Une cellule de soutien psychologique pour le personnel soignant et les ambulanciers

covid merci

L’épidémie de Coronavirus bouleverse notre quotidien professionnel et privé. Dans cette action d’endiguement du virus, les collaborateurs de l’HFR sont tous impliqués, à des échelons divers. Parmi nous, d’aucuns se trouvent au cœur de la lutte, en contact direct avec les patients contaminés par le covid-19. Exposés à des situations psychiquement très lourdes et potentiellement traumatisantes, ils endossent un rôle délicat. Des décisions lourdes de conséquences leur incombent. Le dialogue avec les malades et les familles éloignées de leur proche malade, voire décédé, est également pesant. Aussi remarquable soit-il, un tel engagement n’est certainement pas sans engendrer d’éventuels dommages collatéraux, en raison du surplus de travail, de tension, de stress, de doute et d’épuisement que cette situation exceptionnelle génère.

Soucieux de soutenir le personnel soignant durant cette période sanitaire si particulière, les psychiatres de la psychiatrie de liaison du Réseau fribourgeois de santé mentale (RFSM) et les psychologues de l’HFR ont mis sur pied une cellule de soutien psychologique. Entretien avec l’un des initiateurs, Christoph Salathé, psychiatre de liaison du RFSM à l’HFR.

Image



Christoph Salathé, cette demande de soutien psychologique émane-t-elle d’une demande particulière ou découle-t-elle de l’apparition du Coronavirus?

Elle résulte d’une demande des médecins et infirmiers cadres des soins intensifs et des Urgences. Elle a été mise en place depuis la crise du covid-19.

Qui œuvre au sein de cette cellule de soutien?

Cinq médecins et psychologues de liaison du RFSM et six psychologues provenant des divers services de l’HFR.

A qui s’adresse ce soutien psychologique? Au personnel soignant, à tous les malades, aux patients atteints du covid-19, à leur famille?

Au personnel soignant, essentiellement, ainsi qu’aux ambulanciers et à des familles affectées par le covid-19 et qui se trouveraient éventuellement sur place à l’HFR. Bien que, en principe, elles ne peuvent pas visiter leur proche malade. Quant aux patients, ils peuvent être suivis par la psychiatrie de liaison, sur demande de leur médecin.

Recevez-vous beaucoup de sollicitations?

Non, peu. Nous nous attendions à davantage de demandes. Cela aurait été sans doute le cas si l'hôpital avait été surchargé de patients frappés par le covid-19 avec, en conséquence, des refus de traitements. Dans les faits, le stress n'est donc pas si élevé que cela aurait pu l'être.

Quels sont les principaux thèmes que l'on vous demande d'aborder?

En premier lieu, l'organisation compliquée au travail. Certaines situations sont très lourdes à affronter mentalement. Je citerais le cas de personnes ayant dû augmenter leur temps de travail et qui doivent, parallèlement, assumer la présence de leurs enfants à la maison plutôt qu'à l'école. Ce trop-plein peut vite devenir compliqué. En plus, quelques collaborateurs, une petite minorité en réalité, ont peur de s'infecter.

Cette période exceptionnelle de confinement peut engendrer des tensions supplémentaires au sein des couples, des familles. Quelles astuces ou conseils pouvez-vous prodiguer pour tenter de les aplanir?

Pour maintenir une stabilité, j'inciterais les gens à garder un rythme régulier, à manger de manière équilibrée et à bien dormir. Il faudrait aussi, dans la mesure des limites autorisées, sortir un peu et maintenir une activité physique et ses occupations habituelles. Il faut éviter de passer sa journée au lit ou devant la télévision. Et, dernier point: il me paraît très important de ne pas se focaliser que sur les informations portant sur le covid-19.

Gilles Liard
Spécialités
Étiquettes
Covid