cognitive.
- Au cours d'une thérapie cognitivo-comportementale, vous discuterez avec un thérapeute de vos réflexions et croyances et apprendrez la manière dont elles peuvent influencer sur la façon dont vous vous comportez et gérez les problèmes.
- Au cours d'une rééducation cognitive, vous exécuterez des activités d'apprentissage qui vous aideront à améliorer votre mémoire, votre concentration et votre capacité à résoudre des problèmes.

## Comment puis-je bien vivre avec la schizophrénie?

- Un mode de vie sain peut aider à améliorer votre santé physique et mentale. Votre professionnel de la santé devrait vous donner des renseignements sur les programmes qui peuvent vous aider à faire de l'exercice et à adopter une alimentation saine.
- L'alcool et les drogues peuvent aggraver vos symptômes de schizophrénie et diminuer l'efficacité de votre traitement. Votre professionnel de la santé devrait vous demander si vous consommez de l'alcool et des drogues et vous offrir le traitement (si vous en avez besoin) pour vous aider à cesser votre consommation.
- Abandonner ou réduire l'usage du tabac peut aider à améliorer votre santé physique et mentale. Votre professionnel de la santé devrait discuter avec vous des façons de cesser de fumer ou de réduire votre consommation de tabac.
- C'est plus facile de vous concentrer sur votre rétablissement lorsque vous n'avez pas à vous demander où vous devez vivre. Votre professionnel de la santé devrait vous mettre en contact avec des services qui peuvent vous aider à trouver un endroit sécuritaire, abordable et stable où vivre, ainsi que des services de soutien (comme la gestion des médicaments, le soutien au revenu, la préparation des repas, l'équipe communautaire de traitement intensif ou la gestion de cas ainsi que les activités récréatives et de soutien), si vous en avez besoin.
- Votre professionnel de la santé devrait vous faire part de programmes qui pourraient vous aider à atteindre vos objectifs de travail et d'éducation.

## Comment puis-je en apprendre davantage sur la schizophrénie?

- Votre professionnel de la santé devrait vous fournir des renseignements pour vous aider à en apprendre davantage sur la schizophrénie et les options de traitement pour gérer votre état afin que vous puissiez participer activement à l'élaboration de votre plan de soins. Vous devriez aussi recevoir des renseignements sur les services et les groupes de soutien qui sont accessibles dans votre collectivité et en ligne.



## Je suis un membre de la famille—que puis-je donc faire pour aider?

- Ce guide a été créé en tenant compte des familles afin de vous donner les renseignements dont vous avez besoin pour poser des questions éclairées aux professionnels de la santé de votre membre de la famille. Les familles peuvent jouer un rôle essentiel en soutenant le rétablissement d'une personne, en favorisant son bien-être et en fournissant des soins.
- Si vous êtes un membre de la famille d'une personne atteinte de schizophrénie, les professionnels de la santé devraient vous donner la possibilité d'en apprendre sur la schizophrénie et d'obtenir du soutien si vous avez besoin. Ces renseignements sont essentiels pour que vous puissiez aider votre membre de la famille, tout en vous occupant de vos propres besoins.

Chaque personne est différente et certaines options peuvent ne pas s'appliquer à votre situation. Si vous avez des questions sur vos soins, il est important d'en **parler avec votre professionnel de la santé.**





## Vous désirez obtenir plus d'information?

Veillez communiquer avec nous à l'adresse [qualitystandards@hqontario.ca](mailto:qualitystandards@hqontario.ca) ou au **1 866 623 6868** si vous avez des questions ou des commentaires à propos du présent guide de référence du patient.

**La norme de qualité, qui figure sur notre site Web, contient de plus amples renseignements à ce sujet. Vous la trouverez à l'adresse suivante : [hqontario.ca/Accueil](http://hqontario.ca/Accueil)**

## À propos de Qualité des services de santé Ontario

Qualité des services de santé Ontario est le conseiller de la province en matière de qualité des soins de santé. Nous sommes motivés par un seul et unique objectif : améliorer la santé de tous les Ontariens et Ontariennes.

Nos normes de qualité sont des ensembles concis d'énoncés qui indiquent les caractéristiques des soins de qualité pour les affections ou les sujets où des écarts importants sont constatés dans la façon dont les soins sont fournis en Ontario et les soins que les patients devraient recevoir. Elles sont fondées sur les meilleures données probantes disponibles et ont été élaborées en collaboration avec des experts cliniques provenant de partout dans la province, ainsi qu'avec des patients et des personnes soignantes ayant des expériences vécues relativement au sujet en question.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur Qualité des services de santé Ontario et nos normes de qualité, visitez : [hqontario.ca/Accueil](http://hqontario.ca/Accueil)