

Ce mot de liaison pour vous donner quelques informations médicales et psychologiques qui pourront vous être utiles.

Madame, Monsieur,

L'évènement que vous avez vécu fait partie des évènements considérés comme ayant un fort impact psychologique et pouvant engendrer un traumatisme psychique.

- Le ressenti de chacun peut être très différent.
- Certaines personnes évoquent l'impression d'avoir vécu une menace, un danger, en particulier s'il existe aussi des blessures physiques.
- Ils décrivent alors des angoisses intenses évoluant dans le temps parfois en disparaissant naturellement.
- Parfois certaines personnes décrivent l'impression d'avoir affronté avec succès les évènements mais il persiste une tension interne peu agréable. Il est possible aussi, que les angoisses resurgissent après un moment de sensation relative de calme après la fin de l'évènement. Ces processus sont connus, ils peuvent rentrer dans l'ordre naturellement, sinon parlez-en à votre médecin.
- Les soins médico-psychologiques sont indiqués lorsqu'il existe des signes de souffrances tels qu'une insomnie, des rêves inhabituels sur l'évènement, des images des souvenirs qui reviennent en boucle, une tension intérieure inhabituelle, une humeur moins positive, des troubles de la concentration, l'évitement de certaines situations, une sensation de détachement ... on peut parler alors d'état de stress post-traumatique.
- Votre médecin traitant peut répondre à ces soins, il peut aussi décider de vous orienter vers des médecins plus spécialisés dans le psycho-traumatisme, qui peuvent aussi vous recevoir directement.

**CELLULE D'URGENCE
MEDICO-PSYCHOLOGIQUE**

**Docteur F. DERYNCK
Docteur C. GENSOLLEN
Interne : V. VANBORRE
Valérie GUYON, Psychologue**

Tel : 04 91 43 50 47

**HIA LAVERAN
Service de Psychiatrie
Docteur M. PILARD
Docteur F. PAUL
Docteur S. MOROGE
Docteur Ph. GRANIEL**

**34 Bd Laveran 13384 Marseille
Tel : 04 91 61 72 82**

Avertissement : L'expérience des victimes a montré qu'il n'est pas facile de trouver les bons mots et de raconter son propre vécu de l'évènement traumatique immédiatement après les faits. Il est conseillé d'éviter de témoigner ou de faire des déclarations auprès des médias (radio, télé) dans les semaines qui suivent l'évènement.