

À LA RECHERCHE DE L'ESPOIR

Le retard entraîne des souffrances inutiles

On estime qu'en moyenne, une personne souffrant d'un trouble de l'humeur consultera 3 ou 4 médecins et passera plus de 8 ans à souffrir des épisodes de la maladie avant de recevoir le bon diagnostic et un traitement adéquat. Ce retard entraîne des souffrances inutiles, une perte de productivité et des interruptions dans la vie des personnes concernées. Un diagnostic précoce, un traitement adéquat et une bonne combinaison de mesures de soutien et de médicaments sont des éléments importants pouvant amoindrir les effets douloureux et perturbateurs qu'entraîne la maladie sur la personne qui en est atteinte et sa famille.

Une étude effectuée récemment par Statistique Canada ([Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : santé mentale et bien-être](#) publiée en sept. 2004) a démontré que la dépression, la toxicomanie et l'anxiété affligent presque autant de gens que les maladies du coeur ou le diabète, alors que la plupart des personnes qui souffrent de ces problèmes de santé mentale n'obtiennent jamais l'aide dont ils ont besoin.

À partir d'entrevues réalisées en personne auprès de 37 000 Canadiens, l'étude a révélé qu'au cours de la dernière année plus de 2,6 millions de Canadiens ont souffert d'une maladie mentale ou de la dépendance envers la drogue ou l'alcool. Les troubles de l'humeur et les troubles anxieux étaient plus répandus chez les femmes, alors que les hommes étaient plus susceptibles de se tourner vers l'alcool et la drogue.

Les données ont également révélé que la prévalence des troubles de santé mentale est plus élevée chez les jeunes. Chez ceux âgés de 18 à 25 ans, plus de 26 pour cent ont éprouvé des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie au cours de la dernière année, par rapport à 15 pour cent pour le groupe des 25 à 44 ans. Les jeunes Canadiens étaient également parmi les moins susceptibles de demander de l'aide. Seulement un jeune sur quatre dit s'être tourné vers un professionnel de la santé, un conseiller religieux, un groupe de soutien ou une ligne d'écoute téléphonique au cours de l'année précédant l'enquête.

Seul le tiers des personnes souffrant de ces problèmes ont reçu une aide professionnelle.

L'enquête de Statistique Canada a aussi révélé que seulement le tiers des personnes éprouvant des symptômes demandent de l'aide. Plusieurs ont trop peur de ce que la famille, les employeurs ou les amis vont penser, certains sont déterminés à s'en sortir seuls, tandis que d'autres ne savent tout simplement pas vers qui se tourner.

Parmi les personnes qui cherchent à se faire aider, plusieurs s'adressent d'abord à leur médecin de famille pour obtenir un traitement. Un moins grand nombre de personnes ont sollicité l'aide de psychiatres, de spécialistes médicaux, de psychologues et d'infirmières ou de travailleurs sociaux. Selon l'enquête de Statistique Canada, en plus des consultations professionnelles, les Canadiens souffrant de troubles mentaux ou de toxicomanie ont eu recours à d'autres méthodes, dont : les groupes d'entraide, les lignes d'assistance téléphonique et les groupes de soutien sur Internet.

La plupart des personnes qui ont demandé de l'aide ont été très satisfaites des soins qu'elles ont reçus

La vaste majorité des personnes qui ont demandé de l'aide ont été satisfaites de l'aide reçue concernant des problèmes de santé mentale ou de drogue ou d'alcool. Plus de 82 % ont signalé avoir été satisfaites ou très satisfaites des traitements et des services reçus de la part des professionnels de la santé consultés.

Il est possible de consulter le rapport complet intitulé Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes : santé mentale et bien-être, 2002 sur le site Web de Statistique Canada (www.statcan.ca).