

Prise en charge psychologique & MALADIE DE PARKINSON



CHU de Montpellier

Centre Expert Parkinson

Hôpital Gui de Chauliac

Pôle Neurosciences Tête et Cou

371, Avenue du Doyen Gaston Giraud

34295 Montpellier cedex 5

Tél : 04 67 33 74 13

<https://cepmo.chu-montpellier.fr>

**Je suis atteint(e)
de maladie de Parkinson
et je ne me sens pas bien**

Les troubles de l'humeur comme la dépression ou l'anxiété font partie des symptômes non-moteurs de la maladie de Parkinson et peuvent parfois apparaître avant les premiers symptômes moteurs. Ils sont liés au dérèglement de la production de la dopamine mais également d'autres neurotransmetteurs, comme la sérotonine par exemple. Leur impact sur la qualité de vie peut être important, c'est pourquoi il est important de les prendre en charge.

**J'aide un(e) proche atteint(e)
de maladie de Parkinson et je
ne me sens pas bien**

Être aidant(e) d'une personne atteinte de maladie de Parkinson peut avoir un retentissement sur l'humeur. Inquiétude, fatigue, stress, isolement... autant d'éléments pouvant favoriser l'anxiété, la dépression voire même l'épuisement. L'aidant(e) est un acteur clé du parcours de soin, qui a ses propres problématiques, c'est pourquoi il est important de lui apporter un soutien psychologique adapté.



Je me sens déprimé(e)...
Je me sens anxieux(se)...
J'ai peur de l'avenir...
Que puis-je faire ?

1 En parler : c'est la première étape pour se faire aider. Vous pouvez en parler à votre entourage, à votre médecin traitant, à votre neurologue...

2 Consulter

Consulter oui... mais qui ?

Un psychiatre

Un psychiatre est un médecin spécialisé en psychiatrie. De ce fait, il est habilité à prescrire des traitements pour réguler l'humeur (anti-dépresseurs, anxiolytiques par exemple) si la situation le nécessite. Les psychiatres peuvent exercer en secteur hospitalier ou en libéral. Le tarif de la consultation est pris en charge par la sécurité sociale et les complémentaires santé, certains praticiens peuvent appliquer un dépassement d'honoraires.

● Un psychologue

Un psychologue a suivi un cursus universitaire en psychologie de 5 ans au minimum pour obtenir un Master lui donnant droit d'usage du titre protégé de psychologue. Il peut proposer des différentes psychothérapies spécifiques choisies en fonction de sa formation, des besoins spécifiques et des attentes du patient. (Thérapies Cognitives et Comportementales, psychanalyse, Thérapie Systémique etc.).

Où trouver un(e) psychologue ?

- **Centres Experts Parkinson (CEP)** : la plupart des Centres Experts Parkinson comptent dans leur équipe au moins un psychologue, vous pouvez demander à votre neurologue à le rencontrer. Néanmoins sa mission se concentre sur l'évaluation de l'humeur, l'évaluation de l'indication d'un suivi psychologique ou encore un soutien psychologique ponctuel. Il ne pourra pas vous proposer de suivi au long cours mais il pourra vous aiguiller pour le mettre en place.
- **Centres Médico-Psychologiques (CMP)** : ce sont des établissements de proximité proposant des consultations médico-psychologiques et sociales ouverts à toute personne en difficulté psychique. Ces consultations sont prises en charge par la sécurité sociale. Les CMP sont sectorisés en fonction de l'adresse de votre domicile. Pour connaître votre CMP de secteur, vous devez prendre contact avec le service de psychiatrie du CHU le plus proche de chez vous.
- **Psychologues libéraux** : les psychologues en libéral peuvent également vous recevoir dans leur cabinet, certains peuvent proposer des consultations à domicile ou encore en téléconsultation si vous n'avez pas la possibilité de vous déplacer. Il existe désormais des possibilités d'aides au financement des consultations de psychologues libéraux.

Possibilités d'aide au financement des séances chez le psychologue

● Le dispositif Mon soutien Psy (<https://monsoutienpsy.ameli.fr/recherche-psychologue>)

Depuis peu, les patients en situation de souffrance psychique peuvent bénéficier d'un accompagnement psychologique pris en charge par l'assurance maladie sous certaines conditions :

- Le psychologue doit être conventionné par le dispositif « Mon soutien Psy » (liste des psychologues partenaires disponible sur le site)

Le nombre de séances est fixé à 12 par an (dont une première séance d'évaluation). Il concerne les patients présentant des troubles anxieux et/ou dépressifs légers à modérés. Les patients en situation d'urgence psychiatrique (risque suicidaire ou signes de gravité) ne peuvent pas en bénéficier et doivent être orientés sans délai vers un psychiatre ou une structure spécialisée.



● Les complémentaires santé

Certaines complémentaires santé peuvent financer une partie ou la totalité du coût des séances chez le psychologue. N'hésitez pas à prendre contact avec votre mutuelle pour savoir si vous pouvez en bénéficier.

● Les prestataires de santé ou les prestataires de services à domicile

Si vous avez une pompe apomorphine ou duodopa, ou encore si vous bénéficiez de services d'aides à domicile, certains prestataires peuvent soit vous orienter vers leur psychologue si la structure dispose d'un psychologue, soit participer au financement des consultations en libéral. N'hésitez pas à demander à votre prestataire si un dispositif est prévu.

● Les associations de patients

Certaines associations de patients, notamment France Parkinson, proposent pour les patients et/ou les aidants une aide financière pour bénéficier d'une à cinq séances avec le psychologue de votre choix.

Pour en bénéficier, vous pouvez faire la demande par mail : soutien@franceparkinson.fr ou via la ligne téléphonique d'écoute au **01 43 43 43 15**.

● Les autres dispositifs

L'association « **Maladies Neuro-Dégénératives Occitanie** » propose uniquement la ligne d'écoute « Allo, j'aide un proche ».

Ce dispositif est ouvert uniquement aux proches aidants ou aidants professionnels. Pour en bénéficier, vous pouvez contacter la ligne d'écoute dédiée aux aidants au **0806 806 830** (7j/7 de 18h à 22h ; prix d'un appel local).

