THE CATALYST

Ordonnance : prévention du suicide

Comment les pharmaciens peuvent faire partie de la solution pour les personnes en situation de crise

By: Moira Farr | Posted: November 10, 2026

En tant que pharmacien dans un quartier du centre-ville d'Ottawa où de nombreuses personnes vivent avec des problèmes de santé mentale complexes, des troubles liés à l'usage de substances et l'itinérance, Mark Barnes a constaté il y a des années que ses clients arrivaient souvent à la pharmacie traumatisés par le manque de respect et les jugements subis dans le système de santé, ce qui aggravait leur détresse.



Mark Barnes

Avec trois partenaires, il a fondé une pharmacie spécialisée pour cette clientèle vulnérable, Respect Rx, guidée par l'idée que des pharmaciens qui exercent avec compassion et empathie, en plus de leur expertise professionnelle, peuvent offrir à leurs clients des bienfaits qui vont bien au-delà des simples ordonnances. Au fil des ans, affirme M. Barnes, il a travaillé « à maintes reprises » avec des personnes présentant un risque élevé de suicide. La crise peut prendre bien des formes : des clients peuvent se présenter à la pharmacie à toute heure, en pleine psychose,

en proie à des symptômes aigus de sevrage ou encore au lendemain d'une agression sexuelle, d'une expulsion ou de « l'inondation d'une fumerie de crack », par exemple. « C'est mon quotidien », dit M. Barnes.

Respect Rx, qui compte maintenant cinq succursales à Ottawa et une à Cornwall, repose sur l'idée qu'un pharmacien devrait être là pour aider les clients vulnérables en apprenant à les connaître, en se renseignant sur leurs problèmes et en y remédiant sans les juger. Cela signifie de porter attention et de leur demander comment ils vont. Des initiatives dans d'autres provinces, comme le programme Bloom de la Nouvelle-Écosse, fonctionnent selon des principes semblables et partent du constat que les pharmaciens occupent une position privilégiée dans le système de santé pour avoir une incidence positive sur la santé mentale de leur clientèle. Cela comprend un partenariat actif avec d'autres services de soutien communautaires. Pour Respect Rx et le programme Bloom, il s'agit notamment de centres de réadaptation, d'organismes de défense du droit au logement pour les femmes et les enfants, de sites de réduction des méfaits et de refuges pour personnes en situation d'itinérance.

Peu importe le quartier où ils travaillent, les pharmaciens rencontreront inévitablement, au cours de leur carrière, de nombreuses personnes qui envisagent de mettre fin à leurs jours. Selon Statistique Canada, environ 12 personnes décèdent par suicide chaque jour, ce qui représente environ 4 500 décès par suicide par année. Chez les jeunes âgés de 15 à 34 ans, le suicide est la deuxième cause de décès.

Des études montrent que jusqu'à 45 % des personnes qui meurent par suicide consultent un professionnel de soins primaires au cours du mois précédant leur décès; la prévention est donc devenue une priorité absolue dans le système de soins. Les mêmes études montrent que l'ajout du dépistage du suicide aux visites de soins primaires réduit les tentatives de suicide de 25 %.

Toute mesure de santé publique qui permet de réduire le nombre de suicides est une bonne nouvelle. Cependant, des millions de personnes au Canada n'ont pas de médecin traitant et ne peuvent donc pas bénéficier des mesures de dépistage offertes en cabinet. Les pharmaciens sont-ils une ressource négligée dans la prévention du suicide? De plus en plus d'acteurs du secteur de la santé mentale le pensent. Pour de nombreuses personnes au Canada, les pharmaciens constituent l'accès le plus facile au système de soins de santé. En examinant les habitudes d'ordonnance et en apprenant à connaître ses clients au fil du temps, un pharmacien peut déceler certaines choses que les autres professionnels de santé ne voient pas. Une ordonnance d'antidépresseurs non renouvelée ou, à l'inverse, le fait d'en accumuler pourrait inciter un pharmacien à poser des questions et amener une personne à obtenir l'aide dont elle a besoin auprès d'autres professionnels de santé, comme un psychiatre, un psychologue, un conseiller en toxicomanie ou un travailleur social. Une autre possibilité serait que les pharmaciens, comme M. Barnes et ses collègues de Respect Rx, puissent intervenir en cas de crise aiguë de santé mentale. « Les pharmaciens possèdent énormément de compétences, pas seulement en matière de gestion d'une pharmacie communautaire, mais aussi pour repérer les problèmes et accomplir beaucoup de travail au sein de la communauté », affirme M. Barnes. Cela pourrait signifier orienter les clients ayant des besoins complexes vers une autre ressource ou interagir avec la famille et d'autres professionnels de la santé pour les aviser que le client éprouve des difficultés.

« La pharmacie est accessible, plus accessible en ce moment que les soins primaires pour beaucoup de gens, peut-être », affirme Nitika Rewari, directrice des initiatives de prévention et de promotion à la Commission de la santé mentale du Canada. « C'est un aspect de plus en plus présent dans le débat sur les soins de santé mentale : comment les pharmaciens peuvent-ils

faire partie de la solution et devenir des conseillers de confiance pour les personnes qu'ils voient régulièrement? »



Nitika Rewari

Il faut davantage de soutien, de dialogue et de recherche, affirme Mme Rewari, pour déterminer exactement comment les pharmaciens peuvent jouer un rôle dans la prévention du suicide, aider à repérer les signes avant-coureurs chez les personnes qui envisagent de se suicider, puis agir de manière positive et éthique. « Cela ne signifie pas, évidemment, qu'ils deviennent des intervenants en santé mentale, mais cela signifie qu'ils sont capables d'écouter les préoccupations que les gens leur confient », souligne Mme Rewari. « Ils peuvent alors les soutenir dans les limites de leur champ d'exercice et les orienter vers les ressources appropriées au sein de leur communauté. »

Un article publié en 2019 par l'Ordre des pharmaciens de l'Ontario offre des conseils et des astuces pratiques sur la façon dont les pharmaciens peuvent repérer les signes avant-coureurs, évaluer le risque de suicide et intervenir efficacement. Il pourrait s'avérer utile, notamment, de suivre un cours de Premiers soins en santé mentale. Une étude pilote a évalué les effets d'une formation aux premiers soins en santé mentale sur le niveau de confiance, les attitudes et les connaissances des pharmaciens et des étudiants en pharmacie de quatrième année du Manitoba concernant la prestation de services de santé mentale. Cette étude, la première du genre au Canada, a révélé que la confiance des participants dans leur capacité à évaluer le risque de suicide et de préjudice chez leurs clients est passée de 46,7 % avant la formation à 100 % après celle-ci.

Parmi les autres recommandations, on retrouve celle de poser des questions directes si un client présente des signes avant-coureurs (tels que des changements d'humeur et de comportement). L'article publié en 2019 par l'Ordre des pharmaciens de l'Ontario souligne que certains médicaments, comme les antidépresseurs, peuvent augmenter le risque d'idées suicidaires, un facteur dont il faut tenir compte. Si un pharmacien connaît bien son client, il peut demander à sa famille de l'aider à surveiller tout changement de comportement. L'article conseille également de

faire preuve de transparence à l'égard de toute intervention; le client devrait être informé de toute mesure que le pharmacien prévoit prendre pour l'aider. Idéalement, le pharmacien devrait pouvoir aider le client à trouver les ressources dont il a besoin pour surmonter une crise de santé mentale. Collaborer avec des organismes communautaires et d'autres membres du système de soins de santé est essentiel.

Grâce à une formation et à des recherches supplémentaires, les pharmaciens peuvent devenir un élément encore plus précieux du système de soins de santé et de l'approche communautaire en matière de prévention du suicide.

Tout cela nous ramène à ce que M. Barnes appelle le lien humain. « Nous avons les compétences et les ressources nécessaires pour traiter les gens avec dignité, respect et compassion. » « Quand vous faites cela au moment où la personne est la plus vulnérable, vous pouvez vraiment faire une différence », affirme M. Barnes. « Si un pharmacien ne te connaît pas par ton nom », dit-il en riant, « dépêche-toi d'en trouver un autre ailleurs! »

Ressources, sources et documents

- Respect Rx *(en anglais seulement)*
- Contacts avec des fournisseurs de soins en santé mentale et de soins primaires avant le suicide : une revue des données probantes *(en anglais seulement)*
- L'Ordre des pharmaciens de l'Ontario «*Suicide Risk Assessment and the Role of the Community Pharmacist* » *(en anglais seulement)*
- Formation de premiers soins en santé mentale (PSSM) en pratique pharmaceutique : étude avant et après la formation PSSM *(en anglais seulement)*

Si vous ou une personne de votre entourage êtes en situation de crise, appelez ou textez le 9-8-8 (Ligne d'aide en cas de crise de suicide du Canada), accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Santé publique Canada recommande également les ressources suivantes en matière de prévention du suicide et de santé mentale :

- Parlons suicide Canada : 1-833-456-4566 (ou textez 45645 entre 16 h et minuit, HE)
- Pour les résidents du Québec : 1-866-APPELLE (277-3553)
- Jeunesse, J'écoute : 1 800 668-6868, ou textez PARLER au 686868
- Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être, pour les Autochtones : 1-855-242-3310
- Trans Lifeline (en anglais) : 1-877-330-6366
- Prévention du suicide : Quand et comment obtenir de l'aide

Auteure: Moira Farr Journaliste, auteure et professeure primée, est diplômée de l'Université Ryerson et de l'Université de Toronto. Ses écrits ont été publiés notamment dans The Walrus, Canadian Geographic, Châtelaine et The Globe and Mail, et abordent des thèmes comme l'environnement, la santé mentale et les enjeux de genre. Outre l'enseignement et l'édition, elle travaille à son compte en tant qu'auteure, et a également été rédactrice universitaire dans le cadre du programme de journalisme littéraire du Banff Centre for Arts and Creativity.

Mental Health Commission of Canada
https://mentalhealthcommission.ca/
350 Albert Street, Suite 1210 Ottawa ON K1R 1A4
Tel: 613.683.3755 | Fax: 613.798.2989

mhccinfo@mentalhealthcommission.ca