

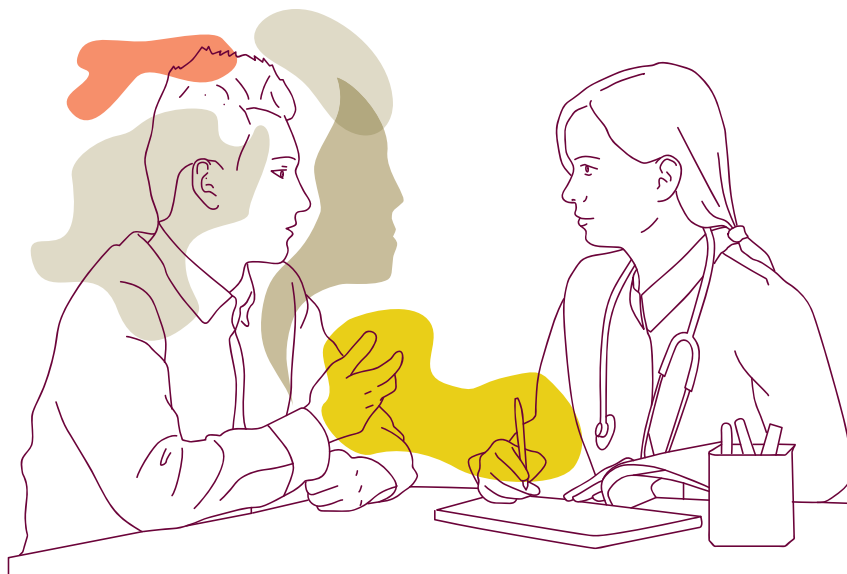


**MINISTÈRE
DE LA SANTÉ
ET DE LA PRÉVENTION**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

DISPOSITIF Mon soutien psy

**Guide pratique
à destination
des médecins**



Juillet 2023



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

SOMMAIRE

Présentation	3
 Les patients concernés	 5
Pour les enfants et adolescents	6
Pour les adultes	8
 Le parcours de prise en charge	 11
Étape 1 : Entretien d'évaluation	14
Étape 2 : Séances de suivi	14
La fin de l'accompagnement	16
 Annexes	 18
Modèle de courrier d'adressage	18
Modèle de courrier d'accompagnement	19

PRÉSENTATION

POURQUOI CE DISPOSITIF MON SOUTIEN PSY ?

Près de **8 millions de personnes** reçoivent, chaque année, **des soins en lien avec leur santé mentale**. La dépression légère à modérée, les troubles de l'adaptation ou les troubles médicaux inexpliqués¹ concentrent la majorité des patients, **qui sont pris en charge essentiellement par vous, médecin**. Malheureusement, vous n'avez pas toujours le temps nécessaire pour prendre en charge la souffrance psychologique. De plus, les difficultés d'accès à la psychothérapie vous offrent peu de possibilités thérapeutiques non médicamenteuses à offrir à vos patients.

C'est pourquoi, face aux besoins croissants liés à la crise sanitaire, et afin de permettre **un accès aux soins en santé mentale plus large, plus adapté et plus équitable**, le ministère en charge de la santé et l'Assurance maladie ont travaillé avec les représentants du Collège de la médecine générale (CMG), des psychologues et au côté de la Commission nationale de psychiatrie (CNP) afin de proposer le dispositif Mon soutien psy. Celui-ci organise une coopération entre les psychologues de ville et les intervenants du parcours de soin du patient sous la forme d'une **offre de première ligne, de dépistage et de prise en charge initiale** pour l'ensemble de la population à partir de 3 ans.

Ainsi, les patients en souffrance psychique d'intensité légère à modérée, après une orientation par leur médecin et dans le cadre d'un parcours de soins, peuvent bénéficier d'un accompagnement psychologique réalisé par un psychologue de ville, pris en charge par l'Assurance maladie dans la limite d'un entretien d'évaluation et de sept séances de suivi par patient et par an.

¹ DOCQUIR Camille, « Les symptômes médicalement inexpliqués : précisions terminologiques, données épidémiologiques chez l'adulte et l'enfant, aperçu des contre-attitudes », *Bulletin de psychologie*, 2013/1 (numéro 523), p. 61-75. DOI : 10.3917/bupsy.523.0061. URL : www.cairn.info/revue-bulletin-de-psychologie-2013-1-page-61.htm

QUEL EST L'OBJET DU GUIDE PRATIQUE ?

Ce guide pratique est destiné à tous les médecins qui souhaitent participer au dispositif et en faire bénéficier leur patient.

Il a pour objectif de vous fournir des informations pratiques sur le dispositif Mon soutien psy (parcours de soins, critères d'inclusion, critères de non-inclusion, etc.).

Il vous propose des outils pour faciliter les échanges avec le psychologue et vous offre des repères concrets pour la prise en charge de vos patients.

Un document pratique pour les psychologues est également réalisé.

Une brochure d'information à destination de vos patients est disponible sur le site internet du dispositif (monsoutienpsy.sante.gouv.fr).



LES PATIENTS CONCERNÉS

Dans le cadre du dispositif Mon soutien psy, vous représentez, en tant que médecin², la porte d'entrée du dispositif.

Mon soutien psy s'adresse **à tous les patients dès l'âge de 3 ans en souffrance psychique d'intensité légère à modérée.**

Si vous repérez une souffrance psychique chez l'un de vos patients et en fonction de l'examen clinique, vous pouvez lui proposer de bénéficier d'un accompagnement psychologique réalisé par un psychologue partenaire du dispositif.

Des échelles et des outils d'évaluation permettant d'évaluer le degré de gravité des troubles vous sont proposés (cf. livret dédié). Ces outils ne sont pas obligatoires mais peuvent faciliter la caractérisation du trouble et faciliter vos échanges avec le psychologue qui prendra en charge votre patient.

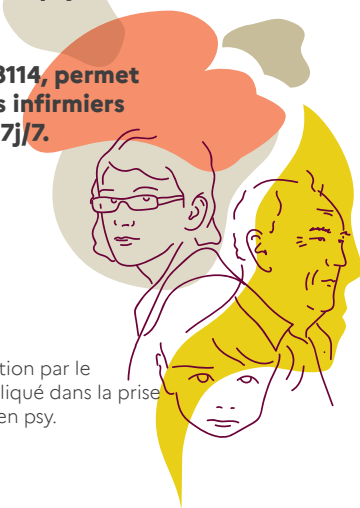
La prise en charge psychologique est préconisée comme solution de première intention pour les troubles d'intensité légère à modérée et peut représenter une alternative aux traitements médicamenteux.

Dans le cadre de ce dispositif, l'orientation par le médecin est obligatoire et un accès direct à l'accompagnement psychologique n'est pas possible.

Les patients en situation d'urgence, présentant un risque suicidaire ou avec des critères de gravité (signes de décompensation psychiatrique aigus, par exemple) doivent être orientés sans délai vers le psychiatre ou des structures spécialisées.

Un numéro national de prévention du suicide, le 3114, permet d'apporter une aide avec des psychologues et des infirmiers formés à la prévention du suicide et ce 24h/24 et 7j/7.

² Afin d'assurer une prise en charge globale du patient, l'orientation par le médecin traitant est encouragée. Cependant tout médecin impliqué dans la prise en charge peut orienter son patient dans le dispositif Mon soutien psy.



POUR LES ENFANTS ET ADOLESCENTS

Les critères d'inclusion

Mon soutien psy s'adresse aux enfants et adolescents de 3 à 17 ans inclus qui présentent :

- > **une situation de mal-être ou de souffrance psychique** d'intensité légère à modérée, pouvant susciter l'inquiétude de l'entourage (famille, milieu scolaire, médecin, etc.).

Les critères de non-inclusion

Ne sont pas concernés par le dispositif :

- > **les enfants âgés de moins de 3 ans ;**
- > **les enfants ou adolescents nécessitant d'emblée un avis spécialisé** (psychiatre ou pédopsychiatre) :
 - risques suicidaires,
 - formes sévères de troubles anxieux ou dépressifs,
 - troubles du comportement alimentaire avec signes de gravité (voir plus bas),
 - situations de retrait et d'inhibition majeures,
 - troubles neuro-développementaux,
 - toute situation de dépendance à des substances psychoactives,
 - troubles externalisés sévères :
 - exclusions scolaires à répétition,
 - retentissement majeur sur la scolarité et les apprentissages ou sur la vie familiale,
 - trouble des conduites avec acte légal ou médico-légal (arrestation, condamnation, acte hétéro-agressif...).
- > **les enfants et adolescents actuellement en cours de prise en charge en pédopsychiatrie ou psychiatrie ou en ALD pour motif psychiatrique (ou dans les deux ans).**

L'UTILISATION DES ÉCHELLES (CF. LIVRET DÉDIÉ)

Des échelles ou auto-questionnaires (BITS, ADRS, SDQ) à destination des enfants sont proposés aux professionnels qui suivent les patients afin de faciliter la caractérisation initiale et l'inclusion dans le dispositif ainsi que l'évolution du patient, le cas échéant.

CONSENTEMENT DES PARENTS POUR LES PATIENTS MINEURS

Le consentement des titulaires de l'autorité parentale (parents ou tuteurs) est nécessaire pour engager un parcours de soins pour un mineur et permettre le partage, entre les acteurs de ce parcours, dans la mesure où ils ont vocation à en connaître, des informations relatives à sa prise en charge en santé mentale.

Vous devez rechercher le consentement des deux titulaires de l'autorité parentale en orientant votre patient mineur vers un accompagnement psychologique.

Si seul un titulaire de l'autorité parentale est présent, vous informez le parent présent qu'il lui incombe de recueillir l'accord de l'autre titulaire de l'autorité parentale. Si l'accord ne peut être obtenu, vous lui demandez d'attester par écrit que l'accord du second parent n'a pu être obtenu pour cause d'impossibilité manifeste pour ce dernier d'être informé et qu'il prend l'entière responsabilité d'accorder seul cette autorisation.

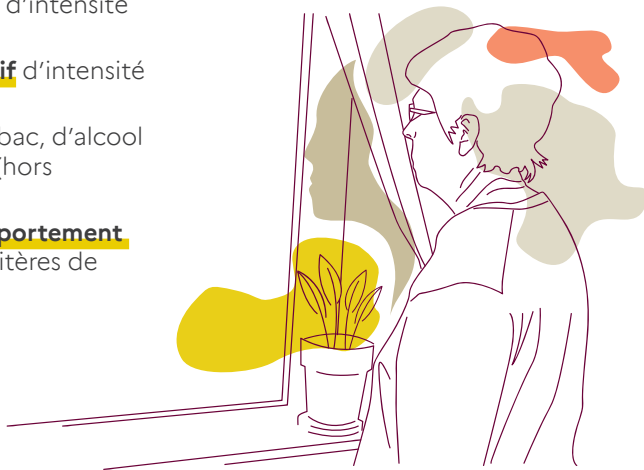


POUR LES ADULTES

Les critères d'inclusion

Mon soutien psy s'adresse aux patients adultes de 18 ans ou plus en souffrance psychique qui présentent :

- > **un trouble anxieux** d'intensité légère à modérée ;
- > **un trouble dépressif** d'intensité légère à modérée ;
- > **un mésusage** de tabac, d'alcool et/ou de cannabis (hors dépendance) ;
- > **un trouble du comportement alimentaire** sans critères de gravité.



À savoir : si votre patient est éligible, mais qu'il est dans une des situations suivantes :

- > traitement par antidépresseurs depuis plus de 3 mois ;
- > traitement par hypnotiques ou benzodiazépines depuis plus d'un mois ;
- > traitement par un autre psychotrope ;
- > patient bipolaire ou borderline sous antiépileptiques.

Avant de l'orienter vers un accompagnement psychologique, vous sollicitez l'avis d'un psychiatre. Celui-ci formalise un avis quant à la prise en charge la plus adaptée pour votre patient et réévalue la pertinence des psychotropes prescrits.

BONNES PRATIQUES : RÉÉVALUATION DE LA PERTINENCE DES TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

Avant d'orienter votre patient vers un accompagnement psychologique, vous devez réévaluer les traitements médicamenteux de celui-ci et en particulier ses traitements psychotropes.

La Haute Autorité de santé (HAS) met par exemple en ligne des outils d'aide à la déprescription des benzodiazépines et médicaments apparentés :

- > Fiche de bon usage des médicaments : [Quelle place pour les benzodiazépines dans l'anxiété ?](#)
- > Recommandations de bonne pratique : [Modalités d'arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés chez le patient âgé](#)

Les critères de non-inclusion

Toutes les situations qui nécessitent d'emblée ou en cours de prise en charge un avis spécialisé par un psychiatre sont exclues du champ de ce dispositif.

Ne sont pas concernés par le dispositif :

- > **les situations qui nécessitent d'emblée ou en cours de prise en charge un avis spécialisé par un psychiatre**, notamment en cas de :
 - risques suicidaires,
 - formes sévères de troubles dépressifs ou anxieux,
 - troubles du comportement alimentaire avec signes de gravité (voir plus bas),
 - troubles neuro-développementaux sévères,
 - antécédents psychiatriques sévères dans les trois ans,
 - toute situation de dépendance à des substances psychoactives ;
- > **les patients actuellement en ALD ou en invalidité pour motif psychiatrique ou en arrêt de travail de plus de six mois** pour un motif psychiatrique (ou dans les deux ans).

L'UTILISATION DES ÉCHELLES (CF. LIVRET DÉDIÉ)

Plusieurs échelles (PHQ9, GAD7, CUDIT, AUDIT, Fagerström) sont à votre disposition et à celle du psychologue pour aider à caractériser un trouble psychiatrique d'intensité légère et modérée et les états de souffrance psychique afin de repérer les situations qui ne sont pas incluses dans le dispositif. Leur utilisation n'est pas obligatoire.

Pour information, les critères de non-inclusion ont pour traduction, pour les patients présentant :

- > des symptômes dépressifs : score PHQ 9 < 5 et > 19 ;
- > des symptômes anxieux : score GAD 7 < 5 et > 14 ;
- > une consommation de tabac : score Fagerström > 6 ;
- > une consommation d'alcool : score AUDIT > 12 hommes ou > 11 femmes ;
- > une consommation de cannabis : score CUDIT > 8.

Ces échelles peuvent faciliter les échanges (un langage commun) entre les différents professionnels (médecin, psychologue, psychiatre). Elles vous permettent de caractériser le niveau de trouble initial afin d'en informer le psychologue et, pour le psychologue, d'évaluer l'évolution du trouble suite à la prise en charge psychologique.

LES SIGNES DE GRAVITÉ DES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Les signes impliquant une prise en charge spécialisée d'emblée sont les suivants :

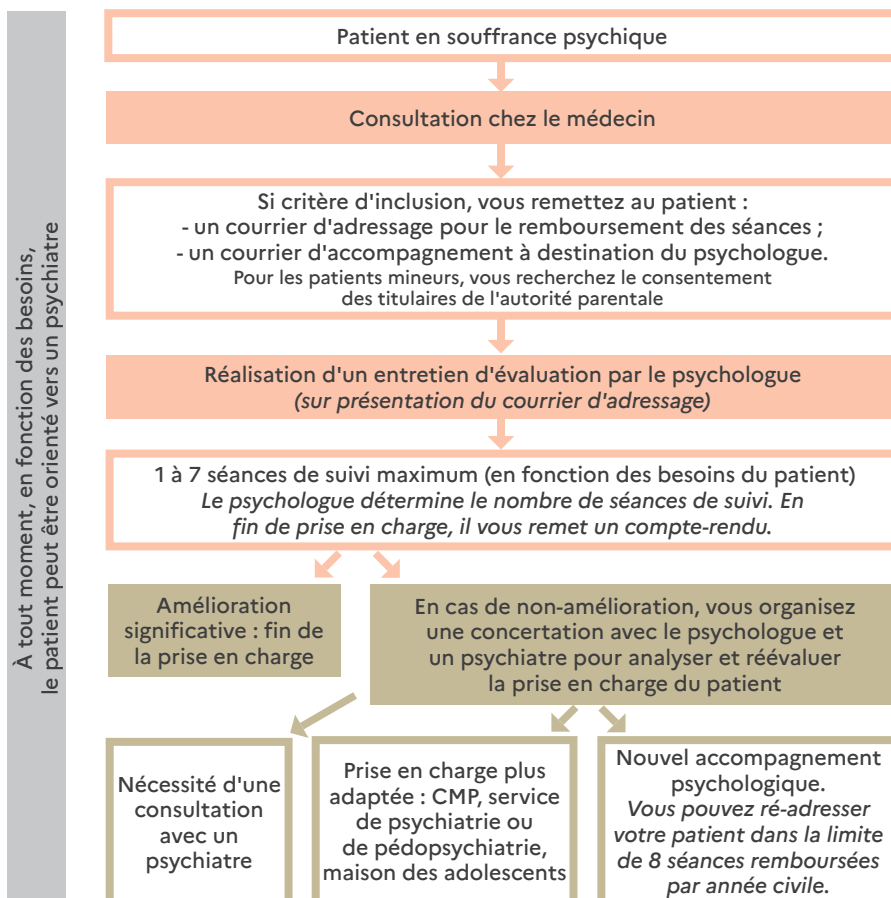
- > variation du poids de plus de 1 kg/semaine depuis quelques semaines ;
- > IMC bas (enfant adolescent : < 3^e percentile ; adulte < 17) ;
- > crises de boulimie/hyperphagie ne permettant pas le maintien de l'activité scolaire/professionnelle ou retentissement somatique important ;
- > comorbidité psychiatrique sévère ou risque suicidaire ;
- > complications somatiques du surpoids.

LE PARCOURS DE PRISE EN CHARGE

LA PRISE EN CHARGE PROPOSÉE ET LES ÉCHANGES ENTRE LES INTERVENANTS

L'échange et la concertation entre vous et le psychologue permettent la réussite de la prise en charge de votre patient.

NB : le parcours de prise en charge est le même pour les enfants/adolescents et les adultes.



EN PRATIQUE, COMMENT DOIS-JE ORIENTER MON PATIENT VERS LE DISPOSITIF MON SOUTIEN PSY ?

Vous évaluez l'état de votre patient lors de l'examen clinique et, éventuellement, à l'aide des échelles et outils d'évaluation si nécessaire (cf. livret dédié).

Si votre patient répond aux critères d'inclusion, vous pouvez lui proposer de bénéficier d'un accompagnement psychologique dans le cadre du dispositif Mon soutien psy. Pour ce faire, vous lui transmettez :

1. Un « **courrier d'adressage** » mentionnant votre nom, votre numéro AM ou celui de votre structure en indiquant la nécessité de réaliser un accompagnement psychologique.

Ce courrier d'adressage, valable six mois, est un **document administratif** nécessaire au remboursement de votre patient par l'Assurance maladie. **Il ne doit contenir aucune information médicale.**

- > Le nombre de séances ne doit pas être indiqué sur le courrier d'adressage. C'est le psychologue conventionné qui, en accord avec le patient, propose le nombre de séances nécessaires.
- > Un modèle est disponible en annexe, mais vous pouvez rédiger ce courrier sur papier blanc ou utiliser une ordonnance.

2. Un « **courrier d'accompagnement** » destiné au psychologue (modèle en annexe). Ce document, à destination du psychologue, a vocation à lui **transmettre les éléments du contexte, les éléments cliniques et les motifs de l'adressage** et éventuellement les résultats des scores.

L'objectif est de concourir à l'amélioration de la prise en charge du patient, en fluidifiant les échanges entre les professionnels impliqués dans son parcours.



Votre patient peut choisir le psychologue de son choix parmi les psychologues partenaires listés sur le site monsoutienpsy.sante.gouv.fr.

L'annuaire est régulièrement actualisé en fonction de l'entrée dans le dispositif de nouveaux psychologues.

Si vous le souhaitez, ou s'il vous le demande, vous pouvez aider le patient (ou la famille) dans le choix du psychologue.

Bon à savoir : en cas de questions de votre patient sur le dispositif (modalités de remboursement, etc), vous pouvez l'orienter vers la foire aux questions patients disponible sur le site monsoutienpsy.sante.gouv.fr.

LA PRESCRIPTION DE TRANSPORT

Si le recours au psychologue est en lien avec une ALD du patient et que celui-ci présente une déficience ou une incapacité justifiant la prescription d'un transport sanitaire (cf. référentiel de prescription fixé par l'arrêté du 23 décembre 2006), alors les transports pourront être pris en charge dans les conditions habituelles (article R.322-10 du Code de la sécurité sociale).

C'est le seul cas de prise en charge des transports.



ÉTAPE 1 : ENTRETIEN D'ÉVALUATION

Suite à votre adressage, votre patient bénéficie d'une première séance permettant au psychologue d'évaluer la prise en charge nécessaire et les modalités d'accompagnement adaptées (nombre de séances prévisionnels dans la limite d'un entretien et de 7 séances de suivi).

Si le psychologue détecte des indicateurs de gravité ou au moindre doute, il vous en informe afin d'orienter le patient vers une prise en charge plus adaptée.

En pratique, la première séance d'entretien d'évaluation doit permettre de :

- > réaliser une première évaluation de la situation avec le patient ;
- > caractériser les difficultés (l'utilisation d'outils standardisés est encouragée) ;
- > présenter la démarche des séances de prise en charge psychologique au patient ;
- > préciser l'accord du patient.

À l'issue de cet entretien et avec l'accord du patient, un retour d'information écrit favorise la coordination avec le médecin, en précisant notamment la pertinence d'un accompagnement psychologique pour ce patient et les modalités de suivi proposées par le psychologue (en particulier, le nombre de séances envisagées).

À ce stade, le patient peut sortir du dispositif pour divers motifs : refus de la prise en charge, apparition de signes de non-inclusion (voir plus haut) ou nécessitant l'intervention d'emblée d'un psychiatre.

ÉTAPE 2 : SÉANCES DE SUIVI

En fonction de l'état de santé du patient et de ses besoins, le psychologue lui propose 1 à 7 séances de suivi. Le psychologue peut proposer au patient de réaliser ces séances de suivi à distance.

Durant son parcours :

- > Le patient peut changer de psychologue partenaire. En revanche, le nouveau psychologue ne pourra pas refaire un entretien d'évaluation, mais pourra réaliser les séances de suivi restantes dans le parcours du patient.
- > **En cas d'amélioration significative ou de disparition des troubles**, la prise en charge se termine.

- > **En cas d'apparition de critères de gravité ou d'urgence ou de risque suicidaire**, le patient doit être orienté sans délai vers le psychiatre ou des structures spécialisées.

Un numéro national de prévention du suicide, le 31 14, permet d'apporter une aide avec des psychologues et des infirmiers formés à la prévention du suicide et ce 24h/24 et 7j/7.

Suite à la dernière séance de suivi, le psychologue vous adresse un **compte-rendu de fin de prise en charge** comprenant :

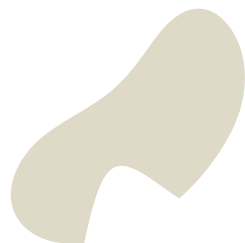
- > le rappel de l'évaluation initiale ;
- > l'état actuel du patient ;
- > l'évolution des scores (si pertinent) ;
- > le nombre total de séances réalisées ;
- > une éventuelle proposition de conduite à tenir en fonction de l'évolution des troubles.

MODALITÉS D'INTERVENTION DU PSYCHOLOGUE

Dans les cas des troubles peu sévères, l'accompagnement psychologique de soutien est recommandé dans la littérature scientifique.

L'accompagnement psychologique de soutien représente une forme de thérapie relationnelle basée sur l'empathie, la confiance et le soutien. Celle-ci comprend une dimension d'écoute, de compréhension, de conseil, d'information et d'explication.

Si le psychologue le juge pertinent et selon les souhaits et ressources psychologiques du patient, les séances peuvent prendre la forme d'une psychothérapie brève qui s'appuie sur des modèles de thérapie individuelle, de couple ou plus largement familiale.



LA FIN DE L'ACCOMPAGNEMENT

À la fin de l'accompagnement, sur la base du compte-rendu qui vous est transmis, vous échangez avec le psychologue. En cas de non-amélioration après les 8 séances, cette concertation intègre un psychiatre pour analyser et réévaluer la prise en charge du patient.

Suite à cet échange, différents cas peuvent se présenter :

- > **la nécessité d'une consultation avec un psychiatre** (en libéral ou à l'hôpital) pour une évaluation plus approfondie ;
- > **la nécessité d'une prise en charge la plus adaptée** : centre médico-psychologique (CMP), CMP infanto-juvéniles, service de psychiatrie ou pédopsychiatrie, maison des adolescents... ;
- > **une évolution favorable** ne nécessitant pas de nouvel accompagnement psychologique ;
- > **un nouvel accompagnement psychologique.**

Dans ce dernier cas, vous pouvez ré-adresser votre patient dans la limite de 8 séances remboursées par année civile.

Tout nouvel adressage, après la réalisation des 8 séances, est ainsi conditionné à l'évaluation des troubles du patient, ce qui nécessite une concertation entre vous, le psychologue, et après avis psychiatrique formalisé (idéalement une consultation), pour adapter au mieux la prise en charge du patient, et le cas échéant avoir recours à une prise en charge plus spécialisée.

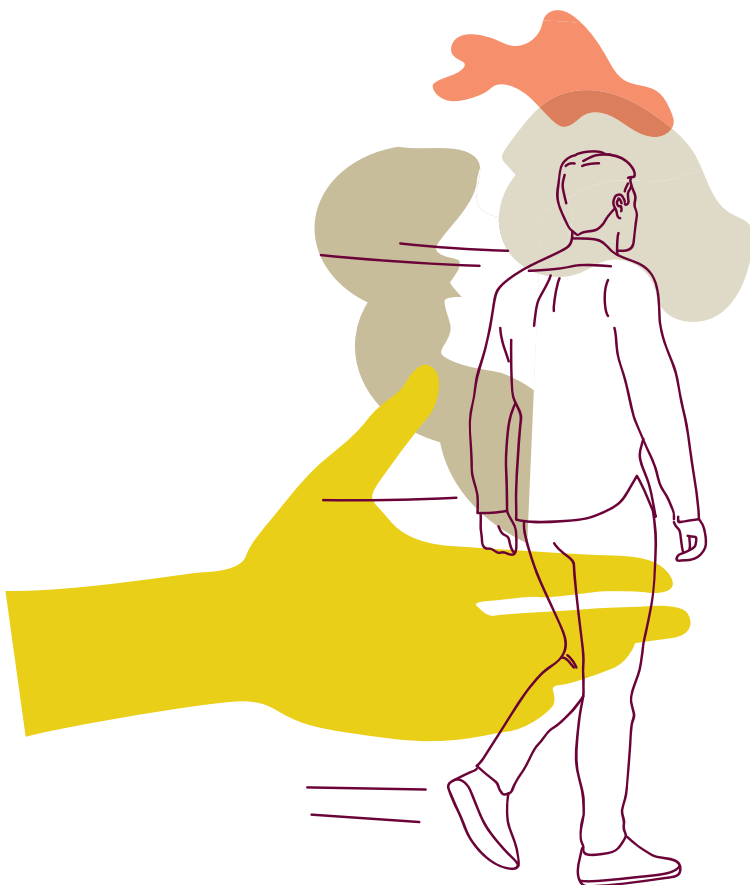
Un nouvel adressage ne peut donc pas être réalisé de façon automatique.

Le patient peut aussi décider de poursuivre avec le psychologue une prise en charge dans un cadre non remboursé. Si celui-ci n'en a pas les moyens, le patient peut être orienté vers une structure hospitalière de type centre médico-psychologique.

Dans quels cas et quand un psychiatre doit-il être sollicité ?

Un avis psychiatrique est sollicité dans les cas suivants :

- > évaluation initiale identifiant un critère de gravité ou de dépendance (cf. critère de non-inclusion) ;
- > orientation vers Mon soutien psy d'un patient sous traitement psychotrope (antidépresseurs depuis plus de trois mois ou hypnotiques ou benzodiazépines depuis plus d'un mois) ;
- > aggravation en cours de suivi : apparition d'idées suicidaires, de dépendance... ;
- > doute sur la prise en charge thérapeutique ;
- > non-amélioration après 8 séances d'accompagnement psychologique.



ANNEXE – Modèles de courrier d'adressage et de courrier d'accompagnement

Courrier d'adressage

Nom et prénom du médecin :

Numéro AM du médecin ou de la structure :

Nom et prénom du patient :

Date :

Adressage pour un accompagnement psychologique (entretien d'évaluation et jusqu'à sept séances de suivi) par un psychologue conventionné avec l'Assurance maladie (annuaire disponible sur monsoutienpsy.sante.gouv.fr).

Si besoin, précisez si les soins sont en lien avec :

☐ Maladie

☐ Affection de longue durée (ALD)

☐ Accident causé par un tiers

☐ Maternité (à partir du 6^e mois de grossesse)

☐ AT-MP (Accident du travail-Maladie professionnelle)

Signature et tampon du médecin

Document à présenter au psychologue puis transmettre à l'organisme d'assurance maladie avec la feuille de soins pour permettre le remboursement des séances réalisées.

Courrier d'accompagnement

Nom et prénom du médecin :

Numéro AM du médecin ou de la structure :

Nom et prénom du patient :

Date :

Adressage pour un accompagnement psychologique (entretien d'évaluation et jusqu'à sept séances de suivi) par un psychologue conventionné avec l'Assurance maladie (annuaire disponible sur monsoutienpsy.sante.gouv.fr).

Motifs de l'adressage :

Informations sur l'évaluation initiale / Description de l'état actuel du patient :

.....
.....
.....

Retentissement sur la vie quotidienne et professionnelle :

Éventuellement et si souhaité par le médecin et pour les patients adultes, scores des échelles PHQ 9/GAD 7 :

Autres éléments nécessaires :

Signature et tampon du médecin

Document à transmettre au psychologue uniquement



**MINISTÈRE
DE LA SANTÉ
ET DE LA PRÉVENTION**

*Liberté
Égalité
Fraternité*