

# Infirmiers spécialisés dans les soins des plaies, des stomies et de la continence: le soin de soi-même pendant la pandémie de nouveau coronavirus (COVID-19)

## RÉSUMÉ

Les infirmiers spécialisés dans les plaies, les stomies et la continence (NSWOC) qui travaillent pendant une pandémie doivent s'engager à prendre soin d'eux-mêmes. Les infirmiers de tous les secteurs - pratique clinique, éducation, management, réglementation, recherche et service - sont tous profondément conscients du fardeau que représente le COVID-19, et fournissent de meilleurs soins lorsqu'ils s'engagent dans des activités de soins personnels. Les récentes études sur le COVID-19 évaluant la santé mentale et le bien-être du personnel travaillant dans le cadre de la pandémie sont préoccupantes car le personnel est submergé par les exigences de la pandémie. La santé mentale et le bien-être, ainsi que les soins de la peau et des yeux, sont essentiels. Ce document traite de la perspective canadienne.

**Mots clés** soins personnels, bien-être

**Pour les références** Kuhnke JL et al. Nurses specialised in wound, ostomy, and continence care: self-care during the Novel Coronavirus (COVID-19) pandemic. WCET® Journal 2021;41(1):12-15

**DOI** <https://doi.org/10.33235/wcet.41.1.12-15>

## INTRODUCTION

Au cours des dernières semaines, j'ai lu et relu l'article de 2020 de Ramalho et de ses collègues<sup>1</sup> et j'ai été ému par ce document où ils déclarent avec tant d'éloquence:

Les professionnels de la santé, en particulier le personnel infirmier, sont réputés dans le monde entier pour leur héroïsme, leur combat et leur abnégation dans les soins apportés aux autres. Cependant, il est fondamental que les soins personnels prévalent en cette période de pandémie, car il est nécessaire que les professionnels voient leur santé préservée afin de collaborer à des soins efficaces pour la société (p.8).

Cet article vise à nous rappeler le côté humain de la pandémie et l'importance pour les professionnels de la santé et les infirmiers de s'engager délibérément dans les soins personnels. La Fédération

canadienne des syndicats d'infirmières et d'infirmiers a créé un site "In Memoriam" en 2020 pour rendre hommage au personnel travaillant dans le secteur des soins de santé au Canada et décédé des suites du COVID-19 dans l'exercice de ses fonctions<sup>2</sup>. À l'heure où nous écrivons cet article, 40 noms de professionnels de la santé sont répertoriés.

## CONTEXTE

Le gouvernement du Canada fournit régulièrement des mises à jour des statistiques COVID-19 pour les Canadiens, les infirmières et infirmiers, les professionnels et les travailleurs de la santé. Les nombreuses informations fournies sont essentielles aux efforts déployés à l'échelle nationale pour prévenir et gérer la pandémie<sup>3</sup>. À ce jour, on compte un total de 801 057 cas, 45 711 cas sont symptomatiques, et un total de 20 702 personnes sont décédées, dont 73% sont des personnes provenant d'établissements de soins de longue durée et de maisons de retraite<sup>3</sup>. Les provinces et les territoires, à leur tour, ont créé des sites internet et communiquent pour informer le public de la situation actuelle du COVID-19, des centres d'évaluation et de dépistage disponibles, et des progrès réalisés en matière de disponibilité des vaccins et de taux d'administration.

## LES SOINS INFIRMIERS PENDANT UNE PANDÉMIE

La contribution et l'expertise des infirmiers apparaissent clairement en ces temps difficiles<sup>4</sup>. Prodiguer des soins aux patients et aux familles est exigeant et peut être traumatisant. Fernandez et ses collègues ont indiqué que, face à la pandémie, les infirmières et infirmiers jouent un rôle essentiel, dont le maintien des soins personnels fait partie<sup>5</sup>. Il est rappelé aux infirmières et infirmiers et aux employeurs la nécessité de prodiguer des soins avec compassion, surtout en cas de crise. Crane et

---

### Janet L Kuhnke\*

RN, BA, BScN, MS, NSWOCC

Dr Psychologie, maître de conférences à l'université du Cap-Breton, Sydney, NS, Canada

Courriel [janet\\_kuhnke@cbu.ca](mailto:janet_kuhnke@cbu.ca)

### Cathy Harley

eMBA, RN, IIWCC

Directeur général, NSWOCC, Ottawa, ON, Canada

### Tracy Lillington

RN, BScN, MN, NSWOCC

Infirmière clinicienne formatrice, Université du Cap-Breton, Sydney, NS, Canada

\* Auteur correspondant

Ward rappellent aux infirmières et infirmiers que la guérison et les soins personnels peuvent contribuer à maintenir un équilibre entre la santé physique, émotionnelle, mentale et spirituelle<sup>6</sup>. Les soins personnels des infirmières et infirmiers s'étendent à tous les secteurs, y compris la pratique clinique, l'éducation, le management, la réglementation, la recherche et le service; tous sont profondément conscients du fardeau que représente le COVID-19. Pour certains infirmiers, prendre soin d'eux-mêmes peut s'avérer difficile car ils doivent gérer les exigences de la maison, de l'école et de leur milieu de travail en constante évolution. Cela est particulièrement vrai pour les infirmières et infirmiers spécialisés dans les plaies, les stomies et la continence (NSWOC). Au cours des premiers mois de la pandémie, les NSWOC et les cliniciens spécialisés dans le traitement des plaies ont réagi, se sont adaptés et sont passés de cliniques de traitement des plaies, des stomies et de la continence en face à face à des plateformes virtuelles; cependant, certaines cliniques n'étaient pas considérées comme un service essentiel, ce qui a augmenté la demande de service de soins de la peau et des plaies<sup>7</sup>.

Le Conseil international des infirmiers indique que, lors des prestations de soins pendant la pandémie, des infirmières et infirmiers ont subi des agressions - émotionnelles, physiques et verbales<sup>8</sup>. En réponse, l'Association des infirmières et infirmiers du Canada a élaboré des ressources et des vidéos de soutien à l'intention des infirmières et infirmiers sur des sujets tels que la santé mentale, les populations vulnérables, les principes éthiques et la nécessité de rester en bonne santé tout en travaillant pendant une pandémie<sup>9</sup>.

Il est essentiel de prendre soin de soi<sup>10</sup>, d'autant plus que les infirmières et infirmiers sont toujours présents pour répondre au nombre croissant de cas de COVID-19 et aux familles et communautés qui ont subi une perte profonde. De nombreux infirmières et infirmiers choisissent cette profession en raison de leur nature attentionnée et compatissante, et font ainsi passer les besoins des patients avant les leurs<sup>6</sup>. Cependant, les récentes études COVID-19 évaluant la santé mentale et le bien-être du personnel travaillant dans le cadre de la pandémie sont préoccupantes. Rossi et ses collègues rapportent qu'en Italie les travailleurs de la santé impliqués dans la pandémie ont été exposés à un niveau élevé de stress et d'événements traumatiques; pour ce groupe, des résultats négatifs en matière de santé mentale ont été exprimés<sup>11</sup>. Liu et ses collègues rapportent que les professionnels de santé qui ont travaillé aux soins intensifs pendant le COVID-19 étaient dévoués à la prestation de soins mais aussi épuisés physiquement et émotionnellement. En travaillant pendant cette crise, le personnel de santé a fait preuve de résilience et d'esprit de "dévouement professionnel" pour surmonter les difficultés<sup>12</sup>. De plus, dans une vaste étude (n=1257) menée dans 34 hôpitaux, Lia et al. ont signalé que les médecins et les infirmières et infirmiers qui s'occupent de patients atteints de COVID-19 ont connu des problèmes de santé mentale induisant dépression, anxiété, insomnie et détresse, en comparaison des prestataires qui ne s'occupent pas de ces patients<sup>13</sup>.

## SOINS PERSONNELS DES YEUX ET DE LA PEAU

L'organisme canadien le plus important représentant les PSNO, le Nurses Specialized in les plaies, les stomies et la continence Canada (NSWOCC), a créé une boîte à outils sur l'équipement de protection individuelle (EPI) afin d'aider les infirmières et infirmiers à prévenir et à gérer les lésions cutanées, favorisant ainsi les soins personnels<sup>14, 15</sup>. Pendant la pandémie, on a pu constater une augmentation de l'utilisation prolongée

des EPI obligatoires<sup>14</sup>. En conséquence, des infirmières et infirmiers ont subi des lésions de pression au visage<sup>16</sup>. Cet impact sur la peau du visage et de la tête provoque une gêne qui s'ajoute à la baisse d'enthousiasme pour une charge de travail déjà importante; cela peut conduire à l'anxiété. Le "visage du COVID-19" a été esquissé dans le cadre d'une réflexion menée par l'auteur principal et en réponse à des lectures sur le COVID-19, à des images télévisées et à des discussions avec des pairs (figure 1). Ajoutons que le lavage excessif des mains pour réduire le risque de contamination entraîne des dermatites, des érosions et des irritations, ainsi que des macérations, ce qui crée une perspective peu réjouissante pour le travail dans le milieu de la santé<sup>17</sup>. En outre, les infirmières et infirmiers peuvent être sujets à la fatigue oculaire lorsqu'ils passent de longues heures devant des écrans d'ordinateur à mener des activités de télésanté<sup>18</sup>.



Figure 1. Le "visage du COVID-19".

La crise provoquée par la pandémie de COVID-19 a également mis à rude épreuve les centres de soins nationaux, qui doivent trouver de nouvelles façons de prodiguer des soins sûrs et efficaces pour les plaies, les stomies et la continence. Cela inclut l'utilisation de la télésanté afin de fournir des services pour la peau et les plaies<sup>19</sup>. Cela pose des défis tels que la capacité de développer une relation de confiance et de créer un rapport avec le patient et sa famille, ce qui se produit habituellement lors des visites de patients, l'impossibilité de palper une plaie ou le fait de devoir soutenir des personnes vulnérables lors d'un changement de stomie en utilisant un téléphone ou une plateforme virtuelle.

Afin de préserver la santé de vos yeux, quelques conseils sont suggérés<sup>17</sup>. En consultant votre médecin ou votre ophtalmologiste, instaurer les meilleures pratiques en matière de soins oculaires lorsque vous travaillez sur des ordinateurs pendant des périodes prolongées. Par exemple:

- pour interrompre la fatigue visuelle, respectez la règle du 20/20/20, c'est-à-dire que pour 20 minutes de temps passé devant l'écran, regardez un objet situé à 6 mètres (20 pieds) pendant 20 secondes;
- si vous êtes en ligne pendant plus de 2 heures, une pause de 15 minutes est recommandée;
- restez à plus de 50 cm de l'écran de l'ordinateur et pensez aux lunettes anti-fatigue, aux verres traités anti-reflet, aux verres filtrant la lumière bleue et aux lubrifiants pour les yeux<sup>17</sup>.

## LES SOINS PERSONNELS COMPTENT

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit les soins personnels comme un concept général; elle souligne qu'il est particulièrement important que les infirmières et infirmiers pratiquent des activités de soins personnels pendant une pandémie<sup>20</sup>. L'OMS nous rappelle qu'il faut s'attendre à subir pression et stress lorsqu'on travaille dans un contexte de pandémie. Il est recommandé, parce qu'important, de faire des pauses pendant le travail, de s'hydrater, de manger suffisamment et sainement, de pratiquer une activité et d'être en contact avec des pairs et des amis

de confiance. Pourtant, certains des infirmières et infirmiers peuvent être évitées par leurs amis et leur famille, souvent par peur du virus<sup>21</sup>.

Clancy et ses collègues soulignent l'importance de maintenir les infirmières et infirmiers ainsi que les équipes en bonne santé pendant une pandémie. Ils affirment que le personnel de santé et les infirmières et infirmiers doivent prendre soin d'eux-mêmes pour atténuer la fatigue. Les infirmières et infirmiers vivent sous la pression d'avoir à continuer à travailler malgré le risque de maladie, d'épuisement et de possible transmission du virus COVID-19 aux membres de leur famille. En tant que professionnels de la santé, il nous incombe d'intégrer les soins personnels dans notre pratique professionnelle, ce qui nous aide à fournir des soins aux autres et à préserver notre santé. Nous devons faire l'effort de prendre soin de nous physiquement et psychologiquement. Les soins personnels nous permettent de conserver notre motivation, notre énergie et notre empathie envers les patients, les familles et les communautés que nous servons.

L'Association canadienne pour la santé mentale nous rappelle qu'il est normal de se sentir stressé et anxieux pendant la pandémie de COVID-19<sup>22</sup>. En outre, les infirmières et infirmiers ont la responsabilité éthique de mener des activités visant à maintenir leur santé et leur bien-être personnels sur le plan physique, mental, spirituel et psychologique<sup>6</sup>.

L'Association des infirmières et infirmiers du Canada présente plusieurs stratégies-clés pour rester en bonne santé pendant une pandémie:

- prenez soin de votre corps, physiquement et émotionnellement, et évitez les substances telles que les produits de vapotage, l'alcool, la caféine;
- gardez votre mental en bonne santé et tenez un journal, lisez, partagez avec les autres et dessinez;
- restez virtuellement connecté avec vos amis, votre famille, vos voisins, votre responsable et vos pairs;
- soulignons la recommandation de tenir à distance les blogs, les informations en continu et les alertes d'actualité, car ils peuvent devenir décourageants;
- suivez des sources COVID-19 fiables et crédibles telles que l'OMS, l'agence de santé principale de votre pays, et votre ou vos associations nationales d'infirmières et infirmiers; et enfin
- demandez de l'aide dans les moments de stress et des conseils pour engager un plan de soins personnels en vous tournant vers des collègues de confiance, des amis, pour vous assurer du soutien<sup>9</sup>.

## CONCLUSION

Prendre soin de soi est le plus beau cadeau que vous puissiez vous faire en travaillant dans n'importe quel rôle infirmier pendant la pandémie. Rester en bonne santé - spirituellement, mentalement, physiquement et émotionnellement - est important pour maintenir son bien-être et sa capacité à fournir des soins efficaces et sûrs. Identifier les domaines de soins personnels que vous pouvez améliorer. Élaborez un plan raisonnable et réalisable pour soutenir vos soins personnels. Nous sommes ensemble pour prodiguer des soins aux clients pendant une pandémie. Apportez votre soutien et soyez gentil.

## CONFLIT D'INTÉRÊT

Les auteurs ne déclarent aucun conflit d'intérêt.

## FINANCEMENT

Les auteurs n'ont reçu aucun financement pour cette étude.

## RÉFÉRENCES

1. Ramalho A, de Souza Silva Freitas P, Nogueira PC. Medical device-related pressure injury in health care professionals in times of pandemic. *WCET Journal* 2020;40(2):7–8. doi:10.33235/wcet.402.7-8
2. Canadian Federation of Nurses Unions. In memoriam: Canada's health care workers who have died of COVID-19; 2021 Jan 12. Available from: <https://nursesunions.ca/covid-memoriam/>
3. Government of Canada. COVID-19 signs, symptoms and severity of disease: a clinical guide; 2020 Sept 18. Available from: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/guidance-documents/signs-symptoms-severity.html>
4. Phillips J, Catrambone C. Nurses are playing a crucial role in this pandemic-as always [Blog]; 2020, May 4. Available from: <https://blogs.scientificamerican.com/observations/nurses-are-playing-a-crucial-role-in-this-pandemic-mdash-as-always/>
5. Fernandez R, Lord H, Halcomb E, Moxham L, Middleton R, Alananzeh I, et al. Implications for COVID-19: a systematic review of nurses' experiences of working in acute care hospital settings during a respiratory pandemic. *Int J Nurs Stud* 2020;111:1–8.
6. Crane PJ, Ward SF. Self-healing and self-care for nurses. *AORN J* 2016;104(5):386–399.
7. Kuhnke JL, Jack-Malik S, Botros M, Rosenthal S, McCallum C. Early days of COVID-19 and the experiences of Canadian wound care clinicians: preliminary findings. *Wounds Canada Conference [Poster]*; October 2020.
8. International Council of Nurses. ICN calls for government action to stop attacks on nurses at a time when their mental health and wellbeing are already under threat because of COVID-19 pandemic; 2020 Apr 29. Available from: <https://www.icn.ch/news/icn-calls-government-action-stop-attacks-nurses-time-when-their-mental-health-and-wellbeing>
9. Canadian Nurses Association. Resources and FAQs; 2020. Available from: <https://www.cna-aiic.ca/en/coronavirus-disease/faqs-and-resources>
10. Purdue University Global. The importance of self-care for nurses and how to put a plan in place; 2019. Available from: <https://www.purdueglobal.edu/blog/nursing/self-care-for-nurses/>
11. Rossi R, Socci V, Pacitti F, Di Lorenzo G, Di Marco A, Siracusano A, et al. Mental health outcomes among frontline and second-line health care workers during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic in Italy. *JAMA* 2020;3(5):e2010185. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.10185
12. Liu A, Luo D, Haase JE, Guo A, Wang AQ, Liu S, et al. The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: a qualitative study. *The Lancet* 2020;9:e790–798.
13. Lai J, Ma S, Wang Y, et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA* 2019;Mar:3(3):e203976. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
14. LeBlanc K, Heerschap C, Butt B, Bresnai-Harris J, Wiesenfeld L. Prevention and management of personal protective equipment skin injury: update 2020. *NSWOCC* 2020:1–10. Available from: [http://nswoc.ca/wp-content/uploads/2020/04/PPE-Skin-Damage-Prevention\\_compressed-2.pdf](http://nswoc.ca/wp-content/uploads/2020/04/PPE-Skin-Damage-Prevention_compressed-2.pdf)

15. Nurses Specialized in Wound, Ostomy and Continence Institute. PPE toolkit; 2020. Available from: <https://nswoc.ca/ppe/>
16. Smart H, Opinion FB, Darwich I, Elnawasany MA, Kodange C. Preventing facial pressure injury for healthcare providers adhering to COVID-19 personal protective equipment requirements. *WCET* 2020;40(3):9–18.
17. Kantor J. Behavioural considerations and impact of personal protective equipment (PPE) use: early lessons from the coronavirus (COVID-19) outbreak. *J Am Acad Dermatol* 2020 March 11;82(5):1087–1088. Available from: [https://www.jaad.org/article/S0190-9622\(20\)30391-1/fulltext](https://www.jaad.org/article/S0190-9622(20)30391-1/fulltext)
18. Munsamy A, Chetty V. Digital eye syndrome – COVID-19 lockdown side-effect. *Sth Af Med J* 2020;110(7):569. doi:10.7196/SAMJ.2020.v110i7.14906
19. Mahoney M. Telehealth, telemedicine and related technologic platforms: current practice and response to COVID-19 pandemic. *JWOCN* 2020;47(5):439–444.
20. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak; 2020 Mar 12. Available from: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
21. Clancy D, Gaisser D, Wlasowicz GK. COVID-19 and mental health: self-care for nursing staff. *Nursing* 2020;50(9):60–63.
22. Canadian Association of Mental Health. Mental health and the COVID-19 pandemic; 2020. Available from: <https://www.camh.ca/en/health-info/mental-health-and-covid-19>