

Prise de parole- RRASMQ

29 janvier 2020

Marie-Claude Goulet

(Version parlée 😊)

Bonjour à vous tous et toutes, merci pour l'invitation, il me fait grand plaisir d'être ici. On m'a demandé de parler en quelques minutes, de la place du médicament dans la pratique médicale et plus spécifiquement en santé mentale, ainsi que de dire un mot sur les méthodes d'optimisation des soins comme la méthode LEAN, je me dois donc d'être brève !

Je ne vous parlerai pas de chiffres, puisque je n'apprends rien à personne si je dis que beaucoup de médicaments se prescrivent et se consomment, et ce, dans toutes les sphères de la médecine et c'est particulièrement vrai dans le domaine de la santé mentale, je pense entre autre aux jeunes qui sont de plus en plus médicamentés ; Ceci dit, de plus en plus de médecins y sont sensibilisés et un mouvement de *déprescription* se fait lentement sentir (*Choosing wisely,*) et c'est tant mieux!

Je ne vous parlerai pas non plus de la puissance de l'influence de l'industrie pharmaceutique sur la pratique médicale. Encore une fois, une littérature abondante se trouve sur les profits faramineux de cette industrie, ainsi que sur les pratiques plus ou moins frauduleuses qu'elle met en place pour augmenter la vente, la prescription et la consommation de médicaments.

J'ai plutôt envie de soulever une humble réflexion quant à la place que prend le médicament dans nos vies et notre société. Ne pointer que les compagnies pharmaceutiques ou encore ne mettre la faute que sur les habitudes de prescription des médecins serait à mon avis réducteur, même si tout à fait légitime de le faire.

Je commencerais la réflexion en disant que nous vivons dans une société qui, en tentant d'évacuer la peur ou l'angoisse existentielle, a voulu se croire toute-puissante, avec l'ampleur de ses savoirs, de ses applications techniques et de ses avancées scientifiques. Nous avons crû et/ou voulu croire qu'avec toutes ces connaissances, nous pourrions dominer la nature, tout contrôler, tout guérir, alors que c'est plutôt l'inverse qui est en train de se produire.

Nous sommes face, au niveau planétaire, à une situation qualifiée par certains de catastrophique et nous assistons, au niveau des populations, à la multiplication de maladies dont nous ne savons que faire. Je pense entre autre à l'épidémie de maladies neurodégénératives (ex : Alzheimer, Parkinson), aux maladies auto-immunes, aux cancers, et aux troubles de santé mentale qui sont en augmentation, ainsi qu'aux troubles comme l'autisme ou encore les troubles dit d'hyperactivité. Ce qui à mon avis parle de nous, nous tous et toutes, et de ce dans quoi nous sommes embarqués et qu'il serait peut-être temps de remettre en question fondamentalement.

Face à l'incertitude, le corps médical a besoin de sentir qu'il a du contrôle, du pouvoir, des vérités scientifiques. Il a besoin, à la fois pour des raisons pratiques et théoriques, de tout

classer, de tout identifier et de tout mettre dans des algorithmes. Ainsi, il semble plus facile de poser une étiquette-diagnostic à partir de laquelle nous déterminons un traitement « éprouvé » que de demeurer dans un espace d'incertitude, de non-savoir. Ce que l'on nous apprend à la faculté de médecine c'est, à partir d'un ensemble de symptômes, de critères, à poser des diagnostics, des étiquettes, à partir desquelles nous savons théoriquement quoi faire, et la boîte à outils avec laquelle nous travaillons sont les médicaments. Voilà, grosso modo, comment nous sommes formés à penser, à travailler.

Il n'y a aucune mauvaise volonté ou désir machiavélique, mais à mon sens une compréhension réductrice de la complexité de l'être humain qui manque d'imagination et qui manque du désir de chercher du sens et d'apprendre avec chaque nouvelle personne rencontrée un peu plus sur soi-même, sur l'autre, sur la vie, sur ce qui guérit et ce qui rend malade. Nous préférons, parce que c'est rassurant, se voir comme des personnes qui détiennent le savoir, à qui l'on ne peut rien apprendre, ce qui nous donne l'illusion de contrôle. Cette attitude, ou ce mode d'être au monde, comme je le disais plus tôt, n'est pas limitée au seul corps médical, mais à l'ensemble de la société.

Et trop souvent ces façons de faire ont comme effet d'enfermer la personne et toute sa complexité (histoire personnelle, familiale, sociale, culturelle, etc.) dans une étiquette ayant une cause simple, voir un dérèglement de ses neurotransmetteurs, qui en quelque sorte cache ou évince toute cette complexité à partir de laquelle on pourrait chercher du sens à ce qui souffre, aux symptômes, à la maladie, à « l'âme qui dit » et ainsi trouver ensemble, dans un lieu de non-savoir, un chemin de guérison où le médicament peut en faire partie ou pas. Le médicament en soi n'est ni bon ni mal, mais la question que je pense nous devons nous poser est quel est le pouvoir qu'on lui donne et à qui donne-t-on le pouvoir par le fait même : à soi, à un remède extérieur, aux médecins, aux compagnies pharmaceutiques, etc. ?

À l'heure actuelle, ce que l'on peut constater est qu'on lui a donné et lui donne encore un immense pouvoir qui est celui de en quelque sorte de réparer nos histoires, nos fragilités, soulager nos souffrances qu'elles soient physiques, psychiques, sociales ou spirituelles. Un peu comme si nous nous percevions comme des machines qui souffrent momentanément d'un dérèglement qui doit être résolu. On veut redevenir comme avant, alors que cet avant est ce qui nous a amené sur le chemin de la maladie. Nous, patients et médecins, aimerions un remède miracle auquel on donne tous les pouvoirs. Mais ce n'est heureusement pas si simple !

Ce que je constate avec ce mode de pensée, qui est évidemment bien appuyé par une industrie pharmaceutique qui désire conserver son pouvoir et ses profits, est que l'on perd individuellement et collectivement de notre puissance d'agir, que l'on n'apprend plus à se faire confiance, à faire confiance à nos forces de guérison, à notre intuition, nos « *gut-feeling* », nos propres savoirs, notre force commune. On ne laisse plus d'espace de non-savoir qui est ce lieu d'où peut émerger une grande force, une créativité, du sens, un espace de liberté intérieure, cette « part infra- cassable » en soi, ou bien encore s'ouvrir à des espaces de solidarité et d'entraide qui en soi peuvent être guérisseurs.

Ceci dit, il me semble important de ne se laisser enfermer ni dans une causalité simpliste comme celle du dérèglement de ses neurotransmetteurs, ni dans une étiquette, ni même dans une histoire (que l'on a toujours le pouvoir de réécrire) et ni dans des déterminants sociaux (qu'on a le pouvoir collectif de changer) mais de toujours demeurer relié à cette part de liberté inaliénable que nous avons tous et toutes en chacun de nous, qui est fondamentalement liée à notre responsabilité, individuelle et collective, face à la vie que nous incarnons.

Assumer que nous sommes responsables, comme le dit Sartre de « ce que nous faisons de ce que l'on a fait de nous » à partir d'ici et maintenant et oser changer de récit, ce que le médicament très souvent ne permet pas puisqu'il tend à faire croire qu'en le prenant nous redeviendrons comme avant...et c'est, je pense, justement ce qu'on ne doit pas faire...redevenir comme avant...puisque je pose l'hypothèse, avec d'autres, que ce qui souffre sont ces désirs d'émancipation qui nous habitent et qui pour toutes sortes de raisons n'arrivent pas à s'accomplir, que ce soit désir d'émancipation de son milieu familial, de son histoire, de son travail, de ses relations, de son rapport au monde, au temps, etc. Si le médicament prend la place de l'émancipation c'est se condamner au cercle vicieux, mais si au contraire il aide à oser l'émancipation, pourquoi pas ? Mais il ne faut pas perdre de vue le désir profond qui nous anime !

En ce qui a trait à la méthode LEAN, aussi appelée méthode Toyota, directement sortie des usines de production d'automobile. C'est encore une fois cette idée que nous pouvons être réduits à de simples machines ou automates dont le fonctionnement peut être cadencé pour en augmenter l'efficacité et la productivité. Ce qui est à mon avis une erreur fondamentale qui nie que nous sommes des êtres de corps, de pensées, d'affects, d'émotions, de spiritualité et que nous avons besoin de sens, de liens, de relations. Si on nous l'enlève, que reste-il ?

Nous l'avons vu avec les dernières réformes mises en place par le gouvernement libéral et qui ont été désastreuses sur l'ensemble de l'organisation du réseau, mais aussi sur l'état de santé mentale de l'ensemble des travailleuses de la santé (infirmières, travailleuses sociales, préposée, etc.). Dans un système qui a été centralisé à un point tel où plus personne n'a son mot à dire et où tout est vérifié, compté, mis en statistiques, ou on doit toujours faire plus avec moins, il n'y a plus de sens au travail effectué auprès des patients, un sentiment profond d'aliénation, de ne plus être en contact avec ce qui nous réjouit.

Malheureusement, à ces problèmes, la médecine comme nous venons d'en parler, y répond de façon individuelle avec les médicaments. Il y a, si je puis dire, une forme de privatisation de la souffrance, alors que comme les femmes l'ont déjà bien dit : le privé est politique. La santé mentale, à la fois individuelle et collective, c'est à mon avis toujours politique au sens très vaste où nous sommes tous et toutes responsables de la santé mentale de tous et toutes. Je pense qu'il nous faut apprendre à nous faire confiance et oser l'émancipation, de soi et du collectif.

Marie-Claude Goulet