



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Pays de la Loire

COMMENT PARTICIPER À L'EFFICIENCE DU PARCOURS EN SANTÉ MENTALE ? L'ENJEU DE LA JUSTE PRESCRIPTION

Dr Jeanne Perrot, médecin conseil Assurance Maladie

Pr Anne Sauvaget, PU-PH en psychiatrie au CHU de Nantes

Dr Léonor Guilmault, Dr Junior en santé publique

Journée régionale de la pertinence des soins

1.

SANTÉ MENTALE : LES CHIFFRES

2.

POLITIQUE NATIONALE

3.

OUTILS À CONNAÎTRE

4.

RESSOURCES

01

SANTÉ MENTALE : LES CHIFFRES

UN ENJEU NATIONAL

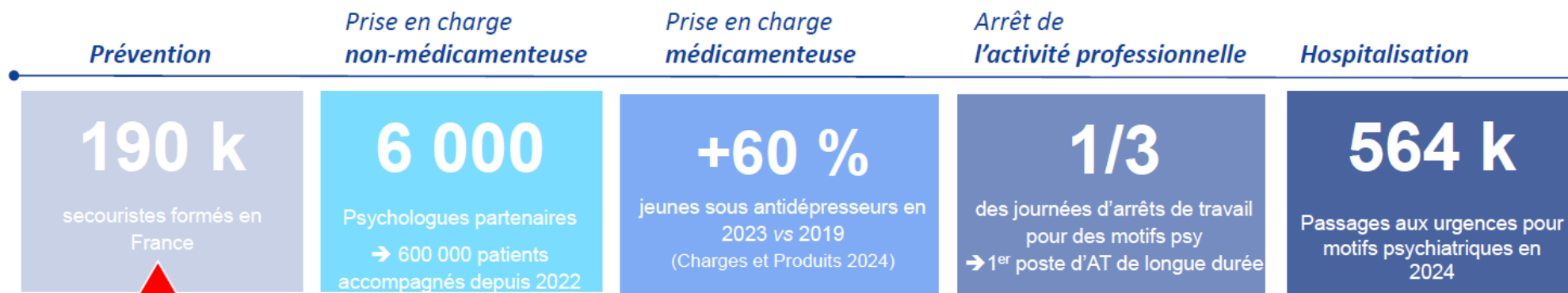


1 Français sur **5**

concerné par un trouble psychique

28 Md€

Dépenses d'Assurance Maladie afférentes à des troubles psychiques



Extrait du « Rapport Charges et Produits de la CNAM pour 2026 »

Épisodes dépressifs :

- En 2024, **15,6 %** des adultes de 18 à 79 ans ont vécu un épisode dépressif caractérisé (EDC).
- Les **femmes**, les **jeunes adultes** et les personnes **précaires ou isolées** sont les plus exposés.
- **44 %** des personnes ayant subi un EDC sont sans prise en charge.

UN ENJEU NATIONAL



Trouble anxieux généralisé :

- En 2024, **6,3 %** des adultes de 18 à 79 ans et **5,9 %** des actifs occupés de 18 à 64 ans ont été concernés par un trouble anxieux généralisé (TAG) au cours des 12 derniers mois.
- Près de **30 %** des personnes concernées par un TAG en 2024 n'ont eu aucun recours aux soins en lien avec leur santé mentale.

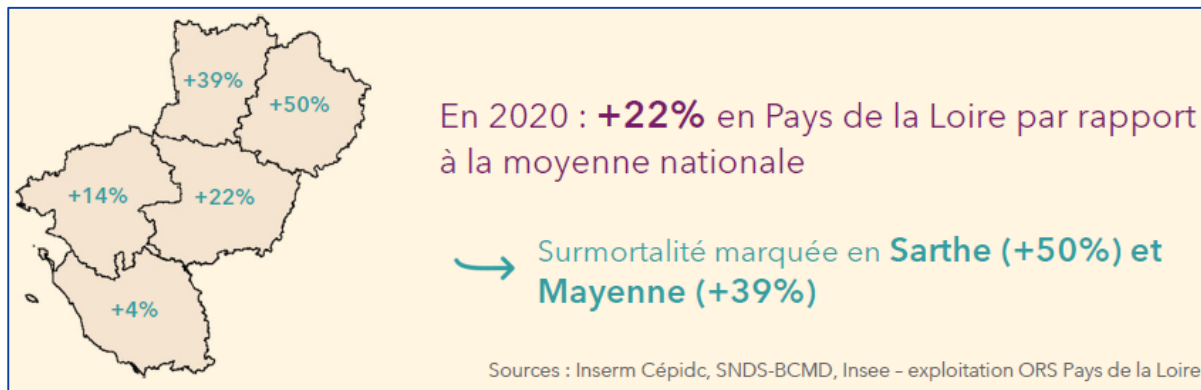
Conduites suicidaires :

- En 2024, **5,2 %** des adultes de 18 à 79 ans déclarent avoir eu des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois.
- **0,4 %** déclare avoir fait une tentative de suicide au cours des 12 derniers mois, et **5,4 %** au cours de leur vie.

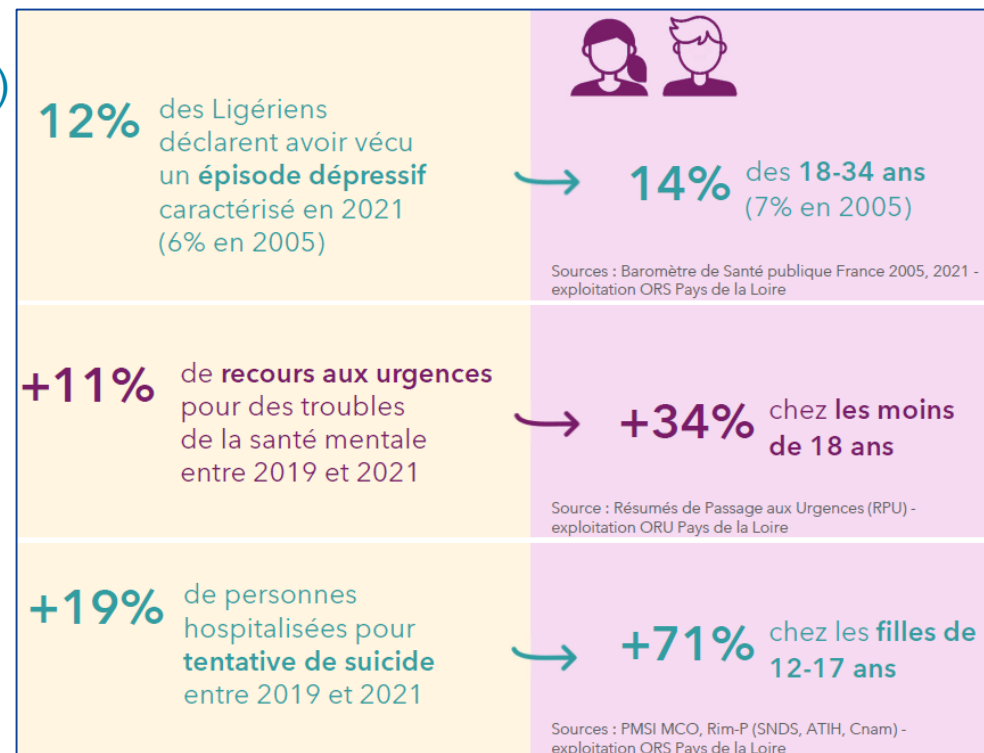
→ Dans ces 3 situations, les plus concernés sont les **femmes**, les **jeunes adultes** et les personnes **précaires ou isolées**.

A L'ÉCHELLE DES PAYS DE LA LOIRE (RAPPORT 2023)

- **Plus d'1 habitant sur 10** est pris en charge pour des troubles de santé mentale (ALD, hospitalisation ou prise régulière de psychotropes)
- 4 400 personnes hospitalisées pour tentative de suicide (2021)
- 620 décès par suicide (2020)
- Des indicateurs qui se dégradent notamment chez les jeunes



- Une mortalité par suicide en baisse mais toujours supérieure à la moyenne nationale



02

POLITIQUE NATIONALE

10 thèmes prioritaires :

- Troubles schizophréniques et troubles bipolaires
- Santé mentale et psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent
- Droits des patients et des personnes accompagnées, pair-aidance et alliance thérapeutique
- Accompagnement et soutien des familles et des proches
- Santé mentale et psychiatrie de la personne âgée
- Soins en psychiatrie aux personnes détenues et soins pénalement ordonnés
- Santé mentale, psychiatrie et addictions
- Troubles du neurodéveloppement (TND)
- Certification des établissements de santé autorisés en psychiatrie pour la qualité des soins
- Autres thèmes (coordination MG et autres acteurs de soins, prévention suicide exploitants et salariés agricoles, santé mentale réfugiés et migrants)

FEUILLES DE ROUTE INTERMINISTÉRIELLES

Santé mentale et psychiatrie 2024

- Promouvoir le bien être mental, prévenir et repérer précocement la souffrance psychique et prévenir le suicide
- Garantir des parcours de soins coordonnés et soutenus par une offre en psychiatrie accessible, diversifiée et de qualité
- Améliorer les conditions de vie et d'inclusion sociale et la citoyenneté des personnes en situation de handicap psychique

Sommeil 2025-2026

- Informer et promouvoir le sommeil comme déterminant de la santé globale
- Favoriser une bonne hygiène de sommeil chez les enfants et les jeunes
- Agir pour un environnement plus favorable au sommeil
- Améliorer le repérage des troubles du sommeil
- Renforcer les connaissances sur le sommeil

FEUILLES DE ROUTE INTERMINISTÉRIELLES

Mobilisation contre les conduites addictives 2023-2027

- Contribuer au développement physique, psychique et cognitif et à la réussite scolaire de tous les enfants
- Aller encore plus loin dans la lutte contre les violences intrafamiliales et les violences sexuelles
- Promouvoir le bien être des jeunes adultes, mis à mal par les effets de la crise sanitaire
- Sauver des vies, améliorer la santé de la population et alléger la pression sur le système de santé
- Lutter contre les inégalités de santé
- Accompagner la vie festive locale et les grands rassemblements festifs
- Améliorer la sécurité du quotidien sur tout le territoire et lutter contre la criminalité organisée
- Sauver des vies sur la route
- Soutenir le développement des entreprises et le bien être des salariés
- Réduire les impacts sur l'environnement

FEUILLES DE ROUTE INTERMINISTÉRIELLES

Lutte contre le tabac 2023-2027

- Prévenir l'entrée dans le tabagisme, en particulier chez les jeunes
- Accompagner les fumeurs, en particulier les plus vulnérables, vers l'arrêt du tabac
- Préserver notre environnement de la pollution liée au tabac
- Transformer les métiers du tabac et lutter contre les trafics
- Améliorer la connaissances sur les dangers liés au tabac et les interventions pertinentes

03

OUTILS À CONNAÎTRE

MON SOUTIEN PSY

Dispositif de prise en charge, par l'Assurance Maladie, de séances d'accompagnement psychologique réalisées par un psychologue conventionné, dans le cadre d'un parcours de soins.

Public : tous les patients dès l'âge de 3 ans en souffrance psychique d'intensité légère à modérée (cf. critères d'inclusion et de non-inclusion).

Modalités : entretien d'évaluation par le psychologue, puis de 1 à 11 séances de suivi (en fonction des besoins du patient).

Accès : direct ou après une consultation chez le médecin, qui rédige un courrier d'adressage à destination du psychologue. Un annuaire répertoriant les psychologues conventionnés est disponible sur le site *monsoutienpsy.ameli.fr*

L'APPLICATION JARDIN MENTAL



Application mobile gratuite, anonyme et sans collecte de données, développé par l'Assurance Maladie, dédiée à l'observation et à la compréhension de sa santé mentale au quotidien.

- **Observation quotidienne** : humeur, qualité du sommeil, énergie, stress...
- Analyse et visualisation graphique des indicateurs sur la durée ;
- Mise en relation des indicateurs ;
- Suivi des traitements et observation de leur impact ;
- Boîte à **outils** : cohérence cardiaque, plan de crise, etc. ;
- Bibliothèque de **ressources** dédiées à la santé mentale ;
- Export PDF : possibilité d'exporter le journal complet afin de le partager avec le professionnel de son choix et faciliter le suivi collaboratif.

OUTILS TRANSVERSAUX

Non spécifiques au champ de la santé mentale, ils sont à disposition des professionnels de santé afin de permettre la meilleure prise en charge du patient :

- Évaluation d'un patient par un psychiatre : téléconsultation, télé-expertise
- Incapacité de travail : **arrêt de travail**, temps partiel thérapeutique, mise en **invalidité**
- Compensation du handicap : MDPH (RQTH, AAH, PCH...)
- Impact de la santé sur la vie professionnelle, personnelle ou familiale : service social de l'Assurance Maladie

03

RESSOURCES

RESSOURCES NATIONALES



PRINCIPALES RESSOURCES EN LIGNE



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES



PRINCIPALES RESSOURCES EN LIGNE

ameli.fr

Côté assuré :



- Santé mentale de l'adulte
- Santé mentale de l'enfant
- Santé mentale des adolescents et jeunes adultes
- Santé mentale et grossesse

Côté médecins :



- Petite enfance (0 à 3 ans)
- Enfants (4 à 9 ans)
- Adolescents (10 à 19 ans)
- Jeunes et étudiants (20 à 25 ans)
- Maternité et périnatalité
- Adultes
- Seniors

RESSOURCES LOCALES ET RÉGIONALES

Ressources locales :

Nantes Métropole : [guide des ressources en santé mentale de la métropole](#)

Ressources régionales :

CReHPsy (centre ressource handicap psychique des Pays de la Loire)

CReSERC (centre de référence - Soins d'éducation thérapeutique et de remédiation cognitive et centre de proximité en soins de réhabilitation psychosociale)

APSMML (Association pour le développement de l'exercice coordonné pluriprofessionnel en Pays de la Loire) : [guide des ressources santé mentale en Pays de la Loire](#)