

Écho Réseau



COVID : continuité et paradoxes

En mars dernier, ce « nouveau » virus nous a plongé dans l'inconnu et envahit de stupeur. Alors comment regarder autrement ce contexte « extraordinaire », difficilement imaginable, où il a fallu trouver comment continuer à travailler dans cette ambiance d'étrangeté inédite...

Que de paradoxes dans cette situation...

Paradoxe d'un virus tellement présent et si invisible à la fois. Comment reconnaître l'autre dans son humanité et pas seulement dans sa potentielle contagiosité ?

Comment être en relation avec les mesures barrières, la distanciation physique ?

Au-delà de nos professions, nos responsabilités citoyenne et collective sont convoquées. Comment ne pas craindre de contaminer ses proches ? Et en même temps, comment penser un droit de prendre le risque pour soi, de façon consciente et choisie ? Comment entendre que pour certains, être là, accompagner son proche est plus important que ce risque éventuel ? Alors comment concilier les libertés fondamentales individuelles, la singularité de chacun et l'objectif de protection du collectif ?

Au sein d'une même équipe, comment continuer à penser et travailler ensemble, quand il ne va plus de soi de se réunir en présentiel ? Quand les craintes et les angoisses de chacun liées au virus font intrusion dans le collectif ? Quand nous n'avons pas vécu les mêmes choses, tant au niveau professionnel que personnel ?

Comment maintenir le travail en pluridisciplinarité et en partenariat, lorsque l'entre-soi peut s'avérer confortable et fonctionnel alors que l'Extérieur alimente nos peurs, notre sentiment d'« intrusion ».

Tous ces paradoxes peuvent délier nos pratiques et nos habitudes. Pour autant, les équipes ont cette capacité de maintenir une certaine continuité malgré la complexité de la situation, et aussi celle d'inventer, de trouver des ressources pour maintenir les liens, signifier leur présence et l'attention à l'autre.

La période à venir est faite d'incertitudes, à l'image de nos accompagnements en soins palliatifs. L'incertitude place la singularité de chaque situation comme point d'appui pour penser et accompagner la vie dans sa complexité et son humanité. Elle est source d'ajustements, de questionnements éthiques, d'ouverture et même de bon sens.

L'incertitude quant à l'avenir ne permet-elle pas de réinvestir le temps présent...

« Quand la vie est trop lourde,
portons-la à plusieurs
Tout seul je vais vite,
ensemble on va loin »

Ensemble,
GRAND CORPS MALADE

Comité de rédaction

Pauline HERBLOT
Psychologue clinicienne
COMPAS

Ronan ROCHER
Documentaliste
COMPAS

Aurélia DARMANIN
Assistante administrative
COMPAS

Isabelle LAFONT
Infirmière coordinatrice
COMPAS

Énora DELAMARRE
Infirmière
Maison d'Accueil Spécialisée
DIAPASON

Françoise ROUAUX
Infirmière libérale

Leslie RUEL
Psychologue
Hôpital Privé du Confluent

Coraline VIGNERAS
Médecin Coordinateur
COMPAS

Ce numéro a été pensé
et rédigé en septembre.
COMPAS reste
à votre disposition
et à votre écoute.
Belle énergie à tous
et à chacun !



TÉMOIGNAGES

Comment l'équipe ajoute des jours à la vie ET de la vie aux jours ?

La résidence Saint-Paul à Rezé vit une période difficile avec deux épisodes de COVID au sein de la maison.

Dès le début, nous avons fait face à une situation de stress important, avec la peur pour la santé de nos résidents, pour celle de nos collègues, pour nos familles. En effet, le virus apparaît virulent dans les médias et de notre expérience, notre premier cas positif est effectivement décédé deux jours après les premiers symptômes. On ne veut pas perdre nos résidents ainsi ! Les consignes, notamment de port de masque, d'hygiène et de confinement, changent presque tous les jours. La peur est alors augmentée. Face à beaucoup d'inconnues, n'ayant plus de repères nous devons nous adapter quotidiennement. L'adaptation demande beaucoup d'énergie et de communication, surtout entre les différents métiers. Notre établissement est bien formé aux soins palliatifs mais l'équipe n'a pas l'habitude d'accompagner les résidents ainsi.

J'ai pu alors apprécier les moments conviviaux entre nous, autour de gâteaux préparés par les cuisiniers, des photos d'équipe hautes en couleur, les paroles réconfortantes et encourageantes, l'ironie ou l'humour noir qui dédramatisent la situation. Le rythme, l'espace, les difficultés partagées ont permis à ces moments d'être possibles. Ils nous vivifiaient avant de retourner auprès de nos résidents qui demandent d'autant plus d'attention et de bienveillance. Ces moments ont été améliorés par le soutien de l'extérieur, exprimé par des cadeaux, particulièrement le réseau solidaire des restaurants nantais qui nous offrait des douceurs, averti de nos conditions par une collaboratrice. Les mots de soutien, voire cadeaux de la part des familles comptaient beaucoup pour nous. Nous avons besoin d'entendre qu'ils ont confiance en nous et conscience de nos difficultés, et surtout conscience de l'attention que nous apportons à leur parent. Certaines familles sont parfois virulentes envers l'équipe, il est donc doux et bon d'avoir du soutien, et la brioche régulièrement apportée par la fille d'une résidente en est un signe délicieux.

De nombreux renforts ont été mis en place, des collègues ont annulé leurs vacances, changé leurs horaires, par exemple pour renforcer les week-ends. Ces renforts ont permis de faire face aux nombreux arrêts et de faire correctement notre travail auprès des personnes âgées.

Nous avons également été très soutenus dès le début, par le CPIAS, COMPAS, l'HAD, Giverny, Laennec notamment qui ont permis d'orienter l'équipe dans certains cas, de nous rassurer dans d'autres situations.

Habituellement les résidents aiment se retrouver entre eux, se déplacer librement, partager du temps avec leur famille. Ça nous fend le cœur de ne pas pouvoir répondre à leurs principales demandes, encore aujourd'hui. Alors nous avons créé des vidéos sur la TV interne pour les résidents pour leur permettre d'être stimulés, en découvrant l'histoire de la maison ou de Rezé, en remuant leurs méninges avec des jeux et questions, en bougeant avec de la gymnastique douce. Grâce à ces vidéos certains résidents ont pu se donner des défis comme suivre la gym tous les jours. Cela leur permettait d'avoir un objectif, un but dans leur journée, lors de la période de confinement en chambre.

Ils ont également pu converser avec leur famille, par des visites sur rendez-vous d'un bout à l'autre d'une table, par des visio skype, par des échanges de colis, de petits mots, des photos... Mais cela reste relativement insatisfaisant pour les personnes âgées et leur famille, et donc pour nous. Ces échanges donnent néanmoins au résident le sentiment d'être entouré et aimé malgré la distance.

Nous avons fait notre maximum pour garder la vie dans notre maison. Sont organisées beaucoup de sorties dans le jardin, l'occasion de profiter du printemps fleuri ou de retrouver un autre résident. J'étais émue par leur sourire lors de ces retrouvailles, même à distance, et leurs nombreux mercis ! Grâce à Viviane, qui a démarché beaucoup de magasins, nous avons eu des dons de fleurs et de bacs.

Plusieurs dames et messieurs ont ainsi pu créer des jardinières fleuries et colorées pour leur balcon ou le jardin, donnant lieu à des après-midi chaleureuses et égayant leur chambre.

La venue de musiciens, chanteurs, clowns bénévoles, motivés par Magali et Chrystel, dans le jardin avec les résidents installés aux fenêtres grâce aux ASH laisse des souvenirs parfois cocasses !

Après cette deuxième vague de Covid, l'équipe est très inquiète car lucide sur le fait que cela va sûrement encore recommencer. Actuellement de nombreux collègues viennent me voir pour des douleurs intenses. Le corps communique le signal d'alarme que nous ne pouvons exprimer autrement, car nous donnons tout ce que nous avons aux résidents.

Alors, nous tâchons de nous réjouir d'avoir gardé nos résidents le plus vivant possible, qu'ils puissent enfin partager des moments entre eux, circuler librement, profiter de leur famille à partir d'aujourd'hui. Pourtant ces épisodes laissent à nos résidents une impression de prison, de punition, d'isolement et aux professionnels un épuisement moral et physique.

Les résidents m'épatent chaque jour, ils tolèrent cette situation avec plus de patience que je n'en aurai à leur place. Malgré les contraintes, ils sont toujours là, parfois en étant « ronchon », parfois en claquant la porte, parfois en rigolant, parfois ne comprenant rien, parfois en nous disant merci, parfois en fuguant, parfois par un regard triste ou au contraire un regard espiègle ou pétillant, ils vivent encore !

Quand leur bataille pour vivre dignement jusqu'au bout prendra-t-elle fin ? Comment pouvons-nous les aider efficacement, avec quelles armes ? Cette aventure nous apprend qu'il nous reste encore à apprendre d'eux et de nous. Gardons donc en bagage leur force, leur patience, notre ténacité, nos idées créatives, notre dévouement.

Rédigé par
Domitille (*masseur-kinésithérapeute*)
avec la participation de l'équipe
de la Résidence Saint-Paul



TÉMOIGNAGES

S'adapter pour poursuivre l'accompagnement

Suite à l'annonce par le Président de la République le 17 mars 2020 d'une période de confinement, il a été nécessaire de repenser l'accompagnement psychologique des résidents accueillis en EHPAD où je travaille une partie de mon temps, mais aussi de repenser l'accompagnement des patients suivis dans le cadre de mon activité libérale (au cabinet ou au domicile). Passée la sensation de sidération consécutive à cette annonce, rapidement dans les EHPAD, les équipes se sont mobilisées afin de maintenir les soins tout en veillant à protéger du mieux possible et avec les moyens à disposition. Par ailleurs, rapidement également, des échanges entre psychologues ayant une activité libérale se sont mis en place afin de s'informer sur les pratiques de chacun(e), de s'écouter dans nos questionnements et réflexions et de s'entraider, afin de repenser et d'adapter notre pratique professionnelle dans cette période si particulière.

En tant que psychologue au sein de deux EHPAD, il a été nécessaire de respecter les gestes barrières et dorénavant de porter une blouse, chose que je n'avais jamais faite jusque-là car je souhaitais me distancier de l'aspect « médical » de la prise en charge. Le masque est aussi devenu un élément obligatoire. Ainsi équipée, la relation aux résidents a été différente. Le masque occasionnant des difficultés de communication avec des personnes malentendantes ou dites « désorientées ». Là où parfois le geste accompagnait la parole, il devenait frustrant de ne plus pouvoir appuyer nos mots par le toucher qui permettait de créer du lien, de rassurer... Des groupes de paroles destinés aux résidents se sont aussi organisés avec l'aide des animatrices afin d'offrir un lieu où les inquiétudes pouvaient s'exprimer ainsi que les interrogations, les frustrations...

Durant les moments de « transmissions » entre équipes, il a été possible pour chacune et chacun de faire part à aussi de ses interrogations, d'inquiétudes parfois en lien avec la vie de famille qui était bousculée. Pendant ce moment où toutes et tous se retrouvaient, les éprouvés pouvaient s'exprimer et la place du psychologue était alors de les accueillir et de les contenir.

En ce qui concerne mon activité libérale, la majorité des rendez-vous prévus ont été suspendus à une date ultérieure,

mais pour certaines personnes l'accompagnement nécessitait d'être maintenu. Ainsi, il a fallu repenser l'accompagnement psychologique et proposer des entretiens téléphoniques. Une approche différente centrée sur la seule écoute a alors été mise en place. N'ayant plus de relation de face-à-face avec les personnes, l'accordage à l'autre se faisait différemment avec plus d'intensité dans l'écoute, qui devenait le mode de communication principal. Il m'a semblé parfois que la parole se libérait avec beaucoup de facilité, comme si le fait de ne pas voir le psychologue permettait de déployer la parole plus aisément.

Pour certaines personnes, le téléphone ne convenait pas à leur demande et elles exprimaient le besoin de pouvoir se voir. Des entretiens réguliers par téléphone ou en visioconférence ont été organisés pendant la période de confinement.

Ces nouvelles modalités d'aide, qu'il a fallu « intégrer » afin de répondre aux besoins des personnes demandeurs d'une aide psychologique, font désormais place dans notre pratique et peuvent être proposées aux personnes lorsque la situation de santé ou d'éloignement géographique le nécessite.

Élise QUEMENEUR
Psychologue clinicienne

BIBLIOGRAPHIE

Le projet J'accompagne : panser et repenser la fin de vie et le deuil à l'heure de la pandémie de COVID-19

VACHON, Mélanie
Cahiers francophones de soins palliatifs, Maison Michel-Sarrazin, 2020, Vol. 20 n° 1, p. 1-11

Entre sécurité et humanité ; les visites aux malades en fin de vie

ESTRAGUES, Anne-Charlotte
Gestions hospitalières, Gestions hospitalières, 05/2020, n° 596, p. 277

Crise et pandémie. Impact émotionnel et psychosocial du confinement

BOUCHAT, Pierre
Le journal des psychologues, Martin média, 09/2020, n° 380, p. 14-20

La Covid, une occasion d'épanouissement ou le paradoxe pandémique

DAURE, Ivy
Le journal des psychologues, Martin média, 07/2020, n° 379, p. 25-30

Aider psychologiquement les soignants dans la crise de la Covid-19

CASTRO, Dana
Le journal des psychologues, Martin média, 07/2020, n° 379, p. 19-24

Contextualiser le deuil dans une ritualité funéraire perturbée

CLAVANDIER, Gaëlle
Revue de neuropsychologie, John Libbey Eurotext, 2020, Vol. 12 n° 2020/2, p. 243-246



EXTRAIT

- Vous savez à quoi ça me fait penser? demanda Jack en se redressant sur le tabouret.
- À une maladie vraiment flippante, je dirais. Quelque chose du genre Ebola.
- Je pense à un truc moins exotique, mais au bout du compte encore plus effrayant.

Un frémissement d'excitation envahissait la voix de Jack.

- Pendant la catastrophe de la pandémie de grippe de 1918 qui a tué jusqu'à cent millions de personnes, il y avait paraît-il des gens qui montaient dans le métro à Brooklyn sans le moindre symptôme et arrivaient morts à Manhattan. Foudroyés par une pneumonie virale. Aujourd'hui, il est difficile de savoir avec certitude si ces histoires sont vraies, mais j'y crois à cause de la virulence de cette souche particulière de grippe. On pense que ces gens-là mouraient très vite parce que leurs systèmes immunitaires s'emballaient pour créer ce que l'on appelle un choc cytokinique.
- Je connais ces hypothèses, dit Bart. Et c'est bien la raison pour laquelle j'ai bondi quand j'ai été prévenu au sujet de cette femme. Nous sommes d'accord.
- OK, fit Jack, songeur. Avez-vous conseillé au Bellevue de prendre certaines dispositions avec le corps, par précaution?
- absolument. Je leur ai recommandé de placer le corps dans la housse mortuaire, d'en traiter l'extérieur à l'eau de Javel et de net-

toyer toute la salle de déchocage. J'ai même appelé les ambulanciers pour leur donner les mêmes conseils pour leur véhicule, mais ils y avaient déjà pensé.

- Bonne idée, dit Jack. Il ne faut prendre aucun risque. Où se trouve le corps, à présent, à votre avis?
- il devrait déjà être au frigo au 520. J'ai tout de suite envoyé une de nos camionnettes au Bellevue. Et s'il n'y est pas encore, il va arriver d'un instant à l'autre. Les urgences du Bellevue ne demandaient pas mieux que de s'en débarrasser le plus vite possible, et on les comprend.

Jack se mit brusquement debout. Le tabouret partit sur ses roulettes en direction du bureau le plus proche, dont il heurta le pied en métal. La personne qui l'occupait sursauta. Embarrassé, Jack lui présenta ses excuses. Il était un peu survolté, tout à coup, et il avait hâte de se pencher sur ce cas étrange. Avoir la possibilité d'agir, en tant que médecin légiste, pour peut-être stopper une pandémie grippale foudroyante, c'était quelque chose qui lui plaisait forcément beaucoup. Et lui faisait oublier tout le reste. La grippe de l'année passée avait été très mauvaise. Celle de cette année risquait d'être catastrophique si le décès dont ils venaient de parler en était le cas index – ou le « patient zéro », comme disaient parfois les médias.

Extrait de *Pandémie*
Robin COOK
Éditions Albin Michel

COIN LITTÉRAIRE

Pandémie
ROBIN COOK

Ed. Albin Michel, 2020

Et si ceux qui prétendent nous soigner faisaient tout pour nous tuer?

Dans le métro de New York, une jeune femme, apparemment en bonne santé, est prise de frissons violents et commence à suffoquer. Elle décède à son arrivée à l'hôpital.

Il semblerait qu'elle ait succombé à un mystérieux virus. Une hypothèse aussitôt confirmée par des décès similaires dans les jours qui suivent.

La tension monte alors d'un cran et le médecin légiste Jack Stapleton redoute qu'une terrible pandémie s'abatte sur New York. Tandis que la peur déferle sur la ville, Stapleton découvre, effaré, qu'il ne s'agirait pas d'un seul mais de plusieurs virus non identifiés. Il n'est pas au bout de ses surprises: une technique récemment mise au point permettrait de les éradiquer tous.

Et si ce n'étaient pas « seulement » les virus qu'il fallait stopper mais celui ou ceux qui ont intérêt à les répandre?

Une plongée au cœur du cauchemar que pourraient représenter les techniques de génie génétique... si elles étaient entre des mains malveillantes.

Champs de bataille

In « Après la guerre », Revue Squeeze n° 21
PHILIPPE AIGRAIN. 2020

La tendresse des pierres [BD]

MARION FAYOLLES.

Ed. Magnani, 2013

Si j'avais dû trouver un élément pour symboliser mon père, j'aurais choisi les pierres. Mais, attention pas les galets lisses et doux. Non plutôt, les rochers qui piquent les pieds si on leur marche dessus sans chaussures. Ceux qui sont recouverts d'aspérités. Ceux qui râpent, qui coupent, qui sont agressifs et froids. Mon père était un rocher sur lequel on aurait aimé s'agripper sans se blesser. Sous lequel on aurait aimé s'abriter sans se sentir menacé.

Marion Fayolle réalise un chef-d'œuvre éblouissant sur la recherche d'un amour manqué, celui d'un père à l'agonie.

La Peste

Albert CAMUS.

Ed. Gallimard, 1972