

16^E CONGRÈS
MÉDECINE
GÉNÉRALE
FRANCE



VOYAGEZ DANS L'UNIVERS DE LA MÉDECINE GÉNÉRALE

Organisé par COLLÈGE
de la MÉDECINE
GÉNÉRALE



23 - 25
MARS
2023
PARIS
PALAIS DES CONGRÈS

congresmg.fr
f t in y #CMGF2023

En partenariat avec le generaliste

Un nouveau service sur ameli.fr > médecins

Espace « santé mentale en soins primaires »

Dr Brigitte NEME

Médecin conseil CNAM



**l'Assurance
Maladie**
Agir ensemble, protéger chacun

Face aux besoins croissants en soins en santé mentale, offres et services se sont multipliés pour accompagner médecins et patients tant au niveau national que local.

La visibilité de ces services reste parfois réduite à vos yeux, alors que ceux-ci ont vocation à vous aider dans l'accompagnement de vos patients et à élargir l'arsenal thérapeutique.

Mettre à votre disposition **une « boîte à outils »** pour votre pratique :

- outils de diagnostic des pathologies et d'évaluation de leur sévérité
- recommandations de bonnes pratiques : hygiène de vie, arrêt de travail, médicaments
- annuaires nationaux et locaux :
 - psychiatres, psychologues conventionnés,
 - structures spécialisées, d'accompagnement et d'écoute

UN ESPACE SANTE MENTALE EN SOINS PRIMAIRES

Ce service a pour ambition de **faciliter la prise en charge initiale** par vous, médecin généraliste, et vous **aider à orienter vos patients et à graduer le recours aux ressources spécialisées** dans les situations les plus complexes.

Il s'inscrit dans 2 des axes de la **feuille de route santé mentale et psychiatrie** notamment dans le **renforcement du dépistage précoce** de la souffrance psychique et dans le **renforcement de la coopération** en santé mentale dans les **territoires**.

Chemin d'accès en 3 clics :

Ameli.fr

- > Médecins
- > Santé et Prévention
- > Santé mentale

Rubriques par population :

- maternité/périnatalité
- enfants
- adolescents
- jeunes et étudiants
- adultes
- séniors

Santé mentale



La santé mentale est un état de bien-être, indispensable pour se sentir en bonne santé. Elle fluctue en permanence parce qu'elle dépend de nombreux facteurs, qui varient en fonction des âges de la vie. Il est possible d'agir sur certains.

SANTÉ MENTALE : DÉFINITION ET FACTEURS EN JEU

La santé mentale est un état de bien-être, indispensable pour se sentir en bonne santé. Elle ne se définit pas seulement par l'absence de trouble mental ou psychologique.

SANTÉ MENTALE DES ENFANTS

Le bien-être mental de l'enfant est essentiel. Comment reconnaître les symptômes d'alerte d'une éventuelle souffrance psychologique ?

SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS ET DES JEUNES ADULTES

Être bien dans sa tête est souvent difficile lors du passage de l'adolescence à l'âge adulte. Quels sont les troubles psychologiques le plus souvent observés à cette période de la vie.

Enfants

Adolescents



LES PATHOLOGIES LES PLUS FRÉQUENTES

Maternité Périnatalité	Troubles anxieux ou dépressifs pendant la grossesse	Baby Blues	Dépression du post partum	Psychose puerpérale
Enfant	en construction			
Adolescent	Troubles anxieux	Dépression	Troubles des conduites alimentaires	Troubles addictifs
Jeune et étudiant	Troubles anxieux	Dépression	Troubles des conduites alimentaires	Troubles addictifs
Adulte	Troubles anxio dépressifs légers à modérés	Dépression d'intensité légère	Dépression d'intensité moyenne	Dépression d'intensité sévère
Sénior	Troubles anxieux	Dépression	Troubles neuro cognitifs légers	Troubles neuro cognitifs majeurs

LES PATHOLOGIES LES PLUS FRÉQUENTES

Cet espace n'a pas vocation à couvrir tous les troubles psychologiques ni tout le champ de la psychiatrie, il n'est donc pas exhaustif.

Il s'agit d'aborder les affections pour lesquelles, vous, médecins généralistes, vous retrouvez souvent en 1^{ère} ligne et pour lesquelles les bonnes pratiques n'impliquent pas une prise en charge spécialisée d'emblée.

Pour chaque population :

- un tableau de synthèse avec des liens cliquables
- des échelles de diagnostic/sévérité.

Pour chaque pathologie :

- Diagnostic/outil
- Hygiène de vie
- Accompagnement psychologique
- Recours au psychiatre
- Traitements médicamenteux

En fonction des populations :

- Maintien lien mère enfant
- Contact avec la médecine scolaire, étudiante ou du travail
- Prévention de la désinsertion socio professionnelle chez l'adulte
- Prise en charge pluridisciplinaire notamment aux extrêmes de la vie : petite enfance et séniors

SYNTHÈSE DE L'APPROCHE THÉRAPEUTIQUE POUR LES PATHOLOGIES LES PLUS FRÉQUENTES CHEZ L'ADULTE

	TROUBLE ANXIO DÉPRESSIF LÉGER A MODÉRÉ	DÉPRESSION D'INTENSITÉ LÉGÈRE	DÉPRESSION D'INTENSITÉ MOYENNE	DÉPRESSION D'INTENSITÉ SÉVÈRE
HYGIÈNE DE VIE	Lutte contre isolement : sorties libres recommandées Exercice physique régulier - Bonne hygiène de sommeil - Relaxation, gestion du stress			
ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE par le médecin généraliste et si besoin avec le recours à un psychologue	Traitement de référence en 1 ^{re} intention Annuaire des psychologues conventionnés		Traitement de référence Annuaire des psychologues conventionnés En association avec un antidépresseur	Orientation directe vers un psychiatre : risque vital majeur risque ++ de séquelles cognitives à long-terme
TRAITEMENT MÉDICAMENTEUX	Pas en 1^{re} intention Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace	Pas en 1^{re} intention Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace	Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace	Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace
	Hypnotiques, anxiolytiques : aide temporaire mais pas systématique. Durée la plus courte possible du fait du risque de dépendance			
RECOURS PSYCHIATRE	En cas d'évolution péjorative ou d'absence d'amélioration			En 1 ^{re} intention
ARRÊTS DE TRAVAIL INITIAUX ET PROLONGATION	Pas systématique, selon contexte Arrêt court Rdv de réévaluation < 7 jours	Si besoin, arrêts courts : 1 à 2 semaines	2 OPTIONS : Arrêts courts : 1 à 2 semaines Rassurer le patient sur la possibilité de prolongation Arrêt d'un mois Réévaluations en cours d'arrêt	2 OPTIONS : Arrêts courts : 1 à 2 semaines Rassurer le patient sur la possibilité de prolongation Arrêt d'un mois Réévaluations en cours d'arrêt
		Consultations dédiées et programmées entre 3 à 7 jours pour réévaluer l'impact de l'arrêt sur la santé (amélioration, aggravation ?) Point d'ancrage temporel rassurant pour le patient		
PRÉVENTION DE LA DÉSINSERTION PROFESSIONNELLE	Sans objet si les arrêts ne se répètent pas	Orientation vers médecine du travail : visite de pré reprise Service social de l'Assurance Maladie Contact médecin conseil via messagerie sécurisée sur AmeliPro		



Ce document a été élaboré par l'Assurance Maladie en synthèse des travaux du Collège de la Médecine Générale (CMG)

Dépression d'intensité moyenne ou modérée

- Diagnostic et outils
- **Hygiène de vie**
- Thérapie de soutien ou psychothérapie
- Recours au psychiatre
- Traitement médicamenteux
- Arrêt de travail
- Prévention de la désinsertion professionnelle

THÉRAPIE DE SOUTIEN OU PSYCHOTHÉRAPIE

La psychothérapie est recommandée, quelle que soit la sévérité de l'épisode dépressif caractérisé. Elle peut être la seule prise en charge dans les épisodes dépressifs caractérisés légers à modérés, ou être associée à un médicament antidépresseur dans les formes plus graves de dépression.

Pour aller plus loin, lire l'article « [Épisode dépressif caractérisé \(EDC\) de l'adulte](#) », en particulier le paragraphe dédié à la prise en charge thérapeutique et le suivi.

Les séances d'accompagnement psychologique

Depuis avril 2022, les patients en **souffrance psychique d'intensité légère à modérée** peuvent bénéficier de séances avec un **psychologue conventionné, remboursées** par l'Assurance Maladie, dans le cadre d'un parcours de soins sur **adressage d'un médecin**.

En fonction de l'état de santé du patient, et en accord avec lui, vous pouvez lui proposer de suivre des séances d'accompagnement psychologique (8 au maximum) avec un psychologue conventionné.

Consulter la [liste des psychologues conventionnés](#).

Télécharger le [courrier d'adressage](#).

Pour en savoir plus lire l'article « [Accompagnement avec un psychologue conventionné](#) ».

Des articles courts et opérationnels



Des liens cliquables pour un accès direct aux services

« PRÈS DE CHEZ VOUS »

Pour chaque population et chaque pathologie, une rubrique dédiée
« Près de chez vous » complétée par chaque CPAM,
recensant **l'offre de soin locale en santé mentale**



EXEMPLES « PRÈS DE CHEZ VOUS »

Département de la Haute-Garonne:

DSPP 31 : dispositif de soins partagés en psychiatrie en Haute Garonne

Dispositif permettant au médecin généraliste d'obtenir un avis psychiatrique dans un délai convenu pour les patients de plus de 15 ans, présentant une souffrance psychique ou des troubles mentaux fréquents ou graves

N° de téléphone : 05 61 77 22 33

Site internet ou mail de contact : <https://www.sante.fr/centre-hospitalier-regional-chr/toulouse/chu-toulouse-hopital-purpan/consultation-psychiatrie-dspp-dispositif-de-soins-en-psychiatrie-partage>

Département du Morbihan :

Association Douar Nevez :

Association gérant les CSAPA du Morbihan : ces Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie assurent également des Consultations jeunes consommateurs (CJC). Cette association est en lien avec l'ensemble des structures de soins en addictologie du département du Morbihan

<https://www.douarnevez.com>

Un flyer à votre disposition

- Présentation de l'espace santé mentale en soins primaires par population
- Focus sur une pathologie



Mémo ESPACE SANTÉ MENTALE EN SOINS PRIMAIRES

Médecins généralistes, vous jouez un rôle majeur dans la prise en charge des troubles de la santé mentale. Presqu'un tiers de vos patients présentent une pathologie psychiatrique et près de 13 % de vos consultations sont liées aux seuls troubles dépressifs et anxieux*.

Pour vous faciliter la prise en charge de vos patients, un nouvel espace dédié à la santé mentale en soins primaires est à votre disposition sur www.ameli.fr > médecins.

Approche par population

Bonnes pratiques en fonction des pathologies les plus fréquentes et de leur sévérité

Liens vers des annuaires et contacts de professionnels et de structures près de chez vous

Dépression d'intensité moyenne ou modérée

La prise en charge des épisodes dépressifs est assurée par le médecin généraliste le plus souvent seul. Un contact précoce est crucial car il permet de mieux connaître le patient, d'établir une relation de confiance, d'écouter, d'expliquer et d'accompagner.

Plus d'infos disponibles pour vous accompagner dans votre prise en charge :

ANNUAIRE ET OUTILS

CONSULTER

Rendez-vous à partir de juin 2023 sur www.ameli.fr > médecins

*DREES, URPS, PRS, Panel d'observation des pratiques et des conditions d'exercice en médecine de ville, 2011.

THÉRAPEUTIQUE POUR LES PATHOLOGIES LES PLUS FRÉQUENTES CHEZ L'ADULTE

	DÉPRESSION D'INTENSITÉ LÉGÈRE	DÉPRESSION D'INTENSITÉ MOYENNE	DÉPRESSION D'INTENSITÉ SÉVÈRE
Exercice physique régulier - Bonne hygiène de sommeil - Relaxation, gestion du stress			
référence en 1 ^{re} intention psychologiques conventionnés		Traitement de référence Annuaire des psychologues conventionnés En association avec un antidépresseur	Orientation directe vers un psychiatre : risque vital majeur risque 14 de séquelles cognitives à long terme
Pas en 1 ^{re} intention Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace		Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace	Antidépresseur 6 mois minimum à partir de l'amélioration et à dose efficace
Hypnotiques, anxiolytiques : aide temporaire mais pas systématique. Durée la plus courte possible du fait du risque de dépendance			
évolution péjorative ou d'absence d'amélioration			
Si besoin, arrêts courts : 1 à 2 semaines	2 OPTIONS : Arrêts courts : 1 à 2 semaines Rassure le patient sur la possibilité de prolongation Arrêt d'un mois Réévaluations en cours d'arrêt		En 1 ^{re} intention 2 OPTIONS : Arrêts courts : 1 à 2 semaines Rassure le patient sur la possibilité de prolongation Arrêt d'un mois Réévaluations en cours d'arrêt
	Consultations dédiées et programmées entre 3 à 7 jours pour réévaluer l'impact de l'arrêt sur la santé (amélioration, aggravation ?) Point d'ancrage temporel rassurant pour le patient		
	Orientation vers médecine du travail : visite de pré reprise Service social de l'Assurance Maladie Contact médecin conseil via messagerie sécurisée sur AmeliPro		

Rendez-vous à partir de juin 2023

sur

www.ameli.fr > médecins