

Diagnostic en psychiatrie adulte

Mieux comprendre et être accompagné(e)

Septembre 2022

Vous venez d'aborder la question du diagnostic de vos troubles psychiques avec votre médecin.

À partir des informations que vous avez données, de votre état de santé, des symptômes et troubles que vous avez évoqués, votre médecin a pu établir un diagnostic de vos troubles psychiques. Il vous a donné des explications sur les troubles dont vous souffrez et les moyens pour les traiter et vous soulager.



Ce document vous a été remis par le médecin ou l'équipe médico soignante. Il contient des informations sur le processus d'un diagnostic psychiatrique, vos contacts utiles en cas de difficultés et le rappel de vos droits.

Comment un diagnostic psychiatrique est-il établi ?

Les troubles psychiques sont très répandus dans la population, 1 personne sur 4 sera touchée par un trouble psychique à un moment de sa vie selon l'OMS (Organisation mondiale de la santé). Ces troubles sont variés, parfois complexes et le diagnostic est établi en fonction de l'observation clinique, des symptômes que vous avez signalés, et des répercussions sur votre état de santé.

Le diagnostic de troubles psychiques s'élabore progressivement. Il peut parfois être revu avec le temps en fonction des effets attendus du traitement (médicamenteux, non médicamenteux) et de l'évolution de votre état.

Votre implication dans le processus d'annonce diagnostique a été et reste déterminante. Elle contribue à des soins de qualité, adaptés à vos troubles.

Que vous apporte ce diagnostic ?

La connaissance du diagnostic vous permet de mieux connaître et comprendre les troubles ressentis, de vous apporter des soins en accord avec vos besoins.

Il faut parfois un certain temps pour accepter le diagnostic annoncé ; vous avez ou avez pu avoir des inquiétudes. Il s'agit d'une situation tout à fait normale. Il est possible de passer par différentes étapes ou réactions. N'hésitez pas à en parler avec les soignants qui vous accompagnent.

Les troubles psychiques se soignent au moyen de traitements (médicamenteux, non médicamenteux) proposés par le médecin et l'équipe soignante. Vous êtes informé des possibilités de traitements adaptés, de vos droits et des aides possibles. Vous serez accompagné par une équipe pluriprofessionnelle qui répondra à vos interrogations et mettra tout en œuvre pour vous soigner.

Quel rôle pouvez-vous avoir ?

- **Votre rôle est déterminant.** À tout moment **vous restez acteur de votre projet de soins et d'accompagnement**, dans une perspective d'amélioration de votre état de santé et de votre qualité de vie.
- **Exprimez** directement **vos préférences et vos attentes**, cela permettra à l'équipe de tout mettre en œuvre pour vous soigner.
- N'hésitez pas à apporter **tout type d'informations que vous pensez utile** et à **poser des questions**. Toutes les questions que vous avez sont importantes.

Il est important de **tout aborder avec votre médecin et l'équipe** : votre traitement (médicamenteux, non médicamenteux), votre situation, vos ressentis, vos difficultés, vos forces, vos interrogations sur l'origine et les conséquences de vos troubles psychiques et **l'idée que vous vous en faites**. Vous avez peut-être fait des recherches sur votre diagnostic. Vous pouvez en discuter avec le médecin et l'équipe soignante.

Ces échanges permettront à l'équipe de mieux comprendre vos besoins pour vous proposer un projet de soins personnalisé dans le cadre d'une décision partagée avec vous. Ils permettront d'adapter votre traitement (médicamenteux, non médicamenteux), de bénéficier d'aides.

La confiance que vous allez établir avec votre médecin et l'équipe à travers vos différents échanges est fondamentale et permettra une prise en charge adaptée de qualité.

Votre traitement et le suivi régulier de votre état de santé global sont nécessaires ; ne prenez pas le risque d'interrompre votre traitement sans en avoir discuté avec un membre de l'équipe.

Enfin, il est important de maintenir votre vie sociale et/ou professionnelle qui sont utiles à l'amélioration de votre état de santé et d'une qualité de vie satisfaisante pour vous.

Quels sont les professionnels qui vont vous soigner ? Vers qui pouvez-vous vous tourner ? Comment être accompagné(e) ?

Selon votre situation, les **professionnels qui vous accompagneront tout au long de votre prise en charge** seront : le psychiatre, le médecin traitant, l'infirmier(ère), le/la psychologue, le/la pharmacien(ne), l'assistant(e) social(e), etc.

Le rôle de chacun est complémentaire. Ils sont à votre écoute, **se coordonnent entre eux** pour vous accompagner, organiser vos soins afin d'améliorer votre état de santé :

- **le psychiatre** confirme le diagnostic des troubles psychiques, prescrit votre traitement, vous soigne en établissant un programme personnalisé ;
- **le médecin traitant** assure votre suivi médical général et vous oriente dans votre parcours de soins. Il peut également être votre interlocuteur pour vous aider à gérer les effets de votre traitement médicamenteux ;
- **l'infirmier(ère)** réalise les soins, surveille votre état de santé ;
- **le/la psychologue** réalise les bilans et les suivis psychologiques ;
- **le/la pharmacien(ne)** délivre les médicaments prescrits, vous conseille sur leur utilisation et les effets attendus. Il peut répondre à toutes vos questions sur les médicaments ;
- **l'assistant(e) social(e)** vous accompagne dans les démarches sociales nécessaires.

Différents programmes d'accompagnement existent. Ils permettent de mieux connaître vos troubles et de mieux vivre avec ; ils peuvent vous être proposés selon le cas et selon vos besoins.

Des associations peuvent proposer un accompagnement pour vous et votre entourage (famille et amis), la participation à des échanges et programmes de formation.

Le soutien par les pairs (personnes qui vivent ou ont vécu des troubles psychiques) peut s'avérer utile en fonction de l'offre du territoire et de vos souhaits : pair-aidance, groupes d'entraide mutuelle.

Comment aborder le diagnostic avec votre entourage et quelle place peut-il avoir ?

Votre entourage, si vous y consentez, peut vous aider et être un soutien pour vous et l'équipe soignante.

→ **Vous pouvez choisir une personne de confiance**¹ qui a un rôle auprès de vous, si vous le souhaitez, pour vous accompagner lors de la consultation, dans vos échanges avec le médecin, dans vos démarches. **Vous pouvez la désigner** parmi votre entourage.

Pour vous aider, votre entourage a besoin d'informations, c'est pourquoi vous pouvez partager ce document avec lui. Votre entourage (adultes, enfants) peut être soutenu aussi par des associations et participer à des programmes d'accompagnement.

1. La personne de confiance peut assurer les missions suivantes ([Article L.1111-6 CSP](#)) : vous accompagner dans vos démarches et vous assister lors de vos rendez-vous médicaux et être consultée par les médecins pour rendre compte de vos volontés si vous n'êtes pas en mesure d'être vous-même consulté. Elle peut aussi vous aider à prendre des décisions concernant votre santé et participer au recueil de votre consentement (par exemple, lors d'une campagne de vaccination). Dans le cas où votre état de santé ne vous permet plus de donner votre avis ou de faire part de vos décisions, le médecin ou l'équipe médicale consulte en priorité la personne de confiance. Son avis guide le médecin pour prendre ses décisions. Elle doit donc connaître vos volontés et les exprimer lorsqu'elle est appelée à le faire.

Quels sont vos droits et les aides possibles ?

→ **Vous avez les mêmes droits que tout usager du système de santé** : droit à l'information, au respect du secret des informations de santé, d'accès à votre dossier médical, de désigner une personne de confiance, etc.

Au cours d'un suivi en établissement de santé ou en centre médico psychologique (CMP), vous pouvez avoir des informations sur vos droits en vous rapprochant des représentants des usagers, et si besoin de la commission des usagers (CDU) de votre établissement. Son rôle est de veiller au respect des droits des usagers, de faciliter vos démarches au sein de l'établissement de santé et si besoin de vous accompagner.

Une fois votre diagnostic posé, des **aides sociales spécifiques** peuvent vous être ouvertes avec l'aide du médecin et de l'assistant(e) social(e). Il existe des aides financières possibles ainsi que des aides au logement, à l'emploi, à la formation, à l'accès aux prêts bancaires, etc.

N'hésitez pas à contacter une assistante sociale qui vous aidera à étudier votre situation et à rassembler les pièces administratives nécessaires. Vous pouvez en parler aussi à une personne de votre entourage.

i Pour aller plus loin

Droit des usagers

- Vos droits sont détaillés dans un guide, « Usagers, votre santé, vos droits », publié par le ministère de la Santé : [Usagers, votre santé, vos droits - Ministère de la Santé et de la Prévention \(solidarites-sante.gouv.fr\)](https://solidarites-sante.gouv.fr/Usagers_votre_sant%C3%A9_vos_droits_Minist%C3%A8re_de_la_Sant%C3%A9_et_de_la_Pr%C3%A9vention)
- La fiche 9 est dédiée à la personne de confiance : [Fiche 9 : la personne de confiance - Ministère de la Santé et de la Prévention \(solidarites-sante.gouv.fr\)](https://solidarites-sante.gouv.fr/Fiche_9_la_personne_de_confiance_Minist%C3%A8re_de_la_Sant%C3%A9_et_de_la_Pr%C3%A9vention)
- La fiche 6 est dédiée aux soins psychiatriques : [Fiche 6 : les soins psychiatriques](https://solidarites-sante.gouv.fr/Fiche_6_les_soins_psychiatriques)

Les droits de la personne hospitalisée

- Vos droits sont détaillés dans la charte de la personne hospitalisée : <https://solidarites-sante.gouv.fr/systeme-de-sante-et-medico-social/parcours-de-sante-vos-droits/modeles-et-documents/article/la-charte-de-la-personne-hospitalisee>

Associations de patients

- Fédération nationale des patients en psychiatrie FNAPSY, <https://www.fnapsy.org/>
- Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM) : <https://www.unafam.org/>
- Il existe également des associations pour certains troubles psychiques en particulier. Consultez le lien ci-dessous : [Les associations d'entraide - Psychom - Santé Mentale Info](https://www.psychom.org/)
- Psychom, site public d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation : <https://www.psychom.org/>
- Santé Info Droits, une ligne d'informations juridiques et sociales qui répond à toutes questions en lien avec le droit de la santé. Tél. : 01 53 62 40 30, les lundis, mercredis et vendredis de 14 h à 18 h et les mardis et jeudis de 14 h à 20 h. Formulaire en ligne : <https://www.france-assos-sante.org/sante-info-droits/>



Qui contacter ?

→ Médecin psychiatre référent :

- Libéral

Docteur : _____

Tél. : _____

- CMP

Docteur : _____

Tél. : _____

- Établissement de santé

Docteur : _____

Tél. : _____



En cas d'urgence, en dehors des horaires d'ouverture, appelez votre service local d'urgences psychiatriques ou le 15.

Service local d'urgences psychiatriques :

Tél. : _____

→ Médecin traitant

Docteur : _____

Tél. : _____

→ Infirmier(ère) hospitalier(ère) ou du CMP ou IPA ou libéral(e)

M./Mme : _____

Tél. : _____

→ Psychologue

M./Mme : _____

Tél. : _____

→ Assistant(e) social(e)

M./Mme : _____

Tél. : _____

→ Personne de confiance

M./Mme : _____

Tél. : _____

À personnaliser :

Logo

Nom de l'établissement de santé d'accueil : _____

Adresse : _____

Ce document a été élaboré par la HAS et relu par des professionnels et des patients concernés par le sujet. Il a été rédigé selon les consignes en vigueur et les connaissances disponibles à la date de sa publication, qui sont susceptibles d'évoluer en fonction de nouvelles données.

Toutes nos publications sont téléchargeables sur www.has-sante.fr