

Après la Covid-19, le long chemin de la rééducation

Selon les études, 12 à 15 % patients atteints par la Covid-19 gardent des séquelles à long terme. Au CHPG, un service leur réapprend à respirer, à marcher et à exécuter des gestes de la vie quotidienne.

Je n'allais pas jusqu'à dire que la Covid-19 était un complot mais, pour moi, ce n'était pas une maladie à prendre au sérieux. » La confession de Luke Stevens a des airs de *mea culpa*. Hospitalisé cinq jours, début janvier, pour une forme sévère de la Covid-19, on retrouve deux mois plus tard ce Roquebrunois d'origine britannique en train de pédaler au beau milieu d'un plateau technique niché au premier étage du CHPG. « Le virus, c'est comme se prendre un camion en pleine tête. Le scanner thoracique dévoilait que 70 % de mes poumons étaient atteints. En deux mois, j'ai bien récupéré. Il n'y a plus que 15 à 20 % d'atteinte. Je prends mon temps, j'écoute les docteurs », sourit l'homme de 57 ans, soulagé.

Des profils de tout âge

C'est là, dans le service de médecine physique et réadaptation (MPR), que les patients dits « Covid long » soignent de lourdes séquelles générées par la maladie (1). Qu'ils réapprennent à respirer, marcher, s'asseoir, se tenir debout ou encore exécuter des gestes basiques de la vie quotidienne. « Même si ces patients n'étaient plus porteurs du virus, que leurs examens complémentaires étaient normalisés, on observait encore chez eux un quatuor de syndromes [lire ci-contre] », confie le Dr Valérie Bernard, chef du service. Ils sont au moins vingt-cinq à être passés entre les mains expertes de médecins de MPR, de kinés ou, si le besoin s'en faisait ressentir, d'orthophonistes, d'ergothérapeutes ou de psychomotriciens. Tous les



Au moment de son hospitalisation, 70% des poumons de Luke Stevens étaient atteints.

patients ne sont pas forcément passés, en amont, par la case « hospitalisation » ou « réa ». Et les profils varient. Il y a Ronald Velt, 70 ans, plongé dans le coma artificiel (lire ci-dessous). Ou encore cette femme de 36 ans, active et sportive, que le virus n'a guère épargnée.

Retrouver de l'autonomie et une qualité de vie

« La précocité de notre intervention est primordiale. Plus on arrive tôt dans l'histoire médicale du patient, plus on met des chances fonctionnelles de son côté. De plus, la prise en charge doit être personnalisée et

adaptée à la situation du patient, celle-ci étant éminemment fluctuante d'un jour à l'autre. »

Sur le plateau technique, l'équipe médicale œuvre sur deux facettes : une partie cardiorespiratoire et l'autre neuromotrice. Pour augmenter la capacité respiratoire et retrouver un souffle d'antan, les patients bénéficient de kinésithérapie respiratoire. Avec ou sans machines. « On a aussi des techniques de réentraînement à l'effort, pour regagner en endurance, avec le vélo, le tapis roulant, toujours sous surveillance des paramètres de tension, de saturation et d'oxygène. Parfois, le

simple fait de remarquer ou une répétition de gestes simples sollicitant l'ensemble du corps est un travail d'endurance », souligne le Dr Valérie Bernard. En ce qui concerne le renforcement musculaire, des haltères, élastiques et autres machines sont utilisés pour redonner un peu de masse au patient. « On fait aussi un travail en situation où l'on sollicite le muscle de façon répétitive par un geste de la vie quotidienne. » Objectifs affichés : renouer avec l'autonomie et une qualité de vie.

THIBAUT PARAT

* D'autres suivent leur rééducation à domicile ou chez un kiné de ville.

Symptômes long terme

« Avec le recul, c'est-à-dire un an, on sait désormais qu'il y a 12 à 15 % de patients Covid qui vont garder des séquelles à long terme. Au moins 50 symptômes ont pu être décrits », souligne le Dr Valérie Bernard, chef du service de médecine physique et réadaptation au CHPG. Des conséquences fonctionnelles classées en quatre groupes.

1 - Cardiorespiratoire. « De l'essoufflement, une limitation de la capacité d'effort, d'endurance, comme marcher ou monter les escaliers », liste-t-elle.

2 - Musculaire. « On constate une fonte musculaire, des amyotrophies parfois très marquées ou diffuses. Sur des études préalables à la Covid-19, on sait qu'un patient en réanimation sédaté va perdre environ 10 % de puissance musculaire par jour. On constate aussi des myopathies ou des neuromyopathies acquises en cours de séjour en réanimation ».

3 - Neurologique. « Il peut y avoir une désorganisation neurologique du mouvement complexe. Cela touche de petits mouvements – se saisir d'objets – ou de grandes fonctions motrices : se tenir assis ou debout, se déplacer. »

4 - Neurocognitives. « Fatigue persistante, troubles anxiodépressifs, "confusion", manque d'énergie à l'initiation d'une tâche ou d'une activité motrice de la vie quotidienne. Cela peut aller jusqu'à la phobie de bouger ou de respirer. »

Ronald, réapprendre la vie après deux mois en réanimation

Smartphone entre les mains, Ronald Velt fait défiler les photos pour remonter à un cliché datant d'avril dernier. « Voilà, c'est là ! » On y voit le résident monégasque, 70 printemps au compteur, sur un lit de réanimation au Centre hospitalier Princesse-Grace. Le visage émacié, le corps branché à plusieurs appareils. « Mon corps avait complètement fondu. J'avais perdu 12 kg, je n'arrivais même pas à tenir mon portable dans la main. Me lever ? Ce n'était même plus pensable. J'étais un légume », raconte-t-il sans ambages. Lors du confinement printanier, Ronald Velt a contracté une forme sévère de la Covid-19, nécessitant une hospitalisation et une admission en service de réanimation, le 5 avril. Il y restera jusqu'au 30 mai. « J'étais plongé dans un coma artificiel, entre la vie et la mort », poursuit-il.

« Réapprendre à marcher, à vivre »

Deux mois sans que le corps ne bouge. « On perd tout : la force musculaire, le sens de l'équilibre. Après la réa, on doit réapprendre



Ronald Velt a passé près de deux mois en « réa » au CHPG. Après ce passage éprouvant pour le corps, une rééducation fut nécessaire. (Photos Cyril Doderigny)

à marcher, à vivre », liste-t-il. À son réveil débute un long processus de rééducation. « Au début, ce sont les kinés qui venaient

dans ma chambre puis, lorsqu'est venu le temps de rentrer à la maison, j'ai basculé sur le plateau technique [du service de médecine

physique et réadaptation, ndr] ». De fin juillet à fin novembre, Ronald Velt multipliera les allers-retours au CHPG, à raison de trois fois par semaine. Objectif : retrouver toutes ses capacités fonctionnelles.

Des séquelles subsistent

« J'ai eu des séances d'ergothérapie pour ma main. Je devais, aussi, souffler le plus fort possible dans une machine pour me forcer à respirer. L'idée étant de remuscler le diaphragme, d'élargir les poumons durement atteints. J'ai aussi fait des exercices de vélo, de marcheur, de ballon, d'équilibre. Je n'arrivais pas à tenir sur un pied au début. »

La Covid est désormais derrière lui, mais les séquelles subsistent pour ce septuagénaire dont la santé n'avait jamais été aussi altérée par le passé. « Les poumons sont toujours abîmés. Je retrouve tout juste des sensations au niveau de ma main gauche où j'avais une paralysie. Je peux marcher sur un terrain plat mais dès que je monte des escaliers ou que je grimpe trois étages, c'est compliqué. »

Fin du plan social à la SBM : satisfaction générale ?

Le gouvernement et le Conseil national se réjouissent d'un accord trouvé dans l'entreprise qui évite un drame social. Du côté des syndicats, si la satisfaction pointe, des bémols demeurent.



L'entreprise a trouvé un accord après cinq mois de négociations.

(Photo Cyril Doderigny)

La casse sociale n'aura pas lieu. Avec 227 départs volontaires et seulement 4 départs contraints, le plan social s'achève au sein de la Société des Bains de Mer sans cataclysme. La direction de l'entreprise a annoncé être arrivée à un accord jeudi soir et forcément, la décision a fait réagir tous azimuts.

Hier, le gouvernement a salué « l'état d'esprit des discussions, qui a permis de trouver des solutions les plus adaptées possibles aux situations individuelles des employés de la SBM concernés par le plan social, en privilégiant de manière quasi-exclusive les départs volontaires ».

« Nous avons fait les efforts nécessaires »

Ajoutant « qu'une SBM plus agile sera mieux à même de relever les défis importants qui continueront à se présenter à elle dans les prochains mois, notamment au vu des incertitudes liées à la situation sanitaire et à une reprise économique mondiale qui s'annonce fragile dans les secteurs principaux d'activité de la société ».

Du côté du personnel, les représentants du syndicat des Jeux eux aussi se disent « satisfaits » qu'il n'y ait quasi-pas de départs contraints et que les accords collectifs ne soient pas révisés. « Nous avons fait les efforts nécessaires pour retrouver la paix sociale, en ayant l'écoute du gouvernement et l'aide du Conseil national. »

Le climat serein est retrouvé ? « Le seul bémol est que les seuls à avoir fait des efforts, ce sont les employés. Certes les membres du comité exécutif ne toucheront pas de prime qualitative du fait des mauvais résultats, comme tout le monde ; Mais qu'en est-il de leur prime quantitative ? Nous regrettons qu'ils n'aient fait aucun effort », lancent les représentants des syndicats des Jeux.

Qui espèrent aussi de la direction qu'une action soit initiée pour encourager les générations de jeunes Monégasques à se tourner vers les métiers du Casino. « C'est le plus beau métier du monde et il intéresse moins les jeunes de notre pays. Nous voulons comprendre pourquoi et changer la tendance ».

CEDRIC VERANY
cverany@monacomatin.mc

Stéphane Valeri : « Le pacte social historique est réaffirmé avec cet accord »

Quel est votre état d'esprit à l'annonce de la fin de ce plan social ?

L'accord trouvé est un exemple de réussite collective. C'était indispensable d'adopter un plan de restructuration de la société, il fallait faire des économies structurelles de coût. Nous nous félicitons de la réussite de la négociation entre les dirigeants et les syndicats. Et cette réussite collective implique aussi le gouvernement et le Conseil national. L'assemblée a joué tout son rôle de médiateur dans ce dossier. Nous avons reçu à plusieurs reprises les dix-huit syndicats de salariés et j'ai moi-même échangé régulièrement avec le président Biamonti.

Quelle était votre crainte ?

Dès le début, nous avons plaidé pour que les Monégasques soient épargnés par les suppressions de postes et que pour tous les salariés, soient privilégiés les départs volontaires pour éviter les départs contraints. Force est de constater que l'objectif est atteint, car il y a très très peu de départs contraints. Aussi, on note avec satisfaction que la SBM maintient ses conventions collectives et va continuer de remplir son rôle social. Un rôle historique qui consiste à fournir depuis toujours des emplois de qualité à de nombreux Monégasques. Le pacte social historique avec cet accord a été réaffirmé. C'était un préalable nécessaire pour que désormais toute l'attention des dirigeants et des salariés soit mise à être mobilisée pour réussir la relance.

Un drame social a été évité ?

Un grave conflit social potentiel a été évité oui. Il faut dire aussi que les dirigeants et les représentants de syndicaux ont eu le

sens des responsabilités en faisant un pas vers l'autre, comme nous le souhaitons. C'est un accord équilibré. Les dirigeants ont épargné les Monégasques, quasiment évité

les départs contraints, maintenu les conventions collectives. Mais n'oublions pas les efforts consentis par les salariés. Pour beaucoup ils ont vu depuis une année une baisse significative de leurs revenus puisque beaucoup sont au CTRR. Ils ont accepté aussi dans l'accord une réduction importante de leurs effectifs et dans les Jeux, une baisse sensible du nombre de cadres à l'avenir.

Les syndicats des Jeux justement, s'inquiètent que le métier ne séduise plus les jeunes générations. C'est aussi votre crainte ?

Depuis le début de cette mandature, nous avons obtenu qu'une école de Jeux soit lancée chaque année et effectivement, on a du mal à susciter les candidatures de jeunes Monégasques. Il faut, je crois, réaffirmer tout l'intérêt de ces métiers qui continueront à offrir des carrières de qualité. Monaco a besoin de ses casinos et d'employés motivés. L'accord trouvé sur ce plan social, le confirme. La SBM continuera d'offrir des emplois de qualité aux jeunes Monégasques. Il y a un avenir dans les métiers du casino, ce message doit être entendu par nos jeunes compatriotes.



(Photo FO)

COVID-19

22,23 % de la population résidente de Monaco vaccinée à ce jour

Dans son traditionnel bulletin quotidien, le gouvernement a révélé hier soir que 8 449 personnes, soit 22,23 % de la population résidente de Monaco, étaient vaccinées à la date du jeudi 4 mars. 7 163 personnes vaccinées (84,78 %) ont reçu l'injection de rappel.

Vendredi dernier, 26 février, 8 200 personnes avaient été vaccinées, soit 21,58 % des résidents.

À noter que le centre de vaccina-

tion du Grimaldi Forum sera fermé ce week-end.

Dans ce contexte, douze nouveaux cas positifs à la Covid-19 ont été révélés ce vendredi à Monaco, portant le bilan sanitaire de la Principauté à 2009 personnes touchées par le coronavirus depuis le début de la crise sanitaire.

Hier soir, 35 personnes restaient prises en charge au CHPG : 26 patients dont 15 résidents sont hos-

pitalisés. Par ailleurs, 9 personnes, dont 3 résidents, sont soignées en réanimation.

Bonne nouvelle : 40 guérisons ont été enregistrées lors de la journée d'hier, soit 1 810 depuis le début de la pandémie.

76 personnes sont suivies par le Centre de Suivi à Domicile qui soutient médicalement les patients, présentant peu de symptômes, invités à se confiner à domicile.



Entre le 26 février et le 4 mars, 249 personnes supplémentaires ont été vaccinées à Monaco. (Photo Jean-François Ottonello)