

Pleins feux sur la stigmatisation en matière de santé mentale dans les salles d'urgence en Colombie-Britannique

By Jen Janssen

Pendant des mois, Niki Hyllins a tenté d'expliquer à son conjoint à quel point elle ressentait de la tristesse et du désespoir sans toutefois y parvenir. Ce n'est qu'après lui avoir montré un sombre autoportrait qu'il a compris ce qui se passait — et qu'il en a pleuré.

« Il n'avait aucune idée de ce que je vivais et il s'est excusé de ne pas m'avoir apporté le soutien nécessaire, » confie Niki, résidente de Penticton, en Colombie-Britannique. L'art a représenté un havre de paix où se réfugier lorsque Niki traversait une période tumultueuse. Elle se sentait parfois complètement dépressive, parfois incroyablement agitée. Pendant ces épisodes d'agitation et de manie, elle allait d'un emploi à l'autre, d'un endroit à l'autre, traversant la planète en quête de quelque chose, de n'importe quoi, qui mettrait fin à sa profonde tristesse.

Niki savait pourtant que quelque chose clochait. Elle a tenté à plusieurs reprises d'obtenir de l'aide auprès des médecins. Mais des diagnostics erronés et des ordonnances non appropriées l'ont fait sombrer encore plus.

Niki, qui a aujourd'hui 37 ans, se souvient d'une visite chez un médecin qui était décemment mal à l'aise.

« Elle a ricané lorsque je lui ai confié ce que je vivais. Elle m'a remis une ordonnance sans dire un mot. Pas un mot, aucun conseil, rien au sujet de ce qui se passait en moi. Rien du tout. » Niki pense que ce médecin — comme bien d'autres qu'elle a consultés — avait des préjugés à l'égard de la maladie mentale. L'attitude du médecin, inappropriée, a miné l'estime de soi de Niki.

Le corps médical commence à peine à saisir à quel point les travailleurs de la santé font preuve de stigmatisation.

Après 26 ans d'expérience à titre d'infirmière en salle d'urgence, Cheryl Whittleton a vu une foule d'exemples de stigmatisation.

« Les médecins, et même le personnel infirmier, disent "Ce client va nécessiter une demi-heure... Commençons donc par ceux qui ont mal à la gorge ou qui ont besoin de points de suture", raconte Cheryl, maintenant chef de l'équipe des urgences au centre de santé *Castlegar and District* en Colombie-Britannique. Même si un client atteint de maladie mentale présentait un problème médical plus urgent à l'étape du tri, il était laissé en arrière-plan ».

Une de ses copines de longue date, atteinte de maladie mentale, s'est déjà présentée à l'urgence durant l'un de ses quarts de travail. Cheryl a entendu le personnel s'exprimer en termes peu appropriés au sujet de cette patiente et écarter ses besoins. Il a fallu que Cheryl explique la maladie de sa copine à ses collègues pour que celle-ci soit admise. Cheryl pense que si elle n'avait rien dit, son amie aurait été forcée de sortir sans avoir été traitée.

Cheryl a alors réalisé que les salles d'urgence de l'intérieur de la Colombie-Britannique devraient être sensibilisées à ce problème. Elle a abordé le sujet à l'occasion d'une réunion de comité. Tous les membres étaient d'accord avec elle.

Au même moment, la Commission de la santé mentale du Canada était en quête de propositions, à la grandeur du pays, de la part de projets axés sur la stigmatisation chez le personnel soignant. L'initiative *Changer les mentalités* de la Commission vise à lutter contre la stigmatisation et la discrimination. Échelonnée sur dix ans, elle cible entre autres le personnel soignant. L'organisme affirme que c'est aux premières lignes du réseau de la santé que les patients ressentent la stigmatisation et la discrimination les plus prononcées.

Changer les mentalités a formé un partenariat avec 49 projets voués à réduire la stigmatisation, à l'échelle du pays, et évalue ces programmes. Les meilleurs projets seront retenus et mis en œuvre à l'échelle nationale.

Changer les mentalités a aussi découvert que des établissements étaient désireux de servir à titre de projets pilotes et les a jumelés à des projets existants. À la suite d'une présentation au sujet d'un tel projet mené l'an dernier par le Réseau local d'intégration des services de santé du Centre de l'Ontario, au nord de Toronto, Cheryl a découvert que ce projet pourrait donner des résultats semblables dans sa région. Ce projet avait réussi à réduire la stigmatisation chez les pourvoyeurs de soins de santé. C'est alors qu'elle a aussi réalisé quelque chose à son propre sujet :

« Je pense que je suis une bonne infirmière, dit-elle, mais j'ai vu en moi certains des préjugés abordés dans le cadre de l'atelier, et j'ai eu honte. Mon travail consiste aussi à plaider en faveur des patients et je dois rester consciente des mots que j'utilise en les traitant. »

L'initiative *Changer les mentalités* a mis les deux régions en contact. Avec l'aide de la régie de la santé *Interior Health* de la Colombie-Britannique, Cheryl a présenté cet



L'artiste britanno-colombienne Niki Hyllins à la galerie d'art Penticton où elle a exposé avec ses étudiants, cet automne, une série d'autoportraits.

automne une série d'ateliers identiques à ceux du programme ontarien. Les ateliers se sont déroulés dans sept hôpitaux et cliniques communautaires de l'intérieur de la Colombie-Britannique (Castlegar, Kelowna, Williams Lake, Kamloops, Penticton, Salmon Arm et Cranbrook). Des dizaines d'employés des salles d'urgence y ont appris, de la bouche de patients, comment la stigmatisation les avait affectés. Cheryl a invité Niki à témoigner.

« Il a été très difficile pour moi de raconter mon histoire encore et encore, » explique Niki, qui a témoigné à chacun des ateliers.

Elle a expliqué à l'auditoire que, selon elle, c'était la stigmatisation qui l'avait empêchée de recevoir un diagnostic et un traitement adéquats, même après avoir souffert de symptômes pendant 22 ans. Elle a également raconté qu'un manque évident de soins l'avait forcée à trouver elle-même de l'aide, à l'aveuglette. Après avoir passé des heures et des heures sur Internet à faire des recherches, elle avait découvert que ses symptômes étaient identiques à ceux des personnes ayant un trouble bipolaire. Plus tard, un psychiatre a confirmé que c'était bel et bien le cas.

Aujourd'hui, Niki déclare qu'il est important pour elle de sensibiliser le personnel soignant au sujet de l'impact que ses interventions peuvent avoir.

« La stigmatisation dans le réseau de la santé a un effet dévastateur, » affirme-t-elle. Elle ajoute que, d'un autre côté, des soins éclairés et prodigués avec compassion ont un effet positif sur les patients, lequel est « encore beaucoup plus puissant ».

Cheryl affirme que le message de Niki est percutant. « La majorité des participants aux ateliers sont touchés, parfois jusqu'aux larmes, par sa présentation, qu'ils trouvent particulièrement intense, » explique-t-elle.

Les participants sont invités à commenter et à poser des questions au sujet de l'utilité des ateliers. À la question « Pensez-vous que ce type d'atelier est utile pour réduire les préjugés et la discrimination à l'endroit des personnes atteintes d'une maladie mentale persistante? », un participant a répondu : « Oui, je pense que l'atelier est nécessaire, qu'il est important et qu'il représente un énorme pas dans la bonne direction. » Cheryl exprime sa gratitude envers la Commission qui a bien voulu collaborer à sensibiliser le personnel soignant dans la région centrale de la Colombie-Britannique. Niki affirme que la profession médicale, qui l'a si souvent laissée amère, lui sauve désormais la vie en lui donnant les outils dont elle a besoin pour traiter son problème. Son agitation est maintenant bien gérée.

Niki se dévoue actuellement à un nouveau projet intitulé *Okanagan Creative Connections* dans le cadre duquel elle enseigne les beaux-arts en adoptant une approche thérapeutique. La plupart de ses étudiants ont une maladie mentale. C'est pour eux qu'elle a lancé son entreprise.

« Mon objectif est d'améliorer leur qualité de vie et de les habiliter à créer à l'aide d'une approche d'enseignement novatrice favorisant l'expression de soi et par le mentorat. » En octobre, la galerie d'art Penticton a exposé trente des œuvres de ses étudiants.

Niki mène maintenant une vie aussi riche qu'active. En plus de donner des cours, elle vend des œuvres d'art, implique la collectivité dans le cadre de projets liés au bien-être mental et, avec son conjoint, élève deux jeunes enfants. Récemment, elle a manqué de temps pour s'exprimer par les beaux-arts. Elle ajoute toutefois que lorsqu'elle s'y remettra, ses dessins, tableaux et sculptures ne feront plus pleurer ceux qui les regardent. Ses œuvres évoqueront plutôt la joie qu'elle ressent dorénavant.