

Écouter sans stéthoscope...



Dr Elide Montesi
Médecine générale
Rédactrice en chef de la Revue de la
Médecine Générale.

Les images qui ont marqué le changement d'année n'ont rien à voir avec la douceur des cartes postales accompagnant les vœux traditionnels de nouvel an. Il serait indécent de publier ce premier numéro de 2005 sans évoquer, l'épouvantable raz de marée qui a submergé et dévasté une bonne partie des côtes de l'Asie du Sud-est, provoquant la mort de plus de 150 000 personnes et privant de tout la population locale, profondément blessée aussi bien physiquement que moralement. Face à l'ampleur de cette catastrophe naturelle, nous souhaitons exprimer notre soutien pour les milliers de victimes mais aussi manifester notre solidarité et notre admiration pour nos confrères des ONG qui œuvrent à soigner les blessures de ces peuples meurtris. Il reste à espérer que l'élan de solidarité qui s'est manifesté continue à s'étendre bien après que les images des régions détruites auront cessé de faire la une de l'actualité. Ne peut-on également espérer que les victimes du tsunami soient une fenêtre sur une solidarité nécessaire avec les victimes d'autres catastrophes naturelles de moindre ampleur ou les victimes de conflits ethniques ou politiques.

Martin Winckler, l'auteur de «La maladie de Sachs», a publié récemment «Les trois médecins» qui aborde le thème de notre formation.

Cet auteur sait trouver les mots qui frappent et interpellent comme, par exemple, cette petite phrase assassine : «... on les a mis là, un stéthoscope à la main sans leur expliquer que soigner, ça se fait avec les mains, les oreilles et les yeux mais que les mains, cela ne sert pas qu'à tenir les appareils, que les oreilles, cela ne sert pas seulement à écouter des râles...»

On ne nous l'a pas expliqué en effet, mais on le découvre pourtant bien vite dès les premiers pas de notre vie professionnelle.

Les patients viennent nous voir non seulement avec leurs plaintes somatiques mais surtout avec leur vécu, leur mal à être, leur mal de vivre...

Nous avons des moyens de plus en plus sophistiqués pour traiter les maladies, soigner des symptômes et soulager la douleur physique. Mais face à la souffrance morale provoquée par la maladie ou plus simplement par les avatars de la vie, nous nous sentons le plus souvent désarmés et impuissants. Toutes nos connaissances techniques ne nous sont plus alors d'aucune utilité

Pas formés pour cela, dit-on de nous... mais une formation pour gérer la souffrance humaine est-elle possible ? La seule évidence, c'est qu'elle est impossible à couler dans le moule des guidelines et de l'EBM. Dans ce domaine, aucune expérience randomisée reproductible en double aveugle n'est possible... chaque patient, chaque vie est unique.

Face à ces vécus malheureux, la tentation est grande de se défilier, de dire que nous n'y pouvons rien, que nous ne sommes pas des psy. Et nous pouvons certes renvoyer simplement nos patients chez les psychologues ou les psychiatres.

Pourtant, l'expérience nous montre que ce sentiment d'impuissance n'est pas vraiment justifié.

N'avons-nous pas tous déjà entendu les patients que nous avons écoutés nous raconter leurs problèmes, nous quitter en disant : «Merci docteur, cela m'a fait du bien de vous parler...» ?

Combien de fois, n'avons-nous pas posé la main sur l'épaule ou sur le bras du patient qui se confie pour lui montrer notre compassion ? Qui de nous n'a jamais essayé d'aider le patient à trouver une solution dans le dédale de ses difficultés relationnelles ou pour gérer ses angoisses personnelles sans lui prescrire de médicaments ?

Nous ne nous sentons pas très attirés par ce qui est «psy» comme le confirme le peu de participation des médecins aux séances de formation continue psychologiques par rapport aux sessions plus «techniques».

Nous devons bien admettre pourtant que nous ne saurions travailler en refusant l'aspect psychologique.

C'est d'ailleurs tout à fait impossible car, en fin de compte, comme le dit le titre que nous avons choisi pour l'excellent article du Dr Christian Picard, nous sommes tous des M. Jourdain de la psychothérapie.

Martin Winckler encore, dans le même livre cité plus haut, écrit : «Soigner c'est porter, soutenir, écouter, guider». Soigner ce n'est pas que traiter.

Alors plutôt que de le faire à notre propre insu, et sans pour autant nous reconverter tous en psychothérapeutes, nous devrions ne pas avoir peur de nous intéresser de plus près à tout ce domaine psychologique pour peaufiner ce que nous pratiquons déjà de façon intuitive.

Nous pouvons tous être capables d'aider le patient à exprimer son vécu, pour le comprendre aussi bien que nous interprétons un râle ou un souffle.

Il nous faut juste en prendre conscience et nous intéresser autant à ce domaine qu'à tous les autres de notre profession de généraliste.

Cela améliorera la qualité de notre travail quotidien, celle de notre relation au patient, notre relation à nous-mêmes et notre qualité de vie.

En ce début d'année nouvelle, toute l'équipe rédactionnelle forme le vœu que cette année 2005 soit un millésime de qualité supérieure pour vous et tous ceux qui vous sont chers.

Bonne et heureuse année à tous !

« Soigner c'est porter,
soutenir, écouter, guider »
Martin Winckler