



Joie, incompréhension... et LOL

Nous voilà déjà en Mars 2010. Nous sommes parvenus à la phase finale de l'évaluation du Projet Meditas, encore quelques semaines et les résultats définitifs seront disponibles. Les conclusions statistiques sont froides et dépourvues de cette chaleur humaine qui fait la richesse de la vraie vie... alors un peu de chaleur dans cet hiver tumultueux.

A la fin des questionnaires d'évaluation nous avons laissé une partie de texte libre afin que chacun puisse, selon son désir, exprimer son expérience et ajouter du vécu à ce projet d'éducation thérapeutique. Les réponses sont bien entendu anonymes et c'est la raison pour laquelle nous nous permettons de citer une réflexion d'un patient : « ce programme m'a permis d'avoir un outil permanent face au stress. C'est un médicament pour moi et j'essaie d'en abuser ».

Il serait facile de disserter sur le sens des mots médicament, médecin, remède, si proche de médium et d'intermède. Il serait également passionnant de parler de l'absence d'effets secondaires de la relaxation. Intéressant mais il faut laisser de la matière pour de futurs éditoriaux et au présent je préfère m'abandonner au plaisir joyeux d'avoir lu un tel commentaire.

La joie de ressentir qu'un être humain a découvert un moyen de progresser sur son chemin de vie, qu'il a osé franchir une porte. Oser, avoir confiance, parler en son propre nom, devenir autonome, c'est à dire trouver sa propre loi au travers de la transmission d'un savoir, allier son propre savoir être au savoir médical tel est le but d'un programme d'éducation thérapeutique pour le patient. Le médecin dans cette aventure devient alors un accompagnateur, un intermède, un catalyseur : il ne sait pas vraiment où le patient va parvenir et il chemine en même temps que lui. Chacun s'enrichit de l'expérience de l'autre et parfois en éducation thérapeutique on ne sait plus qui éduque qui ?

Cette façon d'envisager la médecine demande cependant beaucoup de respect. Respect du médecin envers le patient, respect du patient envers le médecin. Demander aux médecins de changer leur façon de faire, d'envisager le patient comme un acteur de sa santé et se mettre au même niveau, de prendre soin dans un rapport horizontal d'égalité et non vertical de domination est très difficile.

Cela demande beaucoup de confiance et c'est la raison pour laquelle depuis quelques semaines je baigne dans un lac d'incompréhension totale. Comment le principal dirigeant du collectif représentant les patients (CISS) a-t-il pu insulter de la sorte des médecins libéraux ? Sans doute y avait-il un calcul politique caché derrière ce propos. Il n'en reste pas moins vrai que je comprends mal ce discours dans la bouche de quelqu'un qui a contribué à l'instauration de l'éducation thérapeutique en France. Monsieur S..., dois-je prononcer votre nom et votre rapport quand on me demande de convaincre des médecins de faire de l'éducation thérapeutique ? Il paraît que vous êtes taquin, moi aussi : vous avez joué un très mauvais tour aux médecins libéraux qui sont comme nous persuadés que l'éducation thérapeutique est l'avenir de la Médecine.

En vérité nous savons bien que les hommes sont souvent beaucoup plus petits que les causes qu'ils défendent ou disent défendre et à titre personnel nous vous pardonnons cette saillie. Pardonner est indispensable pour qui ne souhaite pas stimuler de façon inutile son amygdale et risquer par là même d'augmenter son risque d'infarctus par une colère inutile. Nous tenions cependant à vous faire part de notre incompréhension car une étude récente vient de montrer que dans le couple les épouses qui ne parlent pas de leur ressenti à leur conjoint multiplient le risque de pathologie coronaire par 3.

Certains pourront rétorquer que je ne suis pas une femme et qu'heureusement pour moi nous ne sommes pas mariés... mais si jamais l'improbable se produisait, j'aimerais bien que vous me promettiez devant le maire de ne pas être trop macho avec moi et que vous cessiez d'utiliser ce que vous appelez de l'humour et qui ressemble à s'y méprendre à de la méchanceté... Mais je réalise... si vous êtes sur notre site c'est sans aucun doute parce que vous souhaitez vous inscrire à notre programme ?

« Maintenant, Monsieur S, respirez calmement... expirez lentement et souriez et même LOL comme disent les jeunes accros du SMS en pensant à la satisfaction de cet homme qui use et abuse de la relaxation... et voilà c'est aussi simple que ça... et en plus ça peut rapporter gros... presque autant que... non là j'arrête, je vous taquinais. »

Ps : pour les nuls des SMS, LOL signifie "Laughing out loud" c'est à dire : mort de rire. Ce qui est toujours mieux que mourir de colère... encore que mourir c'est toujours mourir... on en reparle le mois prochain.

Prenez soin de vous...

Docteur MEDITAS