



## REGIONALES

# Médecin de famille et volontaire sur le front du Covid-19 – Une journée Covid dans la vie d'un médecin de famille

**Si pour certains cette pandémie fut une tragédie, je dois avouer que pour moi ce fut une respiration dans un agenda surchargé et un exercice de créativité, d'apprentissage, de solidarité et de bienveillance.**



Dr Brigitte Zirbs Savigny, vice-présidente mfe

### Une respiration...

Bien que notre équipe du cabinet ait beaucoup travaillé, le nombre de consultations a fondu comme neige au soleil. J'ai profité, comme beaucoup, du « slow down ». Ralentir. Prendre le temps de ne rien faire. Ecouter le silence. Observer la nature.

J'ai fait de belles découvertes. Rentrée plus tôt, j'ai aperçu avec émerveillement un couple de mésanges bleues faire leur nid dans notre vieille fontaine à pompe, un couple d'écureuils es-

piègles et curieux élire domicile dans notre vieux sapin.

...La vie continue donc en dehors du Covid-19, de l'angoisse de la maladie et de la peur de la mort !

### Créativité...

Notre équipe s'est réinventée au quotidien. En premier lieu, pour lire, comprendre et s'appropriier les multiples mails venant de toutes les instances

politiques et professionnelles. Tous un peu pareil et pourtant tous un peu différent. Il a fallu traduire ces consignes complexes pour les rendre compréhensibles pour nos patients, inquiets devant les horreurs que leur dépeignait la presse. Trouver les mots justes pour rassurer tout en mettant, malgré tout, en garde contre les risques face à une maladie hautement contagieuse, que nous-même découvrons au fur et à mesure.

Nous avons mobilisé toute notre créativité. Trouver des suggestions pour ces jeunes parents, prêts à exploser qui découvriraient au quotidien, 24h sur 24, des bambins parfois difficiles et incontrôlables. Eplucher les programmes TV pour trouver des cours de gym en famille. Proposer à d'autres du yoga. Suggérer aux grands-parents de tricoter, de faire des confitures dans l'attente de jours meilleurs et de s'essayer à la cuisine « healthy », circuit court et écoresponsable. Un exercice épuisant mais, un bel exemple de médecine de la personne, où la personne prend le pas sur la médecine, dans certains cas. Tout cela à côté de notre quota habituel d'urgences, car on ne s'arrête pas de chuter, de faire une crise de colique biliaire ou une urticaire parce que Covid-19 sévit ! Ma galerie photos est devenue un vrai musée des horreurs : plaies, bosses, boutons divers et variés, car pour soigner, il faut au moins voire si on ne peut pas toucher ! Gare au Covid-19... Il a également fallu trouver des moyens pour accompagner nos personnes âgées, malades pour certaines, inquiètes, isolées, qui nous disaient que « mourir de Covid-19 c'est moins grave que de mourir de chagrin et de solitude ». Nous avons répondu à des centaines de téléphones pour rassurer et relativiser, en réinventant chaque fois les mots.

### Apprentissage...

J'ai appris plus en 3 mois qu'en 10 ans ! Il m'a fallu atteindre 30 ans de

pratique pour communiquer et faire des consultations, des comités, des interviews vocales et donner des cours par vidéoconférence via différentes plateformes audio-visuelles. Les premières tentatives furent, pour les unes sans son, les autres sans image. Aujourd'hui...je maîtrise le son et l'image ! Je suis même devenue une pro des échanges à distance !

### Solidarité...

Face à l'ampleur annoncée de la pandémie, notre association professionnelle cantonale a fait un appel aux volontaires pour prendre en charge les patients dans les centres de dépistage. Une évidence : répondre présent. Au début l'équipe composée de 4 médecins, de civilistes, pompiers volontaires, étudiants bénévoles et de deux équipes de soins infirmiers entraînés aux prélèvements a géré de 120 à 150 consultations. L'équipe a travaillé en économisant les masques (1 masque par jour) et le gel hydro-alcoolique. Sous la tente on a gelé sous la bise et cuit avec le soleil, mais cette ruche médicale a été l'opportunité de belles rencontres et d'un vrai travail d'équipe interprofessionnelle. On s'est soutenu, rendu service, devant des cas parfois compliqués. Surtout on s'est tous sentis utiles pour aider les collègues hospitaliers et accompagner les malades.

### Bienveillance...

L'ensemble des patients que j'ai examinés au centre de dépistage et que j'ai ensuite accompagnés dans leur maladie, en les appelants tous les deux jours, se sont montrés reconnaissants de l'attention qu'on leur donnait. Les patients de notre cabinet médical aussi ont apprécié les appels et les démarches proactives que nous avons entreprises pour les accompagner dans leur maladie ou leur santé.

« Tout ce qui ne tue pas me rend plus fort », Nietzsche.

### En conclusion

Journal d'un médecin de famille atteint du coronavirus. De nouveau en bonne santé. Et pourtant, ce n'est pas une fin heureuse.

Autor: Dr Brigitte Zirbs Savigny, vice-présidente