

Covid-19 et confinement : Le CMG alerte sur l'état psychologique des patients

Bruxelles, le 19 février 2021 – Près de 11 mois après l'arrivée de la Covid-19 et le début du premier confinement, les restrictions et tout ce qui en découle, ont un impact important sur le bien-être psychologique d'une partie de nos patients. Les mesures qui changent sans cesse, les critères qui semblent arbitraires, la solitude qui nous est imposée, sont autant de sources de mal-être que les Belges semblent avoir de plus en plus de mal à supporter. Alors, en tant qu'observateurs privilégiés des remous que provoquent ces mesures dans la société, nous avons décidé de faire sortir de nos murs ce qui s'y confie et de dénoncer l'impact que la gestion de cette pandémie – et de la persistance des mesures coercitives décidées – ont sur l'état psychologique de la population.

Cela fait plus de 11 mois que le Covid-19 a frappé à nos portes, apportant dans ses valises un virus imprévisible, et en tant qu'invités surprises, des restrictions comme peu d'entre nous en avaient déjà connues. Placés en première ligne de soins, les médecins généralistes sont les témoins privilégiés des remous que ce qu'on a qualifié de « crise » ou de « guerre » provoque dans les rangs de la population. Nous avons senti venir la première vague, nous avons vu arriver la deuxième et, chaque fois, nous avons alerté. Nous estimons que c'est aussi notre rôle, d'avertir quand les choses vont mal. C'est pourquoi, aujourd'hui, nous voulons mettre en lumière l'état des patients qui peuplent nos cabinets. Car près d'un an après le début de l'épidémie en Belgique, nous ne pouvons ignorer le fait que nos discussions avec les patients ne sont plus les mêmes que d'habitude.

Les gens vont mal. Pas tous, et tant mieux. Mais des gens qui allaient bien – ou qui semblaient aller bien – souffrent désormais. Certes, notre logique scientifique nous empêche d'occulter le fait que beaucoup de gens vont bien et que d'autres ne vont pas plus mal que d'habitude. Cependant, nous ne pouvons que constater que, par rapport à plus tôt dans la pandémie, nous voyons entrer dans nos cabinets de plus en plus de patients dont le moral est en berne, dont le mal-être devient évident et parfois insupportable et, pour certains, dont l'état psychologique provoque une réelle souffrance. Et cela touche tous les publics, tous niveaux d'éducation, de classes sociales, de socialisation, de santé confondus.

De plus en plus fréquemment, avec de plus en plus d'intensité, les témoignages des patients face à la difficulté de cette pandémie remontent vers les médecins généralistes.

Parmi eux, certains doutent : « *La communication concernant le retour de vacances était fort tendancieuse. On disait que les cas augmentaient fortement, ce qui était vrai, mais le nombre de tests était trois fois supérieur à la période précédente et, en réalité, le taux de reproduction du virus descendait. On voulait faire croire que cette « augmentation » était due au retour de vacances. Je ne dis pas que le retour de vacances n'a pas aidé des variantes à rentrer en Belgique, mais l'information sur le nombre de contagions était faussée* ».

D'autres ont du mal à comprendre : « *Je ne comprends pas pourquoi on n'utilise pas tous les moyens qui existent, même s'ils ne sont pas 100% efficaces. Si un test peut être efficace à 70% facilement, pourquoi ne pas l'utiliser avec d'autres mesures additionnelles pour augmenter son efficacité ? On ne*

connaît pas quelles sont les analyses de risque. La mesure « A » a une efficacité X et la « B » Y. Mais quelle est la solution qui a le moindre impact sur les restrictions des libertés et qui provoque le moins de dommages collatéraux sur les autres aspects de la santé ? ».

D'autres encore, semblent désabusés : « Il n'y a pas de clarté sur l'objectif des autorités. Si l'objectif est la protection de la santé, on doit prendre en compte la santé dans sa globalité. N'y a-t-il que les courbes de la pandémie dont il faille tenir compte ? »

Les mesures qui ont été prises pour tenter de préserver notre système de santé sont parfois difficiles à comprendre. L'objectif de ces règles ne semble pas clair pour tout le monde, du moins, le manque d'explications des décisions a un impact sur la légitimité que les citoyens leur trouvent. À cette perte de sens, se couple également un grand vide qui en désempare plus d'un. Un vide que l'animal social qu'est l'être humain ne peut plus combler par des interactions sociales, des divertissements ou des projets. Manquer de lui expliquer précisément pourquoi on les lui enlève, pourquoi celles-là plutôt que d'autres et jusqu'à quand, provoque de l'incompréhension, de la frustration et des questions : sur nos libertés, sur nos perspectives. Les mesures qui changent sans cesse, les critères qui semblent arbitraires, la solitude qui nous est imposée, sont autant de sources de mal-être.

Notre but n'est pas de dénoncer mais bien de mettre en lumière, depuis notre poste d'observation privilégié, ce qui se trame sur le terrain. Nous ne sommes pas les seuls. Dans la presse, ces dernières semaines, certains se sont levés pour les jeunes, d'autres ont porté la voix des plus âgés, tous ont dénoncé l'impact que la gestion de cette pandémie – et de la persistance des mesures coercitives décidées – ont sur l'état psychologique de la population. Certains vivent cette pandémie mieux que d'autres car ils ont sans doute une meilleure capacité à faire face à des situations difficiles, à se réinventer, à faire des projets, à se découvrir un rôle ou une utilité. Mais pour d'autres, le manque de perspective pour combler le vide que laisse derrière elle la pandémie provoque une réelle souffrance.

Nous sommes un acteur clé pour l'observation de ce qui ne va pas dans la société. Et c'est dans cette optique que nous nous permettons de faire sortir de nos murs ce qui s'y confie. Mais nous sommes convaincus qu'il faut aller plus loin que cette seule observation. Une phase d'étude ? Une enquête populationnelle ? Peu importe, on peut y réfléchir ensemble. Mais pour amener des solutions à ce phénomène, il faut commencer par le faire exister, le nommer et le quantifier.

CONTACTS

Dr Christophe Barbut, président du CMG – 0477/24.42.51

Dr Thomas Orban, président de la SSMG et membre du CMG – 0475/90.29.26

Hélène Ghilain, chargée de communication du CMG – 0472/12.39.32

info@lecmg.be - www.lecmg.be

