

## Maladie mentale

La maladie mentale est un trouble qui touche les sentiments et le comportement. Peu de maladies mentales peuvent être évitées; presque toutes peuvent être gérées et traitées avec succès. 25% de toutes les personnes développent des troubles psychiques ou comportementaux à un moment donné dans leur vie. Les causes de la maladie mentale sont complexes et influencées par l'hérédité d'une personne (gènes), des expériences stressantes de la vie, un historique familial difficile, des maladies physiques, etc. Les personnes ayant des problèmes de santé mentale ont souvent des difficultés à affronter les pressions de la vie quotidienne et peuvent perdre leur emploi, leurs avantages, leurs droits parentaux, et leurs droits civils de base.

Les maladies mentales les plus communes sont les suivantes:

- **La dépression** est caractérisée par la tristesse, une diminution de l'énergie, la perte d'intérêts, une perturbation du sommeil et de l'appétit, des sentiments de culpabilité et de désespoir. Le suicide reste l'une des conséquences importantes de la dépression.
- **La schizophrénie** est un trouble caractérisé par des ruptures profondes de la pensée, touchant le langage, la perception, incluant des expériences psychotiques. Elle peut causer des hallucinations, la crainte et la confusion.
- **Les troubles d'anxiété** incluent la phobie, la panique et l'anxiété générale (telle que l'inquiétude, la tension,...) qui peuvent causer détresse et handicap significatifs.

En raison des causes complexes, un traitement diversifié et combiné est souvent proposé, tel que la médication, la psychothérapie, la thérapie familiale, etc. Le traitement a lieu dans différents établissements tels qu'hôpitaux psychiatriques, unités psychiatriques dans des hôpitaux généraux, services de santé mentale ambulatoires ou chez des psychiatres ou des thérapeutes privés. Il est important que le traitement dans les hôpitaux soit limité à une période la plus courte possible. Les groupes d'entraide peuvent également être de grand soutien (échanges de sentiments et d'expériences).

## Discrimination, négligence et abus

Les personnes handicapées mentales et les personnes ayant une maladie mentale souffrent de préjugés, d'attitudes négatives, de traitements dégradants, d'abus et de discrimination dans la société. Elles sont souvent victimes de discrimination par les employeurs, les services sociaux et de santé ou les organismes de logement, et dans l'accès aux biens de consommation ou aux services financiers. Elles éprouvent des émotions douloureuses, souvent incontrôlables, jusqu'à perdre tous leurs moyens.

Elles ont besoin de respect, basé sur la connaissance et la compréhension de leur situation. Elles demandent également la solidarité de la société pour leur fournir les services de qualité nécessaires. Et elles sollicitent l'engagement de tous pour les inclure dans chaque aspect de la vie.

Ces deux groupes réclament à la fois des alternatives et une offre diversifiée de services. Les hôpitaux ne sont nécessaires que pour des interventions à court terme. Les grandes institutions résidentielles font de la ségrégation, ont tendance à violer les droits humains de leurs résidents, et devraient être fermées.

Il existe des instruments juridiques qui protègent les personnes handicapées mentales et celles ayant une maladie mentale :

- La Convention européenne des Droits de l'Homme
- Règles des NU sur l'Égalité des Chances des Personnes Handicapées
- Convention des NU contre la Torture et Autres Traitements Dégradants
- Convention des NU relative aux Droits de l'Enfant

Sensibiliser le public et le profil des deux groupes à tous les niveaux, que ce soit avec les hommes politiques, les professionnels de la santé, enseignants ou employeurs, ainsi que lutter contre les tabous, les stigmates et la discrimination peuvent aider les personnes handicapées mentales ou avec une maladie mentale à exercer leur droit en tant que citoyens à part entière.



Inclusion Europe

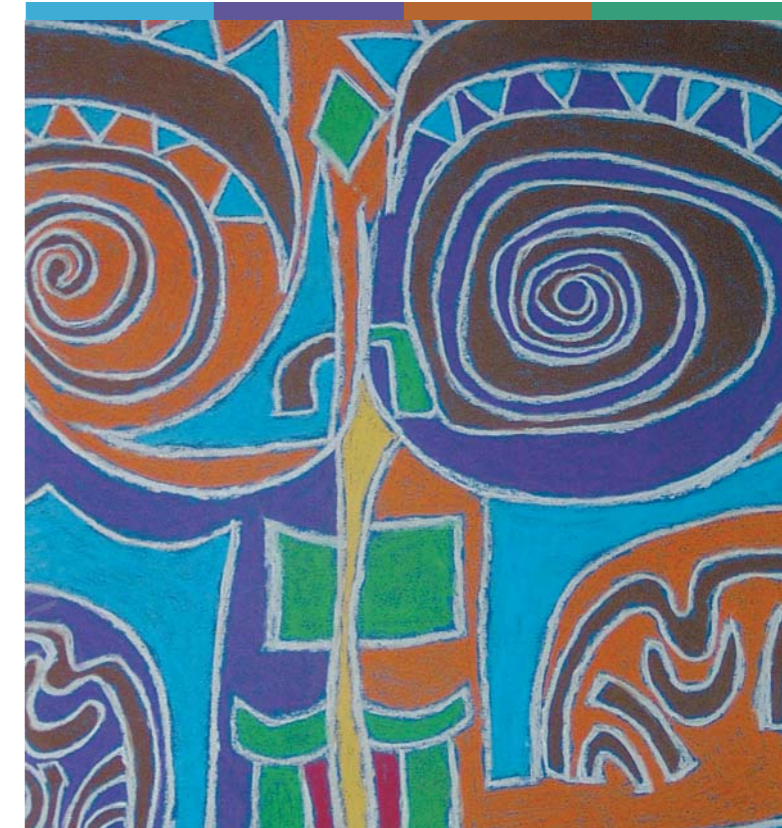
Galleries de la Toison d'Or -  
29 Chaussée d'Ixelles #393/32  
B - 1050 Bruxelles  
Tel.: +32-2-502 28 15  
Fax: +32-2-502 80 10  
secretariat@inclusion-europe.org  
www.inclusion-europe.org



SANTE MENTALE EUROPE

7 boulevard Clovis  
B - 1000 Bruxelles  
Tel.: +32-2-280 04 68  
Fax: +32-2-280 16 04  
info@mhe-sme.org  
www.mhe-sme.org

## Les différences entre la maladie mentale et le handicap mental



Inclusion Europe



SANTE MENTALE EUROPE

# Pourquoi les différences sont importantes

Le handicap mental et la maladie mentale sont souvent objets de confusion. Néanmoins, elles sont très différentes ! La maladie mentale est une maladie et elle peut être traitée, alors que le handicap mental est un état à vie. Cette brochure explique les différences les plus importantes entre le handicap mental et la maladie mentale.

Les **personnes ayant une maladie mentale** ont besoin de soins, de traitements médicamenteux et de psychothérapie. En général, elles n'ont aucune déficience intellectuelle et peuvent vivre de manière indépendante quand leur problème de santé mentale est sous contrôle.

Les **personnes handicapées mentales** ne sont pas malades, à moins qu'elles aient une maladie associée. Elles ont besoin d'information, d'éducation ou de formation faciles à comprendre pour vivre intégrées dans la société.

Traiter de la même manière ces deux catégories de personnes aboutit à de mauvaises suppositions, à une planification erronée des services nécessaires, et souvent à la discrimination d'un groupe par l'autre. Il est clair que les médecins, les thérapeutes et les professionnels de l'éducation doivent pouvoir être capables de bien distinguer les deux groupes afin de les traiter de manière adéquate. Mais les décideurs politiques au niveau local, national et européen doivent aussi bien reconnaître ces différences pour fournir à ces deux catégories de personnes les systèmes de soutien nécessaires.

## Handicap mental

Le handicap mental est un état dans lequel les personnes ont des difficultés significatives à apprendre et comprendre en raison d'un développement incomplet de l'intelligence. Leurs compétences dans les domaines tels que la connaissance, le langage, les capacités sociales et motrices peuvent être altérées. Entre 1 et 3% de la population ont un handicap mental. Les causes peuvent être génétiques mais aussi être dues à des facteurs environnementaux durant la grossesse.

La plupart des besoins des personnes handicapées mentales sont identiques à ceux des autres personnes : le contact social, la sécurité, un logement adapté, l'enseignement, un travail, etc. Les personnes avec un handicap mental léger pourraient demander un enseignement supplémentaire, mais peuvent vivre de manière indépendante avec une certaine aide. Les personnes avec un handicap plus sévère requièrent souvent une aide scolaire et sociale continue. Tous les services pour personnes handicapées mentales doivent être orientés afin d'augmenter leurs capacités et leur inclusion dans la vie normale de la société.

L'éducation et les thérapies peuvent considérablement améliorer les capacités et l'indépendance des personnes handicapées mentales. Par conséquent, l'identification précoce et la formation sont importantes pour promouvoir la reconnaissance et l'utilisation optimale des capacités de la personne. L'accès à l'enseignement inclusif à l'âge scolaire et au-delà améliore les capacités de prendre soin de soi. Les perspectives d'emploi et de formation professionnelle ainsi que les lieux de vie communautaires fournissent les compétences et les possibilités pour une vie adulte dans la communauté.

Pour les personnes handicapées mentales, l'accessibilité à l'information revêt une importance centrale. Elles ont besoin d'informations en format facile à comprendre pour participer pleinement à la vie sociale.

Ces dernières années, les personnes handicapées mentales revendiquent le droit de parler pour elles-mêmes et d'être consultées pour toute décision qui touche à leurs vies. Ce principe démocratique conteste les anciens modèles de soins et de traitement et mène à une participation plus complète des personnes handicapées mentales dans la société.

## Handicap mental

Une personne handicapée mentale a des besoins permanents de développement. Le handicap mental est un état de développement intellectuel lent sur lequel la médication n'a pas d'effet.

Le handicap mental est généralement causé par des facteurs génétiques ou dû à une infection ou à un dommage cérébral durant la grossesse ou à la naissance.

Le handicap mental n'est normalement pas influencé par des causes sociales ou psychologiques.

Des difficultés d'apprentissage et de compréhension mènent à des problèmes à l'école et au travail, et à des difficultés à être inclus dans la vie sociale normale. Il existe différents degrés de handicap mental générant différents degrés de besoins de soutien.

Le handicap mental est permanent.

Les personnes handicapées mentales requièrent des thérapies développementales, une éducation, une formation et un soutien adaptés à leurs besoins afin d'être capables de vivre intégrées dans la société.

## Maladie mentale

Une personne avec des problèmes de santé mentale est un patient. La maladie mentale peut être guérie ou stabilisée avec un traitement médicamenteux, une psychothérapie ou d'autres systèmes de soutien.

La maladie mentale peut avoir des causes génétiques, mais débutera dans la plupart des cas suite à des difficultés de gérer des sentiments de dépression, d'anxiété et de confusion.

La maladie mentale peut être due à des causes sociales et/ou psychologiques (deuil, perte d'emploi, etc.)

La maladie mentale peut perturber beaucoup de fonctions différentes : les sens, la pensée, les sentiments, le raisonnement, la volonté, etc. Il existe une grande diversité de problèmes de santé mentale nécessitant différentes formes de traitement.

La santé mentale est dans la plupart des cas périodiques.

Les personnes ayant une maladie mentale ont le plus souvent besoin d'un traitement médical à court terme mais également d'un soutien à long terme.