

LIEN. Syndrome de stress post-traumatiques chez les migrants

Un article intéressant sur ces stress post-traumatiques qui peuvent continuer de faire des dégâts sur le moyen et long terme. L'article complet est [ICI](#).

Stress post-traumatique et dépression sont fréquents chez les migrants

Par Robin Cannone. Mis à jour le 24/10/2016.

“Les troubles mentaux chez les migrants sont favorisés par les épreuves qu'ils ont traversées avant d'arriver en France.

La santé des migrants est un enjeu non négligeable de leur prise en charge, particulièrement leur santé mentale. On a ainsi pu voir ce sujet figurer au programme du sommet mondial de la Santé, organisé par Angela Merkel, François Hollande et la commission européenne les 9 et 11 octobre à Berlin. Une étude publiée lundi 10 octobre dans la revue PPM (Psychotherapie, Psychosomatik und Medizinische Psychologie) confirme l'importance du problème.

Syndrome de stress post-traumatique

Des chercheurs de l'université de Stuttgart ont cherché à savoir quels étaient les troubles mentaux qui touchaient le plus les réfugiés. L'étude a été menée sur 280 migrants (principalement des hommes) issus des Balkans, du Moyen-Orient et d'Afrique arrivés en Allemagne pendant l'été 2015. Les chercheurs, aidés par des traducteurs, ont fait remplir des questionnaires afin de dépister d'éventuels troubles chez ces réfugiés dans le centre d'accompagnement de Brunswick, en Basse-Saxe, où 15 000 personnes ont transité au cours de l'année passée. La grande majorité des migrants reportait avoir vécu au moins une expérience traumatique telle que la guerre, la torture ou une agression sexuelle.

72.5% de migrants disent avoir vécu une situation de guerre.

67.9% de migrants disent avoir vécu une attaque violente.

50% de migrants disent avoir été torturés.

47.9% de migrants disent avoir été emprisonnés

11.1% de migrants disent avoir été victimes d'agression sexuelle.

51.4% de migrants disent avoir vécu une autre type d'agression choquante.

Région d'origine (voir sur l'article)

« Ce que l'on observe le plus chez les réfugiés, c'est un syndrome de stress post-traumatique lié aux violences subies dans le pays d'origine ou à des choses qu'ils ont vues pendant leur voyage, qui très souvent s'avère éprouvant et dangereux », observe Daniel Brehier, psychiatre dans un centre accueillant les migrants malades en région parisienne. « Certains sont tellement traumatisés qu'ils sont incapables de retourner sur une plage », ajoute Clémence Arceluz, coordinatrice médicale pour Médecins du Monde à Calais et Dunkerque.

Le syndrome de stress post-traumatique (SSPT) est un trouble anxieux sévère qui se manifeste après avoir vécu un événement traumatisant (agression, viol ou accident grave). Les individus qui en souffrent « revivent » ledit événement en présence d'un élément déclencheur (un bruit, une image...) sans pouvoir l'empêcher, ce qui se traduit par une peur intense, une impression d'impuissance et un sentiment d'horreur démesuré.

Dépression et décompensation psychique

Si ces troubles se développent avant l'arrivée dans un nouveau pays, les conditions d'accueil en Europe ne favorisent pas non plus le bien-être mental. Au contraire, elles contribueraient au développement d'un état dépressif, selon Lou Einhorn, référente en santé mentale dans la « Jungle » de Calais. « Être victime de violences policières, vivre entassés les uns sur les autres et dormir à même le sol en attendant 6 mois sur liste d'attente avant de demander l'asile: tout cela peut favoriser le développement d'anxiété et de dépression », explique-t-elle.

Voir son histoire niée quand on a été victime de traumatismes, comme c'est souvent le cas pour les réfugiés qui souhaitent obtenir l'asile et à qui l'Ofpra (Office français de protection des réfugiés et apatrides) demande des preuves de ce qu'ils ont vécu, peut en outre conduire à « un sentiment d'étrangeté par rapport à soi. Celui-ci mène parfois à une décompensation psychique déclenchant une psychose », ajoute Daniel Brehier.

Un accès aux soins difficile

Afin d'éviter toutes ces complications, il faut faciliter la prise en charge des réfugiés, plaide Daniel Brehier. « Les migrants ne le

savent pas toujours, mais la demande d'asile est la première étape permettant l'accès aux soins en France », rappelle-t-il. « Certains n'osent pas faire la demande d'asile de peur d'être retrouvés par les gens qui les persécutent dans leur pays d'origine ».

C'est pourquoi des associations comme Médecins du Monde proposent des activités comme des ateliers d'art-thérapie ou des groupes de paroles qui permettent aux bénévoles de discuter avec les migrants et déceler d'éventuels troubles psychiques. « Ce n'est pas notre rôle de poser un diagnostic. Si nous suspectons un trouble, nous les orientons vers des psychologues et psychiatres qui pourront les aider lors d'entretiens privés », affirme Clémence Arceluz.

Sans prise en charge, dans une situation de précarité, « les dangers sont multiples », estime Daniel Brehier. « Le risque suicidaire augmente du fait de la précarité, le risque de décompensation psychique est grand et le relâchement de l'attention lié au SSPT peut provoquer des accidents - en traversant la route sans regarder par exemple. »