

## CONNAISSEZ-VOUS QUELQU'UN ATTEINT D'UNE MALADIE MENTALE

Par Dr. George Rubin

Quelquefois les personnes ne veulent pas croire qu'elles-mêmes ou qu'un membre de leur famille souffrent d'une maladie mentale, souvent parce qu'elles ont peur que de l'admettre affecterait le bon nom de leur famille. Conséquemment, une personne souffrant d'une maladie mentale ne reçoit pas le traitement dont elle a besoin. Imaginez simplement que quelqu'un dans la famille souffre de symptômes d'une maladie physique. La parenté regarderait-elle cette personne devenir de plus en plus malade sans appeler un docteur? Bien non.

La maladie mentale n'est pas quelque chose dont on doit avoir peur. Tout comme une maladie physique, elle peut être traitée. Les traitements incluent les médicaments, la thérapie et la maîtrise du stress, par exemple. Parfois une personne peut avoir besoin d'être hospitalisée pour un certain temps. Mais en plus des traitements il y a une autre chose qui peut aussi aider – un changement d'attitude de la communauté. Les gens affligés d'une maladie mentale ont besoin de notre support et de notre acceptation. Sans cette acceptation, plusieurs personnes qui sont malades mentalement et leurs familles, essaient de cacher cette maladie de leur communauté. Comme résultat les familles se sentent très isolées et ceci peut aggraver la maladie.

La première étape dans le but de changer les attitudes est de mieux comprendre la maladie mentale. Tout comme pour une maladie physique, la maladie mentale (laquelle affecte une personne sur cinq à un certain temps au cours de leur vie) inclut plusieurs différents problèmes. Certains d'entre eux, tels que la schizophrénie et troubles bipolaires, peuvent être très sérieux, tandis que certains autres problèmes plus communs tels que l'anxiété et les phobies sont moins sérieux.

Certains préjugés des communautés viennent de l'hypothèse que la maladie mentale est reliée à la violence, mais les personnes qui sont atteintes de maladie mentale ne sont pas plus violentes que les autres. Une autre spéculation est que la maladie mentale est causée par une faiblesse de la personnalité, mais ceci n'est pas vrai non plus. La maladie mentale n'est la faute de personne tout comme le diabète n'est la faute de personne. Et, il n'est pas vrai non plus que les personnes qui sont atteintes d'une maladie mentale sont dérangées sexuellement; la plupart des délinquants sexuels ne souffrent pas d'une maladie mentale.

Nous pouvons aider à changer les attitudes des communautés en :

- Apprenant à regarder la maladie mentale comme un autre problème de santé et d'accepter que si quelqu'un agit de façon étrange, c'est peut-être un symptôme de maladie mentale, tout comme la toux peut être un symptôme de grippe. Essayez d'en connaître davantage sur la maladie afin de comprendre pourquoi la personne se comporte de façon étrange.
- Montrant l'amitié et le soutien aux amis, à la parenté, aux voisins ou aux collègues de travail qui sont affectés par la maladie mentale et en encourageant les autres à en faire de même.
- Encourageant les gens atteints d'une maladie mentale, ou leurs familles à demander de l'aide.

The material in this brochure has been adapted from documents produced by SNW Multicultural Health Communications Service  
This brochure can be reproduced as required.  
(Le matériel dans cette brochure a été adapté des documents produits par le Service de Communications de la Santé NSW Multiculturelle.  
(Cette brochure peut être reproduite tel que requis.)