

Molsheim-Obernai

RÉGION D'OVERNAI

« Pour ce deuxième confinement, j'observe davantage de colère »

Propos recueillis par Fanny HOLVECK



« La particularité du Covid est qu'il s'agit d'une maladie infectieuse, quelque chose qui vous tombe dessus brutalement et qui se joue en très peu de temps. » Photo DNA

Psychiatre à Obernai depuis 2008, le docteur Pascal Romieux a pu observer les effets du Covid sur ses patients. Il revient sur cette année si particulière et sur les différences de perceptions entre les deux confinements.

Dans quelles conditions poursuivez-vous votre activité en cette période d'épidémie ?

Lors du premier confinement, je faisais toutes les consultations en visio, avec une minorité en présentiel. Là, c'est l'inverse. La visio est mieux que rien, je suis impressionné de l'interaction que l'on peut créer, mais cela a ses limites : je me suis retrouvé démuné dans certaines situations, notamment des échanges où la personne s'effondrait en larmes, dans une détresse profonde. À cause de l'écran,

ma présence était lointaine. Au cabinet, je me serais assis plus près, j'aurais opté pour une attitude corporelle différente.

Avez-vous vu arriver, cette année, des nouveaux patients, souffrant directement de troubles liés au contexte sanitaire actuel ?

Pas vraiment, car déjà avant le Covid, il était difficile d'avoir un rendez-vous, en raison de l'offre de soins.

J'ai eu beaucoup d'appels pour des problèmes conjugaux, de personnes qui jusque-là arrivaient à composer en ayant des stratégies d'évitement (le travail, les amis, les loisirs...) pour supporter ces difficultés. Je les ai plutôt orientés vers des psychologues du secteur.

Globalement, j'ai vu les conséquences du Covid au travers des patients que je suis déjà. Une partie de ma patientèle est constituée de gens ayant des troubles anxieux/dépressifs, pouvant arriver à tout le monde. Certains, que je n'avais pas vus depuis longtemps, m'ont appelé pour revenir me voir car ils se sentaient reprendre un mauvais chemin.

J'ai également eu quelques patients qui ont contracté la maladie et qui ont connu des états d'anxiété extrême, parce qu'ils se sont imaginé mourir.

Comment ont réagi ces « rescapés », justement ? En quoi la prise en charge est-elle différente d'une autre maladie ?

La différence, c'est que quand vous avez un cancer, ou une maladie neuro-dégénérative, ce sont des maladies connues, reconnues, pour lesquelles il y a des groupes de parole (notamment pour le cancer du sein), souvent des aidants, des choses en place. La particularité du Covid est qu'il s'agit d'une maladie infectieuse, quelque chose qui vous tombe dessus brutalement et qui se joue en très peu de temps. Vous n'avez pas le temps d'être résilient, surtout dans un climat anxiogène entretenu par un flot d'informations en tous genres.

De plus, si vous avez le Covid, vous êtes isolé. Les gens qui vous aiment, qui pourraient vous soutenir ne peuvent pas être présents comme ils peuvent l'être pour quelqu'un qui a un cancer. L'interdiction de s'approcher de quelqu'un qu'on aime est très difficile. Je l'ai vu avec des patients dont les parents sont en maison

de retraite.

Il se produit, pour les personnes âgées, un syndrome de glissement. Du fait de l'isolement, les personnes n'ont plus envie de se lever, de manger, de respirer. Elles ont juste envie de partir et si plus rien ne les retient, elles baissent les bras et meurent...

Quelles peurs a engendré le Covid ? La peur d'être malade, ou plutôt celle de l'isolement qui a découlé des mesures prises ?

Le Covid a surtout créé la peur de la mort, dans une société où tout est assuré, où on a tout tellement bien sécurisé qu'on ne pouvait pas imaginer que tout s'effondre et que l'on pouvait tout perdre. La sécurité est une illusion, et c'est insupportable pour beaucoup de gens.

Quelles ont été les différences entre les deux confinements, dans la perception et l'acceptation ?

Lors du premier confinement, les patients ayant des troubles psychiatriques allaient plutôt bien, car tout le monde était devenu comme eux, avec des troubles de l'anxiété. Ils n'étaient plus seuls à être seuls. Ceux qui ont des phobies sociales ont même été soulagés.

Pour ce deuxième confinement, la saison n'est pas la même, ce n'est plus le printemps, il y a une fatigue du fait que les choses se répètent. J'observe davantage de colère, de ras-le-bol, un peu comme lors d'une maladie : quand vous avez une première chimio, ça passe, quand vous en avez une deuxième, vous êtes fatigué de tout ça. La colère est plus dans le registre des gens extravertis. Elle peut être saine, car elle permet de bouger. D'autres, qui sont plus dans le registre des « obsessionnels » sont les garants de l'ordre, de la norme, avec par exemple des gens qui imposent à toute leur famille de porter le masque à la maison, qui ne dorment plus avec leur conjoint, qui se sur-confinent. La police municipale a eu des appels de gens dénonçant leurs voisins. Il y a un côté excessif à tout bien faire. La colère, elle, est plus libératrice.

J'ai aussi des patients qui ont des troubles obsessionnels du comportement (TOC), qui avaient déjà du gel hydro-alcoolique dans la poche il y a dix ans, et qui disent :

« J'avais raison »...

Le télétravail, qui s'est généralisé, peut aussi être une source de souffrance. L'avez-vous observé et quels conseils donneriez-vous pour que les choses se passent au mieux ?

J'ai des patients qui étaient déjà à la limite du burn-out, mais qui arrivaient à déconnecter du fait que le travail s'arrête en rentrant à la maison, même s'ils rentraient tard. Certains ont travaillé intensément, sans faire de pause. L'espace privé est devenu l'espace de travail, créant une confusion.

Je dis toujours aux gens qui ont des insomnies que le lit est fait pour dormir, pas pour manger ni travailler. La chambre doit être un espace de repos où l'on est bien, sinon on connote négativement cet espace. L'idéal serait d'avoir un bureau dédié ou, mieux encore, télétravailler ailleurs que chez soi, si c'est possible, pourquoi pas dans des bureaux partagés, pour bien distinguer les choses.

Pour finir sur une note positive, quels conseils donneriez-vous aux gens n'ayant pas de trouble particulier, mais qui souffrent de la situation actuelle ?

La meilleure chose pour aller de l'avant et survivre est de donner du sens à quelque chose qui nous dépasse. Cette crise nous donne la possibilité de nous réinventer autrement et de nous questionner sur le sens de notre vie. Comme le dit Alexandre Jollien [philosophe et écrivain suisse né infirme moteur cérébral, NDLR] : « Être en grande santé, c'est tirer profit même des obstacles pour grandir. »

Molsheim-Obernai

« Une explosion des consultations » au CMP d'Obernai

Au centre médico-psychologique (CMP) de proximité d'Obernai, qui est une antenne du centre hospitalier d'Erstein, une hausse des consultations a été observée cette année. Le lieu accueille aussi bien des patients ayant déjà des antécédents que des patients en première consultation.

L'activité a été relativement « tranquille » lors du premier confinement, comme l'explique le docteur Arnaud Diviné, référent du centre, avec « des gens qui s'étaient habitués à être dans leur bulle ».

C'est plutôt lors du déconfinement que les consultations se sont accrues. Le psychiatre a ainsi observé des patients ayant des difficultés à reprendre leur vie quotidienne. Et le reconfinement actuel a entraîné une « explosion des consultations ».

Une hausse qui s'explique en partie selon lui par un effet de cumul : « La première fois, on avait l'échéance de l'été. Là, on arrive sur l'hiver, on ne sait pas pour combien de temps on en a, et on cumule les conséquences de toute l'année, avec beaucoup de situations de solitude, de précarité, de pertes d'emplois... »

Le médecin a également accueilli en consultation des gens « très fatigués, avec une dépression traînante, et en faisant un test sérologique, on s'est aperçus que le Covid était passé par là ».

Les CMP de Molsheim et Schirmeck, sollicités, ont préféré ne pas répondre, jugeant qu'il était trop tôt pour dresser un bilan.