

Méthode E.S.P.È.R.E.® – Thèmes d'application

La Maladie

Vous allez être opéré...

par Jacques Salomé (20 juillet 1994)

Bien avant

Avez-vous un jour entendu l'une ou l'autre de ces phrases, soit comme un soulagement, soit comme une catastrophe ou un couperet ?

- Je ne peux pas faire autrement que de vous proposer une opération...
- Votre état nécessite une intervention...
- Vous seul(e) pouvez décider ou non cette intervention...
- Vous allez être opéré! C'est plus grave que je ne pensais, je vais devoir vous opérer...
- Je vais vous opérer, je n'ai pas d'autres choix! je vais vous enlever ça, vous verrez cela ira mieux ensuite...
- Vous savez, ce sera mieux après, c'est un mauvais moment à passer...
- Je ne sais pas qui vous a opéré avant, mais il est temps que je répare tout ça... que je mette un peu d'ordre. *(Toutes ces phrases ont été entendues... ici ou ailleurs telles quelles.)*

Dans votre tête

Quelles que soient les phrases, quels que soient les mots avec lesquels votre médecin, votre chirurgien, vous a annoncé la nécessité, l'importance d'une opération sur votre corps, comment les avez-vous entendus vous ? Comment votre corps les a-t-il reçus ? Car c'est de votre corps dont il s'agit, bien au-delà de votre santé. De l'intégrité de votre corps, celui avec lequel vous vivez tous les jours, depuis longtemps, depuis toujours.

Avez-vous pu écouter en vous, la résonance de ces mots ou de cette phrase par laquelle vous étiez informé d'une opération à venir ? Avez-vous pu entendre ce qu'elle a déclenché d'interrogations, d'angoisses, de peurs, de soulagements ou de doutes en vous ?

Avez-vous pu dire à quelqu'un de proche au-delà de l'information : « *Tu sais, je vais être opéré* », quelques-uns des sentiments, des pensées, des émotions soulevés dans votre esprit, dans votre ventre, dans votre cœur par la perspective d'être opéré, endormi, ouvert, recousu après qu'on ait enlevé ou réparé un organe défaillant ?

Avez-vous pu exprimer à vous-même les sentiments contradictoires, les mouvements en vous, vers un accord : « *Bon, plus vite ce sera fait, mieux ce sera...* » Mais aussi les refus et les doutes : « *Est-ce vraiment nécessaire, et s'il s'était trompé, si ce n'était pas aussi grave qu'il le dit... peut-être qu'on pourrait essayer un autre traitement... qu'il y a d'autres solutions... ?* »

Avez-vous pu reconnaître toutes ces pensées puériles ou folles qui se bousculent parfois comme une tempête dans la tête... et qui ont besoin d'être entendues, seulement entendues pour se déposer, pour se clarifier d'elles-mêmes.

Avez-vous pu parler à vos proches, à vos parents, à des amis de ce bouleversement dans votre vie, de cette violence et de ce soulagement que représente une intervention chirurgicale ? Et même si vous n'avez pu dire tout cela, avez-vous pu seulement l'écrire, le dessiner pour vous, pour le sortir de vous, pour l'entendre mieux en vous ?

C'est tout proche

Oui, vous allez être opéré. La décision a été enfin prise par vous, par votre médecin. Vous êtes arrivé ici, à la clinique, à l'hôpital la veille ou à quelques jours de votre opération. Vous allez être pris en charge par une équipe, vous allez être accompagné.

A propos de l'anesthésie

L'anesthésiste est venu vous voir, il a pris contact avec vous. Il fait connaissance avec vos ressources, il sait sur quoi il peut compter pour vous accompagner durant l'anesthésie. Il vous a posé quelques questions ; il vous a demandé comment vous ressentez cette opération à venir, ce qu'elle représentait pour vous.

C'est lui, aidé par une infirmière anesthésiste, qui sera le plus près de vous durant toute l'opération, attentif à veiller à maintenir votre organisme en état de recevoir l'intervention, attentif à vous éviter souffrance, traumatisme, violence inutile.

L'intervention terminée, vous séjournerez quelque temps en salle de réveil, où des infirmières spécialement formées surveilleront attentivement votre retour à la conscience. Plus tard, vous retrouverez votre chambre ainsi que le personnel du service où vous êtes hospitalisé. Mais vous n'en êtes pas encore là, l'opération est à venir.

Le chirurgien

Le chirurgien aussi vous connaît, il connaît même l'intérieur de votre corps, par des radios, des échographies, des scanners peut-être ou par une opération antérieure. Il vous a parlé, vous a dit son point de vue. Vous allez vous appuyer non seulement sur sa compétence, mais aussi sur ses qualités humaines.

Vos proches

Vos parents sont informés, proches ou lointains suivant votre situation familiale. Vos amis savent, même s'ils ne savent pas tout. Beaucoup de personnes qui vous aiment, pensent à vous avec inquiétude et espérance. Certaines enverront des pensées positives.

Oser dire

Avant l'opération : si quelque chose vous tracasse, vous inquiète, vous tarabuste ou n'est pas clair... n'hésitez pas. Osez demander, oser dire ce qui vous préoccupe, ce qui vous pèse ou vous fait peur. Il n'y a pas de honte à cela. Vous serez accueilli par une équipe expérimentée, qui "en a vu beaucoup" même si cela ne vous rassure pas. Vous pouvez vous appuyer sur l'une ou l'autre de ces personnes. Rappelez-vous, c'est de votre corps dont il s'agit, du meilleur compagnon que vous aurez jamais tout au long de votre vie.

Oui, osez dire, car les mots sont importants, ils évitent souvent bien des maux... Car, il y a les peurs secrètes, celles qu'on n'ose pas formuler de peur de paraître bête, ridicule. Par exemple la peur d'être vu, d'être regardé sans défense, avec le sentiment que le territoire du corps intime est violé.

Si je dors sous le regard d'autrui, je suis sans défense, sans contrôle sur ce qui va se passer. Livré, vulnérable à la toute-puissance d'un chirurgien, d'une équipe de quelques personnes. Il faut que je fasse confiance à tous ces gens !

La peau est une sacrée protection, plus importante que les vêtements, et voilà que cette ultime protection sera peut-être menacée! Les radios font parfois peur, voir tous ses os ! Dans l'imaginaire de certains : os = squelette = mort.

Oui, osez dire tout cela et donnez-vous le courage d'être entendu. Non, pas rassuré, mais respecté dans ce ressenti qui est le vôtre, qui n'appartient qu'à vous. Osez dire, osez exprimer, car les mots sont importants. Nous le savons aujourd'hui dans le silence des mots se réveille la violence des maux! Ne vous laissez pas arrêter, envahir par le savoir ou les réponses toutes faites parfois du spécialiste.

« J'attends de vous, Monsieur le chirurgien, que vous ayez bien compris mon corps, pas seulement mon problème ou ma pathologie. Je vous sais compétent, on me l'a dit autour de moi : "Avec lui, tu n'as rien à craindre"... Je demande que votre décision de m'opérer soit une décision humaine, respectueuse de tout ce que je suis... »

« Et vous, Monsieur ou Madame l'anesthésiste, prenez soin de moi, prenez soin de ma fragilité et de mes ressources aussi, j'en ai... »

Aucune opération n'est bénigne, aucune n'est légère, vous le savez bien, c'est une intrusion au plus secret de mon corps. Vous allez intervenir pour mon bien, d'accord mais avec ma vie ».

Appuyez-vous sur vous-même

Vous savez que vous pouvez aussi, vous-même, faire beaucoup de choses pour vous préparer. Par de courtes séances de relaxation, de sophrologie, vous pouvez vous projeter dans votre corps, imaginer l'opération en train de se dérouler, visualiser le chirurgien enlevant ce qui gêne, ce qui est mauvais. Le voir vous réparant, posant une prothèse ou une plaque.

Vous pouvez anticiper votre *"mal-aise"* complètement résolu, guéri, votre souffrance disparue. Visualisez l'intervention comme s'étant parfaitement bien passée. Imaginez les cicatrices se fermer naturellement, facilement. Voyez vous debout, actif, menant une vie agréable, normale parmi les vôtres. Voilà quelques apports de plus, de ce que vous pouvez faire... pour vous accompagner positivement vous-même dans cette épreuve.

Voilà, vous êtes prêt

Merci d'avoir pu lire, et peut-être proposer à chacun de lire dans le service, ces quelques lignes.