

diagonales

N° 60 - Mai 2008

MENSUEL ROMAND DE LA SANTÉ MENTALE



Psychotropes et prise de poids

Bien manger pour se
réapproprié son corps

Ernesto Ricou

4-9

Dossier

Psychotropes et prise de poids



Bien manger pour se réapproprier son corps

10-11

Actuel

L'hypnose

Elle ne guérit pas, mais elle soulage

12

Tous les droits

Poursuites pour dettes

Peut-on saisir une rente AI?

13

Santé publique

Commission d'examen des plaintes

Après quatre ans, quel bilan?

14-15

Conférence

Contrainte en psychiatrie

Confinement de la folie: un choix de société?

16-17

Ici et ailleurs

Santé mentale dans le monde

Psychiatrie: l'éternel parent pauvre

18-19

J'ai lu - J'ai aimé

20

Événement

La Fondation Eben-Hézer en fête

Cortège de carnaval, salsa et percussions à Chailly

21

Eclairage

L'estime de soi

Une valeur jamais acquise

22

Aigre-doux

Les carnets d'Hélène

23-24

Agendas de la CORAASP et du GRAAP

BONNE NOUVELLE. Après la reconnaissance de la qualité de la relation thérapeutique (thème du Congrès annuel du GRAAP en mai prochain), la psychiatrie découvre l'importance du plaisir. D'où le dossier ci-après qui aurait pu s'intituler: «Plaisirs de la table contre obésité.»

Mais soyons sérieux. Il s'agit d'un problème grave et vérifié: la prise de poids des patients sous antipsychotiques atypiques. Explication. Ces médicaments influent sur le métabolisme et peuvent, par exemple, retarder la sensation de satiété. Il est fréquent de voir des patients s'alourdir inexorablement de 10, 20 kilos et plus en cours de traitement.

Pendant longtemps, les thérapeutes n'ont pas mesuré l'importance du problème, étant donné les effets bénéfiques de ces médicaments sur les symptômes de la maladie.

Et voilà que depuis quelques années, la psychiatrie entend la plainte des patients, soulagés dans leur tête, mais accablés dans leur corps. Elle prend conscience du problème de ces hommes et de ces femmes impuissants face à ce phénomène. «Mangez moins, bougez plus», leur dit-on. Et pleuvent les remontrances et conseils diététiques. Résultat: la culpabilité s'ajoute à leur mal-être.

Soulignons la difficulté pour le soignant de prescrire «le bon» médicament, dont les effets secondaires sont supportables. Chaque sujet peut réagir différemment et, malgré tout son savoir et son empathie, le thérapeute en est souvent réduit à «tâtonner».

Bonne nouvelle disions-nous. Il existe maintenant une forme de thérapie cognitive et comportementale, dite Apple-Pie Group. Signe particulier: son approche socratique et hédoniste. Ce module, expérimenté en Suisse – à Lausanne – pour la première fois, dure six mois, et les résultats sont encourageants. Apple-Pie Group a fait l'objet d'une étude randomisée visant à évaluer l'impact des antipsychotiques sur l'appétit et les conduites alimentaires. Cette étude vient d'être validée et publiée en anglais.

Et le plaisir dans tout cela? Eh bien, cela peut s'apprendre. Au cours de ce module, pas de directives, pas de conseils. Les participants posent des questions, prennent part à des séances de dégustation et retrouvent le plaisir de manger... sans avoir le mot maigrir comme objectif de départ.

Bonne nouvelle encore: le succès grandissant de l'hypnose dans bien des disciplines médicales, y compris la psychiatrie. L'hypnose qui ne soigne pas les maladies mais permet aux patients de mieux «vivre avec».

Renée Hermenjat

Les buts du GRAAP

- Accueillir dans un esprit d'entraide et de solidarité, toute personne confrontée à des difficultés psychiques.
- Défendre les intérêts et les droits des personnes souffrant de troubles psychiques.
- Offrir un lieu de rencontre où l'on peut toujours trouver quelqu'un à qui parler.
- Fournir aux membres la possibilité de réaliser un travail, une occupation intéressante et directement utile.
- Proposer la réalisation de projets qui permettent aux membres de prendre des responsabilités.
- Organiser des activités d'ordre culturel qui favorisent l'ouverture aux autres et sur la ville.