

Stratégies interdisciplinaires pour la prévention: L'apport des praticiens en soins infirmiers

Rosette A. Poletti

Ecole Supérieure d'Enseignement Infirmier de la Croix-Rouge Suisse
9, ch. de Verdonnet - 1010 Lausanne

Depuis plusieurs années les infirmiers et infirmières reçoivent dans leur formation une importante préparation à la prévention.

L'approche globale ou holistique de la personne, appréhendée dans sa réalité bio-psycho-sociale et spirituelle, est un des objectifs centraux de l'enseignement dans la majorité des écoles suisses de soins infirmiers.

Au cours des dix à quinze dernières années, cette approche s'est précisée et repose actuellement sur un certain nombre de concepts.

L'être humain, par exemple, est perçu comme recherchant sans cesse un état d'équilibre dynamique entre son corps et son esprit, entre les différentes instances de sa personnalité et entre lui-même et son environnement. Cet équilibre suppose une possibilité de croître, de se développer, de s'adapter, de se réaliser, d'établir des relations positives avec d'autres personnes, la capacité d'acquérir des connaissances et des compétences. Cet état d'équilibre dynamique n'est jamais définitif, il est toujours à rétablir chaque fois que les données changent pour la personne, aussi bien à l'intérieur d'elle-même qu'entre elle-même et son environnement.

La maladie n'est plus uniquement un ennemi à combattre, mais aussi une réaction de feed-back de l'organisme qui indique à la personne que quelque chose ne va pas dans l'un des processus de la vie. Ainsi, la personne peut apprendre à découvrir quel est ce feed-back et quelle est sa signification, qu'est-ce qui est à changer dans sa manière de vivre, afin que la maladie ne réapparaisse pas.

La santé n'est pas l'absence de maladie ou d'infirmité; elle n'est pas non plus un état de complet bien-être sur les plans physique, mental et social.

"La santé est un cheminement vers une augmentation de l'état de conscience, de la lucidité, et de l'harmonie avec soi, avec les autres, avec l'environnement dans lequel nous vivons, et avec le cadre de référence philosophique ou religieux que nous avons choisi".

Plus l'être humain devient conscient de ce qui est bon et mauvais pour lui, plus il se donne la permission de réaliser quels sont ses besoins fondamentaux, mieux il se situe par rapport à ceux qui l'entourent, plus il voit un sens, une signification à sa vie et plus il est en santé.

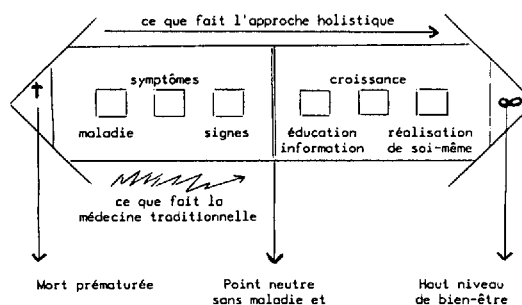
Ainsi, on peut être "en santé" tout en ayant une maladie chronique pour autant qu'on sache en gérer: les symptômes, les effets secondaires, les traitements et transcender les limites qu'elle peut imposer. Une personne atteinte de diabète ou de paraplégié qui a appris à vivre pleinement avec sa maladie ou son handicap, à s'adapter à son environnement et à se réaliser, peut être considérée comme une personne "en santé".

D'autre part, la disparition de la pathologie ne signifie pas nécessairement le retour à la santé, en particulier si la personne n'a pas compris comment changer "sa manière d'être au monde", comment vivre de manière à ne pas "retomber" malade.

Finalement, la santé n'est pas un droit, ni une denrée qui s'achète, mais bien une responsabilité collective et individuelle. Cette responsabilité ne peut être exercée que si une information claire, large, accessi-

ble est à la disposition de chacun.

Un schéma très évocateur est utilisé largement dans les écoles de formation de soignants, c'est celui du Dr John Travis, pionnier de la conception de santé holistique et auteur du livre "Wellness Workbook" (1).



Ce schéma met en évidence les aspects de prévention que peut comporter le rôle infirmier.

SUR LE PLAN DE LA PREVENTION PRIMAIRE :

Dans chaque contact avec des personnes ne présentant pas de troubles, il est important d'enseigner la notion de responsabilité par rapport à la santé.

Dès l'école primaire, les infirmières scolaires ont la possibilité de sensibiliser les enfants à cette prise en charge de leur vie.

Une information et un enseignement sur les règles de l'alimentation, la nécessité de l'exercice, la gestion du stress peuvent être présentés de manière attrayante aux enfants.

Lors de consultations de nourrissons, les données connues concernant la santé peuvent être enseignées aux mères, de même aux travailleurs par les infirmières occupant des postes dans les usines ou les industries. L'enseignement en relation avec la gestion du stress peut aussi être diffusé largement. De nombreuses infirmières sont actuellement préparées à enseigner la relaxation, les techniques d'imagerie mentale ou visualisation, et de ce fait à permettre à des personnes vivant dans des situations difficiles de faire face à leur réalité quotidienne sans tomber malade.

Un autre aspect de cette prévention se situe dans le soutien des familles qui accompagnent des malades gravement atteints et qui sont confrontées à des deuils. Les infirmières sont de plus en plus sensibilisées au rôle d'écoute d'accompagnement de ces familles, leur permettant ainsi d'exprimer leur ressenti, de trouver l'information nécessaire et de faire face au problème qui est le leur.

Certaines grandes institutions ont récemment mis sur pied des cours de préparation à la retraite et des infirmières sont conviées à apporter un enseignement sur les moyens d'aller vers ou de maintenir un haut état de bien-être, même dans l'âge avancé.

Sur le plan de la prévention primaire, le rôle de l'infirmière n'est pas encore très développé. L'histoire des soins infirmiers s'est surtout déroulée dans les structures hospitalières et toutes ces interventions nouvelles sont à développer et intégrer au système existant.

SUR LE PLAN DE LA PREVENTION SECONDAIRE :

La personne atteinte de troubles au stade aigu d'une maladie, qu'elle soit hospitalisée ou non, a aussi besoin d'enseignement et d'éducation. Comprendre ce qui se passe pour elle, ce qu'on lui fait, pourquoi, faire des choix, reprendre son pouvoir sur la situation, voilà des mesures préventives qui permettent d'éviter des rechutes nombreuses.

Aider la personne à garder son système de support en facilitant les contacts avec la famille et les amis, aider la personne à vivre la réaction de deuil que peut représenter pour elle la maladie, la modification de son rôle social, la perte de fonctions physiques et la menace de perte de la vie.

Même lorsque la perte n'est que temporaire, la personne a besoin d'en parler, d'exprimer ce qu'elle ressent et de recevoir du support à ces moments-là.

Cette prévention secondaire vise à aider la personne malade à participer en tant que collaboratrice au projet thérapeutique qui la concerne, à vivre aussi pleinement que possible avec son problème, à connaître et gérer ses propres ressources physiques, en vue d'augmenter ses propres capacités de se guérir.

SUR LE PLAN DE LA PREVENTION TERTIAIRE :

Une recherche récente visant à découvrir les aspects les plus importants de ce qui peut aider une personne à vivre pleinement avec son problème de santé souligne trois aspects (2) qui peuvent constituer la trame de cette prévention tertiaire dans le rôle infirmier:

- 1) La recherche de signification à ce qui arrive : l'incertitude, l'ignorance, peut-être même l'impression d'absurdité sont des problèmes très importants pour la personne atteinte d'un trouble passager ou chronique. Pour se développer, pour retrouver une possibilité de se réaliser, il est nécessaire de comprendre, de voir des relations de cause à effet, de trouver quoi faire pour soi-même dans une situation donnée.

Shelley Taylor, dans sa recherche a démontré que, lorsque les informations ne sont pas données, la personne se crée des données, afin de vivre dans une réalité qui fait sens pour elle. C'est là que le rôle de l'infirmière est primordial: permettre cette recherche de signification par un accompagnement de la personne, par une écoute, par des réponses aux questions qui se posent.

- 2) Le deuxième aspect entrant dans cette capacité de faire face est la maîtrise de l'événement. Dans cette prévention tertiaire, l'infirmière est appelée à enseigner la personne, afin que celle-ci puisse faire face au problème de santé qui est le sien :
 - comprendre ce qu'est son diabète, pour un malade diabétique, savoir comment il peut être équilibré, ce qui au contraire le déséquilibre, savoir faire ses contrôles d'urine et adapter la quantité d'insuline, connaître à fond les éléments du régime et leurs influences, connaître ses limites et comment vivre pleinement avec la maladie.Voilà un objectif de prévention pour l'infirmière. Ou encore :
 - connaître sa maladie cancéreuse, apprendre à utiliser des moyens tels que la relaxation et l'imagerie mentale, afin de participer au soutien de son organisme contre la maladie.Apprendre à vivre au quotidien avec un anus artificiel, savoir comment gérer cette situation dans la vie professionnelle ou les loisirs. C'est encore une démarche à travers laquelle l'infirmière bien formée pourra aider la personne à maîtriser l'événement.

- 3) Le troisième aspect de cette capacité de faire face est la restauration de l'estime de soi-même. Normaliser la situation, retrouver une activité, une vie sociale, des personnes ayant peut-être vécu un problème semblable, compter à nouveau en tant que membre de la société, voilà qui peut restaurer cette estime de soi-même, si indispensable à la personne qui doit continuer à vivre avec un handicap ou un problème de santé.

Il est un peu arbitraire de diviser ces approches de prévention, car elles s'imbriquent les unes dans les autres. La prévention tertiaire commence durant la phase aiguë et la prévention primaire continue lorsque la personne est convalescente.

L'important est de considérer que toute prévention passe d'abord par une capacité d'aider l'autre à garder espoir, puisque l'espoir est indissociable de toute vie de qualité.

Lorsque l'espoir est présent, la personne agit en vue d'atteindre ses buts, elle cherche à réaliser cet espoir. Son attention est sélective pour des aspects de l'environnement qui vont favoriser l'atteinte d'un haut état de bien-être dans la situation où l'on se trouve.

Toutes les démarches décrites ci-dessus, l'infirmière les partage avec d'autres membres de l'équipe de santé. Selon les lieux, les situations, les formations, elle aura la responsabilité de ces actions ou alors elle y participera activement.

EN CONCLUSION : Il est important de prendre conscience du champ très vaste de prévention à tous les niveaux qui s'ouvre devant les professionnels de la santé et surtout devant les infirmières qui ont un potentiel d'aide immense et trop souvent ignoré et sous-développé.

La population mérite que les infirmières, en collaboration avec d'autres travailleurs de la santé, soient à l'écoute des problèmes qui se posent, qu'elles soient préparées à intervenir efficacement et d'une manière créative dans le champ de la prévention, qu'elles jouent enfin totalement leur véritable rôle qui est d'être des artisanes du plus haut état de bien-être bio-psycho-social et spirituel de ceux qui demandent leurs services.

Bibliographie

TRAVIS, John W. Wellness Workbook. Mill Valley, California : Wellness Research Center, 1977.

TAYLOR, Schelley. Coping with Illness. American Psychologist, Nov. 1983, 1161-1173.

RESUME :

Cet article donne une vue générale des concepts servant de base à la notion de prévention dans le domaine des soins infirmiers aujourd'hui. L'être humain, la maladie et la santé sont définis. Des exemples sont donnés du rôle des infirmières dans la prévention primaire, secondaire et tertiaire.

ZUSAMMENFASSUNG : Interdisziplinäre Strategien in der Praevention : die Rolle der praktischen Krankenpflege

Dieser Artikel gibt eine Uebersicht über grundlegende Konzepte der Prävention in der modernen Krankenpflege. Das menschliche Wesen, seine Gesundheit und Krankheit werden definiert. Beispiele erläutern die Rolle der Krankenschwester in der primären, sekundären und tertiären Praevention.

SUMMARY : Interdisciplinary strategies for prevention: the nurses' contribution

This article gives an overview of concepts basic to the notion of prevention as it is understood in nursing today. Human being, disease and health are defined. Different examples of the possible role of nurses in primary, secondary and tertiary prevention are proposed.