

LE STRESS AU TRAVAIL: Cas du bloc opératoire

**par Madeleine NGALULA NSEYA
INFIRMIERE DE SALLE D'OPERATIONS**



PLAN

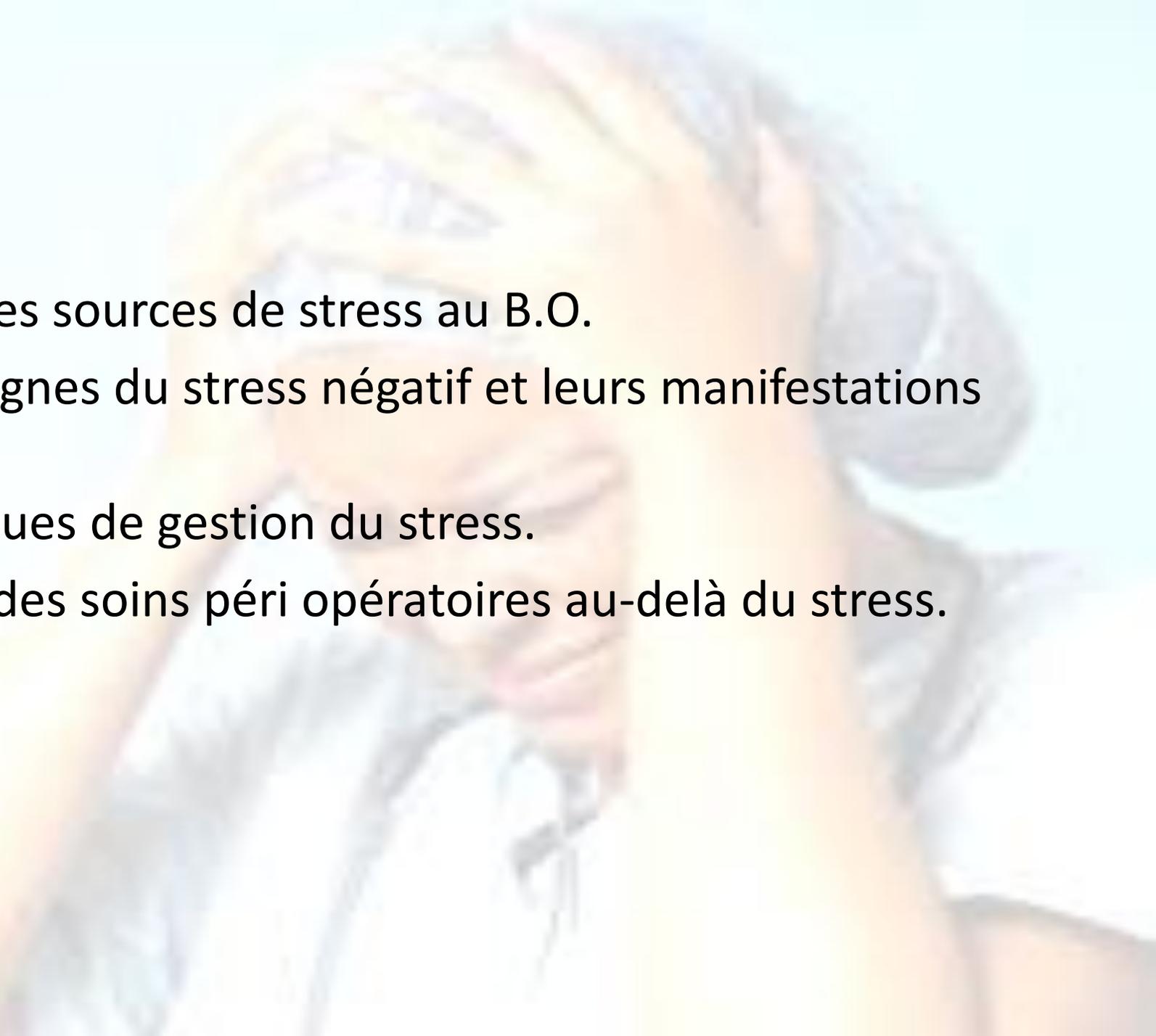
- INTRODUCTION
- LES OBJECTIFS
- DÉFINITIONS
- LES SOURCES DE STRESS AU BLOC OPÉRATOIRE
- LES SIGNES DU STRESS NÉGATIF SUR NOUS
- TECHNIQUES DE GESTION DU STRESS NÉGATIF
- L'EXCELLENCE DES SOINS PÉRI OPÉRATOIRES AU-DELÀ DU STRESS
- CONCLUSION

INTRODUCTION

- Il faut placer cette présentation dans le contexte pratique. Elle est le résultat d'une compilation d'expériences (non exhaustives) accumulées durant plusieurs années de travail au bloc opératoire.
- Il ne s'agit donc pas du fruit d'un travail scientifique, même si pour certains aspects, des travaux d'experts en la matière ont été consultés. Il ne s'agit pas non plus de vous présenter un liste de statistiques.
- Comme l'a si bien dit François de Ravignan : «...beaucoup de gens ne s'excusent pas de parler de ce qu'ils ne connaissent pas, je ne m'excuserai donc pas de parler de ce que je connais un peu...» dans mon cas c'est le stress au bloc opératoire.
- Le féminin est utilisé dans le but de ne pas alourdir le texte

OBJECTIFS

- Apprendre à identifier les sources de stress au B.O.
- Savoir reconnaître les signes du stress négatif et leurs manifestations (sur nous).
- Développer des techniques de gestion du stress.
- Poursuivre l'excellence des soins péri opératoires au-delà du stress.

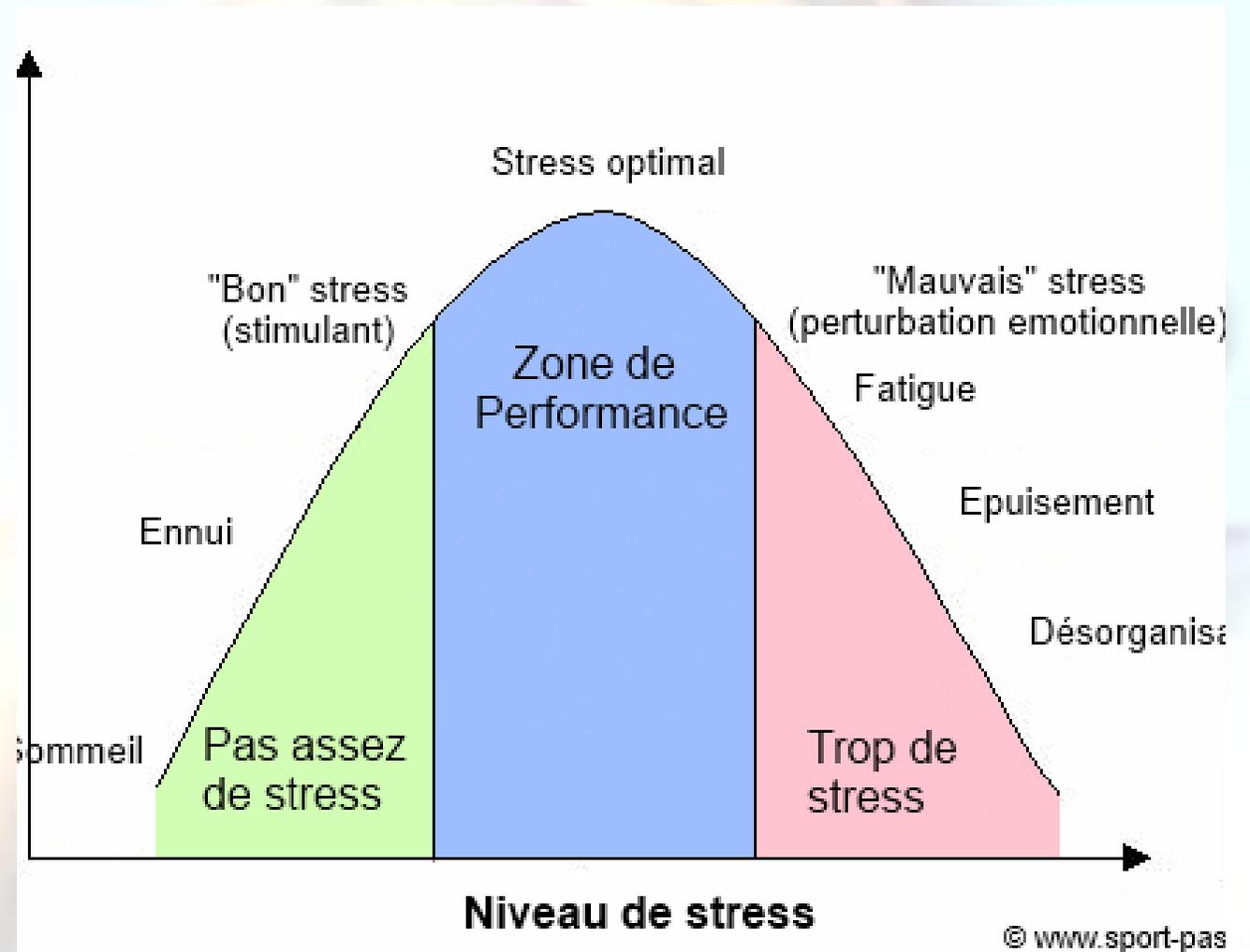


DÉFINITIONS

LE STRESS:

Selon le Larousse: le stress est l'état réactionnel de l'organisme soumis à une agression brusque.

Selon Hans Selye: Dans son ouvrage *Stress*, il décrit un syndrome réactionnel endocrinien comportant trois phases consécutives : la « phase d'alarme », la « phase de réaction », la « phase d'épuisement ». C'est ce qu'il appelle le syndrome général d'adaptation ou le stress



DÉFINITIONS (suite)

Selon Sonia Lupien, Spécialiste du stress, le stress est une réaction du cerveau à une menace qui a 4 caractéristiques:

1. Une situation nouvelle
2. Une situation imprévue ou imprévisible
3. Situation sur laquelle on a l'impression de ne pas avoir le contrôle
4. Cette situation doit menacer votre personnalité/compétences

Situation menaçante et déstabilisante pour l'individu. Au travail, c'est notamment le cas si votre supérieur met en doute votre capacité à accomplir votre travail ou si vous êtes victime de harcèlement psychologique ou moral

LE BLOC OPÉRATOIRE

Selon le site santé-médecine: Un bloc opératoire est une partie très spécifique de l'hôpital. C'est dans cette structure que se déroulent les opérations chirurgicales. C'est un espace propre et sécurisé auquel seuls les professionnels de santé ont accès.

Selon le MSSS.qc.ca : Le bloc opératoire est un **secteur névralgique** du centre hospitalier. Il regroupe l'ensemble des espaces, locaux et équipements nécessaires à la réalisation d'interventions chirurgicales qualifiées de générales ou spécialisées à des fins diagnostiques et thérapeutiques, celles-ci étant tributaires de la mission de l'établissement dans lequel elles sont exécutées et ceci pour une clientèle adulte et pédiatrique.



RÔLES ÉLARGIS DE L'INFIRMIÈRE PÉRI-OPÉRATOIRE



LES SOURCES DE STRESS AU BLOC OPÉRATOIRE

1. FACTEUR HUMAIN

- Nombre réduit d'infirmières/préposés
- Absence/retard des chirurgiens/Anesthésistes .
- Présence de nouveaux: résidents, stagiaires en médecine et en soins infirmiers.
- Présence de nouvelles infirmières au bloc.
- Absence de représentants biomédicaux en cas de nouveau matériel
- Incompatibilité de caractère au sein de l'équipe.
- Changement dans une nouvelle spécialité
- Compétition entre collègues
- Conflit des générations

LES SOURCES DE STRESS AU BLOC OPÉRATOIRE 2

2. FACTEUR MATÉRIEL

- Nouvelle instrumentation (Changement de Cie, ex. en Ortho)
- Manque d'instruments: (2-3 salles de la même spécialité)
- Exigences des chirurgiens: Boîtes spécifiques à leurs noms
- Manque de matériel disponible (custom pack, sutures, auto sutures de différentes compagnies...)
- Problème majeur ou panne d'appareils a la Stérilisation Centrale
- Mauvais entreposage

LES SOURCES DE STRESS AU BLOC OPÉRATOIRE 3

3. FACTEUR TECHNIQUE

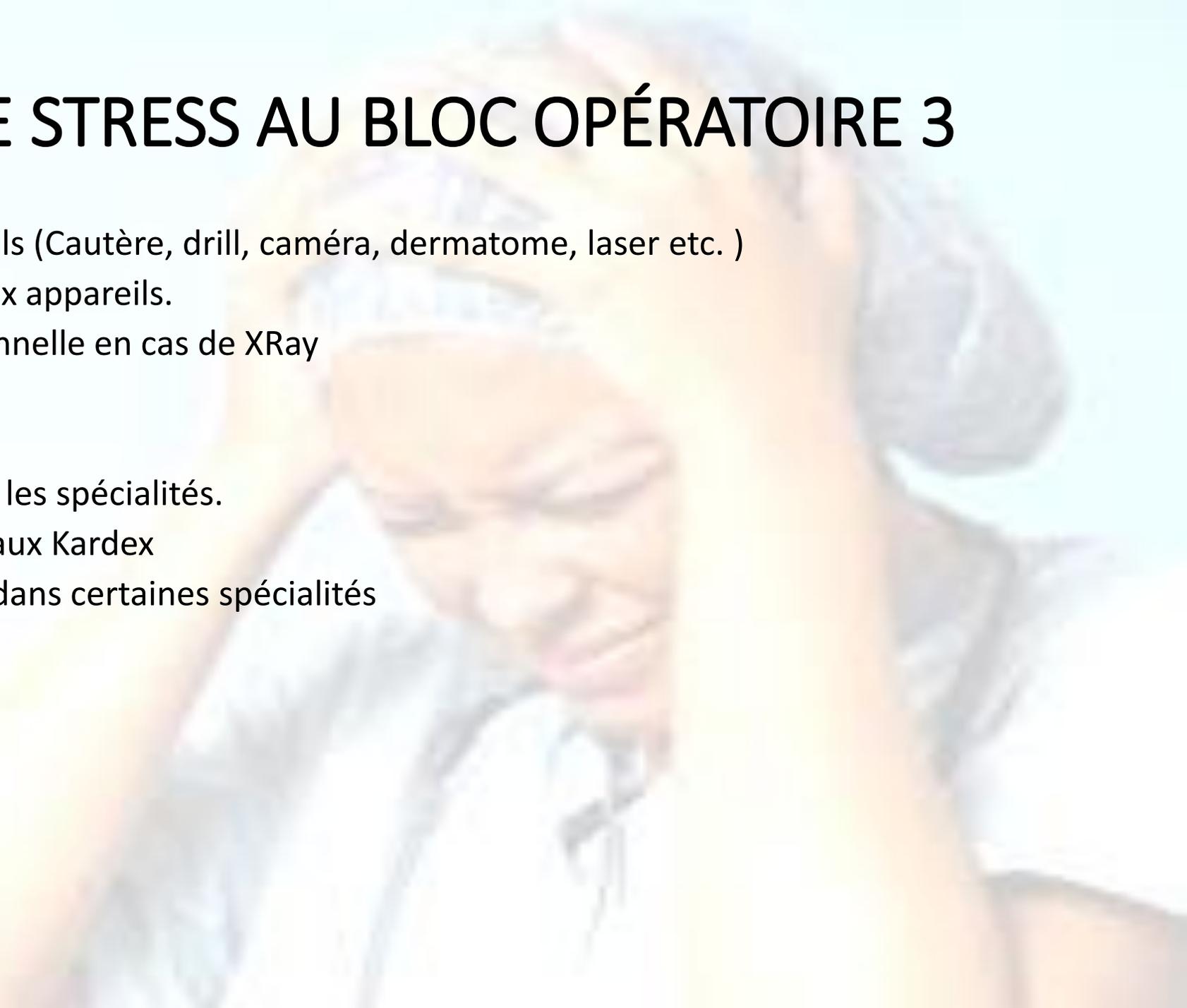
- Disfonctionnement d'appareils (Cautère, drill, caméra, dermatome, laser etc.)
- Méconnaissance de nouveaux appareils.
- Table opératoire non fonctionnelle en cas de XRay

4. FACTEUR ORGANISTIONNEL

- Organisation des salles selon les spécialités.
- Changements non apportés aux Kardex
- Pas d'orientation suffisante dans certaines spécialités

5. PRÉPARATION DU PATIENT

- Patients mal préparés.
- Dossier incomplet
- Dossier mal monté.



Le quotidien de la «petite nouvelle»

« Tous ces mois passé à se faire dire: Non, pas comme ça! - Non, c'est pas ça qu'il t'a demandé! »

«Tu connais pas encore l'ordre de tes fils????»

«Nom d'un chien madame, ne me donnez pas se que je vous demande, mais ce dont j'ai besoin!!!»

«Bon, (soupir), tu t'es encore contaminée!!»

«Ajoute à cela tous les nouveaux appareils, les nouvelles routines, le simple fait de travailler à plusieurs dans un espace restreint, le nom et l'utilisation de tous ces instruments. JE ME SENTAIS COMME UNE MOINS QUE RIEN, COMME L'INCARNATION MÊME DE L'INCOMPÉTENCE...»

Nancy Blais, Infirmière de SO.



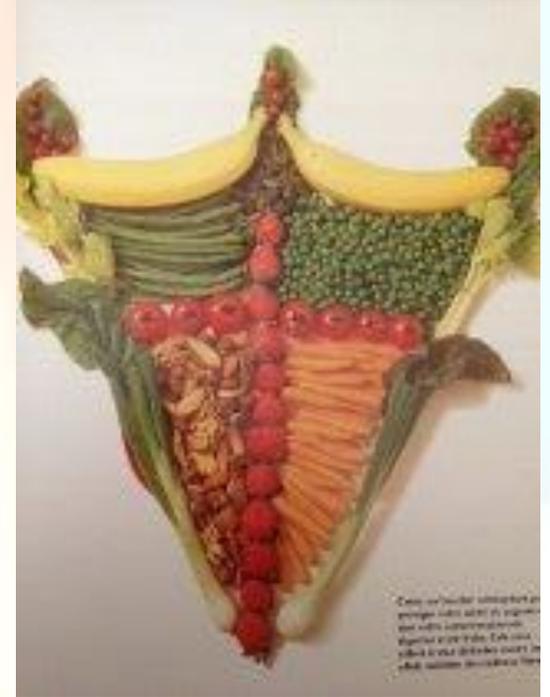
LES SIGNES DU STRESS NÉGATIF SUR NOUS

- La fatigue physique et psychologique
- L'irritabilité
- Nervosité, sensibilité émotionnelle accrue
- Démotivation,
- Désintéressement,
- Sentiment de mal être dans sa peau.



TECHNIQUES DE GESTION DU STRESS NÉGATIF

- Faire de la Méditation
- Exercices de respiration
- Pratiquer le sport ou la marche
- Développer une technique d'auto massage antistress
- Manger sainement - boire beaucoup d'eau
- Respecter le repos
- Dormir 6-8 h de sommeil/ jour
- Favoriser les activités de divertissement en famille/ amis



L'EXCELLENCE DES SOINS PÉRI OPÉRATOIRES AU-DELÀ DU STRESS

A) au niveau personnel

- Montrer de la résilience au quotidien (Ma philosophie: Hakuna Matata: C'est l'art de savoir regarder les situations avec perspective pour éviter de les vivre trop personnellement, d'en tirer des leçons et en sortir grandie, c'est appliquer le Modèle Mc Gill dans sa propre vie au quotidien...)
- Développer des techniques d'auto motivation et en équipe
- Renforcer les relations interpersonnelles dans l'équipe de travail

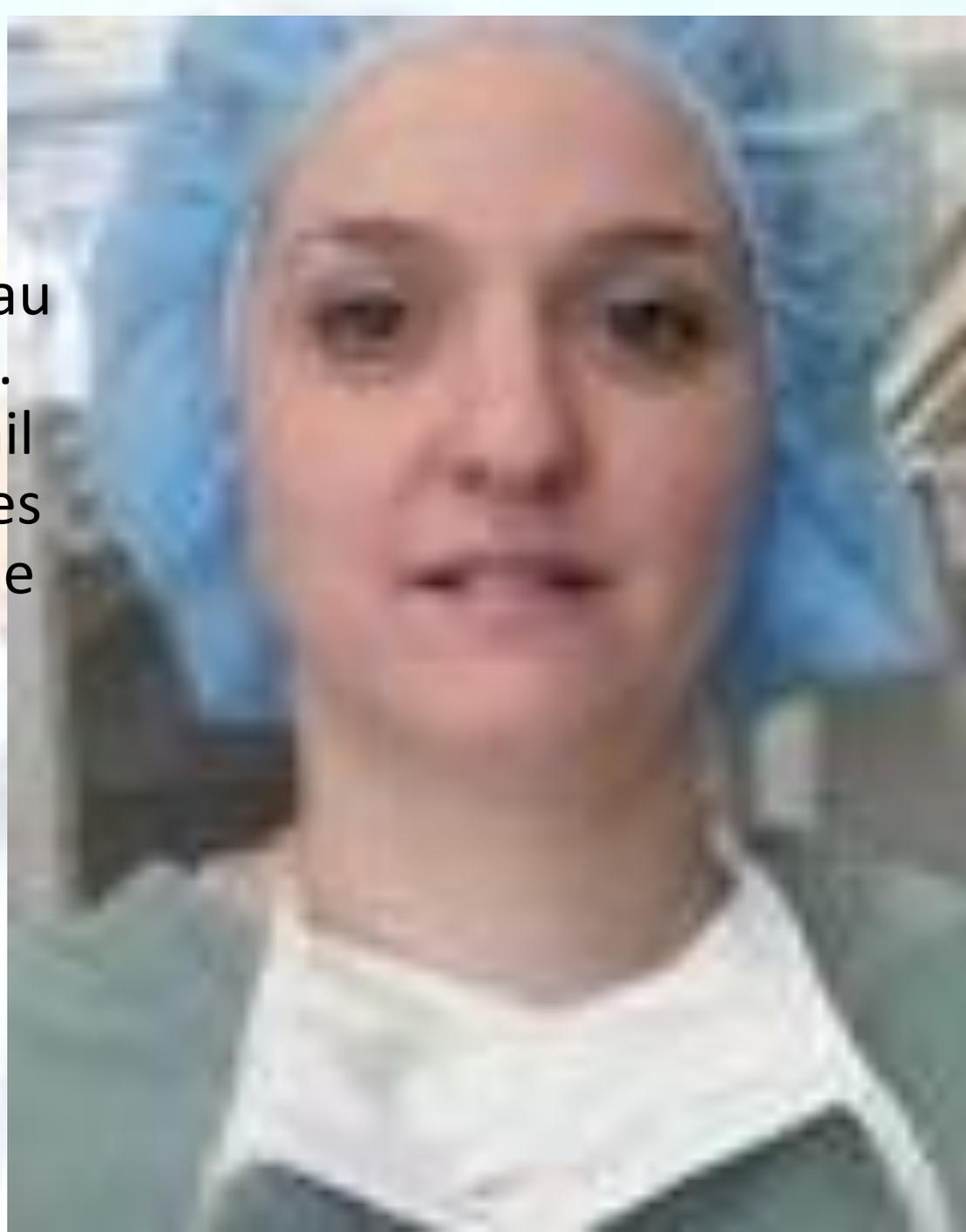
B) Au niveau du Manager

- Appliquer un Leadership transformationnel
- Pratiquer la gestion participative
- Exercer l'écoute active
- Développer des bons canaux de communication / circulation de l'information.

Pis, Ca marche-tu?

«...Bref, me voici 4 années plus tard fidèle au poste, malgré les frustrations du quotidien. Je te dirais que j'aime beaucoup mon travail de salle d'opération et j'aime beaucoup mes collègues de travail (J'ai eu la chance de me faire de nombreux amis) et je m'entends bien avec la plupart d'entre eux»

Marie-Ève Michaud, Infirmière de SO



CONCLUSION

- Le stress est inévitable au bloc opératoire...
- Le stress peut se vivre à tout âge, à tout moment et pendant toute chirurgie
- À cause de la diversité des interventions chirurgicales à réaliser, des tâches à accomplir, du nombre élevé et varié d'intervenants, la salle d'opération est un milieu propice au stress.
- La rigueur dans le respect de la technique aseptique exige une vigilance de tous les instants. Et l'atteinte de nos objectifs journaliers, (opérer tous les patients programmes dans le temps alloué) passe par la formation adéquate de toute nouvelle Infirmière de salle d'opération et la mise à niveau des plus anciennes afin d'assurer la relève.
- La mise sur pied d'un programme de reconnaissance
- Deux attitudes sont possibles face au stress: se battre ou baisser les bras
- Il est important de savoir identifier nos causes de stress pour les prévenir/affronter.
- Développer des techniques de résilience individuelles et/ou de groupe en vue d'assurer des soins de qualité aux patients.

2 TÉMOIGNAGES POUR FINIR...

Aux très précieuses infirmières de salle d'opération,

«Il y a cinq ans, j'ai dû subir une chirurgie abdominale majeure. Même si je suis une infirmière, je ne vous cache pas que j'étais TRÈS anxieuse de devoir passer à la chirurgie. Par chance, ma chirurgienne opère au même hôpital où Madeleine travaillait. Je l'ai donc appelée et elle m'a visitée à ma chambre et avec tout son calme, son magnifique sourire et sa très grande empathie. Elle m'a rassurée en me disant qu'elle demanderait à son infirmière-chef d'être auprès de moi jusqu'à ce que je sois endormie...ce qui fut fait.

Grâce au professionnalisme des infirmières du bloc, tout a bien été et je me sentais en confiance car les infirmières veillaient sur moi.

Merci à vous toutes».

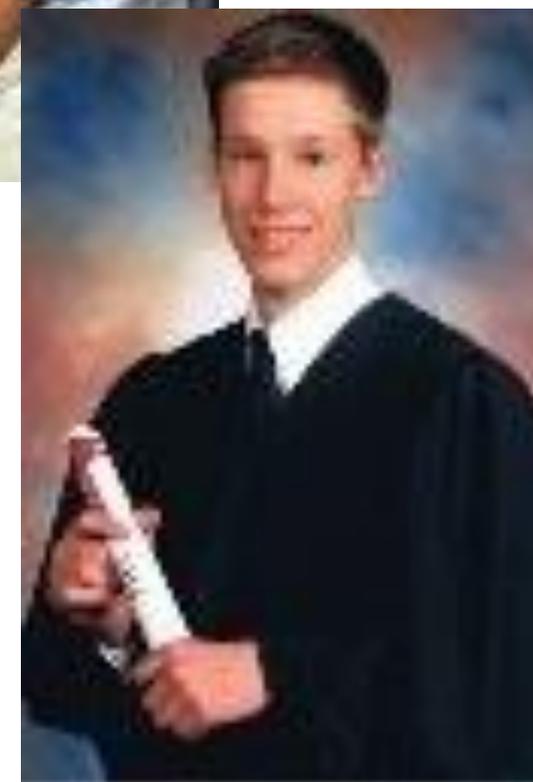
Lucie Hogue

Infirmière pendant 46 ans et heureuse d'être maintenant à la retraite.



«Je ne savais pas comment commencer ce court message, alors je vais le commencer en vous remerciant tous et toutes pour le travail exceptionnel que vous faites. Je m'appelle Samuel Lanthier-Lamarre, et depuis ma naissance, je vis avec une maladie cardiaque qui ma fait passer une grande partie de mon enfance à l'hôpital. J'ai vécu 4 opérations pour mon cœur (4 ans, 8 ans, 12 ans et 16 ans).

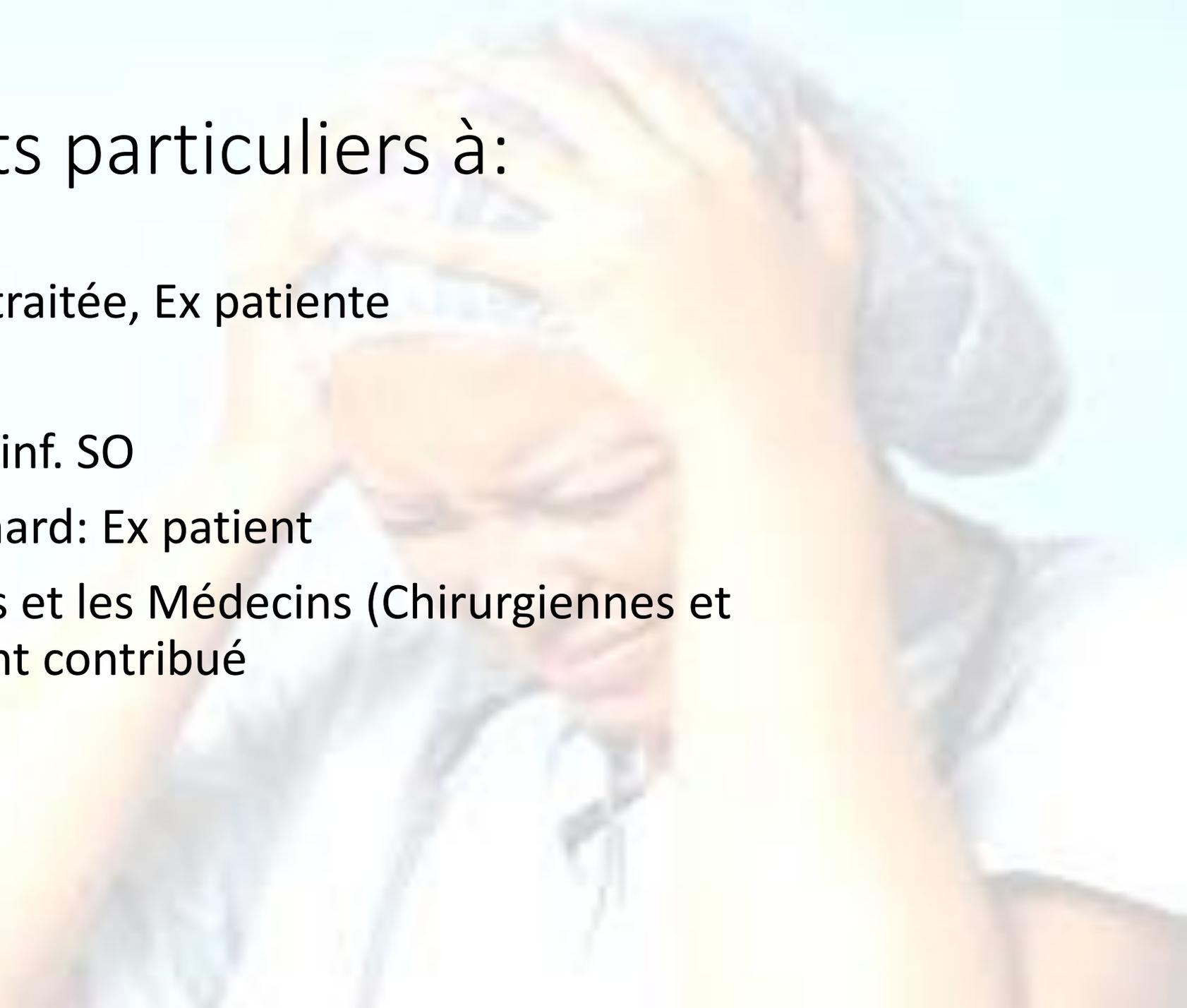
Ces opérations me terrifiaient. Par chance, j'ai eu du soutien de ma famille, mais j'ai aussi eu beaucoup d'aide des infirmiers et infirmières qui auront marqués ma vie à tout jamais. Grâce à eux, lorsque j'étais couché sur mon lit d'hôpital et que j'avais peur de ne pas me réveiller après mon opération, ils étaient toujours là pour me rassurer et rendre mon séjour à l'hôpital un peu moins pénible. J'aimerais donc vous remercier tous pour le travail fabuleux que vous faites et vous dire que vous avez vraiment fait la différence pour moi» . (Samuel Lanthier Lamarre).





Remerciements particuliers à:

- Lucie Hogues, Inf. retraitée, Ex patiente
- Nancy Blais, Inf. SO
- Marie-Ève Michaud, inf. SO
- Samuel Lanthier Lamard: Ex patient
- toutes les Infirmières et les Médecins (Chirurgiennes et Anesthésistes) qui ont contribué



Sources

- Introduction:

François de Ravignan, *L'après et l'autrement du développement, conférence, Lyon. Février 2001*

- Définitions:

- <http://sante-medecine.commentcamarche.net/faq/17559-bloc-operatoire-definition>

- www.msss.gouv.qc.ca/documentation/.../app/.../BlocOperatoire_28.pdf

- <http://educationcareerarticles.com/career-information/career-news/what-is-a-perioperative-nurse/>

- <http://www.aorn.org/Secondary.aspx?id=20756&terms=consider%20a%20career>

- <http://tpesportsvt.e-monsite.com/pages/troisieme-partie.html>

- **le Larousse en ligne:** <http://www.larousse.fr/encyclopedie/medical/stress/16296>

- **Hans Selye:** *Le stress de la vie*, éd. GALLIMARD (1^{re} édition en 1962, 2^e édition en 1975)

- **Sonia Lupien: Dre en Neurosciences, Chercheuse et conférencière. Directrice** scientifique du centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (CRIUSMM). Elle est aussi la fondatrice et directrice du Centre d'Études sur le stress humain

- Graphique: «Rôles de l'infirmière péri opératoire». Anna Bistoquet, Katherine Gituku & Madeleine Ngalula N. , «*Keeping nurses in nursing* » travail du stage professionnel réalisé à Petah Tikva (Israël) 1996

- **Suzannah Olivier :** *Comment se préserver du STRESS, un programme complet et détaillé pour vaincre le stress*, 2000 Ed. Guy Trédaniel, Paris

- OIIQ, *les soins infirmiers péri opératoires, les lignes directrices*. 2012.

- AIISOC: *Normes de l'AIISOC pour la pratique des soins infirmiers péri opératoires*, 2013

- Malka Nomberg, *Peri-operative Nursing notes, at The 6th international course for Operating Room Nurses, Israël, 1996*