

Fiche n°23 : **EPISODE DE CHANGEMENT**

Eléments de définition

Nous ne reviendrons pas sur les définitions du mot « épisode », qui ont été détaillées dans la fiche précédente.

Pour « changement », le Larousse parle de « l'action, fait de changer, de modifier quelque chose ». Il évoque aussi « tout ce qui rompt les habitudes, bouleverse l'ordre établi ». L'Académie Française associe l'action de changer et le résultat de cette action.

Les ouvrages de médecine n'apportent pas de précision quand ce mot est pris isolément. La demande au groupe « étymologie – philologie » concernait l'évocation des changements de vie, des modifications dans la vie du patient. Autrement dit les « encoches biographiques » marquantes qui ont un « impact » sur la santé psychoaffective et possiblement physique du patient.

Discussion

« Episode de changement » semble vouloir être utilisé pour dénommer des éléments qui concernent la vie des patients ; ceux que nous notons dans un coin du dossier, car ils peuvent influencer leur santé, leurs émotions et les soins, par exemple : la profession, les origines, des faits de vie...

Si nous retenons la définition d'épisode de la fiche n°22 EPISODE DE SOIN-EPISODE DE MALADIE, il ne faut pas réutiliser ici le mot « épisode », qui peut en effet difficilement s'appliquer à un événement de vie. Le mot incident ou événement nous semble plus pertinent.

Une bonne partie de ces éléments sont des événements biographiques, par exemple : né à Versailles, plâtrier, marié 3 fois, souffre-douleur à l'école, chômage après 18 ans dans la même entreprise, 2 enfants (1990 – 1998) ... Un moyen de récupérer ces informations peut être de demander au patient lors de la première consultation : pouvez-vous me citer 3 faits marquants de votre biographie. Cela fonctionne plutôt bien, permet de découvrir des choses auxquelles nous ne pensions pas et de connaître sans trop de temps bien mieux son patient.

Certains événements de la vie sont donc générateurs de stress, qu'il s'agisse d'événements majeurs ou parfois simplement mineurs.

De nombreux auteurs se sont attachés à recenser ces événements de vie, à les catégoriser, voire à les quantifier. Néanmoins, il est à noter que le stress n'est pas toujours proportionnel à la gravité de l'événement et qu'il varie selon l'individu, et en particulier selon sa culture, son origine géographique, voire sa religion. Chacun peut vivre le même événement de manière différente. « L'échelle d'évaluation du réajustement social », proposée par Holmes et Rahe¹, appose une valeur pour quelques événements de vie. Bien sûr, d'un patient à un autre, d'un praticien à un autre, ces événements et leurs valeurs seront différemment ressentis (Tableau n°3).

Tableau n°3 : Echelle de Holmes & Rahe. : les 18 premiers événements		
Rang	Evènement de vie	Valeur
1	Mort du conjoint	100
2	Divorce	73
3	Séparation conjugale	65
4	Période de prison	63
5	Mort d'un parent proche	63
6	Blessure personnelle ou maladie	53
7	Mariage	50
8	Licenciement	47
9	Réconciliation conjugale	45
10	Retraite	45
11	Changement dans la santé d'un proche	44
12	Grossesse	40
13	Difficulté sexuelle	39
14	Arrivée d'un nouveau dans la famille	39
15	Réadaptation professionnelle	39
16	Modification de la situation financière	38
17	Mort d'un ami proche	37
18	Changement de fonction professionnelle	36

L'évènement de vie, ne doit pas être confondu avec la notion d' « habitus social », que nous avons traitée dans la fiche n°21. Événements biographiques et habitus social sont complémentaires, comme deux tiroirs pour le non sanitaire, qui caractérisent le patient. Il s'agit de ce qui est qualifié de "notes personnelles" dans le dossier. Une ligne de vie peut en être faite. Les événements biographiques pourraient trouver leur place à la même hauteur que les « antécédents » dans un dossier médical.

De plus, il semblerait que les changements dans le mode de vie soient vécus par une majorité des patients comme un élément accentuant fortement ce qui est appelé le fardeau. Le fardeau (*burden*), est un poids que porte le patient, fruit de

¹ Holmes TH, Rahe RH. The Social Readjustment Rating Scale. J Psychosom Res. 1967. 11 (2): 213–8.

l'accumulation des conséquences liées à ses maladies et à leur prise en charge. L'importance du fardeau dépend des ressources du patient².

Proposition

Nous proposons de ne pas retenir la notion d'épisode, que nous réservons au soin : épisode de soin. Nous proposons de retenir le mot « évènement ».

Il est certes difficile d'y adjoindre le mot « changement ». Faut-il retenir « évènement de vie » ou « évènement biographique » ? La seconde expression souligne peut-être mieux l'importance pour le patient de tel ou tel fait dans sa vie. Elle correspond aux évènements marquants ou qu'il juge marquants et qui l'amènent à en parler à son médecin.

² Clerc P, Le Breton J, Griot E, Comte C, Chaudon C. La multimorbidité, une nouvelle conception du soin. GMSanté édition. 2020. 95 pages