

Une passionnée sur le terrain

ESTELLE ZERMATTEN, DIPLÔMÉE DE LA
HAUTE ÉCOLE DE SANTÉ DE FRIBOURG

patagonia

Une infirmière en première ligne

Diplômée de la Haute école de santé de Fribourg (et présidente de son réseau alumni), Estelle Zermatten est infirmière au service des soins intensifs de l'hôpital cantonal de cette même ville. En raison de la pandémie de coronavirus, cet entretien a été mené par téléphone; l'occasion d'évoquer le quotidien de ce service en première ligne dans la crise sanitaire présente.

Qu'est-ce qui vous a amenée à devenir infirmière?

Ma tante était infirmière. Depuis que je suis toute petite, j'ai beaucoup entendu parler de ce métier. J'ai toujours dit que je voulais être soit infirmière, soit enseignante. Adolescente, quand j'ai dû choisir entre ces deux voies, ma grand-mère était hospitalisée et je l'ai beaucoup aidée. Cela a sans doute constitué un déclic.

À partir de ce «déclic», quel a été votre parcours?

À la fin de l'école obligatoire, je savais que je voulais être infirmière. Cela me paraissait donc assez évident de choisir la voie plutôt pratique: j'ai commencé un CFC d'assistante en soins et santé communautaires avec la maturité intégrée, ce qui m'a permis d'entrer ensuite à la Haute école de santé de Fribourg. J'en suis sortie diplômée en 2017.

Et vous êtes arrivée directement à votre poste actuel?

Oui, j'avais effectué un de mes stages finaux aux soins intensifs de l'hôpital cantonal de Fribourg. J'ai un peu hésité tout de même. J'avais l'idée de reprendre des études de médecine, mais j'étais un peu fatiguée d'étudier! J'ai toutefois commencé en janvier dernier une formation supérieure pour avoir le brevet d'experte en soins intensifs.



Qu'est-ce que cette formation vous apportera pour la suite de votre carrière, selon vous?

Tout d'abord, quand on travaille aux soins intensifs, on a l'obligation de se former. Mais au-delà de cela, ça me permet d'avoir plus de connaissances par rapport à une formation de base d'HES. On va plus loin dans les connaissances théoriques et pratiques. Et c'est une formation qui est reconnue au niveau suisse et me permettra donc, à l'avenir, plus de mobilité. C'est aussi une formation qui permet de «grader».

Pour évoquer plus spécifiquement les soins intensifs: pourquoi ce choix?

Avant d'entrer aux soins intensifs, j'ai fait des stages avec des personnes âgées, en psychiatrie, des domaines qui sont donc plutôt chroniques. J'aime bien que les choses bougent, avoir une sorte d'adrénaline. Aussi, je cherchais un poste collant plus à mon tempérament. Les soins intensifs sont un domaine très technique où l'on peut avoir cette adrénaline et où la partie relationnelle/soin est très présente. Ces deux dimensions me motivent particulièrement.

Les soins intensifs sont un domaine plutôt mystérieux pour le grand public. Ces dernières semaines, avec la crise du coronavirus, nous en avons tous beaucoup entendu parler: à quoi ressemble le travail dans ces services?

Avant cette pandémie, quand je disais que je travaillais aux soins intensifs, les gens pensaient «urgences»! Mais ce n'est pas du tout la même chose. Les soins intensifs sont un endroit où l'on accueille des patients dont le pronostic vital est en général engagé. Je ne voudrais toutefois pas donner aux gens l'impression qu'entrer aux soins intensifs signifie être prêt de mourir. Ce n'est pas le cas. Notre rôle est d'accueillir le patient qui vient des urgences, du bloc opératoire, ou du 144. On a alors très peu d'informations: sexe, âge et motif de la venue. Quand le patient est conscient, il faut discuter rapidement avec lui pour avoir quelques informations qui nous permettront d'intervenir au mieux. Ensuite, vient le moment de la surveillance. Car si un patient est là, c'est que sa situation risque de devenir instable. Il faut toujours anticiper, c'est un terme central dans ce travail. Il y a donc deux aspects, je dirais. Un aspect social, d'abord. Le rôle d'une infirmière c'est d'accompagner le patient: c'est quelque chose d'angoissant de dire au patient qu'on va l'endormir pour qu'on prenne le contrôle de sa respiration, par exemple. Et puis il y a tout l'aspect technique: gérer les ventilations, les traitements, etc.

La question du relationnel, j'imagine qu'elle est un grand facteur de motivation dans votre travail.

Tous les infirmiers et les infirmières ont un côté où ils aiment aider les autres. Laver le patient, le masser, etc. c'est un peu la base des soins qu'on peut prodiguer. Également s'entretenir avec sa famille. Mais dans certaines

BOA LINGUA
SÉJOURS LINGUISTIQUES BUSINESS CLASS

**RÉSERVEZ VOTRE
FORMATION LINGUISTIQUE
À L'ÉTRANGER
À UN PRIX SPÉCIAL -
SANS RISQUE**

**BÉNÉFICIEZ D'UNE RÉDUCTION
DE 5% POUR LES MEMBRES ET DE
CONDITIONS DE RÉSERVATION
TRÈS SOUPLES**

**PROMOCODE: MKT_FHCH
WWW.BOALINGUA.CH**

situations, l'aspect social est secondaire. Quand la situation déraile, ce qui compte, c'est de sauver le patient.

Ce temps avec le patient ou sa famille, considérez-vous que c'est une manière d'atténuer le malheur?

Oui, d'une certaine façon. Quand l'issue est positive, que le patient ressort vivant des soins intensifs et retrouve sa famille, on est heureux, évidemment. Même dans les moments de malheur, bien sûr qu'il y a de la tristesse, des larmes, mais finalement, les familles sont souvent tellement reconnaissantes qu'il y a quelque chose d'heureux.

On est au début du mois d'avril et j'imagine que, pour vous, la situation est difficile. Comment est-ce que vous la vivez? Est-ce que vous parvenez à rester positive?

J'y parviens, oui. Je suis quelqu'un qui voit le verre plutôt à moitié plein qu'à moitié vide. Tout est loin d'être

rose, mais je crois que cette situation amène certains points positifs, notamment concernant la collaboration en équipe. Si les soins intensifs sont le «milieu répondant» pour cette crise du coronavirus, ils ne peuvent faire face tout seuls. Il a donc fallu rapatrier des gens de l'anesthésie, des urgences. Le fait qu'on doive tous travailler ensemble amène une compréhension mutuelle, une dynamique qui, je pense, sera positive pour les années à venir dans la vie de l'hôpital. Cette crise est très déstabilisante. D'habitude, lorsqu'un patient arrive, on sait ce qu'il a, quels gestes opérer. Avec le coronavirus, on a une idée de ce qui pourrait le sauver, mais on n'a encore aucun recul. Le quotidien a beaucoup changé, aussi. Concernant les familles, par exemple, les visites sont strictement interdites. Nous avons donc mis en place des appels vidéo. Les proches sont reconnaissants: ils peuvent voir leur mari, leur papa, leur fils. Il est endormi, intubé, mais ils peuvent le voir. Et même s'il y a des larmes, il y a quand même un sourire.

Thomas Flahaut

Événement Horizon HES reporté

Suite à la pandémie du coronavirus, l'événement Horizon HES initialement prévu le **17 mars 2020** a dû être reporté au 16 mars 2021.

DiploMATS rejoint FH SUISSE

L'association des diplômé-es du Master HES-SO en travail social – DiploMATS – a été constituée le 6 février à Lausanne par son assemblée constituée d'une vingtaine d' alumni. Ils ont décidé de rejoindre FH

SUISSE dès leur constitution. Bienvenue à eux dans le réseau FH SUISSE!

Plus d'infos:

<https://master.hes-so.ch/filieres-master/travail-social/travail-social-mats/association-dalumni-diplomats>

Covid-19: quelles dispositions légales s'appliquent dans votre cas?

Protekta, le partenaire de FH SUISSE en matière de protection juridique, reste là pour vous durant cette situation exceptionnelle. Nos sites sont certes fermés depuis le 17 mars en raison de la crise du Covid-19, mais nous sommes à votre disposition par téléphone, par e-mail ou au moyen du formulaire de contact en ligne.

En ces temps particuliers, notamment entre télétravail et homeschooling, l'inconnu et l'incertitude sont grands. Sur protekta.ch/fr, vous trouverez un lien comportant de précieuses informations, notamment sur les droits et devoirs des parents et des employeurs durant la fermeture des écoles. Ou encore des informations sur le cadre légal du télétravail.

Qu'en est-il des assurances?

Peut-être avez-vous actuellement moins de travail, et donc davantage de temps libre. Profitez-en pour vérifier vos prestations d'assurance. En tant que membre de FH



SUISSE, il est par exemple intéressant de contracter une assurance de protection juridique auprès de Protekta. FH SUISSE et Protekta vous souhaitent une bonne continuation, et surtout une bonne santé, en ces temps particuliers.

Les membres de FH SUISSE bénéficient en exclusivité de 10% de remise sur l'assurance de protection juridique de Protekta. Tous les détails:

www.fhschweiz.ch/protection-juridique

Protekta