**La psychose et la schizophrénie**

**Source : Organisation Mondiale de la Santé (OMS)**

<https://applications.emro.who.int/docs/EMRPUB_leaflet_2019_mnh_223_en.pdf?ua=1&ua=1>

**Qu'est-ce que la psychose?**

La psychose est une condition pathologique qui affecte l'esprit d'une personne et déforme la façon dont elle pense et comprend le monde qui l'entoure. Le malade perd le contact avec la réalité et ne se rend pas compte que ses pensées et ses perceptions sont irréelles et qu'il ressent de la peur ou de la détresse.

Les personnes souffrant de détresse mentale sont incapables de s'acquitter de leurs responsabilités habituelles liées à la famille, au travail, à l'école ou aux activités sociales.

Les patients psychotiques sont rarement caractérisés par la violence et l'agressivité. Ils sont plus susceptibles d'être victimes de violences et de violations des droits humains.

**Qu'est-ce que la schizophrénie?**

La schizophrénie est un trouble psychotique chronique et sévère touchant plus de 21 millions de personnes dans le monde. La schizophrénie est associée à un handicap sévère et peut nuire à la performance éducative et professionnelle.

Les personnes atteintes de schizophrénie sont deux à trois fois plus susceptibles de mourir prématurément que la population générale. Cela est souvent dû à des maladies physiques évitables telles que les maladies cardiaques et les maladies intérimaires.

Régime alimentaire, diabète et maladies infectieuses.

Les personnes atteintes de schizophrénie souffrent souvent de stigmatisation, de discrimination et de violations de leurs droits humains.

**Signes et symptômes courants de la psychose**

* Hallucinations : Le patient entend des voix qui ne sont présentes que dans l'esprit du patient, ou voit des choses, les sent, ou les ressent ou tout cela ensemble.
* Délires: Le patient a une croyance irréelle et ferme liée à un objet, un événement ou une personne. Rien ne peut le convaincre que son idée est fausse, même s’il existe des preuves claires prouvant le contraire. Des exemples de ces délires comprennent la conviction du patient qu’un individu ou une organisation envisage de lui faire du mal ou de le tuer, ou qu’il est une personne comme un chef d'État ou un prophète.
* Discours incohérent et sans rapport avec le sujet: sauter d'un sujet à un autre sans lien rationnel, ou dire des phrases incomplètes.
* Comportement naturel: comportement organisé, représentant errer dans un but, marmonner ou rire avec soi-même, apparaître avec une apparence étrange ou ne pas prêter attention à son apparence.
* Perturbation des émotions: comme être indifférent ou avoir des sentiments inappropriés, par exemple, il n'apparaît pas sur le visage du patient d’expression de bonheur dans des situations agréables.

**Quelles sont les causes de la psychose?**

* Maladies mentales : la schizophrénie (voir ci-dessus) est le trouble psychotique le plus important, mais des symptômes psychotiques peuvent survenir dans d'autres troubles mentaux. Ces troubles comprennent: la dépression, le trouble bipolaire et les états post-partum (pour plus d'informations, voir les fiches d'information de l'OMS sur ces différents troubles).
* Maladies physiques: certaines conditions médicales peuvent induire des états psychotiques, en particulier aux stades avancés, comme par exemples le malaria, la maladie d'Alzheimer, la syphilis et les tumeurs cérébrales.
* Substances addictives: Les drogues connues pour déclencher des réactions psychotiques comprennent: les amphétamines, la méthamphétamine, le haschich, le diéthylamide, l'acide lysergique (Acide), champignon de la psilocybine (champignon magique) et kétamine.
* Événements stressants ou difficiles de la vie, comme l'exposition à des événements mettant la vie en danger, des événements traumatisants, la perte d'un ami proche ou d'un parent, peuvent parfois déclencher un épisode ou crise psychotique.

**Traitement de la psychose**

La psychose ou la schizophrénie est une affection traitable. Le traitement avec des médicaments et des interventions psychosociales est un traitement efficace. Cependant, les personnes atteintes de psychose / schizophrénie peuvent nécessiter un traitement à long terme, et il peut y avoir une certaine baisse des performances générales même si le traitement réussit. Un traitement précoce peut aider à contrôler les symptômes avant qu'ils ne surviennent

Les complications sont dangereuses et le traitement peut améliorer le pronostic à long terme.

Le médecin évaluera complètement la condition pour déterminer ce qui a déclenché l'épisode psychotique. Parfois, le patient doit rester à l'hôpital pour contrôler ses symptômes aigus, s’il présente une grande agitation extrême, ou s'il est susceptible de se blesser ou de blesser autrui.

Les antipsychotiques - qui sont des médicaments utilisés pour contrôler les symptômes de la psychose - doivent être débutés dès qu'un épisode psychotique a été diagnostiqué. Le patient peut avoir besoin de prendre ces médicaments pendant des mois ou des années.

L'irritabilité et l'anxiété sont parmi les premiers symptômes à disparaître. Cela peut prendre de plusieurs jours à six semaines pour que les antipsychotiques commencent à contrôler les délires et la manie.

Les antipsychotiques peuvent avoir des effets secondaires, tels que somnolence, frissons et contractions, prise de poids, agitation, crampes musculaires, sécheresse de la bouche, constipation, vision trouble et vertiges.

Il existe différentes approches psychologiques: thérapie cognitivo-comportementale, thérapie basée sur la résolution de problèmes, traitement familial et éducation.

Il est important d'éduquer les patients et leurs familles sur la psychose, comment prévenir ou réduire les risques de crises et comment vivre avec.

**Comment vous aidez vous-même?**

Continuez, autant que possible, vos activités sociales, vos études ou votre travail habituel. Cependant, rester dans un environnement de travail ou dans une maison stressante peut ne pas être sain.

Prenez les médicaments comme indiqué par votre médecin et ne les arrêtez jamais par vous-même, même si vous vous sentez mieux.

Parlez à votre médecin si vous remarquez des effets secondaires. Il pourra peut-être changer le médicament que vous prenez ou vous donner un médicament supplémentaire pour traiter les effets secondaires.

Vous avez le droit de participer à toutes les décisions concernant votre condition.

Maintenez une bonne hygiene de vie: suivez une alimentation saine, dormez suffisamment et régulièrement, faites de l'exercice et maintenez votre hygiène personnelle.

Connaissez vos symptômes et les déclencheurs qui les provoquent. Essayez d'éviter ces déclencheurs et appelez votre professionnel de la santé ou votre médecin dès que vous pensez qu'ils arrivent.

**Comment aider un ami ou un membre de la famille qui souffre de psychose?**

N'oubliez pas qu'une personne psychotique peut entendre des voix ou avoir une ferme croyance en des choses qui ne sont pas réelles. Il faut l'écouter sans le critiquer.

Les personnes atteintes de psychose nient souvent qu'elles sont malades et peuvent parfois être hostiles.

Les symptômes sont fréquents chez la plupart des patients. Vous devez l'aider à se faire soigner (médicaments et hospitalisation). Recherchez les symptômes d'avertissement et aidez-le à obtenir de l'aide si vous remarquez ces symptômes.

N'essayez pas de prendre des décisions à sa place. Une personne psychotique doit avoir les mêmes droits que tout le monde.

Mobiliser un réseau de soutien social pour le patient: sa famille, ses amis, ou toute personne qui se soucie de son cas pour lui prodiguer des soins et un soutien si besoin.

Il est généralement préférable pour la personne atteinte de psychose de vivre dans un environnement favorable à son domicile et dans la communauté. Essayez de l'inclure autant que possible dans les activités familiales.

L'hospitalisation à long terme du patient doit être évitée.

Les personnes atteintes de psychose ont un risque accru de suicide, et il est donc important de prêter attention aux signes avant-coureurs.

Cette fiche d’information fait partie d’une série de fiches d'informations préparées par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour le grand public sur les troubles mentaux et la façon de les traiter. Il est possible de télécharger gratuitement les fiches d'information sur le site Web de l'Organisation mondiale de la Santé à l’adresse : [www.emro.who.int/mnh](http://www.emro.who.int/mnh).