



## Guide OSP Médecine

# MEDICAL GASLIGHTING

## recommandations au cas où vos problèmes ne sont pas pris au sérieux

Le « Gaslighting médical » désigne le fait les symptômes de patient ne sont pas pris au sérieux par les professionnels. Ils sont ridiculisés, minimisés, voire considérés comme psychosomatiques.

Le gaslighting médical met les patients au défi de lutter eux-mêmes pour prouver leur perception et le sérieux de leurs symptômes.

Vous trouverez au verso des conseils à appliquer si vos symptômes sont minimisés.

**OSP Organisation des patients**

Nordstrasse 31 | 8006 Zürich

Tel. 044 252 54 22

info@spo.ch | spo.ch

**spo** PATIENTENORGANISATION  
**osp** ORGANISATION SUISSE  
DES PATIENTS  
**osp** ORGANIZZAZIONE SVIZZERA  
DEI PAZIENTI

**CONSTANCE :** Ne vous laissez pas désécuriser

**RÉPLIQUER :** Si le médecin prétend que vous êtes en bonne santé alors que vous vous sentez mal, insistez pour obtenir un examen adapté. Dites depuis quand vous vous sentez mal et donnez des exemples concrets.

**APPORTER DES DONNÉES :** De votre montre connectée, votre montre de sport ou votre fitnesstracker.

**NOTES :** Notez avant le rendez-vous de quoi vous voulez parler et tenez-vous y. Si les professionnels ignorent vos problèmes, vous risquez de rentrer chez vous sans diagnostic ni réponse.

**ACCOMPAGNATEUR :** Faites vous accompagner. La personne qui vous accompagne peut confirmer vos descriptions, soulever des points importants et intervenir en cas de comportement inapproprié.

**POSER DES QUESTIONS :** Des questions telles que « que feriez-vous ? » ou « que conseilleriez-vous à vos proches ? » peuvent faciliter la discussion.

**RÉSUMER :** Faites résumer ou vérifiez vous-même ce qui a été discuté, afin de vous assurer que vous avez été compris.

**DEMANDER UNE AIDE PROFESSIONNELLE :** Demander une aide professionnelle : plus le chemin pour obtenir un diagnostic est long et fastidieux, plus les preuves attestant de l'impact de la maladie sur votre état psychique sont importantes – sur le plan financier aussi, si l'attribution d'une rente AI (partielle) devait un jour être envisagée.

**SUITE DE LA PROCÉDURE :** Insister sur un plan et noter ce qui a été discuté.

**DEMANDER LES RAPPORTS :** Toujours demander le rapport médical, aborder les points manquants ou erronés.

**CHANGER DE SPÉCIALISTE :** Au besoin, annuler le rendez-vous et chercher un autre professionnel.