

Concertation intercollégiale à thème préétabli – L'Empowerment du patient

Étude de cas

Voici une étude de cas à utiliser dans le cadre d'une concertation intercollégiale sur le concept de l'empowerment du patient. Cette situation concrète peut servir de base à une concertation dynamique et au partage d'expériences intéressantes et de précieuses connaissances. L'objectif n'est pas d'analyser le cas lui-même mais d'engager une discussion sur les différentes perspectives, approches et solutions possibles dans des situations similaires, en gardant à l'esprit le concept de l'empowerment du patient.

Nous proposons quelques situations susceptibles de se présenter au cours d'un traitement. Après description de la situation, une question ouverte invite les participants à engager la discussion. Il s'agit de réfléchir ensemble aux stratégies possibles, de partager des expériences de cas similaires et de discuter des différentes approches pour gérer efficacement la situation. N'oubliez pas que l'objectif est de placer le patient aux commandes de son processus de soins (= empowerment du patient) !

Après la discussion, les participants découvrent l'approche recommandée selon les principes de l'empowerment du patient, ce qui leur permet de mieux comprendre comment les appliquer dans leur pratique. Bien entendu, le groupe peut ensuite débattre de la pertinence de cette approche, de sa faisabilité dans la pratique et d'éventuelles expériences de l'application de ces principes dans des situations similaires.

Thomas, 45 ans, employé de bureau

- Souffre de douleurs récurrentes au niveau du cou et des épaules, un problème courant chez les personnes ayant un emploi sédentaire.
- A un hobby actif : la photographie de la nature et de la faune.
- Ses douleurs le gênent tant pour la pratique de son hobby que dans sa vie quotidienne.
- Récemment orienté vers la kinésithérapie, dans le but d'améliorer sa condition physique et de gérer ses douleurs.
- Expériences précédentes avec la kinésithérapie : a trouvé les traitements trop génériques, manquant d'une approche personnalisée. Sceptique à l'égard d'un nouveau traitement.



Historique

Plaintes chroniques

Douleurs récurrentes au niveau du cou et des épaules, particulièrement exacerbées par une position assise prolongée et le portage d'un équipement photographique lourd.

Depuis la crise du covid, le stress au travail a augmenté en raison de réductions de personnel et d'économies, mesures qui n'ont pas été abandonnées à la fin de la pandémie.

Traitements antérieurs

Plusieurs cycles de kinésithérapie et de massage, sans amélioration durable. Il a souvent l'impression que les traitements sont trop généraux et ne sont pas adaptés à ses besoins spécifiques.

Médicaments

Traitement médicamenteux	Programme
Médication actuelle	Pas de médication régulière ; utilisation sporadique d'analgésiques tels que l'ibuprofène en cas de douleur aiguë.

Context

Mode de vie personnel :

- Travaille à plein temps dans un bureau, ce qui contribue à ses plaintes.
- Grand passionné de photographie, ce qui l'amène souvent à sortir pendant les week-ends et les vacances, parfois avec du matériel lourd.
- Marié, sa femme le soutient et s'intéresse de près à sa santé.

Informations complémentaires

Souhaits et objectifs spécifiques :

- Souhaite une approche personnalisée qui tienne compte de son horaire de travail et de son hobby.
- Cherche des stratégies pour gérer sa douleur sans limiter son niveau d'activité, en particulier en ce qui concerne la photographie.
- A pour objectif d'apprendre des solutions et des techniques capables de l'aider, sur le long terme, à gérer sa condition de manière indépendante.

Motivation et attitude :

- Motivé à participer activement à son processus de rétablissement.
- Un peu sceptique en raison d'expériences antérieures de thérapie qui n'ont pas répondu à ses attentes.
- Ouvert à de nouvelles méthodes de traitement et à des ajustements dans sa vie quotidienne pour réduire ses plaintes.

1/ Inquiétudes

Thomas s'inquiète à l'idée de devoir abandonner son travail ou son hobby si les douleurs persistent. Il recherche une thérapie visant spécifiquement à les réduire et à restaurer sa mobilité mais sans qu'elle ne perturbe ses activités quotidiennes.

Question 1 : En tant que kinésithérapeute, comment pouvez-vous répondre au mieux aux inquiétudes de Thomas ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Prenez le temps d'**écouter** activement les inquiétudes et les souhaits de Thomas avant d'élaborer **ensemble** un plan de traitement flexible qui tienne compte de son travail et de son hobby. Mentionnez que le traitement peut toujours être ajusté si nécessaire.

Faites preuve d'**empathie et de compréhension** à l'égard du mode de vie et des priorités du patient et partez de son contexte de vie.

L'élaboration d'un plan de traitement sur mesure et convenu d'un commun accord peut renforcer le sentiment que le traitement est réalisable et contribue à l'instauration d'un lien de confiance. En effet, le patient se sent écouté et soutenu.

2/ Exercices non effectués

Lors de la 2^{ème} consultation, Thomas admet qu'il n'a pas effectué les exercices prescrits. Il explique être submergé par ses projets professionnels, n'avoir guère le temps de se reposer et encore moins de faire des exercices.

Question 2 : Quelle est la meilleure réaction ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Explorez les **raisons** et les obstacles à l'origine des difficultés rencontrées par Thomas et élaboriez **avec lui** une routine d'exercices collant davantage à sa réalité. Demandez-lui s'il voit dans ses activités quotidiennes des occasions d'adapter les exercices. Réfléchissez de la manière la plus concrète possible.

Ceci renforce l'empowerment du patient car il y a prise en compte des difficultés et obstacles spécifiques auxquels Thomas est confronté. En travaillant ensemble à l'adaptation de la routine, il a davantage le sentiment que les exercices sont réalisables. Son **autonomie** est renforcée et il est encouragé à prendre **le contrôle**.

3/ Frustration par rapport à la lenteur des progrès

Lors de 3^{ème} consultation, Thomas exprime sa frustration face à la lenteur des progrès. Il souhaite avoir moins de douleurs pour un événement photographique important à venir. Il demande une thérapie différente pour obtenir des résultats plus rapides.

Question 3 : Quelle est la meilleure approche pour aider Thomas à atteindre ses objectifs ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Nommez les préoccupations que vous entendez et vérifiez que votre **interprétation** en est correcte en **lui demandant de les résumer lui-même**. Écoutez à nouveau les raisons de ses inquiétudes afin de fixer **ensemble** des attentes qu'il jugera réalistes. Cette approche encourage Thomas à participer activement au traitement.

L'objectif n'est pas de répondre entièrement aux demandes du patient dans son parcours de traitement, mais plutôt de favoriser un **dialogue** qui encourage sa prise de contrôle et une approche collaborative.

4/ Partenaire allophone

La partenaire de Thomas aimerait être impliquée dans le processus de traitement. Cependant, elle connaît à peine le français et se débrouille un peu mieux en anglais. Sa langue maternelle est l'espagnol, langue dans laquelle elle communique avec Thomas.

Question 4 : Dans quelle langue la conversation doit-elle se dérouler entre Thomas, sa partenaire et vous-même ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Demandez si vous pouvez parler français, de manière à pouvoir expliquer le traitement du mieux possible. Demandez à Thomas de traduire de temps en temps en espagnol pour que sa partenaire puisse suivre. Cela permettra à chacun de comprendre les explications, favorisera la **communication** et l'**implication** de tous dans le processus de traitement. Si possible, utilisez des schémas et des images.

Pour pouvoir apporter les **nuances** nécessaires, il est important de s'exprimer dans sa langue maternelle chaque fois que c'est possible. Il est également important que le patient communique dans sa langue maternelle. Il est donc préférable de commencer par trouver un modus vivendi sur ce point.

5/ Impliquer la partenaire dans le processus de traitement

La partenaire de Thomas l'accompagne aux consultations. Elle exprime explicitement l'inquiétude que lui inspire l'état de Thomas et demande comment elle peut l'aider : elle souhaite participer activement mais n'est pas sûre du rôle qu'elle pourrait tenir ni de la meilleure façon d'aider Thomas.

Question 5 : Est-il préférable d'impliquer le partenaire dans le plan de traitement ? Comment ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Pendant la séance, écoutez son point de vue pour mieux comprendre comment elle pourrait, par exemple, aider Thomas à faire ses exercices. Ainsi, vous renforcez non seulement le soutien à domicile, mais aussi le sentiment d'un **travail d'équipe**. L'empowerment de la partenaire (information adéquate, participation active) permet également de renforcer l'empowerment de Thomas lui-même. **Le soutien et la participation directe d'un(e) partenaire** augmentent les chances de réussite du traitement. Si les avis de Thomas et de sa partenaire sur la nécessité et la mise en œuvre du traitement divergent, la probabilité que Thomas mette en œuvre et/ou poursuive le traitement diminue.

6/ Progrès significatifs

Thomas a fait des progrès significatifs et est presque arrivé à la fin du programme de traitement recommandé. Il se sent beaucoup mieux, mais trois séances supplémentaires sont prévues.

Question 6 : Allez-vous poursuivre ou arrêter le traitement ?

Approche recommandée pour le meilleur empowerment possible :

Discutez avec Thomas de ses **préférences**, ainsi que de l'importance et des avantages de l'**autogestion**. Grâce à cette approche, vous favorisez l'autonomie et la confiance de Thomas dans la gestion de sa condition physique. Cela lui permettra de bien fonctionner à long terme, sans intervention thérapeutique. Ainsi, il gère lui-même ses soins et est autonome.

On parvient de la sorte à un équilibre entre la **prise de décision partagée** et la préparation à l'**autogestion de sa santé**.