

Coronavirus: le moral du personnel soignant mis à rude épreuve

SANTÉ PSY

Comment se sentent les soignants face à l'augmentation des hospitalisations dues au Covid-19? La cellule de soutien de l'Hôpital du Valais se confie.

PAR ESTELLE.BAUR@LENOUVELLISTE.CH

Si les mesures toujours plus restrictives prises par le Conseil d'Etat et le Conseil fédéral vous pèsent, pourquoi ne pas relativiser en tentant de vous glisser dans la peau d'un soignant de l'Hôpital du Valais?

Voilà six à sept mois que vous alignez les heures supplémentaires dans le but de contenir l'augmentation des cas de Covid-19 au sein de votre établissement et de ne pas surcharger le service. Il en va de la santé des patients intubés, mais aussi des patients «habituels», ceux dont les opérations et la prise en charge ont dû être repoussées pour garantir des lits aux personnes ayant besoin d'une assistance respiratoire d'urgence. Sans doute avez-vous vécu la première vague de plein fouet, craignant de voir l'hôpital dépassé. Il a tenu bon et vous aussi. On vous a applaudi au balcon. Vous avez presque pu prendre des vacances lors d'un court répit en été. Et puis la vie a repris presque comme avant. Un peu trop, d'ailleurs. On a relâché la vigilance, les cas ont de nouveau augmenté, le rappel des recommandations a été peu respecté, et la deuxième vague est, désormais, bien installée. Pas le temps de vous reposer: il faut retourner sur le pont et assurer. La vie de vos patients en dépend.

De quel type de souffrance parle-t-on?

«Les soignants n'ont pas eu le temps de se reposer de la première vague», explique Nuria Bonvin-Mullor, médecin-chef du service de psychiatrie de liaison de l'Hôpital du Valais. «Aux soins intensifs, ainsi qu'aux urgences et dans le reste de l'hôpital, l'activité a rapidement repris, laissant peu de répit. Le personnel ayant été beaucoup sollicité, on constate une certaine crainte d'être submergé par cette deuxième vague que tout le monde annonce comme étant pire que la première. De nombreuses personnes se demandent d'ailleurs, au sein de l'hôpital, si les mesures prises suffiront à freiner l'évolution des cas.» Alain Boson, infirmier-chef du pôle de psychiatrie et psychothérapie de l'Hôpital du Valais, renchérit: «On assiste aujourd'hui avant tout à la fatigue des équipes, qui accusent une charge de travail très importante. Cette fatigue se mêle à un sentiment de peur, à l'idée de contracter le virus, de le transmettre à d'autres, de ne

Pour aider le personnel soignant, ne tombez pas malade:

Respectez les distances sociales

Évitez les rassemblements de divers foyers

Portez un masque

Lavez-vous régulièrement les mains

Si vous êtes détecté positif, placez-vous en isolement (dans une pièce, chez vous). Si vous avez côtoyé une personne testée positive, mettez-vous en quarantaine (vous pouvez vous déplacer librement à l'intérieur de votre domicile).

pas parvenir à remplir la mission pour laquelle on est engagé, etc. Ces difficultés représentent de nombreux facteurs de risque qui peuvent, à terme, mener à de la fatigue psychique, physique, voire au burn-out.»



“A la fatigue se mêle un sentiment de peur à l'idée de contracter le virus, de le transmettre à d'autres, de ne pas parvenir à effectuer ses tâches.”

ALAIN BOSON
INFIRMIER-CHEF DU PÔLE DE PSYCHIATRIE
ET PSYCHOTHÉRAPIE DE L'HÔPITAL DU VALAIS

La charge de travail très importante, l'afflux croissant de patients, mais aussi la diminution des ressources disponibles – car le personnel soignant peut aussi être touché par le virus et soumis aux mesures de quarantaine – sont plus importants que lors de la première vague. A la gestion de ces angoisses personnelles s'ajoutent, pour les soignants, celles des patients et des proches qu'ils côtoient, tout aussi inquiets qu'eux face à une maladie dont on sait si peu de choses.

Une cellule psychologique qui reçoit toujours plus d'appels

A l'Hôpital du Valais, une ligne téléphonique disponible 24 heures sur 24 permet d'activer une cellule de soutien (PsyCovid intrahospitalier) composée d'infirmiers, de psychologues et de médecins du service de psychiatrie de liaison. Les soignants qui gèrent ces ressources interviennent pour soutenir psychologiquement les équipes des unités dédiées au coronavirus, mais aussi les patients de l'hôpital qui souffrent de la maladie. «Cette activité fait partie de la mission du service de psychiatrie de liaison», explique la Dresse Bonvin-Mullor. «Nous nous occupons ainsi du personnel toute l'année, mais notre travail est aujourd'hui plus ciblé sur le personnel dédié au Covid-19.» Alain Boson précise que «depuis sa mise en place au soir du 23 octobre, on assiste à une augmentation du nombre d'appels, qui concernent tant les patients que le personnel soignant». A l'heure où nous écrivons ces lignes, la cellule compte six à sept appels de soignants par jour. «C'est symptomatique de la situation, mais je me réjouis qu'ils utilisent cette ressource. Nous pourrions sans doute l'ajuster en fonction de la demande. Le service de liaison fait partie du pôle de psychiatrie, avec des ressources hospitalières ambulatoires. Aujourd'hui, nous avons beaucoup de travail, mais nous aurons probablement l'occasion de mutualiser les services entre eux, de bénéficier des compétences de nos collègues du pôle de psychiatrie, comme on a pu le faire lors de la première vague.»

Le comportement individuel peut fortement alléger ou alourdir la charge de travail des membres du personnel soignant. Pour les aider, veillez à respecter les mesures sanitaires en vigueur.

SOIGNANTS, CONFIEZ-VOUS

Les stratégies mises en place par l'Hôpital du Valais

«La solitude qu'on peut ressentir face à ce sentiment d'être dépassé ne s'exprime pas toujours avec des mots. Certaines personnes le gardent pour elles ou l'expriment par leur corps, alors qu'elles ne sont pas forcément seules à rencontrer ces difficultés», explique Alain Boson. «Cette cellule offre un lieu de partage. Elle permet d'entretenir un lien humain au cœur de la crise.» Pour développer encore

plus la proximité au cœur de ses équipes et soulager l'anxiété de son personnel, l'Hôpital du Valais souhaite mettre en place des séances d'autohypnose, de yoga et de méditation. Alain Boson et Nuria Bonvin-Mullor conseillent enfin à tous de respecter autant que possible les repas, les heures de sommeil, et de se ressourcer avec des activités plaisantes et individuelles durant son temps libre.

SANTÉ: L'OMBUDSMAN VOUS INFORME

DITES-NOUS...

LUDIVINE DÉTIENNE
RESPONSABLE DE L'OMBUDSMAN



Quels sont les droits et les devoirs du patient lors de sa prise en charge?

Chaque patient a le droit d'être admis dans un hôpital reconnu dans la planification hospitalière pour autant que sa situation corresponde aux compétences de l'hôpital et que les capacités de celui-ci le permettent. Lors de son admission, le patient doit être informé tant de ses droits que de ses obligations. Le règlement interne à l'institution doit lui être transmis. La prise en charge du patient n'est pas un droit absolu. En effet, si le patient ne respecte pas le règlement interne, il peut, sous conditions, être renvoyé. Si, volontairement, le patient fait obstacle au bon déroulement de son traitement ou perturbe le fonctionnement du service, le médecin-chef de l'établissement ou son remplaçant peut décider de le renvoyer. Si le renvoi implique le risque d'une aggravation de l'état de santé du patient, il ne pourra pas être prononcé. Ombudsman de la santé et des institutions sociales: info@ombudsman-vs.ch ou 027 321 27 17.

PARTENARIATS