

Covid-19 et solitude souffrante au quotidien de vies bouleversées

Avril 2020

Pr Roger GIL

Directeur de l'Espace de Réflexion Ethique de Nouvelle-Aquitaine

Elle ne voulait pas que son mari aille en ehpad... alors elle s'est occupée de lui, jour après jour... sa mémoire se désertifiait, ses mots étaient rares et déformés, ses sourires étaient devenus mécaniques et incongrus...elle s'habitua à cette lente dégradation ; grâce aux conseils de bénévoles alertés par le voisinage, elle put avoir quelques répit. Puis vint le confinement.... Son mari se coucha, plaintif, refusant toute nourriture. Il n'était pas fébrile. Elle put appeler son médecin qui ne cacha pas son pessimisme... Il se couvrit en quelques jours d'escarres. Et il mourut. Elle est toujours seule, confinée...des bénévoles lui déposent ses courses et lui téléphonent...

Il est seul, veuf, son épouse est décédée voici quelques années avec une maladie d'Alzheimer... Depuis un an il a des séances de chimiothérapie pour un cancer. Mais il peut encore conduire sa voiture même si faire ses courses, s'occuper de ses repas, entretenir son linge et sa petite maison perdue dans la campagne, deviennent de plus en plus pesants. Puis vint le confinement...Il se sent désemparé... Il se souvient des personnes bénévoles et de la psychologue qui l'avaient aidé à accompagner son épouse... Il appelle... pour parler... pour moins souffrir la solitude...Et grâce à ce lien téléphonique, la plate-forme territoriale d'appui organise le portage de repas et quelques heures hebdomadaires d'aide à domicile...Il vit...une sorte de survie sociale et il appelle au téléphone...pour parler, pour se raconter...

Ils vivent dans un petit appartement... Il a une maladie d'Alzheimer et elle s'occupe de lui. Il était docile mais c'est vrai aussi qu'elle était à son écoute. Puis vint le confinement...Il ne comprend pas pourquoi il ne peut plus sortir comme avant.... Il ne va plus à l'accueil de jour... Il tourne en rond chez lui et de temps en temps se dirige vers la porte qu'il tente d'ouvrir et il s'agace. Sa femme ne sait pas comment l'occuper tout au long d'interminables journées. Sa fille lui dépose ses courses mais elle a des enfants et elle n'entre pas dans l'appartement de peur de les contaminer... on a bien dit à la télé que les personnes âgées étaient plus fragiles et elle n'aurait pas la force de se sentir responsable s'ils étaient contaminés par le virus...Il y a bien sûr les communications téléphoniques des bénévoles. De petits rayons de soleil dans une vie devenue grise. Elle a peur qu'il fugue, elle a peur qu'il se mette en colère, elle dort de plus en plus mal la nuit. Elle a entendu dire que les vieux allaient être enfermés plus longtemps que les autres... pour les protéger....elle se sent plutôt comme étranglée : son médecin, au téléphone, lui a dit que c'était de l'angoisse. La bénévole lui a dit cet après-midi que les personnes âgées n'allaient finalement pas être enfermées plus longtemps que les autres.

Elle vit seule, pas depuis longtemps sauf que le temps lui semble de plus en plus long. Son mari avait une maladie apparentée Alzheimer et, épuisée, elle s'était résolue à faire entrer son mari en ehpad. Puis vint, trois jours après, le confinement. Ce mot était obscur

mais elle a vite compris qu'elle ne pourrait plus lui rendre visite et cela fait cinq semaines que ça dure. Et en plus son mari a été isolé dans sa chambre. Elle l'appelle au téléphone, mais il ne fait que lui répéter de venir ; il ne comprend pas. Et elle s'inquiète pour lui, elle se sent coupable comme si elle l'avait abandonné. Et elle reste souvent des heures dans un fauteuil à pleurer. Il n'y a pas de cas de personnes malades de Covid dans l'ehpad. La bénévoles qu'elle connaît bien lui a dit au téléphone que des choses se préparaient et que peut-être une visite allait être possible. Mais quand ?

Elle a un Alzheimer et il s'occupait d'elle depuis plus de trois ans. Mais il a fait de l'angine de poitrine, il s'essouffle au moindre effort et sur les conseils de son médecin et des bénévoles qui le voyaient s'épuiser, il avait accepté qu'elle aille en ehpad. Mais vint le confinement et les ehpad fermèrent leurs portes. Il a ressenti hier une grande douleur dans la poitrine ; il s'est assis et la douleur a disparu en une demi-heure. Il se rassure en se disant qu'il a échappé à l'infarctus et à l'hospitalisation. Est-ce bien vrai ? Les semaines passent. Pourquoi ne fait-on pas des tests de dépistage du virus à son épouse ? S'ils étaient négatifs, pourquoi l'ehpad ne pourrait-il pas enfin l'accueillir ?

Ces courtes histoires de vie disent quelques exemples de la face cachée du confinement, celle des personnes sans voix ou inaudibles dont l'équilibre fragile, par leur condition sociale, par leur lieu ou leur mode d'habitat, par la maladie ou le handicap a été mis à mal par le confinement. Le confinement induit un sentiment d'isolement social dont il a été montré qu'il active les mêmes zones du cerveau que les douleurs physiques et notamment les zones témoignant de la déstabilisation émotionnelle liée aux douleurs physiques¹. Ce n'est donc pas un artifice que de parler de souffrances, allant jusqu'à l'insupportable, de souffrances sociales. Elles sont sources de dépression, de retrait apathique, ailleurs d'agitation, d'agressivité, de troubles de l'alimentation, et finalement d'épuisement. Si l'on y ajoute le déficit du suivi médical et du traitement des maladies dites chroniques comme l'hypertension artérielle, le diabète, et bien d'autres, on comprend les risques majeurs pour la santé des personnes atteintes de maladies neurodégénératives ou de handicaps cognitifs et des personnes « aidantes » qui partagent leur vie, les assistent et dont on sait aussi combien elles sont vulnérables. Le confinement était certes nécessaire mais ce n'est pas une raison pour ne pas en souligner les conséquences néfastes, de remarquer que des mesures ultrasécuritaires pourront venir, par effet boomerang, s'ajouter aux méfaits du Covid 19. Si les ehpad commencent à s'entr'ouvrir aux visites, ne faudrait-il pas tout faire pour étendre encore la pratique des tests biologiques de détection virale et rouvrir la porte des ehpad à ceux et celles qui ne sont pas atteints par le Covid et dont l'état de santé nécessite une admission en ehpad ? Les plateformes d'accompagnement et de répit qui certes avaient maintenu un accueil téléphonique, voire un soutien psychologique distancié ne pourraient-elles pas progressivement s'ouvrir à l'accueil physique au moins pour les personnes non atteintes par le Covid et avec des personnels eux aussi non atteints par le Covid ou immunisés ? Ne devrait-on pas de la même manière étudier au cas par cas la réouverture progressive des accueils de jour en privilégiant peut-être d'abord ceux qui sont indépendants des ehpad ? Ne faudrait-il pas au moins que les aides financières accordées par les départements pour les accueils de jour soient aussi accordées à l'aide à domicile avec le soutien financier de l'Etat ?

¹ Naomi I. Eisenberger, « The Neural Bases of Social Pain: Evidence for Shared Representations with Physical Pain », *Psychosomatic Medicine* 74, n° 2 (mars 2012): 126- 35, <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3182464dd1>.

Il faut des décisions résolues pour entrer dans une autre phase de la lutte contre le Covid 19 : un confinement humanisé plus en cohérence avec le Bien commun, une promotion incessante des mesures barrière dont le port du masque dont il est difficile d'entendre qu'il faut attendre des preuves scientifiques en agitant en outre la crainte qu'il fasse reculer les autres mesures de distanciation sociale alors qu'il viendra s'y ajouter. Pourquoi ne pas permettre aux pharmacies d'importer des masques en tissus et atténuer ainsi ce climat de rationnement² ? C'est pourtant sans hésitation qu'aux Etats-Unis, les CDC (*Centers for disease control and prevention*)³ dont on ne peut mettre en doute les compétences scientifiques ont recommandé sans hésitation d'utiliser des masques en tissu pour diminuer la transmission du virus dans les lieux publics⁴ en soulignant bien qu'ils doivent s'ajouter à la distanciation sociale. Et reste la marche résolue vers les tests biologiques pour repérer les porteurs de virus et ensuite, par la sérologie, les personnes –au moins un temps-immunisées.

Il faut tout faire pour concilier la Santé du pays (certes le plus grand bien pour le plus grand nombre) et la Santé de chacun de ses habitants, c'est-à-dire Le Bien commun, celui qui doit tenir compte de toutes et de tous, dans un effort d'identification des besoins et des aspirations de chacune et de chacun et donc des plus vulnérables.

Que soient chaleureusement remerciés les bénévoles du monde associatif, ces « travailleurs du cœur » et les psychologues qui, en lien avec les professionnels de terrain du secteur médico-social, ont maintenu et maintiennent téléphoniquement des liens sociaux, ténus mais obstinés, assurant ainsi une mission solidaire de soutien et de partage si nécessaire depuis le début du confinement.

² https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2020/04/16/les-pharmacies-ont-elles-interdiction-d-acheter-et-de-vendre-des-masques-comme-l-affirme-une-video-virale_6036846_4355770.html

³ Ils constituent aux Etats-Unis, une agence fédérale de santé publique chargée notamment d'informer le gouvernement américain et les citoyens sur le contrôle et la prévention des maladies infectieuses.

⁴ « ... CDC recommends wearing cloth face coverings in public settings where other social distancing measures are difficult to maintain (e.g., grocery stores and pharmacies) **especially** in areas of significant community-based transmission.

It is critical to emphasize that maintaining 6-foot social distancing remains important to slowing the spread of the virus. CDC is additionally advising the use of simple cloth face coverings to slow the spread of the virus and help people who may have the virus and do not know it from transmitting it to others. Cloth face coverings fashioned from household items or made at home from common materials at low cost can be used as an additional, voluntary public health measure”. Voir “Use of Cloth Face Coverings to Help Slow the Spread of COVID-19”; CDC; <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>