



Vérification de la pratique : Soins en santé mentale et en médecine des toxicomanies axés sur le rétablissement dans le Centre de médecine de famille.

Guide conseil pratique : Outil de référence rapide

Les médecins de famille sont l'un des premiers points de contact avec le système de soins de santé ; ils jouent un rôle crucial dans la prestation de soins primaires et dans la coordination des soins aux personnes présentant divers troubles de santé mentale et de toxicomanies (SM-T).

Pour soutenir la santé mentale, il faut faire plus que d'atténuer ou prendre en charge les symptômes. Il faut aider les patients à mener une vie satisfaisante, nourrie par l'espoir et valorisante, en dépit des limites imposées par les troubles de SM-T. Le rétablissement est un processus personnel et autodéterminé vers le bien-être, et chaque personne a un parcours unique et des besoins qui lui sont propres. Bien que les médecins de famille ne soient pas toujours en mesure de prendre en charge chaque aspect du rétablissement d'une personne, ils jouent un rôle crucial dans le diagnostic et le traitement de la santé mentale et physique, et peuvent semer l'espoir, et faciliter le choix et l'accès à une vaste gamme de traitements en plus de promouvoir la santé et le bien-être tout au long de la vie du patient.



Tenez compte des conseils suivants dans votre pratique :



- **Utiliser un langage axé sur les forces dans les interactions avec les patients** pour lutter contre la stigmatisation et créer des endroits où ils se sentent en sécurité et à l'aise de parler de leurs objectifs.



- **Simplifier les choix présentés aux patients afin de faciliter la prise de décision partagée dans votre pratique** en collaborant avec eux pour créer des plans de traitement personnalisés.



- **Faites participer la famille, les proches, les amis et les membres de la communauté à l'élaboration des plans de traitement.** Les aidants naturels jouent un rôle crucial dans le soutien aux patients et peuvent assister aux rendez-vous et participer au développement de plans de traitement.



- **Améliorer les activités de votre clinique pour mieux accommoder les patients présentant des troubles de SM-T :**

- Ajoutez une affiche dans votre cabinet qui indique que parler des troubles de SM-T fait partie de votre rôle de médecin.
- Offrez un formulaire d'inscription ou un formulaire d'admission uniformisé qui comprend des questions sur la santé mentale.
- Aidez vos collègues à modifier leurs comportements afin de créer un milieu sans stigmatisation.



- **Fournir des occasions de formation et d'apprentissage à tous les membres du personnel de votre pratique et assurez-vous d'impliquer des personnes possédant de l'expérience réelle vécue.** Participer à des séances d'apprentissage peut améliorer votre niveau de confort, vos connaissances et vos pratiques axées sur le rétablissement.



- **Se familiariser avec le soutien et les services communautaires, établir un réseau et orienter vos patients** en dressant une liste de ressources.



- **Dans la mesure du possible et lorsqu'il est approprié, abordez les problèmes cooccurrents de santé mentale et physique en intégrant le dépistage, les traitements et le soutien :** Vous pouvez inclure une ou deux questions sur la santé mentale lors de divers rendez-vous avec les patients pour normaliser la vérification de la santé mentale dans la pratique et réduire la stigmatisation.



Ce document a été élaboré en collaboration avec la **Commission de la santé mentale du Canada** grâce à la participation financière de **Santé Canada**.

Pour de plus amples renseignements sur les soins en santé mentale et en médecine des toxicomanies dans le **Centre de médecine de famille**, et pour obtenir des ressources, voir le **Guide Conseil pratique sur les soins en mentale et en médecine des toxicomanie axés sur le rétablissement dans le centre de médecine de famille**.

<http://centremedecinedefamille.ca>

<https://patientsmedicalhome.ca/fr/resources/conseils-pratiques/guide-conseil-pratique-soins-en-sante-mentale-et-en-medecine-des-toxicomanies-axes-sur-le-retablissement-dans-le-centre-de-medecine-de-famille>