

RÉCIT DE LA PAGE COUVERTURE

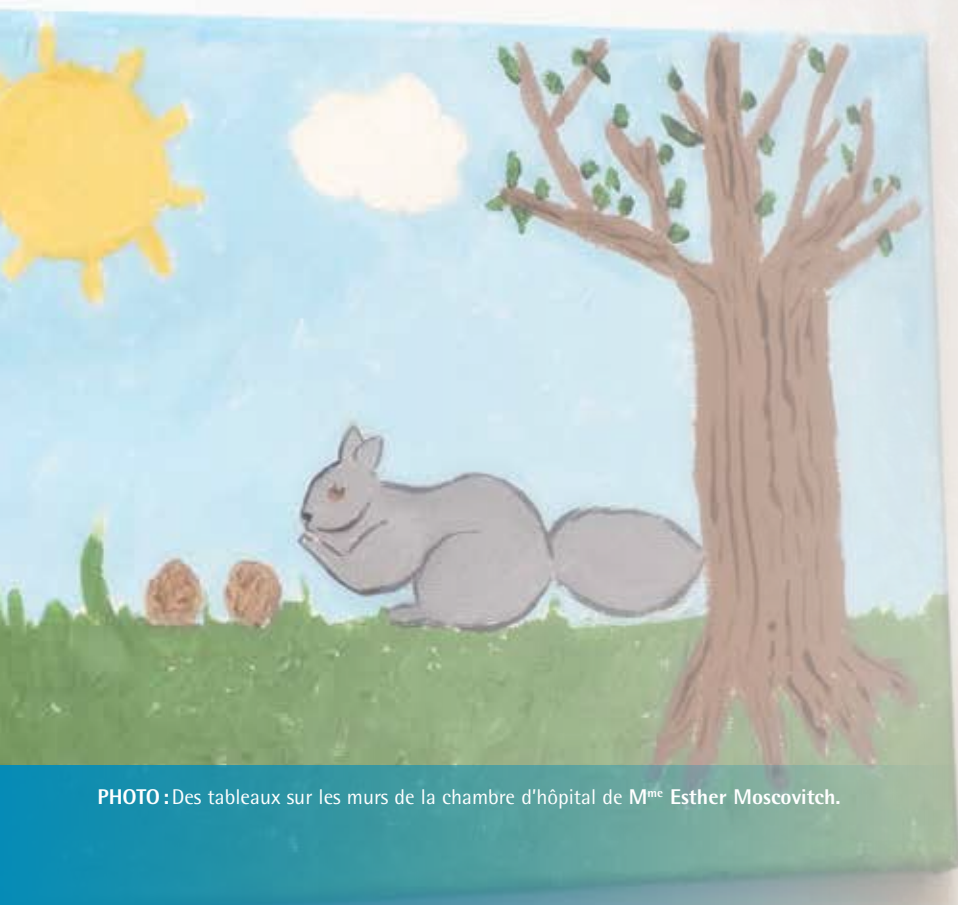


PHOTO : Des tableaux sur les murs de la chambre d'hôpital de M^{me} Esther Moscovitch.

The English version of this article is available at www.cfp.ca on the table of contents for the April 2017 issue on page 308.

L'honnêteté, le souvenir et notre monde fragile

Liens entre l'activisme écologique et la pratique clinique

Récit par Sarah de Leeuw



La poète Maya Angelou a un jour cité la fameuse critique de l'activiste pour la justice sociale et écrivain, Toni Bambara : « Pourquoi faisons-nous semblant d'avoir oublié? »

Lorsque le D^r Jean Zigby a entendu cette citation, il s'est engagé à en faire sa devise : « J'essaie, dans la mesure du possible, de ne pas prétendre avoir oublié. Je tente de vivre selon la maxime "Je me souviens" », explique le D^r Zigby.

C'est ce mantra qui l'a inspiré à fonder conjointement la société sans but lucratif, Synergie Santé Environnement, un organisme qui aide les établissements de santé à atténuer leurs considérables répercussions environnementales. C'est un mantra auquel Jean adhère en tant que président de l'Association canadienne des médecins pour l'environnement. « La pratique de la médecine est ancrée dans le souvenir, se souvenir de ce avec quoi nos patients ont dû composer et de ce qui fait en sorte qu'ils vont de l'avant. Ce souvenir nous donne la force et la légitimité d'agir », explique-t-il.

Un souvenir de la lutte de ses patients se retrouve clairement dans la mémoire du D^r Zigby : il a un jour demandé à une jeune mère de 3 enfants, originaire du Sri Lanka, ayant récemment reçu un diagnostic de diabète, combien de temps sa famille passait au grand air. Elle lui a répondu que ce n'était pas sécuritaire pour ses enfants de jouer dehors. « Il y a des voitures partout. »

Malgré toutes les bonnes intentions de cette patiente, les chances n'étaient vraiment pas de son côté : la pollution, les dangers physiques du voisinage, l'accès bon marché à la malbouffe, les tentations de la technologie, les trajets remplis d'intersections à traverser pour se rendre à un espace vert. C'était tentant pour Jean de se limiter à dire : « Voici le médicament dont vous avez besoin » et de s'arrêter là. Mais, ce qu'elle avait accompli jusqu'à maintenant - immigrer au Canada, ramener son mari mourant à la santé, élever ses enfants avec dignité malgré les défis de la pauvreté - tous ces accomplissements ont inspiré Jean à aider à améliorer les chances pour ses enfants.

Il a fait le lien entre le simple geste d'aller au grand air et la santé des enfants.

Ce ne sont pas que les enfants qui attirent l'attention sur le fait que l'environnement est relié à la santé. Jean pense que la santé environnementale est aussi associée à la mortalité, à la conscience que notre fin est proche, à l'expérience du stade palliatif, au retour sur le passé et au souvenir.

PHOTO : M^{me} Esther Mosecovitch partage avec le D^r Zigby les leçons qu'elle apprend en soins palliatifs à l'Hôpital général juif à Montréal, au Québec.

RÉCIT DE LA PAGE COUVERTURE

«En soins palliatifs, 2 choses doivent se produire. D'abord, il faut se débarrasser de la culpabilité. À propos de tout ce que vous avez fait ou n'avez pas fait, qui aurait pu, oui ou non, vous amener à mourir. Deuxièmement, il faut voir toutes les choses magnifiques que vous pouvez encore faire.»

Certaines de ces choses magnifiques concernent la planète; certaines de ces choses magnifiques impliquent de lâcher prise, tout en demeurant honnête. «La pollution et la dégradation environnementale pressent le système de tous côtés, y compris les hôpitaux, limitant tragiquement les services pour ceux en fin de vie», constate Jean. Avec le changement climatique, il croit que les coûts grimperont encore plus. Pour lui, c'est un enjeu essentiel de justice sociale.

Ses patients ne font pas que ressentir l'injustice; ils en meurent.

«De nombreuses causes de décès viennent de l'environnement. Pensez à l'amiante au Québec. Les gens qui meurent de mésothéliome causé par l'amiante sont horrifiés d'apprendre que leur gouvernement a permis de continuer à utiliser ce minéral toxique, même des décennies après avoir su qu'il était si dommageable. Si souvent, les patients ne savaient même pas qu'ils y étaient exposés. Maintenant, ayant reçu un diagnostic de maladie limitant leur espérance de vie, certains veulent se faire entendre. Ils croient que c'est tellement inacceptable que le gouvernement canadien n'ait pas interdit ce minéral toxique, sachant qu'il était si dangereux.»

Cette réalité à l'esprit, Jean veut que nous tous, collectivement, nous nous rappelions, que nous soyons honnêtes à propos du fait que notre monde a besoin de soins critiques. «La mort et la dégradation environnementale. Ce sont les 2 plus grands dénis de l'humain. Nous devons les considérer tous 2 avec honnêteté. Ce n'est pas toujours récompensé mais, pour aller de l'avant, nous devons reconnaître les 2, être honnêtes à leur propos.»

Selon le D^r Zigby, les médecins de famille sont bien placés pour être honnêtes, pour ne pas oublier et pour voir l'interconnexion entre les enjeux. «Des changements positifs se produisent autour de nous, même si beaucoup de choses vont mal. Des personnes, des organisations communautaires et plusieurs gouvernements locaux font un travail impressionnant partout au Canada. Les médecins peuvent catalyser l'adoption de solutions dans leurs communautés, leurs établissements et leurs gouvernements plus rapidement que personne d'autre», maintient le D^r Zigby.

«Nous avons l'attention des décideurs et nous sommes forts de l'expérience de nos patients. C'est une puissante combinaison. Pour ce faire, il faut choisir une cause, prévoir régulièrement du temps dans notre horaire et trouver des partenaires qui accomplissent déjà des travaux productifs que nous pourrions amplifier. N'oubliez pas les récits de vos patients. Ils sont catalyseurs de changements.»

Pourtant, Jean croit aussi qu'il faut faire preuve d'honnêteté quant à certaines des limites entourant les soins primaires et les points de vue des médecins de famille. «La société suppose que nous savons ce qu'est la santé. Ce n'est pas ce que j'ai vécu. Nous sommes formés en médecine pour être des professionnels des "soins", à transiger avec la maladie plutôt que la santé. Mais, nous *pouvons* apprendre à la définir clairement, à en être témoins, de manière à ce que nous puissions aspirer à l'améliorer. J'ai dû apprendre moi-même à voir la résilience de mes patients avant de voir leur maladie.»

Le D^r Zigby tente d'incorporer dans sa pratique l'écologie et l'environnement comme déterminants de la santé humaine. Il enseigne à ce sujet. Il les intègre dans ses relations cliniques. «Il y a 20 ans, je parlais à mes patients du changement climatique ou de l'environnement et ils me regardaient sans bien comprendre. Maintenant, des patients





«
**LA MORT ET LA DÉGRADATION
 ENVIRONNEMENTALE. CE SONT LES
 2 PLUS GRANDS DÉNIS DE L'HUMAIN.
 NOUS DEVONS LES CONSIDÉRER
 TOUS 2 AVEC HONNÊTÉTÉ** »

me posent des questions sur la température et le réchauffement planétaire. À McGill, notre faculté de médecine a pris un tout un virage dans la compréhension des déterminants de la santé. Dans notre cursus, nous préconisons la promotion de la santé et le rôle de plaideur en sa faveur. Nous devons plaider pour l'environnement, pour notre planète. Les habiletés en promotion de la santé sont de plus en plus considérées comme une partie nécessaire de la formation médicale, que ce soit pour nos patients ou le monde dont ils dépendent.»

«Il y a tant de possibilités à saisir, propose le Dr Zigby. Impliquez vos patients, vos pairs, vos administrateurs. Prenez soin de vous-même à titre de promoteur de la santé. Réservez du temps dans votre pratique pour vous assurer que vous communiquez véritablement. Vivez aussi

modestement que possible, pour pouvoir vivre aussi pleinement que possible. Ne travaillez pas pour vivre. Nous, les médecins, comptons dans le 1% supérieur de la population selon le niveau de revenus. Dire que nous n'arrivons qu'à joindre les 2 bouts, c'est faire preuve d'un manque de lucidité et d'honnêteté. Nous devons être honnêtes. Nous pouvons vivre modestement. Pour la Terre.»

Jean pense qu'il y a des raisons d'espérer. «Dès 2010, les hôpitaux au Québec avaient réduit de moitié leur consommation d'énergie par rapport aux années 1990. J'ai vu des hôpitaux adopter le chauffage géothermique, construire et administrer les bâtiments de manière plus durable, réduire leurs déchets et changer la façon d'en disposer. Des parcs de stationnement attenants à des hôpitaux sont pourvus de bornes de chargement électrique. Des gestionnaires d'hôpitaux au Canada s'efforcent vigoureusement de relever le défi de la durabilité. Pour ceux qui trouvent que le changement ne se fait pas assez rapidement, je leur réponds qu'il va plus vite qu'ils le croient.»

Le Dr Zigby offre une autre analogie. «Nous ne faisons pas que regarder une expérience. Nous vivons l'expérience. Nous ne pouvons pas en connaître les résultats. En tant que participants, nous pouvons et devons changer l'expérience elle-même. Il n'existe probablement pas de génération qui n'ait pas eu l'impression que la fin du monde était proche. Il est toujours de notre devoir de partir la prochaine génération sur un meilleur pied.»

La planète sur laquelle nous vivons importe. C'est une question de vie ou de mort, et nous devons être honnêtes à ce sujet.

«Mes personnes favorites, dit Jean en riant, de sa manière joyeusement pessimiste, sont celles qui se soucient les unes des autres, et de la planète. Nous ne pouvons pas nous oublier les uns les autres, ni oublier la planète.»

Le Dr Zigby est médecin de famille et en soins palliatifs à Montréal, au Québec, cofondateur de la société sans but lucratif Synergie Santé Environnement, dont la mission est d'impliquer les établissements de santé et de les conseiller pour améliorer leurs empreintes environnementales, et président de l'Association canadienne des médecins pour l'environnement.

Le Projet de la page couverture Les visages de la médecine familiale a évolué pour passer du profil individuel de médecins de famille au Canada à un portrait de médecins et de communautés des diverses régions du pays aux prises avec des iniquités et des défis omniprésents dans la société. Nous espérons qu'avec le temps, cette collection de pages couvertures et de récits nous aidera à améliorer nos relations avec nos patients dans nos propres communautés.

PHOTO À DROITE M^{me} Esther Moscovitch décrit ses expériences vécues en tant qu'infirmière durant les années 1950.

PHOTOS À GAUCHE (de haut en bas) Le Dr Zigby offre un counseling à 2 femmes à propos des options de soins pour leur mère mourante à l'unité de soins palliatifs. Le Dr Zigby et la résidente D^{re} Michèle Houde discutent de cas à l'étage des soins palliatifs. Marguerita Jean-Charles fait connaître ses réflexions à propos des besoins d'un patient à l'unité des soins palliatifs.

PHOTOGRAPHE Andrée Lanthier, Longueuil, Québec

PHOTOS D'ARRIÈRE-PLAN Getty Images