

Un regard sur la gestion de l'épidémie COVID en EHPAD

Avant-propos

L'épidémie du COVID-19 survenue depuis fin février 2020 en France, amène un certain nombre de questionnements et de craintes légitimes au sein de la population, en particulier pour les acteurs des EHPAD.

Une enquête téléphonique menée par la psychologue et le psychiatre de l'équipe mobile de gériatrie auprès des psychologues de onze EHPAD de la région d'Annecy et d'autres professionnels de santé en lien régulier avec ces établissements, a permis d'aborder les ressentis et l'ambiance dans ces collectivités pendant cette période d'urgence sanitaire.

Il s'agissait de déterminer l'impact psychique ou le vécu de cette épidémie sur les acteurs de l'établissement : résidents, familles et agents. Il s'agissait aussi de rechercher si un vécu commun se dégage, malgré l'hétérogénéité des situations dans les EHPAD, ceux-ci ne disposant pas des mêmes ressources et mettant en œuvre les dispositions nationales selon une politique intérieure qui leur est propre.

Le principe d'incertitude

En 1927, le physicien Werner Heisenberg, l'un des fondateurs de la mécanique quantique, proposait ce qu'il appelle un "principe d'incertitude" : il n'est pas possible de connaître avec certitude à la fois la position et la vitesse d'une particule. Si l'on cherche à être certain de la position de cette particule, on ne peut pas connaître sa vitesse et réciproquement. C'est un théorème d'indétermination, au sens où l'accès à la connaissance simultanée des deux caractéristiques de la particule est impossible : toute augmentation de précision sur l'une de ces dimensions se paye au prix d'une perte sur l'autre.

Le virus du SARS-CoV-2 nous plonge dans ce principe d'incertitude en termes de détection, d'infection et de contagion. Il nous expose aux choix complexes entre les risques encourus par le résident de contamination et les effets néfastes du confinement. On parle donc d'un virus énigmatique qui nous renvoie aux trois grands mystères pour l'Homme : la mort, la violence humaine et l'existence de Dieu. Ce virus vient ébranler nos certitudes médicales, socio-culturelles et économiques et nous rappelle brutalement que les lendemains sont incertains et que la mort est nécessairement imprévisible et arbitraire.

Tous responsables

Devant ce fléau planétaire, chaque gouvernement a décidé de choisir ses doctrines, avec les moyens à sa disposition, pour prévenir cette crise sanitaire. Dès lors, des recommandations

des autorités ne cessent d'affluer, jour après jour, avec des évolutions quotidiennes voire parfois contradictoires, l'inconnu oblige. Sur le terrain, face au mystère de ce virus, c'est l'ensemble des acteurs des EHPAD (du directeur, à l'encadrement de soin, en passant par les agents d'hôtellerie et bien évidemment de soins ainsi qu'aux résidents et familles et tous ceux non cités) qui se retrouve plongé dans une position où il assume nécessairement seul des responsabilités difficiles : celle de la contamination, celle de la dignité de mourir, ou encore celle d'accompagner la vie jusqu'au bout. Ainsi, comment répondre aussi à cette question de cet homme ou cette femme de grand âge, confiné(e) dans sa chambre « pourquoi dois-je mourir, seul(e) et dans le silence, loin de mes proches, en supportant des souffrances morales d'une violence insupportable ? ». Cependant, force est de constater que, contrairement à l'impatience de certains bien portants à l'extérieur des EHPAD pour retrouver leur vie normale, une acceptation s'est installée progressivement au sein de ces établissements par tous les acteurs. De plus une confiance dans l'efficacité des fameux « gestes barrières » a été acquise avec le soutien des équipes opérationnelles d'hygiène. Et de façon surprenante, la grande majorité des résidents et des familles ont concédé aux équipes des EHPAD la nécessité des mesures mises en place, malgré les sentiments de frustration et de colère que cela pouvait susciter.

Tous impactés

Il est aussi rapporté auprès de tous les établissements interrogés l'observation d'une altération de l'humeur et du comportement chez l'ensemble des acteurs des institutions, de façon réactionnelle et adaptée, sans impact pathologique prépondérant. L'isolement en chambre a été repéré comme l'élément le plus déterminant dans l'impact psychique des mesures sanitaires actuellement prises en EHPAD. Ainsi, il est évoqué principalement chez les résidents une tristesse de l'humeur, un sentiment de solitude face à l'absence des familles, un sentiment également de vide et d'ennui. On remarque aussi que le questionnement du sens de la vie et du rapport au temps, déjà particulièrement retravaillé en soi par l'épreuve de la vieillesse, se trouve ici exacerbé chez les personnes âgées (résidents ou familles). A la notion de « temps compté » porté par le travail du vieillir se rajoute actuellement un sentiment de «temps gâché » et une peur de l'oubli (sentiment d'abandon, peur que mon proche ne me reconnaisse plus ...)

En ce qui concerne le personnel, ces mesures d'isolement et de renforcement du bio-nettoyage ont accru la charge de travail, avec parfois l'apparition d'une certaine lassitude. Ainsi, l'épuisement physique et psychique sur une durée de confinement qui s'est allongée peut se faire sentir, tout en restant non invalidant, et épisodiquement se traduire par un peu plus d'irritabilité et d'anxiété. Cette fatigue est mise en lien avec un droit à l'erreur difficile d'accès, au manque de moyens pour appliquer sereinement les mesures préconisées et les faibles ressources à disposer d'un « sas de décompression » au travail et une fois le lieu de travail quitté. Cela n'a pas réduit pour autant la motivation à prendre des initiatives comme celles du maintien des liens par téléphone et appels vidéo entre les résidents et les familles, en souffrance de cette séparation brutale et massive d'avec leur proche.

Tous résilients

On peut parler d'un mouvement de résilience collectif, afin de sortir des réactions d'urgence initiées dans un premier temps, pour privilégier des stratégies d'adaptation plus souples ou plus adaptées à long terme, comme par exemple le développement de la créativité pour faire des animations couloirs, pour soutenir l'humour et devenir les « nouveaux héros de cette épopée », pour reprendre les mots d'une cadre de santé.

Comme en science physique où on parle de la capacité de résistance d'un matériau à des chocs élevés, ou en informatique de la capacité d'un système à continuer de fonctionner en dépit d'anomalies, en sciences humaines la résilience est définie comme un processus dynamique d'adaptation positive face à des évènements au potentiel traumato-gène ou à l'adversité. Les équipes soignantes et le personnel des EHPAD ont spontanément et rapidement acquis cette faculté d'adaptation pour aider à voir la vie d'une autre manière. Ils ont tous cherché dans ce temps particulier des facteurs de dégagement, de reconstruction d'un chemin qui reste porteur, à continuer de voir les aspects positifs, les capacités accessibles, les ressources des personnes. Il ne s'agit pas d'être naïf ou inconscient, de nier les problèmes, mais bien de mettre en lumière les possibilités, même limitées ou latentes, de chacun.

Tous unis

Il apparaît que loin de la panique et de états de stress aigus ou traumatiques que l'on pouvait redouter, en faisant acte solidaire face à l'adversité, la communauté des EHPAD semble s'adapter avec bon sens à cette crise sanitaire aux dires des acteurs interrogés. Cette solidarité va au-delà des murs de chaque établissement médico-social, elle s'étend d'une part vers d'autres EHPAD en rapprochant les acteurs clés de ces établissements, comme les médecins coordonnateurs, et d'autre part vers l'hôpital en resserrant des liens solides avec les équipes d'experts hospitaliers qui se sont unies pour apporter leur soutien aux EHPAD. Cet élan spontané de coopération entre les institutions et les professionnels de santé des champs sanitaire et médico-social, montre le changement de regard que les personnes portent sur elles-mêmes face à l'adversité, mais également une attention et un intérêt plus prononcé pour l'autre. Il montre aussi que la confiance établie entre les professionnels dans une période de crise, permet d'instaurer plus facilement des organisations coordonnées dans un objectif commun : la qualité de la prise en soin et la cohérence du parcours de santé.

Pour conclure

La question qui revient souvent en ce moment concerne l'état du monde après la crise. Celle que nous nous posons aujourd'hui pourrait s'énoncer ainsi : quel sera l'état de nos EHPAD demain ? Et d'une manière plus générale, quel regard portera la société dans les années à venir sur ses aînés, sur le grand âge et sur la dépendance. Enfin, on retient que le message principal des acteurs des EHPAD, par-delà l'espace et le temps, est de disposer de moyens pour prendre soin des hommes et des femmes jusqu'au bout dans la dignité et la sécurité. Car si ces professionnels font preuve d'une habileté remarquable dans la résolution d'injonctions

parfois paradoxales, de prise de recul pour maintenir une sérénité propice à des soins de qualité, d'empathie et de sens du sacrifice, ils rappellent d'une seule voix que cela n'est possible de façon pérenne que grâce à un changement de regard de tous, unis pour une mise à disposition de moyens suffisants et pour une communication concertée et ancrée dans la réalité du terrain.

La fable des « casseurs de cailloux », citée par le pionnier de la résilience, Boris Cyrulnik, peut illustrer à merveille ce changement de regard qui se produit :

« En se rendant à Chartres, un voyageur voit sur le bord de la route un homme qui casse des cailloux à grands coups de maillet. Son visage exprime le malheur et ses gestes la rage. Le voyageur demande : « Monsieur que faites-vous ? »

– « Vous voyez bien, lui répond l'homme, je n'ai trouvé que ce métier stupide et douloureux». Un peu plus loin, le voyageur aperçoit un autre homme qui lui aussi casse des cailloux, mais son visage est calme et ses gestes harmonieux. Il lui demande alors, « Que faites-vous Monsieur ? »

– « Et bien je gagne ma vie grâce à ce métier fatigant, mais qui a l'avantage d'être en plein air», lui répond-il.

Plus loin un troisième casseur de cailloux irradie de bonheur. Il sourit en abattant la masse et regarde avec plaisir les éclats de pierre. A nouveau il demande : Que faites-vous Monsieur ? »

– « Moi, répond cet homme, je bâtis une cathédrale ! »

Avec nos remerciements à toutes les équipes des EHPAD et à tous les acteurs impliqués dans cette crise sanitaire

*Kathleen Lalu
Charles Vermersch
Bahman Moheb*