

Synthèse sur l'étude qualitative sur l'exposition aux facteurs de stress et l'impact psychosocial du tremblement de terre de Tohoku et de ses conséquences sur les Français présents au Japon en mars 2011

Amina Hemdane¹, Hugo Rudy¹, Gesine Sturm¹, Carla de Stefano¹, Philippe Pirard², Yvon Motreff², Thierry Baubet¹

1/ Université Paris 13-Sorbonne-Paris-Cité ; 2/ Département santé environnement (DSE), Institut de veille sanitaire (InVS)

CONTEXTE

Le 11 mars 2011 un séisme de magnitude 9 est survenu au large des côtes nord-est de l'île de Honshū (Japon) entraînant un tsunami et un accident nucléaire majeurs. Conformément aux éléments de doctrine du comité directeur post-accident radiologique, et répondant aux recommandations du Haut conseil de santé publique (HCSP) de mars 2011, l'Institut de veille sanitaire (InVS) a proposé un enregistrement des ressortissants français présents au Japon à partir du 11 mars. Cet enregistrement, réalisé par auto-questionnaire sur la base du volontariat, a permis de recenser plus de 1 000 personnes.

Un groupe de travail – composé d'épidémiologistes et de psychiatres spécialistes de l'intervention médico-psychologique d'urgence, et nommé – a été constitué en juin 2011 afin de conseiller l'InVS sur l'indication et la nature de travaux à conduire sur la communauté française expatriée au Japon et ayant vécu ces événements. Ce groupe a recommandé, notamment, la réalisation d'une étude qualitative auprès d'un panel de personnes s'étant enregistrées auprès de l'InVS. Dans le but d'améliorer les supports d'enquête épidémiologique post-catastrophe, les objectifs spécifiques de cette étude étaient de :

- mieux comprendre la nature des facteurs de stress psychologique et des expositions correspondantes, et leurs interactions ;
- avoir un aperçu des stratégies adoptées par les interviewés pour gérer la situation et mieux comprendre les facteurs individuels, familiaux et sociaux qui favorisent ou défavorisent une adaptation ;
- repérer des facteurs de risque pour une décompensation psychique ou des séquelles à moyen ou long terme ;
- recueillir les besoins d'information et de prise en charge notamment en matière de radioprotection et de soutien psychologique.

L'ÉTUDE QUALITATIVE

Son protocole a été conçu par l'équipe de recherche de l'université Paris 13-Sorbonne-Paris-Cité du professeur Thierry Baubet et l'équipe du programme Peraic de l'InVS (Préparation de la réponse épidémiologique aux accidents industriels et catastrophes naturelles), avec les conseils du groupe de travail cité supra. Le recueil des données a été réalisé par entretiens semi-directifs auprès d'une dizaine de personnes. Les entretiens se sont déroulés entre juin et octobre 2013, en France en face à face et auprès de personnes localisées au Japon.

Une expérience bouleversante et traumatisante

Cette étude confirme que l'exposition à la triple catastrophe (tremblement de terre, tsunami et accident nucléaire majeur), associant des événements multiples, intenses, de nature différente et enchaînés, a constitué une expérience bouleversante. Elle est venue remettre en question, chez les Français qui en ont été les témoins, le sentiment d'identité et la conception du monde. Cette expérience s'est inscrite profondément chez les personnes qui l'ont vécue. Elle est susceptible de ressurgir de manière différée en retrouvant alors toute sa force traumatique et entraînant une profonde détresse, même en l'absence d'état de stress post-traumatique constitué. Qu'il s'agisse d'états de stress post-traumatique sub-syndromiques, de manifestations anxieuses, de troubles de l'humeur ou de modifications de la personnalité, ces conséquences psychologiques peuvent altérer significativement le fonctionnement des personnes concernées et influencer ou précipiter des décisions existentielles. Plusieurs personnes décrivent des états de décompensation psychique, ayant suscité ou non un recours à des soins, qui a pu se produire très à distance des événements. Ces observations, faites deux ans après le séisme, soulignent que les études faites dans les suites immédiates d'une catastrophe ne permettent pas d'apprécier toutes les situations de décompensation psychiatrique à plus long terme.

Parmi les expériences traumatisantes, la question de la contamination radiologique suscite une inquiétude prolongée ainsi qu'un sentiment de peur et de colère. On peut mettre également cette thématique en lien avec le sentiment pour l'individu d'être « modifié ». L'étude a permis de cerner différents thèmes autour desquels se déclinent les préoccupations : contamination des sources alimentaires, contamination personnelle, possibilité de contaminer son entourage, risques pour la santé. Il s'agit des sujets pour lesquels l'apport aux victimes d'un accident nucléaire d'une information étayée, scientifiquement fondée, paraît primordial et devrait être préparé.

Les informations recueillies sur la perception et le vécu de l'accident nucléaire et de ses conséquences devraient faciliter la construction d'un questionnaire en vue d'études épidémiologiques sur l'exposition aux facteurs de risque psychologique et l'impact sur la santé mentale associé. Parmi ces informations, la durabilité de l'exposition et l'évolution de ses modalités dans le temps, ainsi que les aspects liés à l'information, sont des éléments marquants.

Des besoins exprimés de prise en charge

Le besoin de bilans concernant la contamination radiologique, mais aussi d'écoute et de suivi de manière prolongée après l'exposition, est fréquemment exprimé. L'enregistrement proposé par l'InVS, de même que la proposition d'étude qualitative, ont été particulièrement bien accueillis par les expatriés et parfois même considérés comme des éléments de prise en charge. Cela met en lumière, ce qui est fréquemment rapporté par les Cellules d'urgence médico-psychologique (Cump), la nécessité d'être proactif avec les personnes exposées à des traumatismes psychiques. Ces personnes, en général, n'ont pas de demande initiale et, par la suite, hésitent à formuler une demande de soins, notamment en raison de vécus de honte et de culpabilité.

Il faut noter que le besoin d'expression orale, d'écoute et, pour certains, d'assistance médico-psychologique, persiste plus de deux ans après les événements. Le besoin de partager son expérience avec d'autres qui peuvent l'entendre/la comprendre est revenu à plusieurs reprises. Ces informations sont des pistes qui pourraient contribuer à l'amélioration du dispositif français de prise en charge des ressortissants rapatriés.

Une information riche sur les besoins et la stratégie de recours aux informations

La question de l'information, de ses multiples sources (télévisions et sources officielles en France et au Japon, familles et amis en France), de ses contradictions, a été centrale dans l'expérience des participants. En effet, elle conditionnait grandement la prise de décisions essentielles : partir, rester, voire se séparer pour les couples et les familles mixtes. Les expatriés français se sont sentis soumis à des injonctions paradoxales, générant des conflits intrapsychiques qui ont certainement accru leur vulnérabilité. Mais dans un même temps, l'accès libre à différentes sources d'information était facteur de résilience et propice à faciliter les décisions. À ce titre, l'accès à des informations claires, quantifiées, et simples sur les niveaux de contamination, les dangers et les risques sanitaires associés à l'accident nucléaire a été perçu comme très utile pour permettre de décider des conduites à adopter pour limiter l'exposition radiologique, partir ou rester, revenir au Japon, etc. Les résultats de cette étude peuvent être utiles pour renforcer la stratégie de communication en cas d'accident nucléaire.

Les particularités de la situation d'expatriation

L'expatriation est une situation particulière. Pour les participants qui étaient de passage, et qui n'avaient pas de lien particulier avec le Japon, le fait d'avoir à subir les événements dans un environnement non familial, difficilement compréhensible, a pu accroître leur vulnérabilité aux événements. Pour les autres, qui entretiennent des liens affectifs forts avec le Japon, cette

expérience a profondément bouleversé ces relations, dans des directions différentes selon les participants, avec des effets particulièrement forts sur les familles mixtes. Ces résultats montrent que les événements traumatiques ne sont pas vécus en expatriation de la même manière que dans le pays d'origine (il n'y a pas à notre connaissance d'étude qui évalue cette question).

Les facteurs de stress et de protection psychologique au décours des événements

Du fait de la nature changeante des événements, des informations reçues ou du lieu où se trouvaient les participants, la perception du risque a été l'objet de constants réajustements faisant ainsi de cette problématique un processus dynamique.

Des facteurs comme la préparation ou l'impréparation aux événements, la proximité avec le lieu des catastrophes et de leurs retombées, les informations reçues, ont joué un grand rôle.

Le sentiment d'isolement ou de solitude, la barrière de la langue, l'absence de nouvelles de proches, l'impossibilité de rassurer ses parents et amis, la précipitation du départ vécu comme une fuite, le sentiment de désorganisation des institutions générant un vécu d'abandon, sont les principaux facteurs qui ont ajouté au stress psychologique.

CONCLUSION

En plus des aspects spécifiques au séisme du Tohoku (succession d'événements catastrophiques de très grande ampleur, Japon, accident nucléaire), ces résultats nous apportent des éclairages intéressants sur la question des répercussions sur la santé des catastrophes survenues à l'étranger ou même en France. Les observations et analyses réalisées dans cette étude pourront être utilisées pour la mise en place d'études épidémiologiques qui auront à tenir compte de la variété des réactions susceptibles de survenir après un traumatisme psychique. Au-delà de l'estimation de la fréquence d'une pathologie spécifique (comme l'état de stress post-traumatique), il serait intéressant d'explorer la variété de troubles susceptibles de survenir, parfois très à distance. Cela suppose un enregistrement initial des personnes impliquées (action jugée très positivement par tous les participants), et une offre d'information et de dépistage adaptée et maintenue dans le long terme qui donne aux personnes exposées la possibilité de rester actives dans leurs choix et leurs décisions.

L'InVS va utiliser les résultats de cette étude qualitative pour concevoir un questionnaire d'exposition aux facteurs de risque psychologique en vue de l'analyse épidémiologique des impacts de santé mentale post-catastrophe.

Mots clés : accident nucléaire, tremblement de terre, Japon, expatriation, analyse qualitative, impact psychosocial

Citation suggérée :

Hemdane A, Rudy H, Sturm G, De Stefano C, Pirard P, Motreff Y, Baubet T. Synthèse sur l'étude qualitative sur l'exposition aux facteurs de stress et l'impact psychosocial du tremblement de terre de Tohoku et de ses conséquences sur les Français présents au Japon en mars 2011. Saint-Maurice : Institut de veille sanitaire ; 2014. 2 p. Disponible à partir de l'URL : <http://www.invs.sante.fr>