

Le certificat

par le Dr Elide Montesi*

Il faut savoir dire non, mais peut-être pas trop vite...

Fin de consultation du soir, il est assez tard. M^{me} B a attendu patiemment, je crois même qu'elle a cédé son tour à la maman qui vient avec ses deux enfants dont l'un pleure de faim et l'autre s'excite d'attendre. C'est son tour enfin. Elle est bien gentille M^{me} B, les enfants elle connaît bien, elle est elle-même mère de trois grands ados et les amis de ses deux filles vivant chez elle, on peut dire qu'elle a une famille de cinq enfants. Je la connais depuis une petite année. Suite au décès de leur médecin traitant, M^{me} B m'a demandé de les prendre en charge. Mais depuis tout ce temps, c'est la première fois que M^{me} B vient seule en consultation. En général, elle vient pour ses filles, son fils, ses beaux fils, mais jamais pour elle-même.

«Installez-vous, je vous écoute...» Elle a l'air découragée...

«Docteur, je suis gênée, je comprendrais très bien que vous disiez non mais je ne sais plus comment faire... Voilà, ma voiture est en panne, bloquée au garage pour quelques jours, je n'ai pas de véhicule de remplacement et je ne sais pas me rendre à mon travail. J'ai déjà pris trois jours de congé, mais j'ai épuisé mes jours de congés annuels...» Elle est venue avec la voiture de son beau-fils. Bien entendu, je refuse de délivrer un certificat d'incapacité pour ce genre de motif. Elle comprend parfaitement mes raisons, elle s'en doutait, elle avait d'ailleurs hésité avant de venir. Je lui suggère de prendre les transports en commun. Elle l'a envisagé: «Je dois prendre trois bus, j'en ai pour trois heures de trajet par jour au total, ça m'oblige à me lever encore plus tôt que d'ordinaire... Et je dors déjà tellement peu, je suis tout le temps fatiguée... mais avec tous les problèmes qui me tombent dessus, je ne voudrais pas perdre mon boulot...»

Je me rends compte soudain que je ne connais pas M^{me} B.

Oh bien sûr lorsqu'elle est venue la première fois, j'ai ouvert un DMG et encodé ses antécédents personnels et familiaux, vérifié son statut vaccinal, évalué son risque cardio-vasculaire et ce genre de choses. Mais comme elle ne vient jamais que pour ses enfants, elle ne s'est jamais plainte de quoi que ce soit. Je ne sais rien de son vécu. Ça ne doit pas être facile tous les jours d'être veuve avec cinq personnes qui s'accrochent à elle et un travail. Tant qu'à faire puisqu'elle est venue seule, même si son premier motif n'est pas vraiment médical, profitons de l'occasion pour la faire parler d'elle et évoquer sa santé en partant de ce symptôme de fatigue.

Oui, elle est fatiguée. «On s'y habitue vous savez docteur...»

Fatiguée comme toutes les femmes qui mènent deux vies de travail, l'une au foyer, l'autre au bureau. Fatiguée comme toutes les mères de famille nombreuse, surtout sans compagnon pour partager avec elle les bons et les mauvais moments de l'existence... Fatiguée de gérer seule les soucis domestiques, les problèmes financiers, la scolarité de ses enfants et même les problèmes des copains de ses filles qui vivent chez elle, tant administratifs que de santé... Fatiguée de ne jamais pouvoir s'offrir des vacances...

Mais elle n'est pas déprimée, non, en général, elle assume. «En vingt ans de carrière, je n'ai jamais pris de jours de maladie, docteur...»

Sa fatigue est liée au fait qu'elle dort peu: couchers tardifs, réveils fréquents et levers précoce. «J'ai tellement de sommeil en retard que j'ai l'impression de lutter tout le temps contre le sommeil: devant la télé quand j'ai l'occasion de la regarder, je m'endors. Je n'arrive pas à finir un article de journal, je m'endors... Au travail, je m'endormirais devant mon ordinateur. Le plus dangereux c'est au volant surtout quand il fait noir... je m'endors à l'arrêt.»

Holà, nous sortons du domaine du psychique! En reformulant tout cela avec le questionnaire d'Epworth^(a) j'arrive à un score de somnolence de 20...

Et physiquement, elle est à risque d'apnées du sommeil: un BMI à 37, un cou court et un tabagisme modéré. Elle me dit que oui, elle ronfle... «D'ailleurs, vous allez rire docteur, mais parfois j'ai l'impression que ce sont mes ronflements qui me réveillent»...

Situation typique de médecine générale: les patients viennent pour un motif et on découvre un autre problème.

Venue me réclamer un certificat d'incapacité de travail, ma patiente repart avec une demande d'avis spécialisé pour une étude du sommeil.

Peut-être aurais-je dû lui fournir tout de même le certificat demandé? Je me suis contentée de lui donner une attestation «anticomplaisance»... d'autant qu'elle avait prévenu son employeur de son problème de voiture...

Ma patiente a mis à profit cette période de congé pour rattraper par des siestes en journée, le sommeil peu récupérateur de ses mauvaises nuits.

«C'est peut-être une chance que ma voiture soit tombée en panne, me dit-elle...»

* Médecin généraliste
5060 Sambreville

(a) Johns MW (1991) A new method for measuring day time sleepiness: The Epworth Sleepiness Scale Sleep, 14: 540-545