



## CARTE BLANCHE

### Overdose

Ça commence insidieusement, au milieu d'une journée remplie qui ressemble à bien d'autres: une pression dans les tempes, une fatigue dans la nuque... Je me vide, dans un profond soupir, surpris de tant d'air retenu... Le défilé des patients continue. Je replonge dans le grand bain des plaintes et des souffrances: attention soutenue pour celui-ci dont le discours vagabonde, tolérance et perspicacité pour cet autre malade à l'univers mental étrange, compassion et tact dans cette situation dramatique, et une bonne dose de patience pour celui-là qui expose avec complaisance ses sensations digestives, strict contrôle de ses émotions, c'est mieux, quand il faut endurer d'agressives projections, de la mesure dans les interventions, une



**Dr Jacques Meizoz**  
Médecin interne FMH  
Place du Pas  
1904 Vernayaz  
jmz@deckpoint.ch

généreuse ration de pédagogie aussi souvent que nécessaire et du soutien chaleureux pour chacun. Tout cela dans un temps limité qu'il faut de plus cruellement mesurer pour assurer sa juste rétribution. Ainsi va la consultation, un patient après l'autre, dans cette ronde incessante de demandes de soins, d'aide, de soutien, de solutions, d'écoute, de réconfort... Par moment le rythme s'accélère. Des sollicitations multiples s'abattent soudain en grêle: un appel téléphonique incontournable au beau milieu d'un entretien délicat puis la main ensanglantée d'un travailleur malchanceux qui impose réparation immédiate et juste un petit certificat imprévu que désire tout de suite cette mère pour sa fille et celui-là encore qui attend debout pour dire un mot au docteur... L'urgent, l'important, l'impérieux, le nécessaire et le futile se mêlent et se bousculent à nos portes... Et soudain, c'en est trop! Dans le calme de la consultation suivante, la plainte (*j'ai mal au dos docteur*), sitôt adressée, pénètre et éclate dans la tête. Toute l'ampleur potentielle de la tâche, pressentie en un éclair, déclenche une tension violente et brève suivie d'un sentiment d'épuisement complet. Sonné, je me prends le visage

dans les mains un instant... Le patient n'a rien vu; peut-être a-t-il senti mon trouble. En moi, plus aucun désir de poursuivre la tâche, juste celui d'échapper à l'étau, s'évader, respirer...

Comment garder son souffle dans la traversée des journées de médecin? Comment mesurer son effort, économiser ses moyens, entretenir le bien-être reprendre forces et motivation? Personne ne peut nous l'enseigner sans doute et c'est en pataugeant, au risque d'asphyxie, qu'on apprend le rythme de cette étrange respiration. Peut-être faut-il avant tout savoir reconnaître sa souffrance de soignant. Ensuite les remèdes abondent, souvent simples, pour chacun différents, qui nous lavent de cette peine par un moment de grâce... à vélo dans le vent frais du printemps pour une visite à domicile par exemple.

J. M.

