

FICHE 1

Comment repérer une personne suicidaire ?

LE MÉDECIN TRAITANT COMME AGENT DE PRÉVENTION DU SUICIDE

- Entre 44 % et 65 % de personnes s'étant suicidées avaient consulté leur médecin généraliste dans le mois précédent (Abom, 1994)
- Un programme de formation des médecins généralistes à la détection et au traitement des troubles dépressifs et à la suicidologie semble avoir un effet préventif (étude de Gotland en Suède présentée par Abom, 1994)



LES SIGNAUX D'ALERTE

! C'est l'accumulation et/ou la répétition de plusieurs signes qui doit nous alerter !



Les messages directs et indirects

Direct ou indirect : selon que le suicide est nommé directement ou non

Allusions, menaces, textes, dessins...

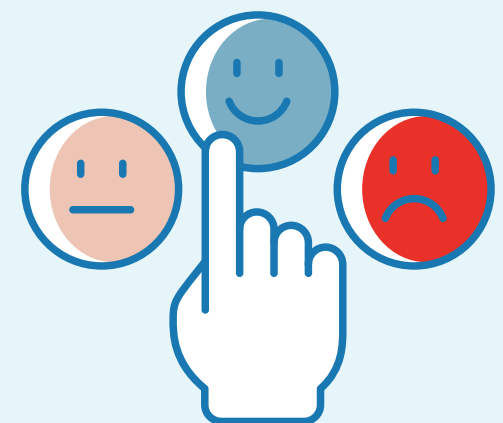
Quelques exemples :

- « En sortant de votre cabinet, je vais me suicider »
- « Je veux mourir »
- « La vie n'a plus de sens »
- « Je suis à bout »
- « Je ne tiendrai pas jusque-là ! »
- « A quoi bon continuer comme ça ? »
- « Je suis un poids pour mes proches »
- « Je me sens coupé de tout le monde »
- ...

Les signes comportementaux

Dons d'objets, adieux aux proches, expression des dernières volontés, remaniement du testament, préoccupations morbides, mises en danger (scarification, alcool, conduite dangereuse...), changements soudains et persistants dans le comportement.

!! La personne qui va mieux après une période de crise suicidaire peut être soulagée car elle compte passer à l'acte dans les prochains jours.



Les symptômes physiques et psychiques

Troubles du sommeil (insomnie, cauchemar...), troubles de l'alimentation, somatisation, anxiété, agitation, repli sur soi, irritabilité, impulsivité, tristesse, ennui, perception négative...

Un contexte de vulnérabilité

Moment critique/événement précipitant (souvent, une situation de perte dans le rapport aux autres et/ou à soi), histoire personnelle et familiale compliquée (antécédents de tentatives de suicide, de maltraitance, d'abus sexuel, de troubles de santé mentale...), événements de vie douloureux (répétition de situations ayant mené à une ou plusieurs tentatives de suicide par le passé)



J'AI DÉTECTÉ DES SIGNAUX D'ALERTE, QUE FAIRE ?



- Poser directement la question du suicide. Cela a un effet de soulagement pour la personne.
 - Explication : c'est l'idée d'explorer, de chercher jusqu'où la personne est à bout. On entend par là, questionner l'histoire personnelle, les événements de vie de l'individu.
 - Exemple : « Je vais me suicider » n'est presque jamais formulé par les patients contrairement à « Je sais comment faire pour que cela s'arrête » => C'est à ce moment qu'il faut explorer « ce qu'il s'arrête » en posant, par exemple, la question « Est-ce au point de ne plus être là pour ne plus souffrir ? »
- Effectuer une brève évaluation (*voir fiche 2 : évaluer le risque suicidaire*)
- Orienter, référer ou accompagner (*voir fiche 3 : orienter*)
- S'informer du relais et continuer à être présent pour le patient
- Evaluer le risque suicidaire régulièrement et au besoin, proposer une écoute active
- (questions ouvertes, centrées sur le vécu de la personne, prendre au sérieux, ne pas juger, ne pas banaliser, ne pas dramatiser...)

POUR ALLER PLUS LOIN

Lire

- Abom, B. (1994). Le médecin de famille et le patient suicidaire. Santé mentale au Québec, 19(2),163–174 : <https://doi.org/10.7202/032319ar>
- Théorie interpersonnel de Joiner : The Interpersonal Theory of Suicide – PMC (nih.gov) : Guide pratique destiné aux services d'urgence pour l'identification, l'accueil et l'accompagnement de patients suicidaires : \\Nas\\fed300\\Groups\\sect_asso\\Pass\\CENTRE PREVENTION SUICIDE\\Colloques, conférences, matinées d'études\\Médecins généralistes – 13 octobre 2021\\Urgence-suicidaire-SPF-2007.pdf
- Recommandations de bonnes pratiques en prévention du suicide pour les professionnels du secteur psycho-médico-social : <https://un-pass.be/wp-content/uploads/2021/08/Recommandations-pour-lesprofessionnels-du-secteur-psycho-medico-social.pdf>

Se former

- Sessions de formation de l'ASBL Un pass dans l'impasse : <https://un-pass.be/agenda/>



CENTRE DE RÉFÉRENCE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

reference.suicide@un-pass.be

081/777.878

www.un-pass.be