

# Quand votre frère ou votre sœur est psychotique : informations pour les jeunes



Image credit: Adobe Stock

**Sommaire :** La psychose est un état qui peut changer la façon dont les gens pensent et agissent. Elle peut être difficile et même parfois effrayante. La bonne nouvelle, c'est que les professionnels de la santé (comme les médecins) peuvent faire beaucoup de choses pour aider votre frère ou votre sœur à aller mieux. Il y a aussi beaucoup de choses que vous pouvez faire pour l'aider.

## Introduction

« Lorsque ma sœur est tombée malade, son comportement était très inhabituel et la police a dû la conduire à l'urgence. C'était vraiment effrayant. Au début, mes amis ne comprenaient pas que c'était parce que son cerveau était malade, mais ils le savent maintenant. »

## Pourquoi mon frère ou ma sœur agit-il/elle ainsi?

La psychose est une maladie du cerveau. Elle est causée en partie par des problèmes génétiques (héréditaires) du cerveau et aussi par du stress ou des drogues illicites, comme la marijuana et la méthamphétamine en cristaux. Quand le cerveau devient malade, il est difficile pour la personne de comprendre ce qui ne va pas. Elle peut inventer et croire d'autres explications à savoir pourquoi elle se sent si bizarre, et elle peut agir de façon étrange. Il est vraiment difficile pour elle de faire la différence entre ce qui est réel et ce qui ne l'est pas. La psychose peut être traitée, et plus tôt elle est traitée, plus le rétablissement sera facile.

## Est-ce que je vais l'attraper aussi?

Le risque d'être atteint de psychose est d'environ trois personnes sur cent. Si ton frère ou ta sœur souffre de psychose, ton risque d'en être atteint est de un sur dix. Tu as plus de chances de NE PAS être atteint de la psychose que d'en être atteint. Toutefois, si dans le futur tu penses être malade, tu peux consulter ton médecin de famille pour un examen. C'est aussi une très bonne idée d'éviter d'utiliser des drogues illicites comme la marijuana et la méthamphétamine en cristaux, qui exercent un stress sur les parties du cerveau qui sont touchées par la psychose. S'il y a un service d'intervention précoce en psychose dans ta région, son personnel peut aussi te renseigner et répondre à toutes tes questions. Il pourrait aussi être en mesure de te mettre en contact avec d'autres frères et sœurs de personnes atteintes de psychose afin d'avoir quelqu'un à qui parler.

## Est-ce que j'ai fait quelque chose qui a causé cette situation?

La psychose est une maladie. Parfois, lorsque des événements difficiles se produisent dans ta vie ou celle de ta

famille, tu pourrais y faire face en te blâmant toi-même. C'est inutile. Tu n'as pas pu provoquer la maladie de ton frère ou de ta sœur.

## Comment puis-je aider?

---

Tu peux aider en étant disponible pour parler, en restant positif, en donnant des compliments sincères et en encourageant doucement ton frère ou ta sœur à faire des choses pour lesquelles il ou elle a du talent. Faire des activités seul(e) avec ton frère ou ta sœur sera préférable à des activités de groupe. C'est probable qu'il ou elle se fait la vie dure à cause de sa maladie. Tu peux l'aider en l'encourageant et en lui rappelant que c'est une maladie et que santé s'améliorera.

## Combien de temps cela prendra-t-il que sa santé s'améliore?

---

Aujourd'hui, la psychose est normalement traitée avec de faibles doses de médicaments antipsychotiques de pair avec des renseignements et du soutien pour la personne et sa famille. Une fois le traitement initié, elle peut prendre de quelques mois jusqu'à un an à se rétablir. Parfois, des symptômes résiduels peuvent persister plus longtemps. Pendant qu'il ou elle récupère, il ou elle aura probablement beaucoup moins d'énergie pour faire des choses, sera beaucoup plus tranquille, aura besoin de beaucoup plus de temps seul(e), et préférera ne pas être dans de grandes foules ou dans des endroits bruyants.

## Remerciements

---

Nous remercions généreusement [HereToHelpBC](#) pour la permission de reproduire cet article.