



Marion LEBOYER, Lisa LETESSIER et Anne DE DANNE

Réinventer notre santé mentale avec la Covid-19

En librairie le 6 octobre 2021
Editions Odile Jacob

Dépression, stress post-traumatique, anxiété, insomnie..., infectée ou non par la Covid-19, près d'une personne sur cinq développera des difficultés psychologiques et des troubles mentaux dans le contexte pandémique. Ces symptômes sont liés aux effets délétères de la crise liée à la Covid-19, mais aussi à l'expression de l'infection elle-même et de l'inflammation qu'elle entraîne, notamment dans le cerveau.

Cette pandémie est l'occasion de réfléchir à la manière dont notre santé mentale va pouvoir changer, se réformer, se réinventer.

En trois parties et à trois voix, ce livre décrit tout d'abord les éléments qui devraient nous conduire à modifier nos représentations sur les maladies mentales. Les liens établis entre inflammation, infection et maladies mentales nous incitent à revoir notre vision des troubles psychiatriques à la lumière des recherches faites dans le domaine de l'immuno-psychiatrie. Puis, pour mieux faire face aux crises que nous traversons, nous décrivons les techniques qui pourraient nous apprendre à améliorer notre résilience. De fait, cette crise révèle combien il est important pour chacun d'entre nous de mieux connaître les stratégies psychothérapeutiques, scientifiquement validées, qui permettent de trouver des clefs pour contrôler son stress, lutter contre des idées dépressives, gérer des émotions douloureuses. Enfin, cette épidémie a également mis en évidence les insuffisances de notre système de santé mentale. Une chance pour notre système de se réinventer ?

Trois expertes, une psychiatre, une psychologue, et une spécialiste de santé publique livrent ici leur constat et des pistes d'amélioration pour contribuer à la mutation de la psychiatrie en France.

LES AUTEURS

Marion Leboyer est professeur de psychiatrie à l'Université Paris-Est Créteil (UPEC), responsable du pôle Psychiatrie et Addictologie des hôpitaux universitaires Henri-Mondor (Créteil) et du laboratoire de Neuro-Psychiatrie translationnelle de l'Inserm (Institut Mondor de Recherches Biomédicales, Créteil). Elle dirige également la fondation FondaMental. Elle est l'auteur de nombreux articles internationaux.

Lisa Letessier est psychologue clinicienne cognitivo-comportementaliste, formée en EMDR, désensibilisation des traumatismes psychologiques par les mouvements oculaires. Elle exerce à Paris et dirige le Cabinet Ennéade. Elle est l'auteur de plusieurs ouvrages dont «Le mensonge dans le couple » aux éditions Odile Jacob.

Anne de Danne, ancienne élève de l'École nationale d'administration (ENA), a été conseillère santé du Premier ministre entre 1993 et 1995. Après avoir occupé des postes de direction dans le domaine de la santé du secteur privé, elle est aujourd'hui directrice déléguée de la fondation FondaMental.

La Fondation FondaMental est une fondation de coopération scientifique qui allie soins et recherche de pointe pour mieux comprendre, mieux diagnostiquer et mieux soigner les troubles psychiatriques sévères.

Le cabinet Ennéade est un centre de psychothérapie regroupant des psychologues cliniciens et neuropsychologues. Il allie un fonctionnement de cabinet libéral et un fonctionnement institutionnel afin de garantir une offre de soins de qualité.