

## Covid-19 Covipsy: un sas de décompression pour les personnels soignants

Séances d'ostéopathie, de yoga, écoutes psychologiques... À l'hôpital de Strasbourg, le dispositif Covipsy HUS permet aux personnels soignants éprouvés par un an de pandémie, de soulager leur stress et leur fatigue.



### Soulager les muscles tendus, les corps fatigués des personnels soignants des HUS.

Des dessins d'enfants, des guirlandes électriques égayent la grande salle de repos mise à disposition à l'hôpital de Hautepierre de Strasbourg pour Covipsy HUS. Dans les deux grandes tentes se déroulent ce jour-là, les séances d'ostéopathie. Sur les tables, des bouteilles d'eau, des gâteaux, du café sont proposés aux soignants.

« Des corps fatigués qui ne réussissent plus à récupérer »

Ici, on soigne des soignants qui prennent rendez-vous sur l'intranet des Hôpitaux universitaires de Strasbourg ou sur place – l'équivalent existe au Nouvel hôpital civil. Via les réseaux sociaux, circule le programme des activités proposées en partenariat avec le Collège d'ostéopathie Strasbourg Europe et l'association de thérapies complémentaires des HUS. Nombreuses et variées, elles sont centrées tantôt sur la respiration (relaxation, sophrologie, yoga, reiki, etc.), tantôt sur le corps (ostéopathie, orthobionomy, etc.) ou sur la sphère émotionnelle et sensorielle (atelier du sommeil,

hypnose) ; outre des possibilités de parler à un psychiatre ou à un psychologue. ")

Manipulatrice radio, Florence, sort de sa séance, « soulagée ». « Pendant la première vague, la liste d'attente était tellement longue que je n'avais pas pu en profiter, indique la jeune femme. Le service radio, c'est le carrefour de tous les patients qui viennent à l'hôpital, toutes les demi-heures, on reçoit une personne de 7h à 20h. Il y a beaucoup de fatigue même si on a moins peur qu'en mars », confie-t-elle.

Aide-soignante en réanimation, Camille patiente pour sa demi-heure de soins. « La première vague a été traumatisante, je n'aurai jamais imaginé vivre ce que j'ai vécu », dit-elle avec pudeur. À la fatigue, s'ajoutent des problèmes de sommeil, des difficultés à couper avec la journée de travail, une fois rentrée chez elle. Dans son service, deux personnes malades du Covid-19 sont actuellement sous respirateur, on est loin de la situation de mars, « deux unités pleines ».

Près de 2 000 soignants ont bénéficié du dispositif Covipsy HUS entre le 23 mars et la mi-juin 2020. Photo DNA /Cedric JOUBERT

Mais le nombre de nouvelles personnes testées positives augmente de 10 % par semaine depuis trois semaines, celui des hospitalisations ne cesse d'augmenter, immanquablement les admissions en service de réanimation vont subir également une hausse. « Les inquiétudes pour nos proches demeurent, reconnaît Camille, on nous a tout coupés, on ne fait que bosser. Ici, c'est un sas de décompression ».

« Tissus hyperfigés, douleurs articulaires, corps fatigués qui ne réussissent plus à récupérer, maux de tête... », le diagnostic de Christophe Machu, ostéopathe référent de Covipsy HUS est explicite. Rachel, aide-soignante en pédopsychiatrie, faisait déjà partie de l'équipe montée dans l'urgence au printemps – sous la responsabilité du Professeur Pierre Vidailhet, directeur du service psychiatrie

des HUS. Quand le dispositif a été réactivé en nombre, elle a repris du service. Joviale et souriante, elle n'a pas son pareil pour mettre les gens à l'aise car les collègues passent aussi juste pour une pause-café, et discuter.

« Les soignants n'ont pas l'habitude que l'on s'occupe d'eux. Il faut comprendre que le Covid-19 a de manière transversale, touché tous services, obligeant les personnels à s'adapter à de nouveaux horaires, organisations, relève Rachel. Aujourd'hui, ils sont fatigués, désillusionnés, épuisés et plus anxieux à l'approche d'un probable troisième confinement, surtout les mères de famille qui craignent que les écoles ferment ».

### « L'appréhension du lendemain »

À ses côtés, il y a des bénévoles, étudiants en médecine comme Claire, en deuxième année, qui assure une permanence hebdomadaire « pour être utile ».

Psychiatre et coordinateur de Covipsy HUS, Amaury Mengin, constate que « pendant cette deuxième vague, il y a une pression différente, car il y a fallu tout gérer en même temps ; on ne pouvait plus retarder les autres soins et opérations. Il y a quelque chose qui s'installe, remarque le spécialiste, à la fois une forme d'habitude mais persiste toujours de l'anxiété, l'appréhension du lendemain. La lassitude touche toute la population mais de manière plus vive les soignants qui sont sous pression et soumis à des changements d'organisation, de compétences. Quand on est au contact des malades, il y a toujours la crainte de l'infection même si aujourd'hui, on a les moyens de se protéger ».

Du 23 mars à mi-juin, 2 000 soignants sont passés par Covipsy HUS ; d'autres personnels ont été approchés par les équipes mobiles. Par Veneranda PALADINO - **Dernières Nouvelles d'Alsace Région 3 février 2021**