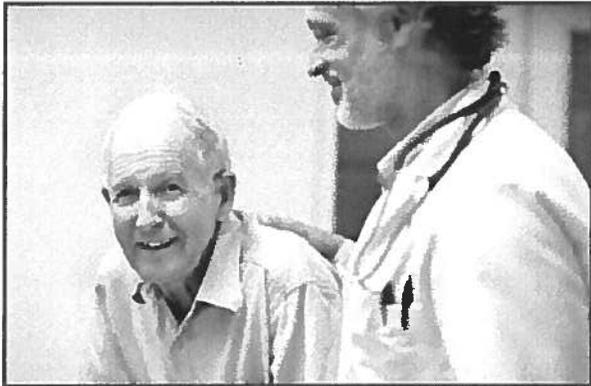


Rire et sourire avec le patient

Par Dr Serge Goulet, md, et Bruno Fortin, psychologue* le 12 septembre 2014



Rencontrer régulièrement des êtres humains en partageant leur intimité, c'est inévitablement rencontrer des situations cocasses et drôles. Il y a plusieurs occasions de rire ou de sourire avec le patient. Certains de ces sourires sont associés à des jeux de mots inattendus. Certains mots peuvent avoir différentes significations.

- Au jeune résident inexpérimenté qui s'informe si la patiente a des problèmes d'attention, elle répond : «Oui, je manque beaucoup d'affection, d'attention et d'amour. Et vous?»

Visiblement, ce jeune résident n'utilisait pas le mot attention dans le même sens que la patiente! Nous lui avons d'ailleurs fait remarquer que pour évaluer la capacité d'attention d'un patient, il vaut mieux lui demander s'il peut suivre un film, une émission de télévision ou lire un livre. Cela évite la confusion.

- Un ancien soldat répond au questionnaire médical: «J'ai déjà connu des opérations militaires mais aucune opération médicale.»
- Patient: Vous allez être un vrai médecin crédité? (avec une grosse marge de crédit?).
- Un patient: Ça fait longtemps que je suis suivi ici. Mais vous remarquerez que c'est mon dossier qui épaissit, pas moi.
- Médecin: Vos membres me semblent bien alignés. Mais ce n'est pas ma spécialité. C'est l'impression que j'ai avec mon œil grossier (vulgaire? malpoli?).
- Médecin: J'ai un pèse-personne dans mon bureau. Mais je ne pèse personne avec ça. Je pèse mes patients dans le corridor.

Des mots aux sens très différents peuvent se prononcer de la même façon:

- L'oreille peut confondre «gars sage» et «gossage».
- Mon épouse n'est pas la plus bruyante (compris comme elle n'est pas la plus brillante, malentendu heureusement vite corrigé).
- Médecin au sujet des menstruations: Avez-vous des flots abondants? (Patiente sur un autre sujet) Bien, j'ai quatre enfants.

Des mots évoquent par leur son des mots pourtant différents:

- Patient: Mon médecin est tombé malade. J'ai dû voir son alcoolique (plutôt que son acolyte).
- Patiente: J'ai de la difficulté à dormir. J'ai des problèmes avec mon cou. Médecin: Quel genre de problème avez-vous avec votre couple?

Une expression métaphorique peut parfois être prise au pied de la lettre. Et vice versa:

- Un collègue bougonnait parce qu'il était au bout du rouleau... de papier qui recouvre la table d'examen. Un rouleau de papier désagréable à changer.
- Il n'y a pas juste le sel dans la vie, il y a aussi le sel de la vie (par un patient hypertendu).

Toute forme d'humour n'est pas saine (Fortin 2004, 2007; Fortin et Méthot, 2004). L'humour hostile, sarcastique et méprisant nuit à l'établissement d'une relation positive et éloigne les gens. Cela a amené Martin et ses collaborateurs (2003) à développer des échelles de mesure qui différencient l'humour visant à se mettre en valeur (agrandissement de soi) de celui qui favorise les relations avec les autres (affiliation), ou encore de celui manifestant un dénigrement tourné vers soi (auto dépréciation) ou vers autrui (agression). L'expérience nous a appris d'éviter de faire de l'humour sous l'effet de la colère. Il vaut mieux être prudent dans le maniement de cet outil à double tranchant.

La capacité de rire de soi est considérée comme le niveau d'humour le plus difficile à atteindre. Les personnes de bonne humeur et habitées d'une certaine joie de vivre seraient les plus aptes à rire d'elles-mêmes, et ainsi à accepter leurs travers et leurs faiblesses (Junier, 2012). Le médecin sera souvent appelé à rire de lui-même. On peut facilement se concentrer à l'excès sur une partie du travail en oubliant de noter ce qui saute aux yeux.

- Concentré sur la rédaction du dossier, un collègue a demandé à un patient s'il portait des lunettes alors qu'il les avait dans le visage. Le collègue a rougi mais heureusement le patient a souri. Cette complicité entre êtres humains imparfaits est souvent appréciée.
- Médecin: L'hernie des testicules est assez fréquente. Surtout chez les hommes.
- Médecin téléphonant à un spécialiste: Est-ce que le pédiatre est là? Pouvez-vous me le prêter? (au lieu de me le passer)
- Femme médecin à un homme médecin pour demander une consultation en dermatologie: Je veux te montrer de la peau.
- Médecin à une femme enceinte enrhumée: Est-ce que c'est votre premier rhume... eh, je veux dire votre première grossesse?

Quelques expressions cocasses peuvent nous faire sourire discrètement:

- Nous sommes surpris d'entendre le verbe «J'apitchoume souvent».
- Médecin: C'est pwish, c'est poche, c'est plate, ce n'est pas chouette !!!

Nous recevons parfois des offres inattendues:

- Vous n'avez pas d'oreiller sur la table d'examen? Je vais m'en amener un la prochaine fois.
- Une patiente parle de payer pour la rénovation de sa cuisine en dessous de la couverture plutôt qu'au dessous de la table.

Certains proverbes sont reformulés différemment. Certaines expressions sont modifiées de façons inattendues. La surprise fait sourire:

- Je ne veux pas me fendre les cheveux en 14,000 (par un patient qui veut vraiment que l'on fasse cela simple).
- Une autre rapporte qu'elle en a plein les bottines plutôt que plein le dos.
- Un client affirme qu'il ne se laissera pas manger la peau et les os plutôt que la laine sur le dos.
- Patient de la campagne: Le diable était aux vaches. Je saignais comme un bœuf.

Certains mots peuvent aussi être transformés, prenant alors un autre sens:

- Les patients nous parlent de l'implantation d'un peacekeeper ou d'un spacemaker plutôt que d'un pacemaker.
- Ils évoquent un activan plutôt que l'ativan.

L'humour est un phénomène très complexe comprenant des aspects cognitifs, émotionnels, comportementaux, physiologiques et sociaux (Fortin, 2004). Comment expliquer les effets hypothétiques de l'humour? Une première hypothèse considère que ce sont les changements corporels accompagnant le rire (aux plans musculaire, cardio-vasculaire, endocrinien, immunologique et du

système nerveux) qui suscitent des effets positifs sur la santé. De ce point de vue, le rire vigoureux est la composante cruciale du lien entre l'humour et la santé. Le rire, même forcé ou feint, aurait des bénéfices, comme le prônent les clubs du rire dans le monde entier. Vu sous cet angle, l'amusement sans rire ne devrait pas produire de bénéfices pour la santé. Il faudrait alors encourager les gens à rire de façon fréquente et intense. Dans cet ordre d'idées, le rire devient presque une partie d'un programme d'entraînement physique.

* Dr Serge Goulet, médecin de famille et Bruno Fortin, psychologue, Unité de médecine familiale Charles-Lemoyne

Page 1/3

Une seconde optique explique les effets bénéfiques de l'humour par l'état émotionnel positif qui accompagne l'humour et le rire. Les émotions positives, peu importe leur origine, ont un effet bénéfique sur la santé. Le rôle de l'humour est alors moins spécifique, se joignant à celui de la joie, de l'amour et de l'optimisme, et le rire n'est alors pas nécessaire. Cette approche suggère de développer un tempérament enjoué caractérisé par la joie, l'optimisme et une approche enjouée de la vie. L'humour fait cette fois partie d'un programme de gestion des émotions.

Un troisième mécanisme d'action de l'humour implique un effet tampon contre les répercussions négatives du stress sur la santé. Un point de vue humoristique sur la vie et la capacité de voir le côté drôle de ses problèmes pourraient aider les individus à s'adapter plus efficacement aux situations stressantes en prenant du recul par rapport au problème et en regardant la situation sous un angle différent, ce qui augmente le sentiment de maîtrise et de bien-être vis-à-vis de l'adversité. Nous voyons apparaître l'idée que certains styles d'humour (prise de perspective) peuvent être plus bénéfiques que d'autres (autodépréciation excessive). Ce sont cette fois les aspects cognitifs et perceptuels de l'humour qui importent, ainsi que la capacité de maintenir ce regard humoristique sur le stress et l'adversité. L'humour durant les périodes sans stress serait moins pertinent pour la santé. L'humour est ici une des composantes d'un programme de gestion du stress.

Un quatrième et dernier mécanisme d'action de l'humour serait d'augmenter indirectement le degré de soutien social. L'utilisation efficace de l'humour pour réduire les conflits interpersonnels et les tensions, et pour intensifier les sentiments positifs chez les autres permettrait d'établir plus de relations sociales satisfaisantes, ce qui produirait à son tour un effet tampon contre les contrecoups du stress et un effet bénéfique pour la santé. La compétence sociale dans l'art d'utiliser l'humour efficacement devient plus importante que la fréquence du rire. Nous rechercherions alors un type d'humour qui améliore les relations avec les autres. Dans cette optique, un sens de l'humour sain vise à rapprocher les gens et à éviter ce qui est hostile ou ce qui suscite de l'agressivité. L'humour est alors une composante d'un programme de développement des habiletés sociales.

Les patients surestiment parfois nos capacités et nos connaissances. Ils présupposent que nous connaissons leur dossier par cœur:

- Un patient est convaincu qu'en nous disant «la petite pilule bleue», nous allons immédiatement savoir de quelle médication il parle. (Il y en a des dizaines...)

Nos patients nous donnent parfois des leçons de vie. Certains insistent sur le verre à moitié vide, alors que d'autres voient toujours le verre à moitié plein:

- Un patient qui s'est fait voler son vélo se console en se disant que sans doute Dieu l'a protégé ainsi et que sans ce vol, il aurait eu un terrible accident de vélo.

Notre langue nous joue parfois des tours. Elle inverse les mots, mélange les images, et donne un résultat cocasse non planifié:

- Il y beaucoup de trous de poules dans les rues (plutôt que nids de poule).
- Patient: Je devrais boire plus d'eau, mais je n'ai pas faim (et la soif?).
- Médecin: Ça ne sert à rien d'y aller tant qu'ils n'y vont pas (au sujet des visites chez le dentiste).

Les différentes parties du corps et les différentes maladies sont parfois décrites de façons imagées:

- Patient: Ça me faisait mal dans les côtelettes.
- Patient: Les orteils sont disparus (plutôt que les champignons sur les orteils ont disparus).
- Patient: Mon père a eu d'importantes crises de poids (prises de poids).
- Patient: J'ai peur des médicaments. Je ne veux pas en prendre si mon mari est absent. J'ai la folie des médicaments (plutôt que la phobie des médicaments).
- Patient: J'ai bien de la misère avec mon soufflage (ma respiration).
- Patient: J'ai des rougeurs à l'embouchure (vulve).
- Patient enceinte: Je pense que mes organes sont effouérés.
- Patient: On m'a dit que j'avais de l'eau à l'arrière du tampon (plutôt qu'à l'arrière du tympan).
- Patient: Elle a de l'urine dans le sang (plutôt que du sang dans l'urine).
- Patient: J'ai des bouchées de chaleur (au lieu de bouffées de chaleur).
- Patient: Dès que je mange normalement, en dehors des normes de salades...
- Patient: J'ai un *over* poids.
- Patient: L'été, la peau sur mes mains est dans un état de destruction massive (Le soleil, voilà l'arme de destruction massive tant recherchée...).
- Patient: Je suis un patient en bonne santé.
- Patient: Depuis son opération, mon mari a une vessie reconditionnée. Il peut se retenir très longtemps.
- Un médecin: Ça prend quelqu'un qui a des ovaires! (et non des couilles)
- Patient: Je prends des anovulants pour me relaxer les ovaires.
- Patient: Je n'ai pas de sang visuel sur les selles.
- Patient: J'aime mon travail. Lorsque j'en parle, j'ai des papillons dans les yeux. (Et des étoiles dans l'estomac?)

Ce sont parfois les appareils et les examens médicaux qui sont décrits de façon originale:

- Patient: Ils m'ont passé dans le baril (scan).
- Médecin: Avez-vous déjà eu un examen vaginal? avec un speculum? Patient: Avec le bec de canard?
- Une épouse à son conjoint sur le point de se faire peser: Enlève ton portefeuille! Tu viens d'avoir ta paye!
- Psychologue: Est-ce que tu as pris son tour de poids (plutôt que tour de taille).
- Médecin à un enfant de 6 ans: Ouvre la langue (faire ouvrir la bouche à l'enfant pour mettre un thermomètre sous la langue, après quelques répétitions).
- Patient: J'ai tout fait. J'ai même été en locomotion! (plutôt qu'à la clinique locomoteur).
- Patient: Pouvez-vous répétitionner mes médicaments? (plutôt que renouveler)
- Patient: J'avais la pression dans le tapis (plutôt qu'au plafond?).
- Patient: Je fais de l'intolérance au colon irrité.
- Médecin justifiant un examen: C'est pour en avoir le cœur sûr. (la main? les lèvres? net?)
- Patient: Ma toux n'arrête pas de tousser!
- Patient: C'est la diabète qui fait ça. (la maudite!)

Page 2/3

Les enfants ont souvent une façon bien à eux de décrire leur réalité:

- Médecin à une fille de 9 ans: As-tu déjà eu un échec à l'école? Fille de 9 ans: C'est quoi ça un échec?

Le superviseur peut se retrouver involontairement au cœur de la discussion:

- Médecin: Ma superviseure vous suggère un remède de grand-mère. (qui est la grand-mère?)

Certains tics de langage se manifestent aux moments les plus inattendus:

- Médecin: *The question is for you too, lâ !* (un mélange anglais français)
- Un médecin préparant un examen gynécologique: Faut vraiment amener les fesses au bord bord bord bord de la table.

Fortin, Bruno (2004). L'humour et la santé : une relation drôlement complexe. *Psychologie Québec*, 21 (5), septembre 2004, p. 39-40.

Fortin, Bruno et Méthot, Lynda (2004). S'adapter avec humour au travail interdisciplinaire. *Revue québécoise de psychologie*. 25(1), Printemps 2004, 99-118.

Junier, H. (2012). L'humour? Oui, mais le bon! *Sciences humaines*, no 233, janvier 2012, p. 9.

Martin, R. A. Puhlik-Doris,P., Larsen, G., Gray,J.et Weir, K.(2003). « Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being : development of the Humor Styles Questionnaire ». *Journal of Research in Personality*, vol. 37, p. 48-75.

Page 3/3