

LA SANTÉ PSYCHIQUE EN SUISSE : QUELQUES FAITS

Prise en charge

- Depuis un certain temps déjà, on parle en Suisse d'un manque aigu de soins psychothérapeutiques de base, la situation étant particulièrement critique dans le domaine de l'enfance et de l'adolescence. De nombreuses personnes sont touchées par des maladies psychiques.
- Selon les études, 18¹ à 35 %² de la population souffraient de problèmes psychiques en 2023. En outre, près d'une nouvelle rente AI sur deux est désormais accordée en raison d'une maladie psychique³. Il n'existe pas suffisamment de données pour évaluer de manière exhaustive la prise en charge ambulatoire des personnes souffrant de maladies psychiques.
- Une étude⁴ montre que les personnes concernées jugent la recherche d'une aide professionnelle pour leur santé mentale difficile. Selon une autre enquête⁵, des améliorations sont particulièrement nécessaires chez les enfants scolarisé·e·s issu·e·s de familles défavorisées sur le plan psychosocial ou économique et disposant de peu de ressources.
- Une troisième étude⁶ conclut que seuls 38 % des jeunes adultes présentant des symptômes d'anxiété, de dépression ou de TDAH font appel à une aide professionnelle.
- Il n'existe actuellement pas de base de données solide permettant de chiffrer précisément la situation de la prise en charge. Un récent « Rapport de monitoring de la nouvelle réglementation de la psychothérapie pratiquée par des psychologues »⁷ de l'Observatoire suisse de la santé (Obsan), mandaté par l'OFSP, confirme toutefois que le modèle de la prescription a amené des améliorations : davantage de personnes peuvent aujourd'hui se faire rembourser les frais de psychothérapie par l'assurance de base et ne doivent plus les financer elles-mêmes ou via une assurance complémentaire. C'est un pas important vers une société où la psychothérapie n'est pas un luxe, mais accessible à tout le monde.

Prévention

- Les données disponibles concernant la prise en charge montrent que la situation est particulièrement critique pour les enfants et les adolescent·e·s et qu'il existe des goulets d'étranglement préoccupants. Il est donc d'autant plus important d'investir dans la prévention, qui a un effet positif durable sur la santé mentale de la population et qui déleste ainsi la prise en charge.
- Environ la moitié des quelque 12 000 membres de la FSP sont des psychologues qui travaillent dans le domaine de la prévention avec des personnes en bonne santé mentale. Elles et ils les aident à développer des compétences, à résoudre certains problèmes ou à faire face à des situations de vie difficiles.

¹ Office fédéral de la statistique OFS (2023)

² Peter, C., Tuch, A. et Schuler, D. (2023)

³ [Statistique de l'AI 2024](#)

⁴ Hermann, M., John, A., Stückelberger, S. et Wenger, V. (2023)

⁵ Wyss, L. et Keller, K. (2020)

⁶ Werlen, L., Puhon, M. A., Landolt, M. A., Mohler-Kuo, M. (2020)

⁷ [Monitoring de la nouvelle réglementation de la psychothérapie pratiquée par des psychologues | OBSAN](#)

- Cela contribue à réduire la souffrance et prévenir les maladies psychiques. Aussi grand que soit le potentiel, les conditions-cadres doivent être améliorées : seule une minorité d'assurances complémentaires reconnaissent les psychologues comme prestataires dans le domaine de la prévention et participent aux coûts.
- Améliorer l'accès aux prestations psychologiques dans le domaine de la prévention permet d'éviter des coûts élevés liés aux maladies psychiques. L'économie et la société en sont les principales bénéficiaires : le potentiel d'économie le plus important est lié à une productivité accrue et à une diminution des absences pour cause de maladie sur le lieu de travail (diminution des jours de maladie) et auprès des assurances sociales grâce à la diminution des rentes AI.

Psychothérapie – efficacité et coûts

- Les personnes souffrant de maladies psychiques telles que la dépression, les troubles anxieux ou les troubles de la personnalité sont prises en charge par des psychologues-psychothérapeutes qui peuvent facturer leurs prestations à la charge de l'assurance maladie obligatoire (AOS) depuis l'été 2022. L'admission à l'AOS a été une décision consciente et clairvoyante du Conseil fédéral et du Parlement : un meilleur accès à une psychothérapie effectuée par un-e psychologue et une meilleure disponibilité sont des investissements importants dans le traitement précoce des troubles mentaux. Cela permet d'éviter la chronicisation, des séjours en clinique ou des traitements de longue durée, de délester le système de soins de santé et de réaliser des économies. Quelques faits à ce sujet :
 - Ces dernières années, la recherche en psychologie a acquis de nombreuses connaissances spécifiques aux troubles mentaux – les thérapies psychologiques sont de plus en plus performantes et recommandées comme première forme de traitement pour de nombreuses maladies mentales courantes.
 - Les psychothérapies effectuées par un-e psychologue sont efficaces, durables, ont peu d'effets secondaires et renforcent l'autogestion des patient-e-s. Dans le cas de troubles psychiques courants par exemple, tels que la dépression, les troubles anxieux, les troubles obsessionnels compulsifs et le syndrome de stress post-traumatique, une psychothérapie s'avère très bénéfique pour près de deux patient-e-s sur trois.
 - Des études internationales montrent que chaque montant investi dans le traitement de la dépression et des troubles anxieux génère en moyenne un bénéfice économique trois à quatre fois supérieur.
 - Chaque franc investi permet d'économiser environ quatre francs à long terme. L'économie et la société en sont les principales bénéficiaires : le potentiel d'économie le plus important est lié à une productivité accrue et à une diminution des absences pour cause de maladie sur le lieu de travail (diminution des jours de maladie) et auprès des assurances sociales grâce à la diminution des rentes AI.
 - Parallèlement, les coûts directs de la santé diminuent, car un traitement précoce permet d'éviter la chronicisation et des hospitalisations coûteuses.
- Comme prévu et espéré, un grand nombre de psychologues-psychothérapeutes se sont mis-e-s à leur compte après l'admission à l'AOS, ou ont ouvert de nouveaux cabinets. Des voix critiques avaient averti en amont qu'il en résulterait une augmentation massive des volumes et une « explosion des coûts ». Le rapport de monitoring fondé de l'Obsan donne une image claire :

- Oui, l'admission à l'AOS a eu un effet tangible. L'AOS prend désormais en charge les coûts autrefois assumés par les patient-e-s elles-mêmes ou par les assurances complémentaires. C'était précisément l'un des principaux objectifs du modèle de la prescription. Une meilleure accessibilité permet également d'éviter des coûts ultérieurs élevés.
- Les coûts se situent dans le cadre attendu et gérable et représentent environ 2 % des coûts totaux de l'AOS. En moyenne, les psychothérapies effectuées par un-e psychologue coûtent CHF 131 millions de plus par an qu'avant le changement de modèle. Un tiers de l'augmentation des coûts peut être expliqué par le tarif plus élevé qui, selon le nouveau rapport de monitoring, est approprié et juste en raison de l'augmentation des responsabilités et des tâches administratives ou de nouvelles obligations telles que les cotisations AVS et les assurances sociales.
- En outre, l'augmentation des coûts peut être attribuée à un recours croissant à l'aide psychologique – une évolution réjouissante – et à la croissance démographique.