

Confinement en EHPAD

Tenir bon, sous tension Comment protéger sans trop isoler ?

par Pascaline Rocher

« Je suis enfermée toute la journée. C'est pas une vie à 97 ans ! » proteste Jeanne Pault qui vit en EHPAD dans une solitude presque totale depuis le début du confinement. Affaissée dans son fauteuil, elle ne peut redresser la tête face à la caméra mais la véhémence dans sa voix, c'est l'énergie du désespoir. « Je mange parce que mes enfants rouspètent. Ils me disent : maman, tiens le coup jusqu'au bout ! »

Ce cri de détresse lancé sur les ondes (reportage de Maryse Burgot dans le JT de 20h sur France 2 mardi 20 avril) s'est répercuté sur les réseaux sociaux, poignant. Privée depuis près de 2 mois des visites quasi-quotidiennes de son mari et ses enfants et même des conversations quotidiennes avec sa voisine de chambre, elle dépérit, perd l'appétit, le simple goût de vivre et s'insurge contre le traitement de protection drastique qu'on lui impose. « Pour son bien » et celui de tous. Comme elle, nombre de personnes âgées et fragiles, en proie à un sentiment d'abandon, se laissent insensiblement « glisser » dans les établissements.

Oui, on peut mourir de solitude et de chagrin. Alors il était grand temps qu'un protocole national prévienne d'assouplir les mesures drastiques de confinement appliquées en EHPAD pour rétablir progressivement un droit de visite des familles auprès des résidents en grande détresse psychologique qui le réclament. En d'autres termes, d'évoluer prudemment vers une ouverture, à défaut de déconfinement radical. Elle s'est amorcée dès le début de la semaine dernière dans la plupart des établissements. Certains soignants le trouvent un peu prématuré.

Protéger à tout prix...

Prendre toutes les dispositions de précaution pour éviter la contamination reste la priorité n° 1, sans aucun doute.

Mais assurer la survie des personnes très vulnérables ne suffit pas. La rupture du lien social n'est pas un dommage collatéral anodin. Les effets d'un confinement prolongé peuvent être délétères au point que le sentiment d'isolement devient tel qu'il fait perdre l'envie de vivre. Parfois jusqu'au « syndrome de glissement » qui se traduit par une détérioration physique brutale et une perte complète d'autonomie.

Pour les équipes d'encadrement et de soin, il s'agit de prévenir une autre crise, tant sanitaire qu'humanitaire au sens large. La brutalité de ces mesures drastiques de distanciation physique et de confinement prolongé imposées à nos aînés, dans une atmosphère de tension extrême, pose bien sûr question sur le plan éthique. Le manque de liens peut avoir des effets psychologiques dévastateurs. En cette période d'autonomie confisquée, c'est avant tout à l'aune du principe de non-malfaisance que doit s'évaluer le bien-fondé des décisions prises pour la sécurité des personnes âgées dépendantes

Une estimation individuelle des risques et des besoins spécifiques des résidents s'est imposée au quotidien pour que les plus fragiles ne paient pas un trop lourd tribut physique et psychique au confinement.

Comment éviter que le souci de protection renforce le sentiment d'exclusion ?

Les directions d'établissements ont souvent fait preuve d'une réactivité et d'une agilité managériales étonnantes pour faire face, malgré la pénurie d'équipements de protection : mesures de confinement immédiates à la Maison de retraite protestante de Montpellier, par exemple, dès l'alerte lancée fin mars par l'EHPAD de Mauguio – 12 décès du Covid 19-, restructuration de l'organisation en secteurs et émergence de pratiques nouvelles tant en termes de management interne que d'animation pour alléger l'isolement, apaiser les angoisses, distraire et soutenir les résidents.

Le confinement a entraîné une mobilisation générale pour faire face et s'organiser en fonction de la configuration architecturale des établissements. Certains ont pu mettre en place un cloisonnement en secteurs qui permettaient une libre circulation des résidents sur leur étage et une affectation dédiée des mêmes personnels soignants. De ce fait, le cordon sanitaire autour de cocons, somme toute rassurant pour la plupart des résidents, ne s'est pas fait trop étouffant.

Il a fallu aussi composer avec les carcans administratifs, quitte à s'en affranchir parfois pour que les mesures de distanciation restent tout simplement vivables. L'application des directives et procédures qui se sont multipliées au fil des semaines a mobilisé en elle-même beaucoup d'énergie tout en créant parfois des tensions dans les équipes. Ce qui suppose d'évaluer les différents risques avant de décider jusqu'où appliquer le principe de précaution.

Des évaluations journalières sont effectuées et examinées en réunions d'équipes.

Ainsi à l'EHPAD Yves Couzy, une dérogation exceptionnelle au confinement a été accordée à un patient présentant un syndrome de glissement ; son état a pu être stabilisé. Le confinement en chambre a été anticipé d'une semaine mais une dispense pour prendre des repas en commun entre deux résidents qui entretiennent des liens amicaux a pu être accordée occasionnellement.

Le confinement en chambre a été jugé impossible en secteur protégé.

« Nous avons vécu de grands moments de solitude. » souligne Muriel Brajon, directrice de l'EHPAD Yves Couzy. « Les équipes sont fatiguées, la charge mentale est lourde mais nous avons très peu d'absentéisme. »

La solidarité a joué dans la plupart des établissements, même si la peur du faux-pas et l'épuisement cristallisent aussi les tensions au sein des équipes.

Une adhésion de tous les acteurs

Outre les soins d'hygiène quotidiens, la mission habituelle des soignants est de maintenir une vie communautaire, d'offrir aux résidents une stimulation physique, intellectuelle et émotionnelle, de les aider à trouver de petits plaisirs, au nombre desquels les visites des familles sont souvent primordiales. Il a donc fallu redoubler de créativité et d'imagination pour que les EHPAD restent des lieux de vie.

« Que faire pour booster le moral des résidents ? » s'interroge Elsa Herzog, directrice adjointe de la Maison de retraite protestante depuis le début de la crise du Covid 19. Pour ne pas les laisser rivés à leur lit ou leur fauteuil dans un temps suspendu, en proie à des sentiments fluctuants d'anxiété, d'ennui, de frustration, de découragement ou d'incompréhension, les équipes soignantes ont donné de leur personne, sans relâche. Redoublant de vigilance et d'initiatives inédites pour offrir une présence salutaire et un accompagnement de qualité au quotidien, pour juguler la peur mais aussi pour répondre à la détresse des proches écartés et préserver le lien social, malgré tout.

Sans la contribution des familles qui faisaient habituellement acte de présence, elles n'ont cependant pas été totalement privées de soutien. On a ainsi vu des proches de résidents proposer d'assurer eux-mêmes des animations sous les balcons et cela a fait florès : au 1^{er} concert de piano ont succédé une chorale, puis des lectures dans la cour.

Quand la distanciation physique inspire le rapprochement social

« Avec le coronavirus, la France regarde enfin ses vieux en face » titrait le 23 avril une tribune libre de Muriel Boulmier, élue de la ville d'Agen, dans les blogs du Huffington Post.

Curieusement, cette crise sanitaire a favorisé l'expression de nouvelles solidarités transgénérationnelles, jusqu'alors très difficiles à stimuler ; l'immobilité et l'isolement, imposés pour la bonne cause à tous, ont suscité une prise de conscience citoyenne, un vrai mouvement de fond plébiscitant la proximité. Ces initiatives empathiques prennent des formes multiples, comme autant de ponts jetés vers les aînés dépendants pour pallier la brutalité de la mise à l'écart, égayer leur quotidien et créer du lien.

Quelques initiatives comme autant de signaux forts du dehors :

- sur les réseaux sociaux, les outils et supports à usage adaptés se sont multipliés pour garder ou créer de la proximité.
Les communications en visio (Skype notamment) avec les familles ont été mises en place à la demande. Parmi les applications largement exploitées pour permettre une communication avec les familles (Skype principalement), Famileo offre aux proches d'un aîné confiné la possibilité de mettre en ligne différents supports de leur choix -messages, photos, e-cartes, jeux ...- qu'ils alimentent et actualisent pour qu'une gazette familiale soit mise en page et imprimée en quelques clics, selon une périodicité de leur choix ; Granny et Charly application formant des tandems entre étudiants bénévoles et aînés confinés en fonction des goûts et centres d'intérêt (60 000 résidents dans 1000 EHPAD), 1 lettre 1 sourire (150 000 lettres de jeunes envoyées dans 1000 établissements à une personne qui devient un correspondant), etc.
Cela a permis aux résidents de se familiariser à l'usage des outils numériques mais les écrans ont leurs limites : la connexion ne remplace pas la relation incarnée et le déconfinement qui s'amorce doucement permettra de rétablir le lien par le regard, crucial sur le plan affectif et émotionnel. Il arrive parfois que les personnes âgées saturent face à des sollicitations inhabituellement nombreuses de leur famille.
- Le réseau de bénévoles « Lire et relier » de Régine Detambel, écrivain habitant à Juvignac, qui promeut la bibliothérapie propose des lectures au téléphone aux personnes âgées confinées, en EHPAD ou à domicile.

- Des concerts de piano, des chants chorales, des lectures, des spectacle de danse sont donnés sous les balcons de la MRP ou à Gignac et à Clermont-l'Hérault, le cinéma local organise des projections pour les résidents de
- Une infirmière à la retraite s'est portée volontaire pour répondre aux demandes des familles des résidents de l'EHPAD des Jardins du Ribéral à Gignac

De l'avis de toutes les responsables et soignantes interrogées, la situation des personnes âgées confinées seules à domicile était bien pire qu'en établissement. Les décompensations ont été plus nombreuses du fait d'un isolement plus grand, comme l'atteste le nombre croissant de demandes d'admission en urgence qu'ont reçu les directions.

L'heure n'est pas encore à la détente

Les avis sont partagés : plusieurs responsables d'EHPAD estiment que les mesures de déconfinement sont prématurées, mais certains établissements avaient déjà pris les devants, de manière très sélective, en autorisant les visites au cas par cas. Tous organisent maintenant 3 à 4 visites quotidiennes pour ceux qui en ont le plus besoin, avec des modes de distanciation divers mais toujours en présence d'un professionnel.

Grâce à la systématisation des tests de dépistage, une 2ème phase de déconfinement sera envisagée : les résidents Covid – pourront revenir prendre leur repas dans la salle à manger et participer à des animations en petits groupes. Avant la 3ème phase de réouverture des portes pour reprendre une vie sociale normale.

Et le jour d'après ?

A l'occasion d'une conférence-débat ayant pour thème « La France traite mal ses vieux - Non à l'oubli dans le domaine des ombres » le 18 avril 2019, j'introduisais les échanges en ces termes, auxquels la terrible pandémie du Covid fait un étrange écho, exactement un an après :

« Quels peuvent être les leviers pour une société plus inclusive envers les personnes âgées ? En d'autres termes, quels leviers pour ne pas simplement leur donner l'impression d'être devenus invisibles, tombés en disgrâce ?

Il s'agit de sortir des discours technocratiques ressassés sans résultat pour faire place à une réflexion de fond sur les moyens de changer le regard sur le vieillissement, d'améliorer la qualité de la relation avec les aînés en perte d'autonomie, de témoigner des actions innovantes qui s'attachent à tisser des liens (sociaux, affectifs, sensoriels...) au quotidien avec ceux qui poursuivent, tant bien que mal, leur existence toujours singulière.

Nous avons donc invité des personnes qui s'emploient à prouver que vieillir, ce n'est pas cesser de vivre, d'expérimenter, de s'é mouvoir, de découvrir. Que derrière toutes les pertes dues au vieillissement, dominées par l'image d'un corps qui se morcelle, subsistent des ressources, des talents à mobiliser. Que ces pertes peuvent être aménagées et compensées pour préserver le goût de vivre.

Pour favoriser les interactions, les échanges susceptibles de donner du sens aux dernières années de vie. Car l'absence de sens déshumanise. Cela est vrai pour les personnes âgées comme pour les aidants. »

Oui, de très belles initiatives solidaires ont vu le jour à la faveur de cette crise sanitaire qui a bel et bien servi de levier à une prise de conscience citoyenne et à des échanges intergénérationnels que l'on appelait de nos vœux, jusque là sans grand succès.

Oui, les équipes soignantes dans les EHPAD se sont montrées plus que jamais à la hauteur d'une situation extrêmement difficile sur le plan relationnel et humain. A posteriori, il faudra aussi porter une attention particulière à l'expression de leur mal-être et des nouvelles formes de vulnérabilité qui seront exprimées, pour absorber certains effets psychologiques de cette tension prolongée. Candida Delmas, médecin coordonnateur de deux EHPAD près de Montpellier, faisait état de ce malaise confusément ressenti par beaucoup devant tant de responsabilité à assumer durant ces longues semaines de confinement, oscillant sur un fil entre le statut de héroïne(s) à celui de coupables tout désigné(e)s. Ce qui interroge aussi la nécessité de mieux accepter le risque et la mort dans notre société.

Ceux qui ont pris soin de nos aînés, « saura-t-on les soutenir et s'engager socialement et moralement en se rappelant qu'ils auront été les derniers bastions de la relation humaine ? » (Eric Fourneter, philosophe)

En guise de mot de la fin, cet extrait d'une tribune percutante d'un médecin belge en colère :

« Avant cette crise, nous avons oublié les personnes âgées parquées en maisons de repos. Nous avons une dette à régler. Un grand chantier nous attend pour redonner droit de cité aux aînés

On n'a jamais autant parlé des personnes âgées que depuis cet épisode pandémique. (...) Avant le Covid 19, ces personnes dépendantes qui résident dans les maisons de retraite n'existaient pas. Sans jamais en faire un débat de société, sans aucune réflexion éthique préalable, nous avons collectivement choisi depuis ces dernières décennies de les parquer dans des lieux spécifiques, de plus en plus vastes afin d'être de moins en moins dispendieux, en dehors de la vie de la cité et de la vue de ceux qui ne sont pas encore concernés par cette chronique d'un naufrage annoncé qu'est si souvent le grand âge. C'est pour leur bonheur et leur sécurité. Surtout leur sécurité !

Peut-on espérer que cette crise fera surgir des prises de conscience et des changements de comportement ? »

Armand Lequeux, médecin gynécologue, Forum du journal La libre Belgique, 30 avril 2020

Remerciements pour leur témoignage à :

Elsa Hersog, directrice adjointe de la Maison de retraite protestante de Montpellier

Muriel Brajon, directrice de l'EHPAD YVES Couzy de St André de Sangonis

Candida Delmas, médecin coordonnateur des EHPAD Ronzier Joly de Clermont-l'Hérault et Les jardins du Rivéral à Gignac

Lucille Christmann-Laloë, infirmière à la Maison de retraite protestante de Montpellier

Annexe :

https://www.huffingtonpost.fr/entry/durant-le-confinement-la-voix-des-coronalecteurs-reconforte-les-personnes-isolees_fr_5ea7f59bc5b6a30004e8153c